

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO – EPS -

**“ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO
APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS
PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS
MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ”**

INFORME FINAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

**PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

POR

GLORIA ALICIA DE JESÚS MORALES ALTAMIRANO

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE

PSICÓLOGA

EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA, JULIO 2, 2014

CONSEJO DIRECTIVO

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA

DIRECTOR

LICENCIADO MYNOR ESTUARDO LEMUS URBINA

SECRETARIO

LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO

LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÁNCHEZ

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

MARÍA CRISTINA GARZONA LEAL

EDGAR ALEJANDRO CORDÓN OSORIO

REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO

REPRESENTANTE DE EGRESADOS





C.c. Control Académico
EPS
Archivo
REG.013-2013
CODIPs. 1425-2014

De Orden de Impresión Informe Final de EPS

14 de julio de 2014

Estudiante
Gloria Alicia De Jesús Morales Altamirano
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO SEGUNDO (32º.) del Acta TREINTA GUIÓN DOS MIL CATORCE (30-2014) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 08 de julio de 2014, que copiado literalmente dice:

"TRIGÉSIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: **"ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

Gloria Alicia De Jesús Morales Altamirano

CARNÉ No. **9211148**

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por al Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera y revisado por el Licenciado Domingo Romero Reyes. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/gaby



Reg. 053-2013
EPS. 013-2013

19 de mayo del 2014

Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que he concluido la supervisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

Gloria Alicia De Jesús Morales Altamirano, carné No. **9211148**, titulado:

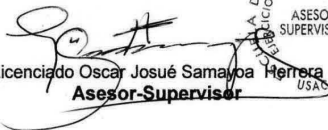
"ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ."

De la carrera de Licenciatura en Psicología

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este Departamento, me permito dar mi APROBACIÓN para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

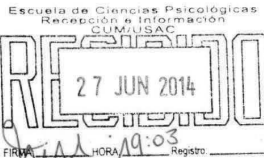

Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera
Asesor-Supervisor
USAC

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO
ASESOR SUPERVISOR
USAC

/Dg.
c.c. Expediente



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



Reg. 053-2013
EPS. 013-2013

20 de junio del 2014

Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha asesorado, revisado y supervisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

Gloria Alicia De Jesús Morales Altamirano, carné No. 9211148, titulado:

"ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ."

De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, se hace constar que la revisión del Informe Final estuvo a cargo del Licenciado Domingo Romero Reyes, en tal sentido se solicita continuar con el trámite correspondiente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera
COORDINADOR DE EPS



/Dg.
c.c. Control Académico



Reg. 053-2013
EPS. 013-2013

20 de junio del 2014

Licenciado
Oscar Josué Samayoa Herrera
Coordinador del EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM

Respetable Licenciado:

Tengo el agrado de comunicar a usted que he concluido la revisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

Gloria Alicia De Jesús Morales Altamirano, carné No. 9211148, titulado:

“ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ.”

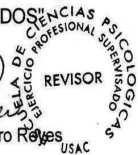
De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este departamento, por lo que me permito dar la respectiva APROBACIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Domingo Romero Reyes
REVISOR



/Dg.
c.c. Expediente



De Aprobación de Proyecto EPS

11 de junio de 2013

Estudiante
Gloria Alicia Morales Altamirano de Cruz
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto TRIGÉSIMO SEGUNDO (32°) del Acta VEINTIDOS GUIÓN DOS MIL TRECE (22-2013) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 05 de junio de 2013, que literalmente dice:

“TRIGÉSIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: **“ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ,”** de la carrera de Licenciatura en Psicología, presentado por:

Gloria Alicia Morales Altamirano de Cruz

CARNÉ No. 9211148

Dicho proyecto se realizará en Santo Domingo Xenacoj, Sacatepequez, asignándose el Doctor Sergio Girón, quien ejercerá funciones de supervisión por la parte requirente, y el Licenciado Oscar Josué Samayoa, por parte de esta Unidad Académica. El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. María Iliana Godoy Calzia
SECRETARIA



gaby

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social
Puesto de Salud Santo Domingo Xenacoj



Lic. Oscar Josué Samayoa Herrera

Coordinador de EPS

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

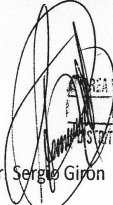
Por la presente hago de su conocimiento que la señora Gloria Alicia Morales de Cruz, estudiante de la universidad de San Carlos, de la facultad de psicología, con carnet No. 9211148, llevó a cabo el ejercicio profesional supervisado de la carrera de psicología, en el puesto de salud del Municipio de Santo Domingo Xenacoj, en el cual tuvo a su cargo la atención de una clínica de psicología.

El servicio profesional prestado por la estudiante en mención, abarcó la atención clínica a pacientes individuales, (que voluntariamente se acercaron a solicitar los servicios, o que fueron referidos por diferentes líderes educativos, comunitarios o religiosos del lugar) la capacitación al personal docente, padres de familia y estudiantes de los diferentes centros educativos en temas de salud mental y fortalecimiento del uso de la inteligencia emocional como herramienta principal para la resolución de conflictos. Entre otros

El período de trabajo fue del 1 de marzo del 2,013 al 31 de octubre del mismo año.

Agradecemos el apoyo brindado por la Universidad desde la presencia de Gloria Morales y solicitamos al mismo tiempo e envío de nuevos estudiantes que realicen su EPS en nuestra institución.

Atentamente,


ÁREA DE SALUD SACATEPEQUEZ
DIRECTOR
MINISTERIO DE SALUD IV, SUBPUNTO

Dr. Sergio Giron

Coordinador del distrito IV

Sacatepéquez

MADRINAS DE GRADUACIÓN

CLAUDIA VERÓNICA MORALES ALTAMIRANO

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

COLEGIADO NO. 11253

ROSA MARÍA MORALES ALTAMIRANO

CPA CONTADORA PÚBLICA AUDITORA

COLEGIADO NO. 4156

ACTO QUE DEDICO:

A DIOS, mi creador, mi sostén, mi guía, MI AMADO, quien permitió el cierre de este capítulo de mi vida para alcanzar un éxito profesional. A EL SEA LA GLORIA.

A MI ESPOSO, por acompañarme en el camino y motivar en mí el deseo de aportar al desarrollo emocional de las mujeres guatemaltecas y su fortalecimiento personal. Por su disposición al amor y a la transformación que este proceso invita a los esposos. Te amo.

A MIS HIJOS, Alfredivito, Duvita y Winy, por el amor, la motivación, el apoyo y la alegría que significan en mi vida.

A DILLAN, te quiero mucho bebé...

A MIS PADRES: Mami, Papi, los amo, gracias por dedicar su vida a mí y a mis hermanos, y por siempre estar a nuestro lado y ser un gran ejemplo de vida.

A MIS HERMANOS: Mauricio, Gabi, Rosi, Estelita, Normis y Claudis, por su gran apoyo hacia mí, y por la hermosa amistad que Dios nos permite tener. Los quiero mucho.

A DOÑA CARMENCITA: por su apoyo y amor incondicional y por ser un ejemplo de mujer luchadora.

A MIS CUÑADAS Y CUÑADOS: Liz, Sarita, Marti, Tani, Vicki, Melvis, Francis, Estuar, Momich, Axel, con todo mi cariño y en agradecimiento a la bendición que han sido para mi vida.

A MIS SOBRINOS Y SOBRINAS, Sofi, Santiaguito, Iñigo, Krisita, Evadnita, Maurin, Ervincito, Chejis, Brayan, Gabi, Wali, Kevin, Arianita, Javi, Carol, Astrid, Rocío, Hanita, por ser cada uno muy especial y por el amor y respeto que me han brindado.

EN ESPECIAL A TODAS LAS MUJERES que viven dentro de un círculo de violencia y que merecen una vida diferente...

AGRADECIMIENTOS

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA y la ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, por formarme profesionalmente y permitirme experiencias de crecimiento humano.

AL CENTRO DE SALUD del MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ, del departamento de Sacatepéquez, por haberme permitido realizar el Ejercicio Profesional Supervisado y por darle importancia a la salud emocional de su población.

A LAS MUJERES del MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ, por confiar en mi trabajo y por mostrar actitudes de valentía y fortaleza para salir adelante en la vida.

A LA JUVENTUD Y NIÑEZ del MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ, por su confianza, participación y aporte a la salud emocional.

A LA MUNICIPALIDAD DE SANTO DOMINGO XENACÓJ, por su presencia y apoyo en todas las actividades realizadas.

A LAS AUTORIDADES EDUCATIVAS DEL MUNICIPIO por su apoyo a los procesos de formación de docentes, niñez y juventud de la población.

INDICE

Resumen	
Introducción	
CAPITULO I ANTECEDENTES	1
1.1 Aspecto Histórico Antropológico	1
1.1.1 Aspecto Socio Cultural	4
1.1.2 Aspecto Socioeconómico	10
1.1.3 Aspecto Ideológico Político	13
1.2 Descripción Institucional	15
1.3 Descripción de la población atendida	16
1.4 Planteamiento del problema	18
CAPITULO II REFERENTE TEÓRICO METODOLÓGICO	20
2.1 Qué es la Violencia	20
2.1.1 Causas de la violencia	22
2.1.2 La Mujer Víctima de la violencia Doméstica	24
2.1.3 Construcción cultural de la violencia contra la mujer	25
2.1.4 La violencia en la pareja	28
2.1.5 Sentimientos de la mujer víctima de violencia doméstica	30
2.1.6 Salud mental en la mujer	31
2.1.7 Violencia en la niñez y la adolescencia	34
2.1.8 Bullying (Violencia Escolar)	37
2.1.9 El Alcoholismo	42
2.1.10 Inteligencia emocional	42
2.1.11 Terapia Gestal	55
2.2 Objetivos	56
2.2.1 Objetivo General	56
2.2.2 Objetivos Específicos	57

2.3 Metodología de Abordaje por programas	57
CAPITULO III DESCRIPCION DE LA EXPERIENCIA	62
3.1 Subprograma de servicio	62
3.2 Subprograma de docencia	66
3.3 Subprograma de Investigación	68
3.4 Otras actividades y resultados	71
CAPITULO IV ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LA EXPERIENCIA	72
4.1 Subprograma de servicio	72
4.2 Subprograma de docencia	76
4.3 Subprograma de Investigación	80
CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	83
5.1 Conclusiones	83
5.1.1 Conclusiones Generales	83
5.1.2 Subprograma de servicio	84
5.1.3 Subprograma de docencia	85
5.1.4 Subprograma de Investigación	86
5.2 Recomendaciones	87
5.2.1 Recomendaciones Generales	87
5.2.2 Subprograma de Servicio	88
5.2.3 Subprograma de docencia	89
5.2.4 Subprograma de Investigación	89
Bibliografía	90
Glosario	91
Anexo	

RESUMEN

En el Municipio de Santo Domingo Xenacoj, del departamento de Sacatepéquez, se llevó a cabo el Ejercicio Profesional Supervisado, el cual fue dedicado al fortalecimiento de la mujer guatemalteca que sufre violencia física, psicológica, sexual, económica, representada en las mujeres de este municipio.

“ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO APOYO PARA EL ENCAUSE DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS PROVOCADAS POR LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SUFREN LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE SANTO DOMINGO XENACÓJ” es el nombre que se le da al informe final del Ejercicio Profesional Supervisado, y que al mismo tiempo presenta el objetivo del mismo. En Guatemala el nivel de violencia hacia la mujer es muy alto, y aunque existen grandes esfuerzos y luchas por erradicar este problema, existen aún comunidades como Santo Domingo Xenacoj, en las que no se visualiza como un problema.

El que la mujer sea constantemente insultada con palabras como: estúpida, no sirves para nada, la otra mujer es mejor que tu, tu comida es un asco, pareces una prostituta, tu no digas nada, tienes que cumplirme porque eres mía, etc. O el que la mujer reciba de su pareja indiferencia, aislamiento social, ningún o muy poco apoyo económico, etc. O el que la mujer reciba constantes golpes físicos y sea abusada sexualmente, son situaciones que en Xenacoj se observan culturalmente aceptables, hombres y mujeres se excusan con frases como: “eso es parte del ser mujer”.

Pero ¿Qué es una mujer? Si se conceptualizada en base a estas acciones podríamos responder, es un objeto con muy poco valor, sin necesidades, sin sentimientos, sin ningún derecho, del cual la sociedad puede hacer uso cuando le da la gana y de la manera en que le da la gana, pero con

muchas obligaciones que cumplir como una máquina de hacer oficio, y de atender a los demás en sus necesidades... Muy al contrario de eso, la mujer es UN SER HUMANO valioso, con características propias de su ser mujer que la sociedad necesita para salir adelante, es un ser que siente y que piensa, que tiene sus propios derechos necesidades y que, como cualquier otro ser humano, merece ser amada, atendida y reconocida. La mujer debe saber esto e identificar que todos aquellos sentimientos negativos que maneja: tristeza, cólera, frustración, desvalorización, etc. Proviene de la cotidiana forma violenta de vida que aceptan y creen deben ser así, pero que no les da felicidad.

En el Centro de Salud del municipio de Santo Domingo Xenacoj se instaló el servicio de atención psicológica con la intención primordial de ayudar a las mujeres violentadas a resolver los conflictos emocionales que esta forma de vida les ha provocado y fortalecer su propia estima. Se utilizó la teoría de la Inteligencia Emocional como soporte del Ejercicio Profesional Supervisado, ya que permite con precisión la identificación, confrontación y resolución de las diferentes emociones por las que se atraviesa ante este problema social, así como de cualquier trastorno emocional provocado por los diferentes tipos de violencia que se viven en el municipio, es decir que además de la violencia intrafamiliar hacia la mujer, está la violencia a la niñez y juventud, la violencia delictiva, la violencia escolar o Bullying, entre otros y que fueron temas a tratar durante este tiempo de enriquecimiento y apoyo profesional.

La inteligencia emocional da la capacidad a él o la paciente de motivarse a sí misma de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular su propio estado de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con sus facultades racionales, su capacidad de empatizar y confiar en

los demás. La vida emocional constituye un ámbito, que incluye un determinado conjunto de habilidades, que puede dominarse con mayor o menor pericia, y el grado de dominio que alcance una persona sobre estas habilidades resulta decisivo para determinar el motivo por el cual ciertos individuos prosperan en la vida mientras que otros, con un nivel intelectual similar, acaban en un callejón sin salida.

Con una atención diaria, de lunes a viernes de 8:00 a 12:00 de la mañana, de un promedio de 6 pacientes, durante los meses de febrero a noviembre, la clínica de atención psicológica se activo en el centro de salud del municipio de Santo Domingo Xenacoj, atendiendo no solo a las mujeres que han sufrido alguna forma de violencia, sino a jóvenes mujeres y hombres, niños y niñas que fueron referidos por sus padres o maestros al presentar otros conflictos psicológicos derivados de la violencia familiar, el alcoholismo, la violencia escolar y social, entre otros. Se lograron procesos de atención psicoterapéutica que permitió la resolución de varios conflictos emocionales, así como la valorización personal, de las personas atendidas.

De la mano se trabajaron espacios de formación con maestros, padres de familia, estudiantes en temas de prevención de la violencia familiar y la violencia escolar o bullying.

La experiencia de poder ser parte de una comunidad, ser aceptada y reconocida por la misma como profesional de la salud psicológica, así como de poder ayudar, fue el mejor combustible para la realización del Ejercicio Profesional Supervisado.

El informe contiene la presentación histórica, sociocultural, política e ideológica del municipio de Santo Domingo Xenacoj, da a conocer las problemáticas más relevantes que vive la población. Se sustenta en el marco teórico el cual explica que es la violencia en general, la violencia

en el hogar, la violencia a la mujer, la violencia a la niñez y la adolescencia, la violencia escolar o Bullying. Además se explican los trastornos emocionales que se viven ante alguna de estas situaciones de violencia.

Esta parte del informe explica también la problemática del alcoholismo y el enfoque psicológico de la Inteligencia Emocional, es decir la importancia de aprender a conocer y controlar las emociones ante las situaciones conflictivas que la vida presenta.

Posteriormente, se da a conocer todas las actividades realizadas durante el Ejercicio Profesional Supervisado. La manera en que desde la clínica de atención psicológica instalada en el Centro de Salud del municipio de Santo Domingo Xenacoj, se dio acompañamiento psicoterapéutico y educativo a la población afectada por las diferentes formas de manifestación de la violencia y que solicitaron la atención. Se observa un análisis de lo trabajado con la población del municipio, del cual se puntualizan algunas conclusiones y por último recomendaciones.

INTRODUCCIÓN

En el municipio de Santo Domingo Xenacoj, del departamento de Sacatepéquez, como en varios lugares de Guatemala, el círculo de violencia que se vive en las familias es muy constante y en un alto porcentaje está acompañado de alcoholismo por parte del compañero de hogar. Para las mujeres es una cotidianidad recibir palabras hirientes, amenazas, expresiones que minimizan y desvalorizan su existencia reduciéndolas a reproductoras de hijos, a ser la servidumbre de su propio hogar y poca o nula atención hacia sus necesidades como ser humano. El recibir diariamente tantos mensajes negativos hace que las mujeres creen que eso es lo que merecen y como mecanismo de defensa inconscientemente se acomodan a las situaciones. Esto se manifiesta en que a pesar de que un alto número de mujeres ha presentado denuncias de maltrato al juzgado respectivo, emocionalmente, su nivel de autoestima baja considerablemente.

La forma de vida violenta por un lado, es aprendida culturalmente, mediante la reproducción de un rol de sumisión y desvalorización de la mujer en el hogar, y por otro las manifestaciones de violencia en el hogar se han vuelto tan cotidianas al punto de que las mujeres llegan a aceptarlo como algo normal en su vida; a pesar de ello, en las mujeres violentadas subsiste la sensación de que algo anda mal y son ellas mismas, las que solicitan ayuda sin estar conscientes de que la violencia es un problema. En la mayoría de los casos, la mujer se da cuenta de que algo anda mal hasta que la situación se agrava al verse envueltas en una situación de infidelidad conyugal, llevándolas a tomar decisiones y medidas desesperadas tales como: el abandono del hogar, acciones violentas por venganza, sumergirse en estados depresivos severos y el consumo excesivo de licor.

Como un aspecto cultural del municipio de Santo Domingo Xenacoj, las mujeres viven junto a sus esposos o compañero de hogar en la casa paterna-materna del hombre y el maltrato se minimiza mas por parte de la sociedad, cuando se cree que las cosas así deben ser y las suegras o la misma madre, apoyan la conducta del hijo o yerno.

El presente trabajo aborda la problemática de violencia intrafamiliar desde la ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LAS MUJERES que viven un constante mensaje de desvalorización por medio de constantes acciones violentas de tipo verbal, física, sexual y económica.

La misma mujer es quien debe despertar al mito de que por ser mujer, vino al mundo a sufrir y debe soportar su destino, sin extremarse en un cambio de roles en la sociedad, es decir en convertirse en una persona que violenta.

Si la mujer reconoce las emociones que provoca en ella cada uno de los mensajes violentos que recibe, será capaz de reconocer el estado vulnerable y violento en que vive, así como de entender sus emociones y enfrentar la situación.

La acumulación de sentimientos negativos (cólera, tristeza, frustración, rencor etc.) pueden desembocar en un estallido negativo hacia su misma persona (una fuerte enfermedad, crisis depresivas o de ansiedad, derrames cerebrales, etc.) hacia los hijos (con agresiones verbales o físicas) o de venganza hacia el mismo agresor. El desahogo y comprensión de estos sentimientos, son el principio de un proceso de sanación.

En Centro de Salud del municipio de Santo Domingo Xenacoj, del departamento de Sacatepéquez, existe una fuerte necesidad de apoyo a

nivel psicológico, sobre todo en el ámbito familiar específicamente en los temas de violencia contra la mujer, violencia a las jóvenes mujeres en el ámbito social, violencia escolar hacia mujeres y hombres vulnerables (tímidos, con baja autoestima, con alguna discapacidad física, con características culturales diferentes, etc.) orientación hacia los padres para saber educar a los hijos, nivel bajo de estima en las mujeres desde muy pequeña edad, alcoholismo familiar, manejo de duelos o pérdidas y resolución de conflictos entre otros temas.

Definitivamente la atención de estos temas es necesaria, no solo porque son dificultades que obstaculizan el desarrollo sano e integral de una comunidad si no porque las víctimas las identifican como una problemática.

Desarrollar una inteligencia emocional adecuada, debiera ser una prioridad en la esfera familiar, educativa y comunitaria, que contribuiría a PREVENIR situaciones de riesgo psicosocial y reduciría la vulnerabilidad de algunos grupos sociales (mujeres, niñez, adulto mayor, discapacitados, etc.)

CAPITULO I

ANTECEDENTES

UBICACIÓN CONTEXTUAL

1.1 ASPECTO HISTÓRICO ANTROPOLÓGICO

No se cuenta con ninguna información sobre el origen etimológico de la palabra XENACOJ, debido a que ha cambiado de nombre, pues ha pasado de SINACAO en el siglo XVII, a XENACOC, principios del siglo XVIII y de XENACOH, finales del siglo XVIII a XINACÓ principios del siglo XIX.

Al respecto, el Diccionario Geográfico nos ofrece la versión del Bachiller y sacerdote Domingo Juarros, quien en 1,800 relata en detalle la conquista de los pueblos del valle de Sacatepéquez, entre cuyos caciques mencionó al de XINACÓ. Todo esto sucedió alrededor del mes de enero de 1,525. Hace también referencia a la palabra COJ, que, según personas entrevistadas tiene el significado de LEON; sin embargo, señala que en el país no existen ni existieron leones, sino solamente pumas o leones americanos.

En cuanto al origen del municipio, se sabe que el fraile Irlandés Tomás Gage, quien estuvo en el país entre 1625 y 1637, mencionó al poblado con su nombre de esa época "donde puede haber cerca de trescientas familias"¹. Refirió que en las montañas de Sacatepéquez había cuatro pueblos considerables "Santiago, San Pedro, San Juan y Santo Domingo de Sinacao: estos cuatro pueblos son muy ricos; el clima es muy frío en los dos primeros, pero en los otros dos es más caliente"². También don Francisco Antonio de Fuentes y Guzmán, en su Recordación Florida hace

¹ P. Juan Manuel Larios, Crónicas de la Comunidad Parroquial y del pueblo de Santo Domingo Xenacoj.

² Idem

referencia al nacimiento de dos siameses el 12 de agosto de 1,675 "nació de una india del pueblo de Santo Domingo Sinacao, población distante cuatro leguas de camino de esta ciudad de Goathemala"

El dominico Francisco Ximénes siendo cura de Santo Domingo Xenacoc escribió en 1,717 la parte de su historia en que se refiere al padre Fray Benito de Villacañas: "El fundó aqueste pueblo de Santo Domingo Xenacoc por ocasión, como dice el padre Presentado Remesal, de que un español se quería coger aqueste sitio para estancia o labor, y pertenecía a los indios de San Pedro, y teniendo noticia de que otro día había de venir a tomar posesión de él, instado de los indios que no hallaron otro modo de defenderlo, sacó porción de gente del pueblo de San Pedro y acudiendo todo él con paja y materiales para hacer casas e iglesia, en una noche la formaron, pusieron campanas y fabricaron casas para los que habían de vivir aquí y mañana cuando vino el español, se halló con un pueblo formado en el sitio que él había apetecido, y de aquí ha crecido aqueste pueblo al paso que el de San Pedro, de adonde son, se ha disminuido, que casi está hoy la colonia tan grande como su municipio".

Esto debía ser como por los años de 1,580, poco más o menos, y el mismo Padre Fray Benito hizo la iglesia que se estrenó en el día 15 de septiembre de 1604 en que la bendijo el santo obispo don Fray Juan Ramírez, como queda dicho. Ximénes continúa: En este pueblo de Santo Domingo Xenacoc, donde esto se escribe hay la gran memoria que el año de 1,604 bendijo "aquesta" iglesia y la Virgen del Rosario del altar y de las procesiones, y lo mismo las de nuestro padre Santo Domingo y la del Santo Crucifijo que está en su altar.

El Arzobispo doctor don Pedro Cortez y Larraz entre los años de 1,768 y 1,770 al visitar su diócesis mencionó que el pueblo de Santo Domingo

Xenacoh era anexo de la parroquia de San Pedro Sacatepéquez y distaba dos leguas y tenía 280 familias con 1,400 personas.

En el estado de curatos del Arzobispado de Guatemala del Real Tribunal y audiencia de la contaduría de Cuentas, fechado el 8 de julio de 1806 figura con 401 tributarios, sin mencionar el total de la población.

Etimológicamente el término "Xenacoj" está compuesto por dos raíces sustantivales, "xe" es un locativo que indica "debajo de" y "nakoj" es un sustantivo nominal del cerro que está ubicado al noreste de la cabecera municipal, "nakoj" literalmente significa "rugido de puma". En algunos casos "nakoj" se ha interpretado como "rugido de león" utilizando actualmente a éste animal como representación cefálica en la parte superior del pergamino del emblema del municipio, lo cual es un error de interpretación, en todo caso sería una extensión deliberada ya que el león es un animal no perteneciente a la fauna propia de América, el puma sí, por lo que para denominar el cerro nakoj, los cakchiqueles aluden al puma, pero no al león.

De conformidad con Diario de Centro América (2009:97) el Honorable Concejo Municipal de Santo Domingo Xenacoj, mediante acta número 26-2009 acuerda elevar de categoría a los lugares poblados como parte del ordenamiento territorial del municipio, quedando integrado de la siguiente manera: una cabecera municipal dividida en 4 zonas, las cuales conforman el casco urbano, así como las aldeas siguientes: San Antonio El Frijolillo, El Rosario Chorocón, Joya el Izote, Chicacotoj El Esfuerzo, Chisente y Los González. Los caseríos son: Chupila, Pasacul, Chuyá, Pakajlic y Chi'xor (sic). Las colonias son: San Gabriel, Santa Rosa, El Carmen, Los Horizontes, Joyas de San Juan, El Calvario, Villas Insbruck y un paraje denominado Tz'unuj (sic).

Para el área rural se encuentran aldeas y/o caseríos, así como también otra parte que no corresponden al área rural ni urbana, por lo que se le conoce como "POBLACION DISPERSA".

1.1.1 ASPECTO SOCIOCULTURAL

En Santo Domingo Xenacoj, Sacatepéquez, para el año 2002, el Sistema Nacional de Estadística registró un total de 7,940 habitantes. Para el presente año con un total de 10,524 habitantes en todo el municipio. La Tasa de Crecimiento Poblacional es del 2.26%. Su densidad demográfica es de 278.97 habitantes por kilómetro cuadrado, según datos obtenidos. El 52% de la población son mujeres y el 48% hombres.

Predomina la población Maya cakchiquel, con un 92.58%, en tanto que la no indígena corresponde al 7.42%. El idioma español y el cakchiquel

Entre los atractivos del lugar destaca su colorido paisaje y variadas siembras cercanas al casco urbano. El Parque Central muestra una belleza arquitectónica particular con su edificio municipal y la iglesia, ambos a los costados.

A un lado del templo se encuentra un mercado con variedad de frutas y verduras frescas con precios favorables. Arriba del mismo se dispone de comedores con comida regional

El frente de la Municipalidad de Santo Domingo Xenacoj hace honor a las imágenes cotidianas de los pobladores, actividades icónicas del día a día.

Su Traje Típico tiene algunas características peculiares como que el Güipil Diario tiene el fondo de color rojo, contiene dos lienzos, con franjas (amarillo, azul, celeste, morado, manshente, verde, café)

El Güipil Ceremonial tiene el fondo color blanco, con bordados de plantas y animales, el corte es negro con bordados que forman una cruz.

En la cabecera municipal su fiesta patronal es el 4 de agosto, en honor a Santo Domingo de Guzmán, cuya imagen se venera realizando actividades religiosas, culturales y deportivas planificadas por la iglesia católica y la municipalidad. Es tradición durante esta fiesta el baile de morros, concursos de bebida y la popular carrera de cintas frente a la Cofradía.

Durante el mes de noviembre se puede disfrutar de exposiciones de barriletes, una costumbre arraigada en el occidente del país.

Es un excelente destino para la práctica del ciclismo de montaña por la abundancia de senderos y rutas entre bosque, valles y cerros.

En la aldea Chorocón, se celebra la feria titular de la localidad el 7 de octubre, en honor a la Virgen del Rosario. En la aldea San Antonio se celebra la fiesta titular el 13 de junio, en honor a San Antonio.

Las religiones católicas, evangélicas, sabatistas, testigos de Jehová son profesadas por diferente número de familias, la católica registra más fieles.

De acuerdo al estudio realizado, el municipio cuenta con familias que se distribuyen de la forma siguiente:

AREA	No. FAMILIAS	%
Cabecera municipal	1,669	97.03
Area rural	51	2.96
TOTAL	1,720	100

Los datos muestran el alto porcentaje de familias que viven en el área urbana de Santo Domingo Xenacoj, a diferencia de la mayoría de municipios del departamento de Sacatepéquez en donde la mayor parte de la población vive en el área rural.

Según los datos recabados, el tamaño promedio de las familias en el área urbana y rural es de 6 miembros incluyendo padres e hijos.

Las viviendas se caracterizan por ser en su mayoría de construcciones de bloques de concreto, y un mínimo porcentaje de adobe y madera. De igual manera se encuentran casas con estructuras de uno o dos niveles y más. Predominan las construcciones con bloques de concreto, como consecuencia del terremoto sufrido en el año 1,976.

Como en todos los municipios del país, en Santo Domingo Xenacoj se tiene como autoridad superior o máxima al Alcalde Municipal y su Concejo. Los mismos son electos en forma popular para un período de cuatro años continuos. Desde luego que en algunas situaciones se han dado reelecciones para el mismo grupo de personas por distintas razones y especialmente por la forma en que trabajaron el período anterior u otras de trascendencia en el lugar. En el período actual el Alcalde Municipal es el Prof. Calixto Reyes Chacón.

Clima, el clima es templado, agradable y beneficioso para la salud de sus habitantes. A pesar de la altura, no llega a tener el clima frío del altiplano.

Este municipio cuenta con una emisora comunitaria denominada "LA PREFERIDA", con programaciones variadas y del gusto de la población. Circula a temprana hora los periódicos; Prensa Libre, Al Día y Nuestro Diario que son distribuidos por voceadores locales.

Poseen servicio de telefonía fija en la residencias, públicos, también se cuenta con el servicio móvil o celular.

La población cuenta con servicio del sistema de televisión por cable con una central vía satelital para la cabecera municipal la mayor parte de las familias del casco urbano cuenta con dicho servicio.

Actualmente la mayoría de la población cuenta con servicio propio de internet y poseen varios café internet el servicio de la población joven en su mayoría, lo cual se ha convertido en la actividad recreativa principal de la población juvenil.

Actualmente existen 3 empresas de transporte público con buses extraurbanos de segunda clase y diferentes horarios de salida que empiezan desde las 4:30 horas y llegadas hasta las 20:00 horas. Existen aproximadamente un total de ocho autobuses para prestar este servicio.

Existe también un servicio rotativo de microbuses de la cabecera municipal hacia la carretera Interamericana.

La mayoría de las familias del área urbana cuenta con energía eléctrica, monitoreada por el INDE; aunque se detectó que en algunas viviendas del área urbana carecen con dicho servicio.

En el municipio de Santo Domingo Xenacoj existe un puesto de salud, dos consultorios médicos, un consultorio odontológico, que se ubican en el casco urbano y dos centros de parto particular, en donde se practica

la medicina natural y alternativa. Cuentan con comadronas especializadas para la atención de los partos.

En el casco urbano del municipio funcionan varias farmacias particulares y una de PROAM-IGSS, que por ser de carácter estatal expende medicamentos a bajo costo. En las aldeas no existe ninguna farmacia. Existe un cementerio general para el casco urbano.

De acuerdo a la hidrografía del lugar, existen varios ríos que no son catalogados como caudalosos, sin embargo sirven para proporcionar humedad a los terrenos aledaños. Agua Caliente, Chiplátanos, Chopac, Xuyá, Manzanillo, Nimayá, h. Xaltayá. Los ríos mencionados, cada vez tienen menos agua debido a la carencia de un programa de protección de estos recursos naturales. Los bosques escasean y los ríos se están utilizando algunos como el final de los desagües de la población en constante crecimiento. En cuanto a nacimientos de agua en la población existen los siguientes: Pamanzana, Aguas Calientes, Palo Colorado, Montaña Negra, Peña Plata. Estos, al igual que con los ríos, deben ser protegidos para salvaguardar su capacidad de producción de agua. Sistema de abastecimiento de agua potable. Los nacimientos mencionados son fuentes naturales de agua para la población. Además se tienen cuatro pozos de 1.100 pies de profundidad que surte a la población con equipos de bombeo. El servicio de agua entubada en la cabecera municipal es de 95%, contando con una fosa séptica.

El Sistema de Alcantarillado Sanitario es un servicio que solamente es proporcionado para el 90% de la cabecera municipal. El 100% de las comunidades cuentan con pozo ciego. Todas las aguas que ya han sido utilizadas, o sea las que se conocen como residuales, llevan toda clase de residuos en donde proliferan microbios de todas clases; asimismo, diferentes clases de desechos químicos y otras sustancias tóxicas que

proviene de desinfectantes, insecticidas, fungicidas, pesticidas, etc., que las convierten en aguas altamente contaminadas.

Acerca de este aspecto, es preciso considerar que si estas aguas no son llevadas a un lugar adecuado y si no se les da un tratamiento adecuado de sedimentación y purificación, pueden contaminar las fuentes de aguas subterráneas. Tampoco es conveniente tenerlas a flor de tierra, ya que forman charcos que son criaderos de zancudos y otros vectores que contribuyan a la transmisión de enfermedades infectocontagiosas.

En las áreas con mayor densidad de viviendas como la cabecera municipal, ya se cuenta para estas aguas con el servicio de tratamiento. Para las aguas pluviales, no se cuenta con drenajes apropiados o sea un sistema de colectores y conducción hacia alguno de los ríos u otro lugar conveniente. Sin embargo, sí se tiene un sistema de drenajes para las aguas negras o servidas, que no tienen ninguna forma de tratamiento antes de ser entregada a los ríos. De acuerdo a la investigación un sector de la zona 1, específicamente Colonia Joyas de San Juan, sí está utilizando un sistema de colección y fosa séptica general.

Situación de los suelos y bosques

No se cuenta con bosques frondosos, si no hay grandes extensiones de arbustos que no son maderables o de mucho provecho. Existen algunos terrenos con escasos árboles, principalmente el pino; se cuenta con un vivero forestal municipal, pero que tampoco fue detectado como una necesidad de la población y no se le ha dado la importancia que debería tener, para desarrollar un buen programa de reforestación.

Al hablar con el señor alcalde del municipio de Santo Domingo Xenacoj el profesor Calixto Reyes, quien se encuentra ya en su tercer período de gobierno, me refirió de manera integral, que el municipio no pasa de los 10,000 habitantes, cuenta con todos los servicios, se conocen todos entre sí, la mayoría de problemática esta alrededor del alcoholismo, la

violencia intrafamiliar en sus diferentes formas, psicológica, física, sexual y financiera, y la desintegración familiar. Es considerable el número de hombres que viaja a los EEUU para buscar prosperar económicamente, pero pasado un tiempo ya no regresa porque hacen una nueva familia.

1.1.2 ASPECTO SOCIOECONÓMICO

La mayor parte de la población se dedica a su trabajo de campo, al comercio, a los tejidos, al trabajo del hogar, a las fábricas y maquilas. En el municipio, menos del 25 por ciento de los suelos tiene potencial para la agricultura, debido a las situaciones topográficas del mismo, con laderas muy empinadas, barrancos profundos y la planicie más grande se encuentra utilizada para asentar la población de la cabecera municipal y con el paso del tiempo y el crecimiento de la misma, cada día hay menos disponibilidad de tierras para los trabajos de campo y la agricultura. El principal mercado de la producción es la Antigua Guatemala y la ciudad de Guatemala. La mayoría de la producción agrícola no cuenta con asistencia técnica, su comercialización se realiza en el lugar de la cosecha por falta de organización, situación que genera mayores beneficios para los intermediarios.

Por la misma necesidad, muchas personas han tenido que emigrar a los Estados Unidos buscando mejores condiciones de vida y buscando luchar por sus familias. Esto ha provocado que abandonen sus cultivos para buscar trabajos menos difíciles y que les permitan mayores ingresos que les ayuden a superar la pobreza de la población.

Es característica actual el que las mujeres estén al frente de sus hogares recibiendo apoyo de sus esposos desde Estados Unidos, atendiendo todas las necesidades familiares, pero también este aspecto se ha convertido en un punto de desintegración familiar ya que muchos

varones ya no regresan o hacen otras familias en el lugar en donde se encuentren.

Los ingresos diarios para los trabajadores, oscilan entre los Q.20.00 a los Q50.00 quetzales diarios. El sistema patriarcal a dominado la economía desde tiempos ancestrales, notándose cambios sustanciales en la actualidad debido a que la mujer está tomando un papel preponderante ocupando un 18.40 % de la economía diaria del municipio.

La pobreza, se puede decir, se marca desde sus inicios, siempre ha sido gente pobre, sencilla, humilde, y hasta para algunos, ignorante y dejados por falta de estudios. Por falta de recursos económicos no tienen la posibilidad de terminar sus estudios. En el municipio, la pobreza es consecuencia también de los vicios y el machismo que aún hoy se marca en toda la población.

Según el último informe del PENUD el municipio se encuentra situado en un 0.577 de índice de desarrollo humano en comparación al índice departamental que es de 0.708. El índice de pobreza general en este municipio es mayor al departamental y al nacional.

La actividad pecuaria es relativamente incipiente respecto al total del número de fincas y total de cabezas. Ganado bovino con 19 fincas y 87 cabezas. Ganado porcino con 5 fincas y 706 cabezas. Y ganado caprino con una finca y dos cabezas.

Las principales industrias que se encuentran asentadas son la maquila y la industria textil.

La principal artesana producida en el municipio lo constituyen sus tejidos, en los que se puede observar, una gama de productos dentro de los que destacan manteles, servilletas, centros de mesa.

Dentro del municipio no existe desarrollo empresarial importante. No existe cooperativismo ni asociatividad, lo que impide mejorar las condiciones de comercialización de sus productos. Los beneficios obtenidos por las actividades productivas no son compartidos, debido a ello no se elevan los estándares de vida de la colectividad.

El nivel de servicios del municipio está orientado al mercado local, no considera su entorno en función de su cercanía a zonas de mucha atracción turística, razón por la cual el desarrollo de esta actividad económica es incipiente.

En lo referente a temas turísticos, este municipio ha sido poco explotado desde este aspecto, siendo poco conocidos los lugares de interés. Cuenta con un templo de estilo barroco del siglo XVII que ha sido restaurado varias veces, además cuenta con valiosa imaginería, pinturas y otras obras de arte de carácter religioso, como por ejemplo la escultura de Santo Domingo de Guzmán, la Virgen de Candelaria o el Santo Cristo Yacente, del siglo XVII.

Se dispone de la infraestructura del mercado municipal, sin embargo, la adquisición de otros productos de la canasta básica o para reventa, se realiza en los supermercados de la cabecera departamental de la Antigua Guatemala, Chimaltenango y la capital, para comercializarlos en las muchas tiendas que existen en todas las zonas de la cabecera municipal. Los productos agrícolas que se producen en el municipio, también son llevados al mercado local para su venta, ya sea por mayor, lo cual es destinado a la venta con revendedores o abastecedores de hoteles y restaurantes de la Antigua Guatemala, así como comerciantes que vienen de la terminal de la ciudad capital y del vecino país del Salvador; y por menor a los compradores que asisten a dicho mercado y

que en su mayoría son vecinos o proveedores de restaurantes de lugares aledaños.

La economía de este pueblo está respaldada por las producciones agrícolas de maíz, frijol, café y hortalizas. También como parte importante se destaca la producción de artículos artesanales a saber: Tejidos Típicos de algodón, candelas, jarcia, etc.

Las mujeres indígenas hacen a mano tejidos, lo que constituye un comercio bastante activo con los pueblos vecinos.

Se distinguen tres formas de tenencia de tierra, comunal, privado y municipal. Los padres de familia están obligados a heredar a sus hijos con un pedazo de tierra.

Las instituciones públicas se ubican en la cabecera municipal. Existen cuatro COCODES y un COMUDE.

1.1.3 ASPECTO IDEOLÓGICO POLÍTICO

La participación de la comunidad en el municipio se ejerce a través de organizaciones de todo tipo, teniendo entre ellas cofradías de interés religioso.

Existen problemas de liderazgo en las diferentes zonas que conforman el municipio, baja capacidad de respuesta para enfrentar riesgos y escasa participación de la población en la toma de decisiones.

En el municipio se cuenta con la presencia institucional de algunos sectores los cuales son los encargados de establecer localmente las políticas de Estado, tendentes a la descentralización con el fin de efficientar y conceder ejercicio participativo, a los gobiernos locales y a la comunidad, en cuanto a sus aspiraciones, demandas y necesidades. Se

tiene que mencionar que la mayor parte de instituciones, tienen sede en la cabecera departamental, sin llegar a tener el impacto que se necesita en el territorio.

El consejo municipal es electo popularmente, está en funciones durante cuatro años, con autonomía, fondos propios y transferencias del Gobierno central, conformado por comisiones y correspondiéndole con exclusividad el ejercicio del gobierno del municipio, velar por la integridad de su patrimonio, garantizar sus intereses con base a los valores, cultura y necesidades planteadas por los vecinos, conforme a la disponibilidad de recursos. Así como la convocatoria a los distintos sectores de la sociedad del municipio para la formulación e institucionalización de las políticas públicas municipales y de los planes de desarrollo del municipio, identificando, priorizando las necesidades comunitarias y propuestas de solución a los problemas locales.

El gobierno municipal tiene como máximo representante al alcalde y su corporación municipal integrada por siete miembros, quienes son los encargados de planificar y dirigir las acciones encaminadas a mejorar el nivel de vida de los pobladores. Se auxilia de una persona encargada de la secretaría municipal, y 3 auxiliares, 1 persona en la tesorería, 6 personas en la asistencia financiera municipal, 3 personas en la oficina de planificación municipal, 5 personas a cargo de los servicios generales, 8 personas en la policía municipal y 35 personas que realizan el trabajo de campo.

Al respecto de su forma de organización comunitaria, se cuenta con un total de 4 COCODES legalmente inscritos, y el COMUDE en proceso de reestructuración. La participación de la mujer es proporcionalmente baja en los consejos comunitarios.

Hay presencia en el municipio de varias instituciones gubernamentales, entre ellas el Ministerio de Salud, el Ministerio de Educación, y el Ministerio de Gobernación a través de la Policía Nacional Civil.

1.2 Descripción Institucional

El Ejercicio Profesional Supervisado, se realizó en el Centro de Salud del municipio de Santo Domingo Xenacoj, el cual se encuentra ubicado en el área central del municipio a la par de la Municipalidad. Cuenta con los servicios médicos, de enfermería, de odontología así como educación en salud y prevención. La Municipalidad del lugar se encarga de los salarios de la mayoría del personal en busca de una mejor atención.

De acuerdo a las definiciones del Sistema Nacional de Salud, el Centro de Salud es el establecimiento de los servicios públicos de salud del Segundo Nivel de Atención ubicado en el ámbito municipal y generalmente en las cabeceras municipales y centros poblados de 5,000 a 20,000 habitantes. Brinda a la población de su área de influencia, los servicios ampliados de salud definidos según normas, y coordina y articula la prestación de servicios de salud de los establecimientos de menor categoría ubicados en su área de influencia.

Es un Centro de Salud Tipo B, es decir un Centro de atención a pacientes ambulatorios. Brinda los servicios de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación dirigidos a las personas y acciones al ambiente. Tiene un área de influencia comprendida entre cinco y diez mil habitantes. Los recursos humanos básicos son un medico general, un odontólogo, un psicólogo, 5 enfermeras, un técnico en salud rural, un inspector de sanidad y personal de administrativo y de apoyo.

No cuenta con encamamiento y en caso de desastres o emergencias presta atención permanente.

La modalidad de horario de atención es de lunes a viernes de 8 a 16 horas.

La institución reconoce sus siguientes características:

FORTALEZAS: Que se cuenta con el personal Capacitado, confiabilidad y aceptación de las personas, la gestión de Recursos para una buena atención y cuenta con ambulancia. Posee buena infraestructura e instalaciones. Tiene una buena administración y utiliza los recursos de manera adecuada. Se cumplen con las actividades planificadas y se da una atención de manera integral.

OPORTUNIDADES: se cuenta con el apoyo de la municipalidad, de otras instituciones, de voluntarios y EPS, la población que asiste al servicio va en aumento.

DEBILIDADES: Poca coordinación y falta de capacitación hacia el personal, no cuenta con insumos suficientes para la atención, no cuenta con la evacuación oportuna de los desechos sólidos y el transporte de los mismos. El personal tiene mala comunicación y rivalidad entre sí.

AMENAZAS: El no alcanzar coberturas y metas deseadas, la actitud renuente de la población ante información necesaria de acciones de prevención. La falta de educación hacia la población y la influencia negativa de los líderes informales de la comunidad sobre la población. No contar con un local apropiado para los desechos sólidos, es también una fuerte amenaza.

1.3 Descripción de la población atendida

Se atendió a mujeres adultas del municipio de Santo Domingo Xenacoj del departamento de Sacatepéquez, que viven algún tipo de violencia intrafamiliar en sus manifestaciones psicológicas, físicas, sexuales o materiales. Se dio atención también a jóvenes y adolescentes, mujeres

y hombres con conflictos emocionales provocados por la vivencia de violencia intrafamiliar, violencia social tanto en las calles como en sus centros de estudio (bullying), dificultades de atención, manejo de stress, baja estima, entre otros. Se dio acompañamiento psicológico a jóvenes violentadores referidos por autoridades educativas de diferentes centros educativos.

De la misma manera recibieron atención niños y niñas con bajo rendimiento escolar y se dio orientación a padres y madres de familia.

Hombres adultos con problemas de alcoholismo también fueron atendidos en la clínica psicológica durante el Ejercicio Profesional Supervisado, así como cualquier persona que solicito el apoyo por diferentes dificultades, entre ellas manejo de stress, depresión, intentos de suicidios, control de impulsos, orientación a padres de niñez con necesidades educativas especiales. Particularmente se dio acompañamiento psicológico a un niño y su madre, quienes fueron referidos legalmente por un juez, de lo cual se presentó informe al finalizar el proceso, informe que se utilizaría para sustentar la decisión de si el niño debía seguir con su familia o ser trasladado a una casa hogar.

Se dieron espacios de capacitación a estudiantes del nivel básico de diferentes centros educativos, padres de familia y personal docente y administrativo de todos los centros educativos del municipio.

La población atendida fue un 90% indígena y un 10% ladina, de escasos recursos económicos en su totalidad. Algunas personas se atendieron en consejería de una sola cita debido a que para llegar al centro de salud tienen que caminar durante dos o tres horas porque no hay transporte, por lo que evitan lo mas que puedan asistir a la cabecera del municipio.

Las y los líderes comunitarios (magisterio, alcalde y concejales, sacerdote, etc.) recibieron el apoyo psicológico con gran interés, buscando el servicio para sus propias personas y para la población que tenían a cargo y la población fue receptiva a este tipo de ayuda.

1.4 PLANTEAMIENTO DE LA PROBLEMÁTICA

En el municipio de Santo Domingo Xenacoj del departamento de Sacatepéquez, un alto porcentaje de mujeres, adultas, madres de familia y esposas, que asisten al centro de salud para satisfacer sus necesidades en salud, viven alguna de las manifestaciones de la violencia intrafamiliar lo cual las coloca en una posición de peligro ante la amenaza latente de que para la población en general y sobre todo para ellas mismas, este modo de vida se convierte en normal y aceptable. Y lo que es peor se está transmitiendo así a las siguientes generaciones quienes ya están viviendo violencia en sus espacios familiares y sociales y sufriendo sus consecuencias sin identificar que esto es un problema y que la vida de una mujer no debe ser así. He de mencionar que al nivel de violencia normal se debe agregar el alto índice de alcoholismo que viven los entes violentos y de la misma manera un alto número de mujeres afectadas por la violencia. Las jovencitas en edad escolar ya se inician en el alcoholismo y en relaciones violentas con sus novios, así como se ven forzadas a tener relaciones sexuales con jóvenes de su edad bajo el pretexto de ser aceptada por sus grupos sociales, mediante juegos muy peligrosos que solo las degradan y ponen en riesgo de enfermedades de transmisión sexual o embarazos sin nada de conocimiento.

Estas mujeres, juventud y niñez violentadas viven una tensión permanente, agotamiento, depresión y sensación de estar enloqueciendo, en ocasiones sienten vergüenza y pueden creer que no ocurre, en otras casas por lo que evitan hablar de la violencia que viven, o llegan a creer que así les tocó vivir y que tienen que resignarse aunque sufran.

Xenacoj tiene una población trabajadora, activa, pero con poco entusiasmo por la vida derivada de la aparente y forzada resignación a su situación actual de vida, su ritmo de vida es monótono, la niñez y la juventud no cuentan con espacios recreativos importantes por lo que el tiempo libre lo dedican a utilizar el internet, conocer el mundo y dar respuesta a sus curiosidades de manera virtual sin ninguna guía y discriminación de información, así como hacer amistades por este medio. La queja principal de las madres y padres de familia con hijos e hijas con bajo rendimiento académico o algún conflicto social, es el uso excesivo de ese medio de comunicación y el cambio de conductas desde que hacen uso del mismo.

Es una comunidad con un alto porcentaje de alcoholismo, problema que se da con mayor intensidad en los varones adultos, pero que no se aparta de las mujeres y la juventud, existen incluso cantinas escondidas en tiendas que las utilizan las y los jóvenes en edad escolar.

Ha habido varios casos de jóvenes adolescentes y adultos que se han quitado la vida, de diferentes profesiones o actividades laborales y estudiantiles pero con el común denominador de tomar licor en exceso. Durante el Ejercicio Profesional Supervisado, se dio acompañamiento psicológico a seis casos de jóvenes hombres y mujeres que intentaron

quitarse la vida cortándose las venas, dejando de ingerir alimentos, ahorcándose o tirándose en repetidas ocasiones de un barranco.

Es por eso que en este caso se propone la estimulación de la inteligencia emocional de las mujeres, juventud y niñez, con la finalidad de que sean ellos mismos los que le encuentren un fin a la situación de violencia que hasta ahora han aceptado y vivido como algo normal e inevitable, o que están comenzando a aprender a vivir así.

Cualquier individuo puede aprender a afrontar las situaciones que les provocan conflictos emocionales, desde su propia capacidad inteligente de manejar las emociones y de esa manera no permitir más que la violencia sea el medio que domine la salud mental de la población.

CAPITULO II

REFERENTE TEÓRICO METODOLÓGICO

2.1 QUE ES LA VIOLENCIA

“La violencia (del latín violentia), es un comportamiento que provoca o puede provocar daños físicos o psicológicos a otros seres y se asocia, con la agresión física, psicológica o emocional, a través de amenazas u ofensas. Ningún factor por si solo explica por qué algunos individuos tienen comportamientos violentos hacia otros, o por qué la violencia es más prevalente en algunas comunidades que en otras. La violencia es el resultado de la acción recíproca y compleja de factores individuales, relacionales, sociales, culturales y ambientales”³.

³ Protocolo de Atención en Salud Integral con Enfoque Intercultural de Niños y Niñas Víctimas de Maltrato Infantil.

Según el diccionario de la gran academia española, VIOLENCIA es aquel o aquello que está fuera de su natural estado, situación o modo. Que obra con ímpetu y fuerza, lo que uno hace contra su gusto, por ciertos respetos y consideraciones... que se ejecuta contra el modo regular o fuera de razón y justicia. Esta misma fuente define agresión como el acto de acometer a alguno para matarlo, herirlo o hacerle algún daño. La agresión es una forma de violencia o sea la acción mediante la cual se desea hacer daño a otra persona. También se define la agresión como la disposición y energía humana inmanentes que se expresan en las más diversas formas individuales y colectivas de autoafirmación, aprendidas, transmitidas socialmente, y que pueden llegar a la crueldad, mientras que la violencia se define como la manifestación abierta, manifiesta, desnuda, casi siempre física de la agresión. Basado en esta concepción la imagen de una persona agresiva se ha modificado en la realidad y somos bombardeados con ideas tales como que el hombre para ser realmente hombre debe ser agresivo. Dándole el toque de cualidad que debe tener un hombre para alcanzar el éxito o como la manera de mantener una posición respetable dentro de su comunidad "macho".

En estos contextos, agresivo es sinónimo de dinámico, capaz y súper hombre. De esta forma se elimina toda la carga negativa que el concepto encierra. Es así como la tan dignificada agresividad en el ámbito familiar (en este caso) se convierte en un fiasco, ya que intenta justificar prácticas negativas, disfrazadas de positivas.

No hay ningún acto de agresión o de violencia que no tenga su correspondiente justificación. Sin embargo cuando se produce una agresión irracional, involuntaria o por error, de inmediato se plantean justificaciones como el caso de un hombre que le pego a su mujer porque creyó que le estaba coqueteando a otro hombre, o el de otro que

violó a una niña porque imaginaba que esta le ofrecía su cuerpo, ya que vestía una falda ceñida y muy corta. La justificación en la agresión intenta transmitir la carga negativa del agresor, al agredido. Al señalarlo como principal culpable. La justificación produce y hace progresar lo que quiere negar y esconder: la propia violencia.

2.2 CAUSAS DE LA VIOLENCIA:

Fundamentalmente se pueden mencionar aquellos elementos que precipitan o desencadenan los comportamientos violentos. En primer lugar, algunos actos violentos o agresivos se originan de la cólera o el resentimiento producido por la frustración de aspiraciones o ideales. Otros actos se desencadenan debido a ciertos estímulos ambientales (el lugar donde se produce el acto, el momento político que se vive etc.) el tercer factor es la posibilidad de realizar comportamientos violentos, por ejemplo el hombre que tiene la posibilidad de golpear a su mujer y abusar de ella. Otro factor es la presión grupal, por la posición que dentro del grupo se logra luego de realizar el acto violento. Se desencadena la violencia como un proceso asumido en forma consciente y racional, instrumento para lograr un fin. La agresión es por lo general un acto instrumental, destinado a lograr algún fin, o una respuesta a la humillación ocasionada por un insulto, o a la violación de ciertos criterios comunitarios.

El modelo ecológico para la comprensión de la violencia explora la relación entre estos factores y considera la violencia como el producto de muchos niveles de influencia sobre el comportamiento. Este modelo destaca las causas múltiples de la violencia y la interacción de los factores de riesgo que operan dentro de la familia y en los ámbitos, social, cultural y económico más amplios. Comprende los siguientes niveles:

- NIVEL INDIVIDUAL: identifica los factores biológicos y de la historia personal que influyen en el comportamiento de un individuo, además de los factores como la impulsividad, el bajo nivel educativo, el abuso en el consumo de sustancias psicotrópicas y los antecedentes de comportamiento agresivo o de haber vivido maltrato.
- NIVEL FAMILIAR: considera el descuido de los padres o cuidadores que pueden incrementar el riesgo de maltrato. Situación de los padres respecto a los hijos como consumo de drogas o alcohol, participación en actividades delictivas, dificultades económicas, falta de vínculos afectivos con los hijos, u otras causas.
- NIVEL RELACIONAL: es aquel que indaga el modo de las relaciones sociales cercanas (amigos, pareja, familia) aumenta el riesgo de convertirse en persona víctima o perpetradora de actos violentos. En el caso de la violencia intrafamiliar la interacción casi diaria o el hecho de compartir el domicilio con un agresor aumenta las posibilidades para que se produzcan encuentros violentos.
- NIVEL COMUNITARIO: examina el contexto de la comunidad en el que se inscriben las relaciones sociales tales como escuela, trabajo, recreación, y busca identificar las características que en estos ámbitos generan violencia, ya sea como víctima o como victimario.
- NIVEL SOCIAL: en él se examinan los factores sociales más generales que determinan las tasas de violencia. Se incluyen aquí los factores que crean un clima de aceptación de la violencia, los que reducen las inhibiciones contra esta, y los que crean y mantienen las brechas entre distintos segmentos de la sociedad o generan tensiones entre diferentes grupos o países.

Entre los factores más generales que influyen en los niveles ya mencionados se citan: normas culturales que validan la violencia como una manera aceptable de resolver conflictos. Normas que asignan prioridad a la patria potestad por encima del bienestar de los hijos e hijas, normas que refuerzan el dominio masculino sobre las mujeres, los niños y las niñas.

2.3 LA MUJER VÍCTIMA DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA:

“La violencia contra las mujeres ocurre en todas las clases sociales, algunas víctimas son mujeres con poca educación mientras que otras tienen maestrías o doctorados, pueden tener alta o baja estima. Muchas de ellas tienen vida prospera y confianza en sí mismas, otras no. El punto de referencia para las mujeres víctimas de violencia doméstica es estar involucradas en una relación con un abusador”⁴. El agresor en forma paulatina empieza a controlar a la mujer víctima, puede comenzar con críticas acerca de su ropa, a menudo grita o tira una puerta y cuestiona la fidelidad de la mujer. Empieza a ponerle etiquetas llamándola gorda, fea, estúpida, puta, etc. Asimismo comienza a pasar menos tiempo con ella dejándola sola en la casa mientras él se divierte, y si ella se queja por lo que él hace, puede recibir respuestas como que él tiene una vida que vivir y no se va a quedar en casa como un preso cuidándola. Pero la verdad es que ella lo cuida a él y cada vez más. Poco a poco llega el momento en que ya casi no se hablan a menos que sea a gritos y parece que ella no le interesa sino para hacer el amor. O él ni siquiera tiene deseos de hacerlo porque su energía se dirige hacia otras mujeres. Si ella trata de confrontarlo con su cambio o le exige respeto, o la castiga físicamente, cada abusador tiene su propio estilo y sus propias manipulaciones.

⁴ Villaseñor Velarde, María Eugenia, VIOLENCIA DOMÉSTICA Y AGRESIÓN SOCIAL EN GUATEMALA”

Algunos hombres tienen comportamientos que menoscaban la autoestima de la mujer, en algunos casos llegando a tal grado, que la mujer considera normal el hecho de ser agredida periódicamente, lo que facilita que su compañero satisfaga sus propias necesidades.

El Artículo 1 de la declaración sobre la eliminación de la violencia contra las mujeres de las naciones unidas, considera que la violencia contra las mujeres: todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública o privada.

2.4 CONSTRUCCIÓN CULTURAL DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

A lo largo de la historia se ha tolerado y estimulado la violencia como una forma de resolver las tensiones y los conflictos. Todas las mujeres viven en mayor o menor intensidad formas de violencia. Sufren violencia cuando no reconocen ni valoran su trabajo, cuando les hacen callar haciéndoles creer que su opinión no es importante, cuando se utiliza un lenguaje sexista que no nombra a las mujeres, cuando se les paga menos que a los hombres por realizar las mismas funciones, cuando tiene que convivir con mensajes publicitarios que las tratan como objetos sexuales, cuando sienten miedo por caminar solas etc.

“La violencia contra la mujer, es una expresión de la relación de desigualdad entre hombres y mujeres. Es una violencia basada en la superioridad de un sexo sobre el otro, de los hombres sobre las mujeres. De que las personas piensen y actúen de forma diferente según sean mujeres ó hombres. Es decir, se espera se ejerza un rol

sexual de manera adecuada. No hacerlo supone romper, enfrentarle, cambiar las normas fuertemente tejidas a lo largo de la historia. Por lo que los costos emocionales: culpa, miedo, inestabilidad, etc. Son muy altos”⁵.

La violencia está incorporada en la identidad masculina. Desde pequeños los niños aprenden a responder agresivamente y se entrenan con aspectos activos como ganar, luchar, competir, apoderarse, imponer, conquistar, atacar, vencer, etc. Mientras que las niñas aprenden a ceder, pactar cooperar, entregar, obedecer, cuidar, etc. Aspectos que no llevan al éxito ni al poder y que son considerados socialmente inferiores a los masculinos. Los hombres han dominado el aspecto público y han ejercido también su autoridad en lo privado, sobre todo su familia. Este poder ha dado origen a un sistema de jerarquías o patriarcado. De acuerdo con la organización patriarcal de la sociedad, ambos géneros han desempeñado siempre papeles sociales diferentes. Así los hombres han predominado en todas las esferas de la vida, quedando las mujeres reducidas al espacio doméstico de la familia, este reparto de papeles ha permitido que las mujeres seamos consideradas como una propiedad del hombre.

Hasta hace pocos años la violencia contra las mujeres en la familia no era considerado como un delito. Existen malos tratos cuando la violencia que se ejerce contra las mujeres se lleva a cabo en el ámbito familiar o doméstico, por personas de su entorno; marido, compañero, padre, hijos, hermanos. Los malos tratos pueden ser:

PSIQUICOS: aquellos actos o conductas que producen desvalorización o sufrimiento en las mujeres. Pueden comprender amenazas, humillaciones, exigencias de obediencia, tratar de convencer a la víctima

⁵ Instituto de la Mujer, VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES, España 1995.

de que ella es la culpable de cualquier problema. Incluye conductas verbales como los insultos, el aislamiento, el control de las salidas de casa, descalificar o ridiculizar la propia opinión, humillaciones en público, así como limitar o retener el dinero, son formas de maltrato.

FISICOS. Comprende cualquier acto no accidental que provoque o pueda producir daño en el cuerpo de la mujer, tales como, bofetadas, golpes, palizas, heridas, fracturas, quemaduras, etc.

SEXUALES siempre que se impone a la mujer una relación sexual contra su voluntad. Si bien cuando en esa relación se produzca una penetración forzada se considera violación.

Estas tres formas de violencia, física, psíquica y sexual suelen combinarse y es muy difícil separar o encontrar solamente una de los tres tipos en una pareja en donde existe violencia. Además de los malos tratos, tenemos que tener en cuenta otro tipo de agresiones como: una agresión o abuso sexual, comprende aquellas otras conductas sexuales donde se utiliza también la fuerza o la intimidación. La violación comprende toda penetración, por la vagina, ano o la boca, usando la fuerza o intimidación. También se considera violación, la penetración con objetos, aunque haya sido forzada a realizar estos actos por un amigo, compañero o esposo, se considera violación. El acoso sexual comprende todo el comportamiento sexual considerado ofensivo y no deseado por la persona acosada desarrollando en el ámbito laboral, docente o similar, utilizando una situación de superioridad o compañerismo y que repercute en sus condiciones de trabajo o estudio, creando un entorno laboral o de aprendizaje hostil, intimidatorio o humillante. La cultura es un instrumento poderoso que influye fuertemente en la manera de pensar, sentir y actuar de las personas. Es decir, en sus valores, en las forma de entender el mundo y también en

los prejuicios y mitos que se tienen de diversas situaciones. La violencia está rodeada de prejuicios que condenan de antemano a las mujeres y justifican a los hombres violentos. “La mujer guatemalteca está socializada para aceptar la agresión masculina como algo normal en su vida, este factor facilita que ella supuestamente provoque la agresión, a las mujeres no les gusta que las golpeen, su actuación está condicionada a la recepción de mensajes como la obligación de mantener el hogar, perdonar, que la agresividad de los hombres hay que aplacarla”⁶. Dentro de los patrones culturales del hombre guatemalteco, el machismo es una característica fundamental. A menudo en el hogar, cuando se presentan divergencias entre el hombre y la mujer, él es quien determina e informa que es bueno y que es malo. Esto visto desde el punto de vista social, en donde cada uno debe representar el papel impuesto. En el caso del varón, debe ser infiel, fuerte, dominante, que no se deja mandar. No puede aceptar que la mujer asuma esas características. Por otra parte el rol asignado a la mujer le impone ser fiel, sumisa, aguantadora y aparenta ser débil, es socializada para aguantar el maltrato.

2.5 LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

Cuando una mujer siente que no sirve para nada, que todo le sale mal, y que la gente no valora lo que hace, esta más predispuesta a soportar una relación de sometimiento y humillación por parte de los hombres. algunas actitudes de un abusador son: intenta controlar lo que hace su pareja y con quien va, critica su forma de vestir, es muy celoso, la compara con las demás, no respeta su opinión intentando imponer la suya, la pone a prueba constantemente, la fuerza a tener relaciones sexuales cuando ella no quiere, promete cambios que nunca cumple. La

⁶ Villaseñor Velarde María Eugenia, VIOLENCIA DOMÉSTICA Y AGRESIÓN SOCIAL EN GUATEMALA, Fundación Friedrich Ebert.

mujer usualmente suele soportar bastante tiempo malos tratos, se teme denunciar y si se hace, a veces hay arrepentimiento poniendo como excusa a las hijas e hijos esto parece difícil de entender pero la ausencia de recursos económicos propios, la falta de apoyo, el aislamiento en el que vive, la falta de seguridad en ella misma y la gran necesidad de afecto y valorización que tienen, están determinando que se prolonguen estas situaciones.

En ocasiones la mujer llega a estar muy pendiente de las necesidades de la pareja, negando las propias. Si él dice que la maltrata porque es mala o inútil, ella llega a creérselo. De esta manera pierde totalmente su auto-valorización y piensa que merece ser maltratada y si el maltratador demuestra algo de amabilidad, se tenderá a olvidar lo malo y a sobrevalorar lo bueno de él. La ausencia de respuestas solidaria, aumenta la soledad, la depresión, el aislamiento y el sentido de la impotencia.

Muchas mujeres que viven malos tratos, de pequeños han sufrido violencia o abusos sexuales sin ser, en algunos casos consciente de ello. Se sienten sucias, marcadas, culpables, tristes, molestas. Este aprendizaje de indefensión las puede colocar en el lugar de víctima.

Otra razón por la que habitualmente la violencia se mantiene es porque sucede de una forma cíclica. Suele manifestarse a lo largo de tres fases, que se han denominado: fase de tensión, fase de agresión y fase de conciliación o de arrepentimiento o luna de miel. En la fase de tensión comienza los insultos y demostraciones de violencia. El agresor expresa su hostilidad pero no de forma extrema. Entonces ella intenta calmarlo o evita hacer lo que le pueda molestar, creyendo que de esta forma puede controlarlo. Pero la tensión seguirá aumentando, y se producirán agresiones en forma de abusos físicos, psíquicos o sexuales. La

descarga de agresividad alivia la tensión del hombre. El maltratador se arrepiente, pide perdón y promete que no volverá ocurrir. La mujer le cree y se convence de que puede ayudar a cambiar. Sin embargo cada día los momentos de tensión son más frecuentes y el agresor se arrepiente cada vez menos.

Estas mujeres viven una tensión permanente, agotamiento, depresión y sensación de estar enloqueciendo, en ocasiones sienten vergüenza y pueden creer que no ocurre, en otras casas por lo que evitan hablar de la violencia que viven.

2.6 SENTIMIENTOS DE LA MUJER VÍCTIMA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

MIEDO: Las amenazas y la violencia le provocan un terror incontrolable, el cual la inmoviliza y puede paralizarla hasta la apatía. Esto implica su imposibilidad de salir de la situación.

INTERNALIZACIÓN DE LA OPRESIÓN: cree que es inferior y, al ser golpeada, piensa enseguida que algo malo pasa en ella al internalizar su rol femenino tradicional de subordinación al hombre, se hace más vulnerable a la violencia, desarrollando mayor tolerancia a la relación abusiva.

BAJA AUTOESTIMA: las situaciones de abuso refuerzan y ahondan los sentimientos de desvalorización, no permitiendo que crezca la confianza en sí misma y en sus capacidades. Sus intentos fracasados de superar la situación confirman su incapacidad y debilitan más su autoestima.

CULPA: el autor de las violaciones persuade a la víctima de que ella es la culpable, le señala que le pega con razón porque hace mal las cosas. Se le responsabiliza a ella del éxito o fracaso de su matrimonio.

AMBIVALENCIA: a pesar de que no quiere ser golpeada, no quiere separarse del golpeador. Quiere que la violencia termine y tiene la esperanza que la pareja cambiará. La víctima se siente responsable de su compañero. Él le ha repetido a menudo que ella es la única capaz de comprenderlo y de hacerlo cambiar. La atemoriza la idea de separarse, puede tener a la independencia.

MINIMIZACIÓN DEL ABUSO: la mujer tiende a minimizar la gravedad de la situación por diversas razones, no sabe lo que es normal o abusivo en una relación, necesita creer que su pareja no es tan mala, se avergüenza de la situación, cree ser responsable de ella.

AISLAMIENTO: la mujer golpeada se distancia de la gente por vergüenza o temor a que el golpeador le agreda delante de los otros. Asimismo el hombre controla su vida. El aislamiento emocional y material en el que ella se encuentra la hace aún más dependiente de su compañero. Los que la rodean no se dan cuenta de los malos tratos.

INDEFENSIÓN: la mujer golpeada se encuentra a menudo en un estado de indefensión aprendida, productos de sus intentos fracasados por controlar o evitar la violencia. Esto la lleva a creer que nada que haga podrá cambiar la situación.

ESPERANZA, siempre espera que su marido o compañero cambie, cree que puede realizar su sueño de la buena vida y un matrimonio feliz.

2.7 SALUD MENTAL EN LA MUJER

La mayoría de diagnósticos realizados en psiquiatría, indican que en la mujer hay una tendencia mayor a presentar cuadros de depresión y trastornos de ansiedad. La mayoría de afirmaciones que se hacen al respecto son de origen biológico, pero desde la perspectiva del análisis integral de la condición femenina es necesario también integrar el

concepto de la condición y la situación de género para llegar a establecer de forma adecuada el entendimiento de las formas de sentir, pensar, actuar y enfermar de las mujeres. Dentro de los parámetros de salud deseables en las personas, están el de tener una identidad propia estructurada dentro de sí, tener una integración entre el actuar, el sentir y el pensar, ser capaz de enfrentar retos, gozar de una autoestima alta y de libertad, así como ser independiente. Muchos de estos parámetros, no son concebidos para las mujeres ya que desde la orientación que la sociedad realiza sobre los roles de género, se construye una identidad femenina en la que se pretende a una mujer dócil, obediente, pasiva, sin libertad de definirse a sí misma ni de tener objetivos propios dentro de su vida, ni ser independiente porque SER CAPAZ ES COSA DE HOMBRES...en la imagen mental que se crea en las mujeres a partir de su rol establecido existe el sentimiento de inferioridad. Femenino significa de menor fe. "Su identidad es asignada a partir de otros/as la mujer es esposa, madre, hija y viven en función de ejecutar estos roles, todo lo que se pretenda fuera de estas instancias es considerado anti-femenino y por lo mismo censurado. Y esto se transmite a través de un proceso de educación familiar y social, por lo que la vida de las mujeres está predeterminada con solo observar sus genitales. Entonces se da inicio a la cotidianidad, lo que les produce malestar en sus vidas, las enferma las enajena"⁷.

Día tras día se dan quejas sobre las mujeres y nunca se mira lo que ellas hacen, lo que hace diariamente es únicamente su obligación y pareciera ser que se tiene la idea de que la mujer hace su trabajo con una barita mágica, no hay remuneración y si la hay, ordinariamente es más baja que la del hombre. UNA BUENA MUJER tiene que cumplir sus

⁷ Procuraduría Adjunta para la Defensa de los Derechos Humanos de la Mujer, Curso de Capacitación VIOLENCIA DOMÉSTICA.

atribuciones con amor, devoción, sacrificio, interpone a otros antes que a si, debe ser responsable por la salud y bienestar de toda la familia, no debe pedir nada a cambio, debe comprender las actuaciones intolerantes de los otros, no debe tener tiempo para dedicárselo a ella misma si lo tiene, maneja sentimientos de culpa. También la mujer tiende a maternalizar todos sus roles, lo que implica la obtención de mas responsabilidades, fatiga y cansancio. BAJO TODAS ESTAS CONDICIONES, COMO ESPERARIAMOS QUE LA MUJER SE ENCUENTRE EN CIRCUNSTANCIAS FAVORABLES DE SALUD MENTAL. Además se tendría que sumar a todo esto la agresión a la que son sometidas muchas mujeres lo cual las lleva a la pérdida de percepciones y límites verdaderos de la realidad, aislamiento social, insultos y transgresiones a sus derechos, inclusive a los más elementales como el derecho a la vida. Nuestra sociedad es misogínica, o sea hostil hacia las mujeres, y tanto hombres como mujeres son misógenos. Esto hace que dentro de ellas mismas sus relaciones interpersonales muchas veces sean de competencia desleal, descalificativas y agresivas, por lo que se puede esperar peligro proveniente de cualquier lugar, se vuelven paranoides, desconfiadas, solitarias, amargadas, con falta de credibilidad en la amistad, entonces porque no deprimirse y manejar ansiedad en sus vidas. Anualmente una de cada cinco mujeres toma tranquilizantes en algún momento de su vida, generalmente por estados depresivos en algunas de sus variedades. No obstante son muchas más las que se sienten angustiadas y deprimidas, y no solicitan tratamiento de ningún tipo. Las mujeres no tienen permiso para expresar su hostilidad, por lo que la vuelca hacia ella misma, esto ha sido analizado como uno de los factores depresógenos fundamentales en ellas.

“Por lo anterior se concluye que los roles estereotipados de género contribuyen en forma insidiosa en la salud mental de las mujeres, lo cual denominan el malestar de las mujeres”⁸.

2.8 EL MALTRATO INFANTIL

El concepto de violencia a nivel relacional hace referencia a que el maltrato infantil es un tipo de violencia. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el maltrato infantil como toda forma de perjuicio, abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, abuso sexual a la niña o a el niño por parte de sus padres, representantes legales o de cualquier otra persona que lo(a) tenga a su cargo.

Por su parte el fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) señala que es aquel segmento de la población conformado por niños, niñas y adolescentes hasta los 18 años de edad que sufren ocasional o habitualmente actos de violencia física, sexual o emocional, sea en el grupo familiar o en las instituciones sociales. El maltrato puede ser ejecutado por omisión, supresión o trasgresión de los derechos individuales y colectivos e incluye el abandono completo o parcial.

TIPOS DE MALTRATO Y FACTORES DE RIESGO: de acuerdo a la ley de protección integral de la Niñez y la adolescencia el maltrato se puede clasificar en: abuso físico, abuso sexual, descuidos o tratos negligentes y abuso emocional. Los factores de riesgo hacen referencia a la presencia o ausencia de determinadas condiciones en la vida de la niña el niño o su entorno que aumentan la posibilidad de que aparezcan conductas o situaciones de maltrato, predicen las posibilidades.

⁸ Instituto de la Mujer, VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES, España 1995

ABUSO FÍSICO se da cuando una persona que está en relación de poder con un niño o niña, le inflige daño no accidental, provocándole lesiones internas, externas o ambas. La relación de poder se da cuando existe una diferencia de fuerza, edad, conocimiento, autoridad entre la víctima y el agresor. Los factores de riesgo para que se de este tipo de abuso son: en relación a la niña o el niño, deficiencias físicas o psíquicas, dependencia biológica y social, separación de la madre en el período neonatal, niño o niña hiperactivo, prematuros, con bajo peso al nacer, con enfermedades crónicas, con retraso en su desarrollo, con discapacidades, trabajo infantil. Los factores de riesgo familiares son: familias monoparentales, embarazos no deseados, padres adolescentes, padres o madres no biológicas, abuso de drogas o alcohol, historia de violencia en la familia, bajo control de impulsos trastornos psiquiátricos en los padres, deficiencia mental, prostitución, fallecimiento de uno de los cónyuges, baja tolerancia al estrés. Los factores de riesgo sociales son: soporte social bajo, nivel socioeconómico bajo, aislamiento social, hacinamiento, inmigración, desempleo, desplazamiento forzado, tolerancia social al maltrato en general.

VIOLENCIA O ABUSO SEXUAL: ocurre cuando una persona en relación de poder o confianza, involucra a un niño o niña en una actividad de contenido sexual que propicie su victimización y donde el agresor obtiene satisfacción. Los factores de riesgo en la niñez, el hecho de ser mujer, la condición de sometimiento y dependencia de las niñas y los niños, la baja autoestima, la pobre o mala relación con sus padres, el tener alguna discapacidad. Los factores de riesgo familiares incluyen a un padre dominante, una madre pasiva, padres no naturales, alcoholismo y otras drogodependencias, pobre relación marital entre los padres, antecedentes de abuso sexual en la familia de origen, dificultad de establecer relaciones sexuales con personas adultas. Los factores de

riesgo sociales son el machismo, los tabúes, mitos y creencias erradas frente a la sexualidad, sumisión de la madre y las hijas e hijos.

DESCUIDOS O TRATOS NEGLIGENTES: ocurre cuando una persona que tiene a su cargo o el cuidado o crianza de un niño o niña, no satisface sus necesidades básicas de alimentación, vestido, educación, atención médica, teniendo la posibilidad de hacerlo. Son factores de riesgos para este tipo de maltrato la desnutrición, las deficiencias físicas o mentales, los problemas de aprendizaje, la baja autoestima, el retraimiento, la explotación laboral, los problemas conyugales, los padres adoptivos, las familias monoparentales, antecedentes de maltrato familiar, algunos patrones culturales que dan más importancia al género masculino, la prostitución, el desconocimiento de las necesidades físicas esenciales del niño o la niña.

ABUSO EMOCIONAL: ocurre cuando una persona daña la autoestima o el desarrollo potencial de un niño o niña. Son factores de riesgo para este tipo de maltrato la dependencia biológica y social del niño o niña, la separación de la madre, la hiperactividad del niño o niña, ser niño o niña prematuro o discapacitado; así como las relaciones conyugales conflictivas, el desconocimiento de las necesidades psico-afectivas de la niñez, las enfermedades psiquiátricas de los padres, las expectativas irracionales respecto al desarrollo del niño o niña, el uso del castigo físico como una técnica de disciplina, los antecedentes de maltrato familiar, el nivel socioeconómico medio alto, el aislamiento social.

ABANDONO: involucra la privación de las necesidades básicas que garantizan al niño un desarrollo bio-psico-afectivo normal, o se consuma en el abandono total. Algunos factores de riesgos son el hecho de que el niño o la niña padezca deficiencia mental o discapacidad física, que sea prematuro o hiperactivo. El abandono del cónyuge, las madres

adolescentes el abuso de drogas o alcohol, los embarazos no deseados, los trastornos psiquiátricos, los problemas económicos, etc.

2.9 CONCEPTO Y CONTEXTUALIZACIÓN DEL ACOSO ESCOLAR (BULLYING)

La violencia es una forma de interacción humana, intrínseca en nosotros, una manera de afrontar y resolver conflictos, aunque esto no indica que sea la manera adecuada, ya que trae consecuencias negativas, tanto personales como sociales, para quien la ejerce y para quien la recibe. Evidencia un fracaso del diálogo y la comunicación.

Si se entiende la violencia como un problema que se encuentra en diversos ámbitos como la familia, el trabajo, la comunidad y la escuela, ninguna de sus formas debe ser tomada a la ligera y su abordaje tiene que ser adecuado para la prevención y/o resolución del conflicto.

Una conducta antisocial es cualquier conducta que refleje el infringir reglas sociales y/o sea una acción contra los demás.

“La violencia escolar, es cualquier tipo de violencia que se da en contextos escolares. Puede ir dirigida hacia alumnos(as), profesores(as), o propiedades. Estos actos tienen lugar en instalaciones escolares (aula, patio, baños, etc.), en los alrededores del centro y en las actividades extraescolares”⁹. El acoso escolar (bullying) en cambio debe ser entendido como un fenómeno escolar, no tanto porque se genere en la propia escuela, sino porque ésta es el escenario donde acontece y la comunidad educativa es la que padece las consecuencias. Bullying se define como:

⁹ El Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid, Promoción de la Convivencia en los Centros Educativos

“Una conducta de persecución y agresión física, psicológica o moral que realiza un alumno o grupo de alumnos sobre otro, con desequilibrio de poder y de manera reiterada”¹⁰.

Desde edades cada vez más tempranas, las niñas, niños y adolescentes aprenden que la violencia es una forma eficaz para “resolver” conflictos interpersonales, especialmente si la han padecido dentro del hogar, ya sea como víctimas o como testigos. La violencia se transforma paulatinamente en el modo habitual de expresar distintos estados emocionales, como enojo, frustración o miedo; situación que no se constriñe al seno familiar, sino que se verá reflejada en la interacción de cada uno de los miembros de la familia con la sociedad.

“Se considera maltrato entre escolares, las conductas de maltrato (sic) e intimidación, discriminación entre estudiantes de una comunidad educativa. Asimismo, genera entre quien ejerce violencia y quien la recibe una relación jerárquica de dominación-sumisión, en la que el estudiante generador de maltrato vulnera en forma constante los derechos fundamentales del estudiante receptor del maltrato pudiendo ocasionarle repercusiones en su salud, bajo rendimiento en su desempeño escolar, depresión, inseguridad, baja autoestima, entre otras consecuencias que pongan en riesgo su integridad física y mental”¹¹.

El maltrato entre escolares es generado individual y colectivamente, cuando se cometen acciones negativas o actos violentos de tipo físico, verbales, sexuales, o a través de los medios tecnológicos, sin ser éstos respuestas a una acción predeterminada necesariamente, que ocurren de modo reiterativo prologándose durante un periodo de tiempo.

¹⁰ El Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid, Promoción de la Convivencia en los Centros Educativos

¹¹ Idem

- Los actos de violencia siempre van dirigidos a una misma persona.
- Las agresiones son en un periodo de tiempo prolongado.
- El acoso se da entre compañeros(as) de escuela.

La violencia tiene diversas formas de manifestarse que dependerán en gran medida de la situación en que se presente. Existen diversas clasificaciones de las cuales citamos dos:

Física.- Incluye patadas, empujones, golpes con las manos, escupir, mordiscos y cualquier agresión que atente contra la integridad corporal de la persona así como acciones humillantes como bajar los pantalones, jalar la ropa, tirarlos a los botes de basura, entre otros. Es el tipo de violencia más popular, ya que es fácil de detectar.

Verbal.- Se refiere a amenazas, insultos, burlas sobre la indumentaria, el aspecto físico, la raza, el origen étnico, algún defecto o anomalía visible, una singularidad del habla o de la conducta.

Social.- Es una forma de discriminación grupal fomentada por el agresor hacia la víctima. Se puede manifestar ignorando a la niña, niño o joven acosado, negándole el saludo, aislándolo o generando rumores que afecten su imagen.

Psicológico.- Se refiere al acecho, a los gestos de desagrado, desprecios o agresividad dirigidos a la víctima”

Pueden ser víctimas de estos tipos de violencia tanto hombre como mujeres, sin embargo en el caso de los hombres, la forma más frecuente de acoso escolar (bullying) es la agresión física y verbal, mientras que en las mujeres su mayor manifestación es psicológica y de exclusión social.

El acoso escolar (bullying) se caracteriza por:

- Ser un comportamiento de naturaleza agresiva.

- Una conducta antisocial que se repite durante un tiempo prolongado.
- Se produce entre iguales [alumnos(as)].
- No importa la diferencia de edad, sexo o grado escolar.
- Relación de asimetría de poder entre agresor y víctima; es decir los alumnos(as) que sufren acoso escolar (bullying) presentan alguna desventaja frente a quien los agrede (fuerza física, habilidades sociales, discapacidad, condición socioeconómica, entre otras).
- Son actos que tienen la intención de dañar.
- La intimidación se puede ejercer en solitario o en grupo.
- Se acosa a un niño, niña o joven concreto, nunca a un grupo.

QUIEN ESTÁ INVOLUCRADO EN EL BULLYING O ACOSO ESCOLAR...

En este entorno escolar afectado por el acoso escolar (bullying), varios son los implicados:

Instituciones, padres de familia, maestros(as) y alumnos(as); sin embargo tres son los sujetos directamente involucrados: la víctima, el agresor(a) y el espectador(a) que a continuación se describen.

- Agresor(a).- Es quien ejerce la violencia, el abuso o el poder sobre la víctima. Suele ser fuerte físicamente, impulsivo, dominante, con habilidades sociales que le permiten manipular, realiza frecuentemente conductas antisociales y no sienten culpa con la conducta acosadora que ejercen.
- Víctima.- Es quien sufre las agresiones. Suele ser una persona tímida, insegura, excesivamente protegido por los padres, en desventaja física conforme al agresor con limitadas habilidades sociales.

- Espectador(a).- Es un compañero(a) que presencia las situaciones de intimidación y puede reaccionar de distintas maneras: aprobando, reprobando o negando la agresión

CONSECUENCIAS

Para el agresor(a)

- Dificultad para establecer relaciones saludables.
- Tendencia a desarrollar una personalidad con poco control sobre la agresión.
- Proclividad a cometer conductas antisociales y/o delictivas.

Para la víctima

- Autoestima desequilibrada y poca seguridad en sí mismo(a).
- Disminución en su rendimiento escolar.
- Aislamiento y dificultad para la socialización.
- Deserción escolar.
- Depresión, ansiedad.
- En casos muy graves, homicidio o suicidio con actos de violencia extrema.

Para el espectador(a)

- Insensibilidad ante las agresiones cotidianas a sus compañeros.
- Pasividad ante situaciones de injusticia.
- Roles alternos: en ocasiones alientan al agresor(a), en otras pueden ser aliados de la víctima.

2.10 USO DE ALCOHOL Y TRASTORNOS POR EL USO DE ALCOHOL

Los trastornos derivados de los diferentes patrones de consumo de alcohol incluyen la intoxicación aguda por alcohol, consumo perjudicial de alcohol, síndrome de dependencia de alcohol y el estado de abstinencia de alcohol.

“La intoxicación aguda es un estado transitorio que sigue a la ingesta de alcohol y que causa alteraciones de la conciencia, del funcionamiento cognitivo, la percepción, el afecto o la conducta. El uso perjudicial de alcohol es un patrón de consumo que deteriora la salud. El daño puede ser físico (por ejemplo enfermedades hepáticas) o mental (por ejemplo episodios de trastornos depresivos). A menudo está asociado con consecuencias sociales (por ejemplo problemas familiares o problemas en el trabajo). La dependencia del alcohol es un conjunto de fenómenos fisiológicos, conductuales y cognitivos en los cuales el consumo de alcohol asume una prioridad mucho más alta para un determinado individuo en comparación con otras conductas que alguna vez tuvieron un valor mayor. El estado de abstinencia de alcohol se refiere a un grupo de síntomas que se pueden presentar cuando se suspende el uso de alcohol, después de un consumo diario o prolongado”¹².

2.11 INTELIGENCIA EMOCIONAL

En un mundo cada vez más complicado y complejo, la inteligencia debe abarcar más ámbitos que la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas complicaciones y amplios conocimientos generales, también debe incluirse CUALIDADES EMOCIONALES Y SOCIALES (creatividad, entusiasmo, motivación, por ejemplo). “La

¹² Guía de Intervención mhGAP para los Trastornos Mentales, neurológicos y por uso de Sustancias, Organización Mundial de la Salud

inteligencia emocional es un conjunto de habilidades que subyacen a una adecuada determinación, evaluación, expresión y regulación de las emociones, permite a las personas ampliar activamente sus emociones para lograr las metas que se plantean”¹³. Por ejemplo, en lugar de rumiar improductivamente sobre los sucesos adversos, volver a vivir las emociones negativas y especular acerca de las causas, las personas con un gran nivel de inteligencia emocional, reaccionan de modo distinto. Son capaces de regular y comunicar sus sentimientos en una forma que produce menos síntomas físicos como resultado del estrés. Existe una relación entre la competencia social general de las personas y su capacidad para leer el significado de expresiones emocionales no verbales de los demás. Las personas que pueden decodificar el contenido emocional de las expresiones faciales de los otros, a menudo muestran una alta competitividad social para llevarse bien con sus semejantes y ser además agradables.

En la teoría de las siete inteligencias del psicólogo Hawars Gardner, sostiene que cada una es distinta y relativamente independiente de las otras. Entre estas se encuentra la inteligencia interpersonal, como la habilidad para interactuar con los demás, tales como sensibilidad hacia los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones de los demás. Y también la inteligencia intra personal o el autoconocimiento de los aspectos internos, acceso a los sentimientos y emociones individuales.

“La Inteligencia emocional nos da la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestro propio estado de ánimo, de evitar que la angustia

¹³ Daniel Golemán, Inteligencia Emocional, Barcelona

interfiera con nuestras facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás. La vida emocional constituye un ámbito, que incluye un determinado conjunto de habilidades, que puede dominarse con mayor o menor pericia, y el grado de dominio que alcance una persona sobre estas habilidades resulta decisivo para determinar el motivo por el cual ciertos individuos prosperan en la vida mientras que otros, con un nivel intelectual similar, acaban en un callejón sin salida”¹⁴.

Existe una clara evidencia de que las personas emocionalmente desarrolladas, es decir las personas que gobiernan adecuadamente sus sentimientos, y asimismo saben interpretar y relacionarse efectivamente con los sentimientos de los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida, desde el noviazgo y las relaciones íntimas hasta la comprensión de las reglas tácitas que gobiernan el éxito en el seno de una organización. Las personas que han desarrollado adecuadamente las habilidades emocionales suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces, más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Quienes por el contrario no pueden controlar su vida emocional se debaten en constantes luchas internas que socaban sus capacidades y les impiden pensar con la suficiente claridad.

La inteligencia interpersonal fue subdividida en cuatro habilidades diferentes: el liderazgo, la aptitud de establecer relaciones y mantener las amistades, la capacidad de solucionar conflictos y la habilidad para el análisis social. Gardner define esta inteligencia como la capacidad de comprender a los demás y a la persona misma. Permite configurar una imagen exacta y verdadera de sí mismo y estimula la capacidad de usar

¹⁴ Doris Martín y Karin Boeck, QUE ES INTELIGENCIA EMOCIONAL, Madrid-México

esa imagen para actuar en la vida de un modo eficaz. La inteligencia interpersonal supone la capacidad de discernir y responder apropiadamente a los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos de las demás personas. Es la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta. Los sentimientos constituyen el dominio en el que más evidente se hace nuestra humanidad, la fría visión cognitiva adolece de los valores supremos del corazón humano, la fe, la esperanza, la devoción y el amor.

La inteligencia social es un aspecto de la inteligencia emocional que permite comprender las conductas ajenas y actuar sabiamente en las relaciones humanas, esto permite a las personas afrontar adecuadamente los imperativos prácticos de la vida.

Gardner menciona cinco competencias principales:

EL CONOCIMIENTO DE LAS PROPIAS EMOCIONES, el conocimiento de uno mismo, la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece...esto es la piedra angular de la inteligencia emocional. Estas personas suelen dirigir mejor su vida, ya que tienen un conocimiento seguro de cuáles son sus sentimientos reales.

LA CAPACIDAD DE CONTROLAR LAS EMOCIONES, la conciencia de uno mismo lo cual permite controlar los sentimientos y adecuarlos al momento, quien es capaz de hacer esto se recupera más rápido de los contratiempos de la vida.

LA CAPACIDAD DE MOTIVARSE UNO MISMO: autocontrol emocional la capacidad de demorar la gratificación y sofocar la impulsividad ayudan al alcance de los logros, estas personas son más productivas en todo lo que emprenden.

EL RECONOCIMIENTO DE LAS EMOCIONES AJENAS: tener empatía o entender que necesitan o que quieren los demás.

EL CONTROL DE LAS RELACIONES: la capacidad de relacionarse adecuadamente con las emociones ajenas.

La enseñanza de Sócrates, concóctete a ti mismo, darse cuenta de los propios sentimientos en el mismo momento en que estos tienen lugar, son la piedra angular de la inteligencia emocional, estar atentos a los estados internos sin reaccionar ante ellos y sin juzgarlos. La comprensión que acompaña a la conciencia de uno mismo tiene un poderoso efecto sobre los sentimientos negativos intensos y no solo brinda la posibilidad de no quedar sometidos a su influjo, sino que también proporciona la oportunidad de conseguir un mayor grado de libertad.

Existen varios tipos de personas en cuanto a la forma de atender y de o tratar sus emociones:

LA PERSONA CONSCIENTE DE SI MISMA, es consciente de sus estados de ánimo y mientras los está experimentando, goza de una vida emocional más desarrollada. Son personas cuya claridad emocional impregna todas las facetas de su personalidad, personas autónomas, seguras de sus propias fronteras, psicológicamente sanas, que tienen una visión positiva de la vida, cuando caen en un estado de ánimo negativo no le dan vueltas obsesivamente y, en consecuencia no tardan en salir de él.

LAS PERSONAS ATRAPADAS EN SUS EMOCIONES son personas que suelen sentirse desbordadas por sus emociones y que son incapaces de escapar de ellas, como si fueran esclavos de sus estados de ánimo. Son muy volubles y no muy conscientes de sus sentimientos, y esa misma

falta de perspectivas le hace sentirse abrumados y perdidos en las emociones Y, en consecuencia sienten que no pueden controlar su vida emocional y no tratan de escapar de los estados de ánimo negativos.

LAS PERSONAS QUE ACEPTAN RESIGNADAMENTE SUS EMOCIONES son personas que si bien si pueden percibir con claridad lo que están sintiendo, también tienden a aceptar pasivamente sus estados de ánimo y por ellos mismos no suelen tratar de cambiarlos.

Así también es importante decir que cualquier emoción puede ser y normalmente es inconsciente. Los dos niveles de la emoción que existen son el consciente y el inconsciente. El momento que llega a la conciencia constituye el jalón que indica su registro por el cortex frontal. Pero una vez que el sujeto toma conciencia puede evaluar las cosas de un modo nuevo, decidir dejar a un lado los sentimientos que experimento aquel día transformando así su visión y su estado de ánimo. Entonces se logra el siguiente elemento constitutivo esencial de la inteligencia emocional: LA CAPACIDAD DE DESEMBARAZARSE DE LOS ESTADOS DE ANIMO NEGATIVOS.

La vida está sembrada de altibajos, pero es importante aprender a mantener el equilibrio, en última instancia en las cuestiones del corazón es la adecuada proporción entre las emociones negativas y las positivas las que determinan la sensación de bienestar. No se trata pues de que para ser felices, se deben evitar los sentimientos angustiosos, sino que pasen inadvertidos y terminen desplazando a los estados de ánimo más positivos. Aún quienes atraviesan episodios de enojo o depresión aguda, disponen, a pesar de todo, de la posibilidad de disfrutar de cierta sensación de bienestar si cuentan con el adecuado contrapunto que suponen las experiencias felices.

Llegar a dominar las emociones, constituye una tarea tan ardua que requiere una dedicación completa y es por ello por lo que la mayor parte de seres humanos solo pueden tratar de controlar, en su tiempo libre, el estado de ánimo que le embarga, todo lo que se realiza, desde leer una novela o ver televisión, hasta las actividades y los amigos que se eligen, no son más que intentos de llegar a sentirse mejor. El arte de calmarse a uno mismo constituye una habilidad vital fundamental.

Las pasiones que causan padecimientos, la ira, el miedo y la depresión son automatismos biológicos y están profundamente arraigados en la historia de la evolución. Constituyen un componente físico de nuestro programa de comportamiento. Se debe a la biología de las emociones que determinadas pasiones asalten de pronto, sin previo aviso, y se tenga por lo tanto, que padecer, en el mas autentico sentido de la palabra, miedo, asco, ira, en las verdaderas o supuestas crisis emocionales. La amígdala toma la delantera antes de que el neocortex se haga una idea clara de la situación en su totalidad y haya podido decidir acerca del rumbo más adecuado a seguir. Descartes y Kant tenían sin duda razón: las emociones pueden producir efectos contraproducentes sobre nuestro proceso de pensamiento.

INDIGNACIÒN, IRA Y CÒLERA

La cólera y el comportamiento agresivo son reacciones de lucha fundamental e instintiva, cuando amenaza algún peligro. Raymon W. Novaco menciona 4 clases esenciales de provocación que pueden desencadenar indignación: FRUSTRACIONES, SUCESOS IRRITANTES, PROVOCACIONES VERBALES Y NO VERBALES, LA FALTA DE CORRECCIÒN Y LA INJUSTICIA. Normalmente las situaciones que provocan indignación son de orden social. En el caso de las emociones ligadas a la indignación, el organismo se prepara para la lucha y la

defensa, se desencadenan reacciones físicas de estrés destinadas a la movilización de energía. La concentración de adrenalina y noradrenalina en la sangre se incrementa. La presión arterial aumenta, se respira de forma más superficial, los latidos del corazón se aceleran, los músculos se contraen. El sistema nervioso parasimpático que tranquiliza y sosiega después de fases de excitación, es puesto en jaque por la existencia de la indignación. El aumento de la presión sanguínea provoca que el cerebro se desentienda de otros estímulos externos. La cólera puede proporcionar insospechadas energías que pueden hacer posible que se siga siendo dueño de la situación y desarrollar con una rapidez, en unos segundos, soluciones creativas. A menudo el ser humano no tiene ninguna oportunidad de dar salida a su indignación, de ahí, en consecuencia, puede crearse un peligroso círculo vicioso. Puesto que el organismo no recibe ni una señal de que el peligro ha pasado, sigue manteniendo la reacción colérica. Un enfurecimiento alimenta a otro. El umbral de tolerancia se hace cada vez más bajo. La mayoría de veces todo esto termina en un estallido desproporcionado, seguido de sentimientos de culpa. O bien se reprime la indignación, las consecuencias son a menudo trastornos psicosomáticos como úlceras de estómago, hipertensión o enfermedades del corazón.

La predisposición individual a la indignación no solo depende del metabolismo bioquímico, sino también de la actitud mental: la valoración cognitiva de una situación determinada lleva al individuo a enfadarse o no. Los prejuicios las expectativas decepcionadas, y unos modelos de percepción y de interpretación marcadamente negativos son los que de verdad dan a las a la indignación.

ESTRATEGIAS CONTRA LA CÓLERA INTROSPECCIÓN: o auto-observación de las situaciones en las que corremos peligro de dejarnos llevar por la cólera. Esta es la condición previa para conseguir

interrumpir el automatismo de la indignación y hacer una nueva valoración de las situaciones que han desencadenado esa situación.

DAR UNA INTERPRETACIÓN POSITIVA A LA SITUACIÓN: Hacer una nueva valoración es la fórmula mágica psicológica para desactivar las emociones agresivas. Cuando hay enfado, a menudo la persona es víctima de impresiones o sospechas precipitadas, que, vistas de cerca, resultan exageradas o injustas.

ACTIVIDAD FÍSICA, RELAJACIÓN, DISTRACCIÓN: Cualquier situación de indignación espolea al organismo a un máximo esfuerzo físico. Toda la atención está centrada en el objeto desencadenante de la indignación, la actividad física y la relajación muscular ayudan a reducir la intensidad de la excitación. Otras alternativas son la retirada y la distracción (hacer un paréntesis y concentrarse en uno mismo son las mejores terapias, leer, escuchar música, cocinar, etc.) eso no significa que no haya que analizar las situaciones y discutir las, pero solo cuando la excitación psicológica haya terminado.

AUTOAFIRMACIÓN no siempre lo más sensato es quitarle importancia a la indignación. A menudo se deben defender los intereses personales. Tan pronto los ánimos se hayan calmado un poco, se trata de exponer con calma y de forma controlada, los motivos de nuestra indignación a la otra persona. Algunas reglas que ayudan a hacerlo son:

Cálmese primero antes de interpretar al otro (unos 20 minutos)

Prepárese para la conversación, formulando mentalmente y de antemano los argumentos que vaya a utilizar.

Esfuércese en mantener un tono tranquilo e imparcial y un lenguaje corporal neutro.

Limite su crítica al hecho concreto que lo ha encolerizado.

MIEDO Y PREOCUPACION

El miedo es una reacción ante situaciones amenazadoras o que causan inseguridad, en las que el ser humano teme perder el control sobre su entorno, algunos desencadenantes del miedo son: peligros de carácter general, situaciones desconocidas no predecibles, relaciones sociales, miedo al rechazo, al aislamiento, al fracaso social, situaciones de rendimiento, problemas morales etc.

El miedo suele ser producto de la sociedad, también es una reacción psicológica que permite sobrevivir a un peligro existente. En el organismo se impone el nivel de alarma, a penas se puede hacer otra cosa que preocuparse por lo que podría pasar y de cómo ocuparse de la seguridad personal.

El problema es que en la vida actual se dan ya, relativamente pocas situaciones de miedo que se pueden superar enfrentándose de manera directa al peligro y eliminándolo. Con mucha más frecuencia sucede que el individuo se ve a seguir llevando una vida como si nada sucediera, aunque una constante amenaza le asuste. Todavía es más problemática cuando los pensamientos en torno a una real o supuesta amenaza pasan a un primer plano, aunque de hecho, otras cosas sean más importantes, cuando esto sucede el miedo escapa a cualquier control y puede degenerar en una preocupación crónica lo cual absorberá toda la atención de la persona que lo sufre.

El temperamento miedoso es el que se da con más frecuencia, las personas propensas a tener miedo, están muy condicionadas por sus emociones y se dejan dominar con facilidad por ellas. Con frecuencia son irritables y tímidas, están tensas y nerviosas, tienen una gran necesidad de ser amadas y aceptadas, pero con frecuencia se sienten aisladas, diferentes de los demás o incompetentes. Por eso prefieren lo

conocido, ahí se sienten mejor, y buscan la seguridad. Al mismo tiempo son delicados y sensibles, con mucho tacto y fantasía.

Para no intensificar las sensaciones de miedo latentes, los temperamentos miedosos reaccionan de forma instintiva con retraimiento y evitan las situaciones y las personas que pueden alterar su equilibrio anímico.

ESTRATEGIAS CONTRA EL MIEDO Fundamentalmente hay dos posibilidades de superar el miedo, actuar para eliminar la amenaza o intentar tranquilizarse o como lo denomina el psicólogo Richard Lazarus superación instrumental o peligro reconocido, peligro superado. El miedo es un indicador de que algo no anda bien y debe llevar al individuo al cuestionamiento de una situación y ver los miedos como una oportunidad.

UNA NUEVA VALORACIÓN detrás de esto está la idea de un acontecimiento solo desencadena una reacción de estrés, cuando es interpretado como una amenaza. Lo desconocido, lo que nos causa inseguridad y lo nuevo, son solo características absolutas, si no que cada persona las percibe con una intensidad diferente.

LA DESENSIBILIZACIÓN: evitar no es solución, eso condena a la marginación profesional y social, una alternativa mejor es aprender a vivir con el estado de excitación del miedo. Esto presupone enfrentarse a las propias emociones de miedo, hacer un repaso mental de las situaciones de miedo y finalmente exponerse de forma consciente y sistemática a los estímulos del miedo, tolerarlos y observarlos con frialdad, esto permitirá que el miedo vaya cediendo.

TRISTEZA Y DEPRESIÓN ORDINARIA

La tristeza y los estados de ánimo depresivos son reacciones de adaptación a cambios y pérdidas, en particular a aquellas a las que no se le puede encontrar sentido, algunos desencadenantes suelen ser: las pérdidas irreparables, muertes o sueños fracasados, la pérdida de cometidos, de posición y de poder, la discriminación y la vivencia de su propia indefensión, los traumas en el pasado, el agotamiento. Se considera que el criterio más claro para distinguir entre estados de ánimo depresivos y formas graves de la depresión es la aptitud para funcionar en la vida cotidiana.

No son acontecimientos demasiado dramáticos, ni crisis vitales graves, los que conducen a una tendencia crónica a la depresión, sino más bien las pequeñas cargas individuales, que van sumando sus efectos.

La tristeza y el abatimiento van ligados a una serie de cambios fisiológicos. La tristeza debilita nuestro interés y nuestras energías ante las actividades de la vida normal. Para el ser humano moderno, la tristeza anímica es un indicador de que se ha chocado con barreras internas y externas.

Las depresiones sanas, son una señal de alarma, nos advierten que ha llegado el momento de concentrarse en lo más importante, de prestar atención a la voz interior y reorganizar de nuevo o de forma más realista, determinados ámbitos de la vida.

Siempre habrá situaciones en la vida que necesariamente provocarán las emociones que acompañan a la depresión, si se quiere asumir de forma anímica. La tristeza es una reacción de adaptación, propia del organismo, que está llena de sentido. Pero cuando la melancolía y el abatimiento se convierten en compañeros constantes sin que haya para

ellos un motivo concreto y reconocible, de convierte en una señal de alarma.

ESTRATEGIAS CONTRA LA DEPRESIÓN

MANEJO DE LAS EMOCIONES "En los constantes esfuerzos por mantener en jaque las emociones, regularlas y equilibrarlas, olvidamos con facilidad que las emociones no solo representan una debilidad, sino también un potencial. La solidez emocional es la que decide en qué medida se consigue desarrollar las capacidades innatas. El reconocimiento de las propias emociones es el alfa y el omega de la competencia emocional, sólo quien aprende a conocer las señales emocionales, etiquetarlas y aceptarlas, puede dirigir sus emociones y ahondar en ellas. La clave del acceso al mundo emocional es la atención, es decidir, percibirse y ser consciente del propio mundo interior con el objetivo de no ser avasallados por él"¹⁵.

La mayoría de personas desarrolla estrategias de represión y de evasión para enmascarar o dar otro sentido a las emociones desagradables o inaceptables, porque no puede ser, no debe ser, es prohibido registrar como tal los sentimientos. Al hacerlo se priva el individuo de la oportunidad de averiguar más sobre sí mismo con la ayuda de las emociones y poder tomar las correspondientes medidas correctivas. Para percibir las emociones propias, manejarlas y desarrollarlas es necesario tener sensibilidad ante las propias emociones. Se trata más bien de observar y relativizar desde fuera las propias turbulencias emocionales, como un observador objetivo y neutral y, sobre todo, que no emita juicios de valor, RECONOCER UN ESTADO ANÍMICO NEGATIVO, SIGNIFICA QUERER LIBRARSE DE EL. Dar entrada a las emociones, prestar atención a las señales emocionales e identificar el

¹⁵ Daniel Golemán, INTELIGENCIA EMOCIONAL, Barcelona

desencadenante: DEJE DE INTERPRETAR LAS EMOCIONES Y SOMETERLAS A CENSURA, CONVIERTA EN UNA COSTUMBRE EL HECHO DE PONER ATENCIÓN A LAS SEÑALES EMOCIONALES QUE SU CUERPO EMITE EN TODO MOMENTO. AVERIGUE QUE DESENCADENA LA SEÑAL EMOCIONAL.

La atención ayuda a sacar el mejor partido posible a las emociones y estados de ánimo. Si se llega a comprender bien los motivos y la influencia que ejercen frente a la persona, se estará en mejor situación para hacer lo correcto. Las emociones básicas como el hambre, la sed, el miedo, la ira, la sexualidad y el cuidado de los niños forman parte del equipamiento emocional de un individuo. Están arraigados biológicamente en la naturaleza humana y forman parte del ser, tanto si se quiere como si no. En cambio el modo en que se manejen este tipo de formas de comportamiento innatas, está en las propias manos, se tiene la libertad de sopesar las diferentes posibilidades de actuación y de decidir de acuerdo con los propios motivos y criterios.

2.13 TERAPIA GESTAL

“La terapia Gestal consiste en entender a otro ser humano en tal forma que le permita ser lo que realmente es, con fundamento en el poder que lo constituye. Es una terapia existencialista que se ocupa de los problemas provocados por la aversión a aceptar la responsabilidad de lo que se es y se hace. El proceso de este tipo de terapia deja el estudio de los datos y de la conducta observable que constituye el fenómeno, en lugar de las propias conjeturas, o las de otras personas. Esta terapia primero diferencia y luego se ocupa de lo que experimentamos, más bien que de lo que pensamos. Esto significa que el terapeuta gestalt se convierte en un catalizador que facilita la percepción del paciente de lo

que existe en el momento, y que frustra todos los intentos de evasión del mismo”¹⁶.

La idea de la Gestalt según Fritz Perls, sugiere dos cosas específicas: completo o íntegro y formación. Se refiere a Gestalt como la unidad definitiva de las experiencias de nosotros mismos es en gran parte física, y en consecuencia depende de la concepción de nuestro cuerpo. Por esto son fundamentales los conceptos de necesidades corporales y de situaciones inconclusas. Al quedar satisfecha la necesidad del organismo, al dar y tomar del medio ambiente, la Gestalt se completa y la situación termina. La conciencia de una necesidad disminuye y después desaparece, y pueden surgir nuevas necesidades. El organismo queda dispuesto entonces a la aparición de otra situación inconclusa y recibir la energía procedente de esa nueva demanda.

El propósito de la psicoterapia es restaurar las partes perdidas de la personalidad y por medio de ella puede recuperarse nuestra experiencia y nuestro funcionamiento rechazado. El terapeuta se dedica con el paciente al proceso de recuperar sensaciones y conducta que el paciente a desechado y que ahora considera que o le pertenecen, hasta que empieza y continúa por su propia cuenta a afirmarse y a actuar como lo haría la persona que realmente es.

2.14 OBJETIVOS

2.14.1 GENERAL

Fortalecer el proceso de recuperación emocional y física de las personas que sufren violencia intrafamiliar y social, con énfasis en las mujeres,

¹⁶ Fritz Perls, TERAPIA GESTAL

mediante un proceso terapéutico psicológico, que lleve a la estimulación de su inteligencia emocional.

2.14.2 ESPECÍFICOS

- Dar atención psicoterapéutica a la población del municipio de Santo Domingo Xenacoj, que presente conflictos emocionales, ya sea que lo solicite personalmente, o que sea solicitado por líderes de la comunidad.
- Guiar a las y los pacientes hacia la identificación de las consecuencias y afecciones emocionales derivadas de experimentar violencia intrafamiliar y social, así como al reconocimiento de las habilidades que posee para afrontarlas (Inteligencia Emocional)
- Brindar capacitación a líderes comunitarios y a estudiantes para prevenir violencia en el hogar y social (desde ya las y los niños y jóvenes deben desaprender los patrones violentos comunes en sus hogares.
- Identificar las problemáticas familiares y sociales que afectan el estado emocional de la población del municipio de Santo Domingo Xenacoj.

2.15 METODOLOGÍA DE ABORDAJE (POR SUB PROGRAMAS)

Para atender a la población se utilizaron la Metodología Cualitativa, Metodología Participativa y la Metodología Analítica.

La metodología cualitativa La investigación cualitativa requiere un profundo entendimiento del comportamiento humano y las razones que lo gobiernan. En otras palabras, investiga el por qué y el cómo se tomó una decisión. Se basa en la toma de muestras pequeñas, esto es la

observación de grupos de población reducidos, como salas de clase, una comunidad, etcétera.

Se caracteriza por:

1. Ser inductiva; como consecuencia de ello, presenta un diseño de investigación flexible, con interrogantes vagamente formulados. Incluso, se pueden incorporar hallazgos que no se habían previsto inicialmente, y que ayudan a entender mejor el fenómeno estudiado.
2. Tener una perspectiva holística, global del fenómeno estudiado, sin reducir los sujetos a variables. Quiere esto decir que la metodología cualitativa no se interesa por estudiar un fenómeno acortándolo, sino que lo estudia teniendo en cuenta todos los elementos que lo rodean.
3. Buscar comprender, más que establecer relaciones de causa-efecto entre los fenómenos.
4. Considerar al investigador como instrumento de medida. El investigador puede participar en la investigación, incluso ser el sujeto de la investigación, puesto que se considera la introspección como método científico válido.
5. Llevar a cabo estudios intensivos a pequeña escala. No interesa estudiar una población representativa del universo estudiado, como plantea la metodología cuantitativa, sino analizar pocos sujetos en profundidad.
6. No proponerse, generalmente, probar teorías o hipótesis, sino más bien generarlas y abrir futuras líneas de investigación.

Metodología Participativa

Se la define como proceso: dinámico, educativo, colaborador y continuo de investigación-intervención-participación, de reflexión-acción-reflexión. El fin último de este tipo de investigación es la búsqueda de cambios en la comunidad o población para mejorar sus condiciones de vida.

Entre los Objetivos de la metodología participativa se encuentran: identificar y satisfacer necesidades específicas de los participantes; sensibilizar y promover la reflexión y la toma de conciencia sobre las problemáticas y los recursos. Promover o aumentar la conciencia crítica socio política. Desarrollar metas y métodos; recolectar y analizar datos; evaluar las consecuencias de la intervención asegurando la permanencia de las prácticas realizadas en la comunidad; desarrollar investigaciones y producir conocimiento. Facilitar y promover proyectos de acción que transformen los problemas y las condiciones que afecten la salud, promuevan el bienestar, así como el cambio en la vida y la calidad de vida de los involucrados y otros tipos de cambios y/o transformaciones (sistémicos, comunitarios, sociales, políticos o estructurales-emancipadores) a través del desarrollo integral y el fortalecimiento (y/o empoderamiento) —individual, grupal o comunitario—, del comportamiento político, de la participación ciudadana democrática, de la planeación estratégica.

Metodología Analítico, es un procedimiento que descompone un todo en sus elementos básicos y, por tanto, que va de lo general (lo compuesto) a lo específico (lo simple), es posible concebirlo también como un camino que parte de los fenómenos para llegar a las leyes, es decir, de los efectos a las causas.

Para el objetivo primordial de conocer la realidad —proceso de la cognición humana— es claro que estos procedimientos analíticos precisan de su complemento: la recomposición o síntesis. Al

descomponer —analizar— la realidad, se le está *deconstruyendo*, razón por la cual es necesaria su *re-construcción* a partir de la síntesis.

La metodología analítica es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos. Ramírez propone cuatro procesos que permiten aproximarnos a los diversos niveles de un discurso. Estos son: *entender, criticar, contrastar e incorporar*.

Entender se relaciona con una captación intelectual, criticar se refiere a las comparaciones realizadas en el plano del discurso en sí mismo, contrastar tiene que ver con los efectos que produce el discurso en la experiencia, e incorporar nos habla de llevar al cuerpo, asimilar un discurso, apropiarse del mismo, convirtiéndolo en una cualidad.

En el Centro de Salud de Santo Domingo Xenacoj, el Ejercicio Profesional Supervisado se concretizó de la siguiente manera:

SUBPROGRAMA DE SERVICIO

Se brindó Terapia psicológica, a todas aquellas personas que solicitaron ayuda por sí mismos(as) o que fueron referidas tanto por líderes educativos como religiosos y comunitarios, por problemas de violencia, en base al siguiente proceso:

- Identificación y atención psicológica de las mujeres, niñez y juventud que viven la problemática de violencia intrafamiliar y social, según su historial clínico.
- Entrevista de evaluación psicológica y aplicación de pruebas proyectivas.

- Análisis de los casos referidos o que soliciten ayuda para determinar si amerita el seguimiento terapéutico.
- Adecuación e implementación del tipo de terapia para cada paciente. (terapia de apoyo, Terapia Gestal)

A las y los pacientes se les dio terapia de apoyo individual y se les encaminó al conocimiento y enfrentamiento de sus propias emociones mediante experiencias existenciales que las llevaron a estimular su inteligencia emocional como mecanismo para adquirir la capacidad de resolver su problema de violencia.

SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

Se dieron espacios de formación e información para la prevención de la violencia intrafamiliar y otros temas relacionados, a distintos sujetos del municipio.

- Formación dirigida al personal del centro de salud sobre temáticas de inteligencia emocional y su aporte a elevar la autoestima de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.
- Formación dirigida a las y los docentes de todos los niveles del sistema educativo municipal (preprimaria primaria básico) para la prevención de violencia y otros temas solicitados.
- Formación a estudiantes de nivel básico de los distintos centros educativos que operan en el municipio, en temas enfocados a la prevención de violencia y otros temas de su interés.
- Formación a padres de familia de distintos centros educativos públicos y privados que operan en el municipio, sobre como apoyar a sus hijos en caso de violencia y otras temáticas que fueran requeridas.

SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

Con el propósito de conocer e interpretar la cultura de violencia que se da en el municipio de Santo Domingo Xenacoj, mediante:

- Mapeo de actores, recursos, relaciones, organizaciones, valores y cultura propia del municipio.
- Entrevistas a líderes comunitarios, personal del centro de salud, a las mismas mujeres que requieren el servicio, para comprender la cultura de violencia que se vive en las familias de municipio.
- Sistematización de información

CAPITULO III

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA

3.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

En la clínica de atención psicológica del Centro de Salud de Santo Domingo Xenacoj, que funcionó en el horario de 8:00 a 12:00 horas, de lunes a viernes, se atendieron un promedio de 350 pacientes en el período comprendido del mes de febrero al mes de noviembre del año 2,013; la población atendida se concentró en grupos vulnerables tales como: mujeres, niños/niñas y jóvenes.

Se ha de resaltar, que la apertura de la clínica de atención psicológica, evidenció la gran necesidad de este servicio para la población, reflejado en la demanda, pues diariamente se atendieron de 4 a 8 personas. Líderes docentes, comunitarios y religiosos, mostraron un rápido interés y permitieron la coordinación de esfuerzos tanto para la referencia de personas con necesidades de atención, como para la orientación y capacitación, según necesidades de la población. Debe mencionarse que

en este municipio y el centro de salud particularmente, no contaba con este tipo de servicio, por lo que los pacientes, eran referidos al vecino municipio de Sumpango, Sacatepéquez.

Se clasificó la atención a tres grandes grupos prioritarios: Las Mujeres, los jóvenes, los niños y niñas.

Atención a las Mujeres:

La mayoría de mujeres se presentaban a la clínica por decisión propia en busca de ayuda, ante el problema del stress, derivado de situaciones de violencia vividas en sus hogares por parte del conyugue, las y los hijos, los suegros, cuñados, e incluso de la otra pareja del esposo, producto de la infidelidad, manifestadas en abusos físicos, emocionales, sexuales y económicos.

Las mujeres que se sometieron a un proceso de apoyo psicoterapéutico completo, que en promedio requirió de 8 a 10 sesiones, alcanzaron satisfactoriamente un estado emocional fortalecido y la capacidad de tomar nuevas decisiones que las llevaran a una mejor calidad de vida; decisiones que variaron desde: la separación o alejamiento total del agresor; el establecimiento de límites; el cambio de patrones y costumbres violentas del hogar; la integración a grupos sociales y en su realización personal como mujer, en todos los ámbitos de su interés.

Como se mencionó anteriormente, el apoyo psicoterapéutico se brindó de forma individual, en un período de 8 a 10 sesiones de una hora de duración, una vez por semana, de manera continua y en casos alto riesgo para la paciente, dos veces por semana (intentos de suicidio en jóvenes, estados depresivos severos). El proceso clínico de cada una, inició con la escucha de la situación o historia personal, la identificación

del problema y confrontación de las emociones derivadas del mismo y la identificación de las causas del problema.

Es importante referir, la identificación que las propias mujeres atendidas hacen, de que su situación de violencia, tiene orígenes a muy temprana edad, desde sus propios hogares paterno-maternos, por patrones de conducta que vuelven "aceptable" la convivencia familiar violenta y la reproducción misma de dichos patrones, en el seno familiar.

El aspecto anterior dificultó a las mujeres violentadas reconocer los sentimientos de enojo, frustración, tristeza, dolor, culpa, etc. Sentimientos que se convierten con el tiempo en los directores del sentido de vida de las mujeres en mención y su comportamiento.

Durante el proceso terapéutico al que fueron sometidas, se identificaron y se confrontaron cada uno de los sentimientos vividos (estimulación de su inteligencia emocional), lo cual les fue permitiendo encontrarse con el problema ante el que se encontraban (la situación de violencia) y buscar soluciones.

Cuando se observaba fortaleza emocional en las mujeres, se intentó conformar un grupo psicoterapéutico de apoyo, pero en ellas, por ser víctimas de violencia prevalece la desconfianza o la vergüenza ante otras mujeres, lo cual limita su interés en conformar grupos de autoayuda.

Atención a Jóvenes:

El segundo segmento poblacional atendido desde la clínica de atención Psicológica, fueron jóvenes hombres y mujeres referidos por sus propios

padres o por las instituciones educativas en que estudian. Los problemas que alarman a las y los adultos y que los hicieron solicitar ayuda para los jóvenes son: intentos de suicidio, deserción escolar, conductas violentas, conductas auto-destructivas, aislamiento social, agresión a otros, embarazos prematuros, relaciones amistosas o amorosas con personas negativas involucradas en drogas, violencia, alcoholismo, prostitución, acoso escolar, acoso cibernético, etc.

El 95% de las y los jóvenes referidos a la clínica, aceptó recibir ayuda mediante un acompañamiento psicológico de no más de cinco sesiones; el 5% restante que no aceptó recibir apoyo, corresponde a los jóvenes agresores de los centros educativos. Con algunos de ellos se inició un grupo de apoyo, posterior a su terapia individual ya que en ellos y ellas hay condiciones de mayor confianza para trabajar grupos de autoayuda pues necesitan identificarse, aprender y apoyar a jóvenes con problemas comunes al de ellos y ellas. Al escuchar las historias clínicas, se pudo observar las situaciones de desintegración familiar, violencia, pobreza y alcoholismo que estos jóvenes tienen que enfrentar; por lo que el proceso de apoyo emocional fue encaminado al desahogo, aceptación, sanación de heridas, fortalecimiento de estima propia con la intención de que en el proceso de fortalecimiento personal, vivan en la esperanza e inspiración de una vida distinta, que los lleve a tomar decisiones diferentes a la que han tomado, como medida de escape para, según ellos, salir de sus problemas.

Se atendió a jóvenes, víctimas de Bullying del nivel de Educación Básica y en las consultas de información de situación, se evidenciaron como características constantes de las y los agresores, la desintegración familiar, el alcoholismo y la drogadicción en el hogar, el pasar mucho tiempo a solas y sin el cuidado o supervisión de un adulto, la necesidad de ser aceptados en un grupo. En contraposición, las características

constantes de las y los jovencitos acosados eran, la pertenencia a familias integradas, buenos resultados en lo académico, buen comportamiento social, introvertidos y en algunos casos con características físicas diferentes a la norma (muy altos, muy bajos, tartamudez o sordera)

Atención a Niños y Niñas:

El alto porcentaje de niñez atendida, fue referida por los centros educativos por bajo rendimiento escolar, agresión constante hacia sus compañeros, pérdida de la atención o situaciones familiares de conflicto que eran del conocimiento del maestro. Para atender a la niñez siempre se involucró a los padres y madres de familia, acción que si tuvo respuesta en la mayoría de los casos.

Atención a Hombres adultos:

Se atendió a hombres con problemas de alcoholismo quienes se acercaron a solicitar ayuda psicológica. Se atendieron también procesos de duelo por muerte o por escapes de hijos, hijas o esposos.

3.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

Se informó sobre el tema de violencia intrafamiliar a las personas que asistían al Centro de Salud mientras se encontraban en la sala de espera, así como en las jornadas de salud organizadas por el centro o por las estudiantes de enfermería, a través de trifoliales, conferencias, películas, etc. Cada espacio informativo atrajo un promedio de tres mujeres en busca de apoyo psicológico, al identificarse como violentadas.

Se elaboró y distribuyó un trifoliar informativo, elaborado para generar conciencia de los problemas de violencia que se viven y de los

mecanismos de apoyo que están a disposición de las personas violentadas para eliminar cualquier expresión de violencia intrafamiliar.

Derivada de la constante referencia de jóvenes acosadores o acosados en los centros educativos del municipio, se realizaron eventos de sensibilización tanto a docentes, como a líderes comunitarios de lo delicado del problema, organizando y llevando a cabo la semana informativa del BULLYING o acoso escolar, dirigida a personal docente de todos los niveles educativos y a estudiantes del nivel básico.

En coordinación con el gobierno municipal y de la Coordinadora Técnica Administrativa de la región, se extendió la convocatoria y los permisos necesarios para el efecto. Se contó con la participación de 240 docentes de los niveles de primaria, básico y diversificado de los centros educativos públicos y privados de Xenacoj, así como 400 estudiantes del nivel básico.

Se distribuyó la atención, a maestros los dos primeros días de la semana de la campaña contra el bullying y a estudiantes los últimos tres. Con las y los docentes se trabajó en qué consiste el problema del Acoso Escolar (Bullying), las características conductuales del agresor, del agredido y de los cómplices, se elaboró un diagnóstico del problema en los centros educativos del municipio, se hizo énfasis en las conductas con las que el docente refuerza las acciones violentas y las que debe tener para erradicar el problema.

Con la asistencia del 90% de los docentes convocados, se elaboraron compromisos institucionales como la creación de espacios de atención del bullying en los centros educativos y se inició una coordinación interinstitucional de prevención y atención de la violencia.

En el taller de Bullying dirigido a estudiantes de todos los centros educativos del nivel básico del municipio, se trabajó la identificación y conocimiento del problema por parte de ellos mismos, las características de los agresores, del estudiante a quien elige agredir, las consecuencias que el acoso trae para las vidas de las y los implicados, así como las formas en que pueden obtener ayuda. Al finalizar, los jóvenes sintieron la confianza de denunciar nuevos casos de acoso escolar y solicitar ayuda.

60 padres y madres de familia del Colegio Santo Domingo y 200 de los institutos de educación básica, fueron informados sobre el problema del acoso escolar, con la intención de alertarlos para que ellos mismos asumieran su rol de protectores y de apoyo a sus hijos e hijas.

Con estos sujetos se compartió el trífoliar informativo sobre el tema de Bullying o acoso escolar, como mecanismo de prevención de la violencia.

Se impartió, de manera particular dos talleres sobre cómo entender a las y los adolescentes. Un evento educativo con 13 docentes y la directora del colegio Santo Domingo y el otro con 20 maestros del instituto nacional de Educación básica.

Con 6 enfermeras, dos médicos y un técnico en salud, todos trabajadores del Centro de Salud, se realizó un taller de relaciones interpersonales, y otro sobre el manejo e identificación de las emociones de los pacientes.

3.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

Se realizó un mapeo general de Santo Domingo Xenacoj el cual permitió conocer al municipio desde su historia, su cultura, su economía, su organización social, sus costumbres, entre otros. Para ello la

investigación bibliográfica y el diálogo con líderes comunitarios y personas adultas de la comunidad, fueron el instrumento de información.

Para conocer la problemática social de Xenacoj se realizó investigación bibliográfica, se entrevistó a líderes comunitarios, se sostuvo diálogos con la población adulta y la población joven, y se observó la forma de vida de la población, también las historias clínicas de los pacientes atendidos fueron un instrumento de información. Las referencias de los docentes fueron un referente importante, así como los encuentros de capacitación con los estudiantes y los maestros.

La entrevista se basó en cinco preguntas las cuales fueron: ¿Cuál considera que son los principales problemas que viven las familias del municipio? ¿Qué miembros de las familias tienden a emigrar del municipio? ¿Cuáles son las causas de migración en cada uno de los miembros que mencionó? ¿Cuáles son los principales problemas sociales que afrontan la niñez y la juventud del municipio? ¿Con qué espacios de recreación cuenta la niñez y juventud del municipio?

De la primera pregunta ¿Cuál considera que son los principales problemas que viven las familias del municipio? las respuestas más repetidas fueron, la violencia en los hogares, la desintegración familiar, la pobreza, la realidad de que los hijos e hijas se mantienen solas en sus casas porque ambos padres salen a trabajar desde muy temprano y regresan muy tarde, el alto porcentaje de mujeres que se encuentran solas con sus hijos ya que el esposo vive en Estados Unidos, el alcoholismo en hombres adultos principalmente, pero también en mujeres y en adolescentes.

De las preguntas, ¿Qué miembros de las familias tienden a emigrar del municipio? y ¿Cuáles son las causas de migración en cada uno de los

miembros que mencionó? es una general que los padres de familia emigran a EEUU para tener mayores ingresos económicos, pero luego forman nuevas familias y abandonan a sus esposas e hijos de Xenacoj. Se rescató así mismo que los jóvenes no desean estar en el pueblo porque no hay fuentes de desarrollo y lo consideran aburrido, por lo que emigran a la capital u otros departamentos aledaños, en busca de mejores oportunidades y distracciones sociales.

De la pregunta, ¿Cuáles son los principales problemas sociales que afronta la niñez y la juventud del municipio? se observó que la violencia escolar es un problema muy fuerte, jóvenes acosando y agrediendo constantemente a estudiantes con características de timidez, discapacidad física, conductas correctas ante la sociedad y buenas calificaciones. Así como que delincuentes sociales y traficantes de drogas se aprovechan de esta problemática para sus propios fines, identificando y utilizando a la juventud violenta de los centros educativos para situaciones de violencia social mayores, como: amenazas, extorsiones o tráfico de drogas. Otro problema grave que vive el municipio es el robo de niños de los brazos de su propia madre, o de niños que acostumbran andar solos en la calle sin ninguna supervisión de un adulto, los cuales son observados con anterioridad por los delincuentes. La población es vulnerable a ser violentada, la niñez se encuentra en constantes peligros de robos y desapariciones, e involucramiento en grupos delictivos.

Las cantinas clandestinas para el consumo de los jóvenes y adolescentes, son una manifestación del utilitarismo que se le da a la problemática del alcoholismo que se vive en el municipio. Sus consecuencias son alarmantes observándose el incremento de los niveles de violencia dentro de las familias, las violaciones sexuales, las enfermedades hepáticas, el desempleo por la irresponsabilidad a la que

se llega, ya han vivido varios casos de suicidio por las depresiones a las que se puede llegar cuando el nivel de alcoholismo es muy grave. El alcoholismo es un grave problema de la población, que ataca no solo a la población masculina, si no a las mujeres, a la juventud y a los adolescentes.

A la pregunta, ¿Con qué espacios de recreación cuenta la niñez y juventud del municipio? respondieron la falta total de espacios de recreación. Los servicios de internet son los que se han apoderado del tiempo libre de la niñez, adolescencia y juventud, sin orientación y restricción de espacios dañinos a su salud mental. Para esta población si fue muy importante el programa de Escuelas Abiertas que funcionó en el gobierno del Lic. Álvaro Colom, el cual funcionaba con espacios recreativos y de aprendizaje durante los fines de semana, para todo el que quisiera asistir. La otra actividad a la que se dedica la población en su tiempo libre es a ingerir alcohol en las tiendas. Si existen grupos juveniles e infantiles en las iglesias y cuentan con las canchas municipales las cuales no son muy frecuentadas.

3.4 OTRAS ACTIVIDADES Y RESULTADOS

Elaboración y distribución de dos trifolios informativos: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Y BULLING, estos generaron el acercamiento de personas a buscar aclaración y ampliación de información así como ayuda psicológica.

Gestión y coordinación con la municipalidad del municipio y el sector educativo, lo cual permitió el alcance de la población atendida. No solo la población manifestó gran interés, si no que los líderes comunitarios apoyaron la organización y la convocatoria de los eventos.

Registro de pacientes atendidos y actividades realizadas por psicología en el SICSSA control que lleva el Centro de Salud y que permitió la concentración y el ordenamiento de datos de la atención en salud del municipio.

Participación en actividades de formación organizadas por la coordinación del distrito de salud en los temas de atención a niñez violentada, lo cual permitió el conocimiento de los protocolos de atención a niñez violentada en los centros de salud.

Participación en discusión y manejo de casos de atención psicológica con un especialista que concentra a los estudiantes y epesistas que realizan el Ejercicio Profesional en el sector IV de salud, una vez al mes. Este espacio permitió dar solución colectiva a ciertos casos que se presentaban en los diferentes centros de salud.

Apoyo a centros educativos en reuniones de padres de familia para impartir temas solicitados por los establecimientos: Violencia escolar, bajo rendimiento académico y sus causas, etc.

CAPITULO IV

ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

4.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

La población en general, fue muy receptiva al apoyo psicológico, lo cual permitió la atención a un número considerable de mujeres adultas, jóvenes adolescentes y niños, así como un pequeño número de varones. Es una población fértil al campo de la psicología, porque la necesidad de apoyo en esta rama es grande, así como, porque la población visualiza

la necesidad de ayuda psicológica y cree en ella, pero, por el nivel económico bajo de la mayoría de las familias, no buscan esta atención.

La estimulación de la inteligencia emocional de las mujeres que sufren violencia en alguna de sus manifestaciones, psicológica, física, sexual, económica, permitió el fortalecimiento de la estima propia, la superación y confrontación de las emociones negativas por las que atraviesa, así como la toma de decisiones para llevar una vida diferente. El ejercicio de enseñar a identificar comprender y manejar las propias emociones, es una práctica que debiera implementarse con mayor intensidad como un mecanismo de prevención de la violencia.

Las mujeres atendidas, viven con un nivel bajo de autoestima que les hace creer que ellas deben aguantar las situaciones de violencia hacia ellas por ser mujeres, y pasan por el sentir de diferentes emociones que generan en ellas conductas destructivas, por ejemplo: enojos que se convierten en actividades agresivas hacia ellas mismas, hacia los hijos o hacia la pareja; tristeza extrema, que se convierte en aislamiento familiar y social, depresión, descuido personal y familiar; frustración, que se convierte en pérdida de ilusiones, de sueños, de creatividad en la vida, etc.

El ir sanando y superando cada una de las emociones mencionadas, va generando en la mujer nuevas energías emocionales que le permiten mejorar su estilo de vida.

La población joven es más fértil a la estimulación de su inteligencia emocional lo cual permite facilidad en la solución de los conflictos, así como mayores oportunidades. La población joven de Santo Domingo Xenacoj se encuentra muy vulnerable a la violencia en el hogar, en los centros educativos y en las calles del municipio. Las y los agresores atacan a sus víctimas desde su situación de poder, sus necesidades de

aceptación social, sus características físicas cuando tienen algo diferente a los demás o sus necesidades económicas. Los jóvenes agredidos tienden a aislarse, autolacerarse, mostrar conductas agresivas y/o sumergirse en el alcoholismo que es una característica negativa de la población de Xenacoj.

La atención psicológica que se les brindó los llevó al desahogo de las emociones negativas que viven constantemente, tristeza extrema, enojo, sentimientos de abandono o de poca importancia para sus figuras paternas o amistades importantes. El reconocimiento del valor personal, fue un punto clave de recuperación emocional para estos jóvenes, ya que no en todos los casos fue posible el logro del acercamiento y entendimiento afectivo entre ellos y sus padres.

Los casos de jóvenes atendidos por intentos de suicidio facilitaron su recuperación en la medida en que los progenitores o encargados se integraron al proceso terapéutico. Aunque las formas de intento de quitarse la vida fueron diferentes, entre estas: tirarse de un barranco, ahorcarse, cortarse las venas o amenazar constantemente, las características de estos jóvenes adolescentes eran similares. Es decir mostraban rasgos de personalidad de sumisión, timidez, los padres o la madre con actitudes autoritarias extremas, poca o nula tolerancia y al mismo tiempo ausentes de casa la mayor parte del tiempo por el trabajo. Coincidieron también en que se sienten solos, poco valorados por sus padres, nada comprendidos, y en que el problema en el que se encontraban cuando decidieron atentar contra su vida era sentimental, una relación virtual o presencial, con una o un joven que decidió terminarla. El proceso de acompañamiento psicológico de estos jóvenes fue más intenso que el de los demás pacientes, se recibían dos veces por semana, se llevó a la identificación del problema, al reconocimiento de las emociones negativas que este les genera y a la estimulación de

los deseos de vivir al encontrar nuevos motivos de vida mediante el reconocimiento de los aspectos positivos de su vida, los anhelos de su corazón. El sentirse escuchados, comprendidos e importantes para sus padres fue el elemento más importante de recuperación, es por eso que a los progenitores de estos jóvenes se les involucró en el proceso.

El identificar problemas similares a los propios en otros jóvenes también es una herramienta de apoyo importante. Las y los jóvenes mostraron interés en la conformación de grupos de apoyo psicoterapéuticos, al intencionar el encuentro con otros jóvenes primero para realizar tareas comunitarias desde el centro de salud, como elaboración de material didáctico informativo sobre el Bullying, ayuda en la logística de los encuentros de formación con docentes y estudiantes, distribución de trífolios, todos orientados por psicología para su conocimiento. La experiencia permitió el compartir con jóvenes semejantes a ellos así como el interés de formar grupos de apoyo.

En el caso de las y los estudiantes atendidos por violencia escolar (Bullying) se estimuló en el agredido la identificación de las emociones negativas que le genera el vivir esta experiencia de violencia, lo cual los llevó a identificarla como un problema y no como una forma normal de vida. Al superar esta primera etapa, se estimuló la valorización personal, el reconocimiento de sus virtudes, capacidades y necesidades, lo que les llevó a enfrentar al agresor de manera diferente. Se orientó a los docentes encargados quienes dieron seguimiento y acompañamiento a la problemática en los centros educativos. En el caso de los estudiantes identificados como agresores, aunque se identificó la problemática familiar y social que viven no fue posible dar acompañamiento psicológico por qué no se presentaron a las citas establecidas con los docentes que los refirieron, no así en el caso de los estudiantes cómplices, quienes en su totalidad asistieron, aceptaron sus

responsabilidades y llevaron un proceso de acompañamiento psicológico que los llevó al reconocimiento de sus conductas negativas como una expresión de la necesidad de ser aceptados en el grupo, en ellos también se trabajó el fortalecimiento del valor personal y se dio orientación a los padres de familia que los acompañaron constantemente.

La niñez atendida por bajo rendimiento escolar fue evaluada, y según el caso, referida a una especialidad de atención, esto en los casos de problemas visuales, auditivos o de discapacidad mental. Los casos que se atendieron en la clínica fueron los que su problema de atención y rendimiento escolar era derivado de conflictos emocionales, causados por situaciones familiares (violencia, alcoholismo, acoso o violación sexual, abandono, etc.) El 99% de los casos respondió a la exigencia de acompañamiento de los padres de familia y de los docentes encargados. En un solo caso los padres no se presentaron, por lo que se estimuló su estima propia, así como sus habilidades cognitivas dándole educación especial.

Los hombres adultos que se atendieron por problemas de alcoholismo se acercaron por interés propio, se sometieron a un proceso terapéutico que inició con terapia de shock para luego llevarlos al reconocimiento personal de que se encontraban ante un problema. También se les condicionó la terapia psicológica, a la integración de un grupo de alcohólicos anónimos y a otras actividades sociales, religiosas o deportivas.

4.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

Las actividades de información a la población que asiste al Centro de Salud se realizaron a los grupos que se formaban en la sala de espera, acción para la cual ya están acostumbrados porque es un mecanismo

pedagógico que utilizan médicos y enfermeras de Xenacoj para mantener a la población informada de diferentes temas de salud. En caso de la clínica psicológica esto fue un desencadenante a que mujeres y jóvenes buscaran ayuda en esta especialidad. Informar a la población les permite una nueva visión ante temas tabú en una comunidad, como es el caso de la violencia intrafamiliar, que generó la curiosidad por hablar del tema y buscar ayuda.

El Centro de Salud literalmente obliga a la población a formarse ya que no permite que reciban el servicio médico que buscan, si no participan de algún espacio informativo determinado.

La experiencia de talleres dirigidos al personal docente permitió la valoración del compromiso educativo social que tiene la población docente del municipio y su interés por involucrarse en procesos de ayuda y cambio para la población más joven. Participaron los docentes de todos los niveles y centros educativos del municipio.

Se evidenció entusiasmo, deseo de superación y compromiso social, así como la necesidad de conocer más la psicología de la niñez, la adolescencia y la juventud. Los líderes educativos buscaron el apoyo de psicología como un medio de orientación al magisterio, bajo la preocupación del no saber qué hacer ante el hecho de que en la mayoría de los casos de bajo rendimiento, problemas de conducta o deserción escolar; se encontraban ante la variable de vivencias traumáticas por violencia familiar y/o social, o carencias afectivas de los estudiantes. Es por eso que se priorizaron temáticas y aunque la organización de cada evento fue apoyada en su totalidad, psicología no se dio a basto para cubrir las demás necesidades manifestadas por los docentes y observadas en psicología; como orientación vocacional, problemas de

aprendizaje, resolución de conflictos, técnicas de acercamiento emocional con los estudiantes, etc.

El taller de Violencia Escolar (Bullying) con docentes, fue impulsado por la clínica psicológica y acreditado por las entidades municipales y educativas. Se intencionó la participación de maestros y maestras de forma lúdica, lo cual evidenció la información errada sobre el tema, el desconocimiento del papel tan importante que el docente juega para la confrontación del Bullying en los centros educativos, así como la cultura de competitividad que se vive entre profesionales de la educación. El taller generó la discusión sobre la realidad de violencia escolar en cada establecimiento, la cual es alarmante, así como la toma de decisiones y el establecimiento de acciones concretas para erradicar el problema.

Entre las acciones que se definieron tenemos; la obligación del acompañamiento constante de los educadores a los estudiantes ya que la principal acción generadora de violencia escolar, es la carencia de autoridades y de acciones disciplinarias, sobre todo en el tiempo de recreo, entradas o salidas del establecimiento.

La definición de actividades preventivas así como de resolución del problema ante acciones de violencia dadas, que incluya el cumplimiento de acciones disciplinarias.

También se determinó la importancia de generar actividades recreativas dirigidas, de aprendizaje intencionado en los temas de autoestima, valoración personal, convivencia grupal, derechos humanos, valores humanos, entre otros, en sus centros educativos. Así como la importancia de conformar grupos disciplinarios de jóvenes que apoyen a los centros educativos.

Entre las conclusiones a las que los docentes llegaron durante el desarrollo de la campaña contra el Bullying, también visualizaron la importancia de crear una red de seguridad interinstitucional, así como de involucrar en el problema a las autoridades municipales.

Este espacio de formación al magisterio del municipio fue evaluado positivamente, tanto por los participantes, como por las autoridades de salud y municipales.

Los talleres de Violencia Escolar (Bullying) dirigido a jóvenes motivaron el interés y la participación de los estudiantes, quienes identificaron la situación como un problema y obtuvieron confianza para denunciar o solicitar ayuda. Durante el desarrollo de los talleres a estudiantes se contó con el acompañamiento de sus profesores lo cual se coordinó desde la convocatoria, esto evidenció la entrega y compromiso de los docentes del nivel básico. La juventud de Xenacoj pide mayor acompañamiento y comprensión por parte de los docentes hacia ellos, porque según manifestaron, muchas veces ni siquiera se sienten escuchados, se evidenció también que es mucho el tiempo en que se quedan solos ya que durante el tiempo de estudio, por una u otra razón el maestro no se encuentra dentro del aula, por lo que el agresor y sus cómplices se aprovechan para cometer sus fechorías, las cuales son grabadas por ellos mismos en sus teléfonos en muchos de los casos.

El tema de la Violencia Escolar no debe tratarse únicamente desde la psicología, sino debe trabajarse las normas de conducta y su cumplimiento, el papel del docente, y el involucramiento de las autoridades locales. Esta afirmación se evidenció al término del desarrollo de los talleres.

Las charlas a padres de familia fueron bien recibidas y atendidas por los mismos. Generaron la ruptura del silencio ante problemas de violencia

en el hogar y escolar, la búsqueda de ayuda, así como la necesidad de dar más acompañamiento a sus hijos. Quedó el interés de que psicología llegara a varios espacios de padres de familia, que no fue posible por el término del tiempo del Ejercicio Profesional Supervisado.

El taller sobre cómo comprender a los adolescentes, fue participativo e intencionó y logró el entendimiento de los estudiantes, desde el reconocimiento de las propias características vividas durante la etapa de la adolescencia de los maestros. Este taller permitió un mayor acercamiento a la realidad del joven adolescente de Santo Domingo Xenacoj y lo que son capaces de hacer para sentirse importantes en la sociedad, por ejemplo: aceptar las modas condicionantes de relaciones sociales, como el intercambio de tapitas de gaseosas por besos con el que se lo obsequia a la señorita sin dar opción de decir no si ella lo toma en sus manos, o el intercambio de botellas de bebidas energizantes, por relaciones sexo genitales obligadas a la jovencita que recibió el envase aún que esta no supiera nada del significado de recibirlo.

Los trifoliales informativos de violencia familiar y de violencia social, permitieron un mayor acercamiento a la población y generaron la búsqueda de ayuda. El centro de Salud y la municipalidad apoyaron la elaboración de los materiales, mas no fue suficiente para alcanzar un mayor número de personas.

4.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

Se observó un pueblo pequeño con grandes problemas familiares y sociales. De riqueza cultural que se aprovecha muy poco, y visión corta de productividad y desarrollo. Como en muchos poblados, manejado por el poder e interés económico que beneficia a unos pocos aunque se visualice al mismo tiempo pobreza en la mayoría de sus familias.

La mujer desvalorizada por su género, aunque esté sufriendo, se encuentra acostumbrada y resignada a ser violentada.

Culturalmente la población del municipio da poder al hombre para decidir sobre la mujer, así como darle malos tratos. Algunos líderes religiosos refuerzan esta afirmación así como la actitud de aceptación y resignación ante la misma.

Los ancianos de las familias se ven obligados a dejar herencia a todos sus hijos como parte de sus costumbres, aunque esto implique endeudarse o quedarse sin nada en vida, esto hasta en las familias más pobres. En las viviendas habitan familias extendidas, es decir viven los abuelos, los padres, los hijos con sus esposas, etc.

La violencia en los hogares se agrava ante el problema de alcoholismo que se vive, los hombres cabezas de hogar llegan a sus casas trastornados por el licor, llevando sus expresiones violentas al grado de golpes y abusos físicos a la esposa y los hijos, acciones que además de ser de alto riesgo para sus vidas, y aunque no son aceptadas por la niñez y juventud se convierten en patrones de conducta que se repiten de generación en generación y que se extiende a mujeres adultas, madres de familia y a jóvenes.

Las cantinas son una de las principales distracciones de la población, existen en gran cantidad, unas autorizadas y otras de funcionamiento clandestino para la población joven. El alcoholismo es una de las principales causas de la desintegración familiar que vive la población de Xenacoj, la cual las convierte en familiar disfuncionales por las situaciones de violencia, pobreza, temor, que genera. Se observa entonces hijos temerosos, sumisos, introvertidos, con tendencias depresivas.

Existen también familias que se convierten en disfuncionales por la falta de presencia de los padres, quienes salen de la casa durante todo el día a trabajar. Los hijos deben resolver solos sus problemas, no tienen apoyo ni orientación y son más vulnerables a los peligros.

La falta de la figura paterna en el hogar afecta el desarrollo de los hijos, esta es una cotidianidad para las familias en las que el padre se fue a Estados Unidos para generar más ingresos, lo cual es muy común en Xenacoj. Solo la falta en si del padre es un problema, pero se incrementa ante el abandono parcial o total de algunos que conforman nuevas familias, lo que les limita el cumplimiento de las responsabilidades afectivas, económicas y sociales con sus esposas e hijos. Lo anterior genera trastornos emocionales, así como problemas familiares y sociales en los miembros de la familia.

La situación de pobreza en la que viven las familias del municipio y la falta de oportunidades de desarrollo para la juventud, son las principales causas de emigración de padres de familia e hijos jóvenes. La migración por cualesquiera sea la causa, desintegra los hogares y este hecho desencadena grandes problemas psicológicos y sociales para los miembros de la familia.

La niñez y la juventud no solo vive violencia en sus hogares, sino que también en los centros educativos a los que asisten, la mayoría no comenta este problema por temor a represalias o al cumplimiento de amenazas que recibe de su agresor. Esta situación lleva al aislamiento social, la deserción escolar, la autolaceración o el deseo de quitarse la vida. La participación de los estudiantes que deciden ser cómplices ya sea para ser aceptados en un grupo determinado, o para evitar ser ellos los agredidos también les provoca problemas psico-sociales. Tanto el

agresor como el agredido y el cómplice, se convierten en víctimas, de sus propias acciones o de las de otros, pero necesitan apoyo.

La facilidad de acceso a los servicios de internet, se ha convertido en el mayor distractor para la población joven, lo cual es un grave problema debido a que no existe orientación ni restricción sobre su uso, así como porque estamos ante una población joven necesitada de afecto y reafirmación personal, lo cual nos convierte en vulnerables al peligro de la delincuencia y maldad cibernética.

La falta de espacios de recreación sanos dificulta el desarrollo de la salud mental de la población y pareciera ser un tema al que las autoridades municipales y educativas dan poca importancia, sin dimensionar lo significativo que sería para la prevención y rehabilitación de problemas emocionales y sociales.

El municipio es tierra fértil, necesitada y deseosa de ayuda, existen muchas temáticas pendientes de orientar, los líderes comunitarios reconocen sus necesidades y solicitan apoyo.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

5.1.1 Conclusiones Generales

- La población del municipio de Santo Domingo Xenacoj carece del servicio de atención psicológica y posee fuertes problemas emocionales derivados de las problemáticas familiares y sociales que vive.

- La violencia hacia la mujer es una práctica común en el municipio de Santo Domingo Xenacoj, así como las prácticas constantes de violencia intrafamiliar y violencia social.
- El conocimiento de las propias emociones que maneja una mujer ante las actitudes violentas que recibe en el hogar (miedo, ira, coraje, tristeza, culpa) le permiten llegar a entender la violencia en la familia como un problema y no como una manera común de vida.
- El que una mujer violentada analice e identifique determinadas prácticas cotidianas como acciones que le provocan sentimientos negativos, la llevará a comprender que tales son acciones violentas que no deben ser aceptadas por el daño que le provocan.
- Una mujer que maneja inteligentemente sus emociones, es capaz de afrontar de mejor manera las situaciones de violencia que vive diariamente.
- La población joven es una tierra fértil a la enseñanza y estimulación del uso de su inteligencia emocional.
- El que una adolescente o joven violentada analice e identifique las prácticas cotidianas, y la visualice como acciones que le provocan sentimientos negativos, la llevará a comprender que tales son acciones violentas que no debe aceptar por el daño que le causan, lo cual le facilitará la decisión de buscar apoyo y prevenir reacciones negativas que la lleven a dañarse a sí misma.

5.1.2 Subprograma de Servicio

- El espacio terapéutico de la clínica de psicología que se implementó fue muy solicitado y aceptado por la comunidad.

- Mujeres que sufren violencia intrafamiliar, niños, adolescentes y jóvenes que viven violencia familiar o escolar e infantes con problemas de aprendizaje, fueron quienes más se atendieron.
- La estimulación de la inteligencia emocional es una herramienta de gran fortaleza para encontrar la salida a las afección sufridas por las experiencias de violencia intrafamiliar, escolar y social.
- La Inteligencia Emocional, lleva a los pacientes al camino correcto de cicatrización de heridas emocionales, físicas y sociales que se formaron en el proceso de vivencia de la violencia.
- El proceso de valorización, reconocimiento, y confrontación de emociones, permite a las mujeres atendidas una actitud de seguridad y confianza, lo que genera en ellas un cambio de actitud hacia la vida.
- Las y los jóvenes atendidos presentaban problemas de baja autoestima, dificultades de reconocimiento social e identidad propia.
- La estimulación de la inteligencia emocional de los jóvenes atendidos, facilitó la resolución de sus conflictos.
- La juventud es muy receptiva a la ayuda terapéutica y a los espacios de formación en temas de su interés.
- Integrar grupos de autoayuda juvenil es una herramienta que facilita la recuperación de los pacientes jóvenes.
- La persona alcohólica debe recibir una atención integral que incluya la psicoterapia individual, la integración a grupos de autoayuda, la integración a grupos sociales que le permitan salud mental.

5.1.3 Subprograma de Docencia

- Las capacitaciones brindadas sobre los temas de acoso escolar (Bullying) y prevención de la violencia en las familias y en la

sociedad, estimularon en los docentes, la generación de compromisos y acciones de atención a las problemáticas analizadas.

- Las autoridades educativas y comunitarias; apoyaron los espacios de formación.
- Capacitar al personal docente en los temas de psicología de la niñez y la adolescencia los llevó a una mejor comprensión de las conductas de los estudiantes.
- Capacitar al personal docente en el tema de las relaciones interpersonales, les llevó a una mayor valoración y conocimiento de sus compañeros de trabajo.
- La capacitación de los estudiantes del nivel básico de los centros educativos de Xenacoj en los temas de acoso escolar "Bullying" y de violencia intrafamiliar, permitió la comprensión del problema y organización de los jóvenes para la atención al mismo.
- Los padres de familia atendidos en espacios de formación, mostraron asombro ante la realidad de violencia en los centros educativos y en el hogar.
- Los padres de familia, al igual que las demás fueron muy receptivos a los espacios de información psicológica.
- Existen necesidades de apoyo informativo hacia líderes comunitarios, docentes y padres de familia, que no se pudieron cubrir por el tiempo y las distintas actividades.
- El alcoholismo y el uso del internet son temáticas a las que se les debe dar prioridad por el riesgo que la población corre ante estos temas.

5.1.4 Subprograma de Investigación

Se identificaron como problemas familiares y sociales relevantes que vive la población de Xenacoj, los siguientes:

- El alto nivel de violencia intrafamiliar que afecta principalmente a las mujeres y a los niños de cada hogar.
- El alcoholismo en los padres de familia, la irresponsabilidad hacia su propia vida y la de su familia.
- El problema de alcoholismo en adolescentes y jóvenes se identificó en un grado de atención urgente.
- La migración de los padres de familia a Estados Unidos se da por la pobreza y pocas oportunidades de desarrollo.
- La falta de espacios recreativos para la población infantil y juvenil, es una excusa para el uso excesivo y poco orientado del internet, así como para la asistencia constante a las cantinas para la ingestión de bebidas alcohólicas.
- La desintegración familiar es identificada en un alto porcentaje de la población.
- Entre los temas de violencia social que vive el municipio, se observa el acoso escolar de los estudiantes en los centros educativos, en las ventas numerosas de licor, en el tráfico de drogas en las calles y en el robo de niños.

5.2 Recomendaciones:

5.2.1 Recomendaciones Generales

- Sobre la base de cultura de violencia que se vive en el municipio es necesario hacer un plan de prevención de violencia a todo nivel.
- El programa de atención psicológica debe permanecer en el centro de salud bajo un plan estratégico de base que encamine el paso de epesistas o personal contratado para dar seguimiento a un proceso y no solo tener acciones aisladas.

- Sensibilizar a los líderes del municipio (comunitarios, religiosos y educativos) en el tema de la violencia intrafamiliar y sus efectos para que incidan en el cambio de estas malas prácticas.
- Organizar campañas informativas, de ayuda y de prevención de la violencia intrafamiliar.
- Crear espacios de salud mental de la mujer, con énfasis en la estimulación de su inteligencia emocional.
- Crear espacios de salud mental de la juventud, con énfasis en el desarrollo de una identidad propia y la estimulación de su inteligencia emocional.

5.2.2 Subprograma de Servicio

- Dar continuidad al proceso de acompañamiento psicológico a mujeres que sufren violencia, hasta alcanzar resolver los sentimientos de vergüenza y desconfianza que les impiden participar en grupos de autoayuda.
- Implementar un espacio de apoyo psicológico permanente, en donde las mujeres puedan encontrar ayuda cuando lo necesiten.
- Dar seguimiento al grupo juvenil de autoayuda y coordinar con las autoridades y personal del centro de salud, acciones de apoyo a estos jóvenes,
- Informar a los líderes comunitarios, religiosos y educativos sobre la importancia de hacer sentir al joven que vale y de enseñarle a ser útil para la sociedad, como una herramienta de solución a los problemas existenciales de la juventud.
- Crear un programa de atención psicoterapéutica para personas alcohólicas y coordinar espacios con los grupos de autoayuda, acompañada de la creación de otro tipo de espacios de crecimiento e integración social.

5.2.3 Subprograma de Docencia

- Crear un programa de información, prevención y atención de la violencia.
- Crear un programa de información, prevención y atención del alcoholismo.
- Brindar apoyo al personal docente en los temas de cómo atender a las y los estudiantes, orientación vocacional, problemas de aprendizaje, así como observar otras necesidades de apoyo.
- Mantener la coordinación con las autoridades educativas y comunitarias ya que esto permite mejores resultados.

5.2.4 Subprograma de Investigación

- Analizar las características y causas del problema del alcoholismo en el municipio, así como las formas psicológicas y sociales de atención al problema.
- Dar tratamiento, acompañamiento y orientación al problema del alcoholismo en adolescentes y jóvenes.
- Regular acompañar y normar los servicios de internet en el municipio.
- Analizar posibilidades de espacios que ayuden a la salud mental de las mujeres violentadas, así como de las y los jóvenes, niños y niñas de la comunidad.
- Crear más espacios de desarrollo laboral, así como deportivos y culturales para que la población mantenga mejores condiciones de salud mental.
- Fortalecer el sistema de seguridad del pueblo, involucrando a todas las instancias que le competen.

BIBLIOGRAFÍA

Lagarde Marcela GÉNERO E IDENTIDADES, segunda edición, Quito Ecuador, Editorial Ritter, 1994.

Fritz Perls TERAPIA GESTALT una interpretación de P. Baumgardner, editorial Concepto S.A. México D.F.

Doris Martin y Karin Boeck, QUE ES INTELIGENCIA EMOCIONAL, sexta edición, Madrid – México, Editorial EDAF.

Daniel Golemán, Inteligencia Emocional, colección ensayo, Barcelona Editorial Kairós.

Villaseñor Velarde María Eugenia, VIOLENCIA DOMÉSTICA Y AGRESIÓN SOCIAL EN GUATEMALA, Fundación Friedrich Ebert.

Robert S. Feldman, PSICOLOGÍA con aplicaciones para Iberoamérica, segunda edición, México, editorial McGRAW-HILL.

Papalie Diane E. y Sally Wendkos, PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO, traducción Cecilia Ávila de Barón, séptima edición. Colombia, Editorial McGRAW-HILL 1997.

Procuraduría adjunta para la Defensa de los Derechos Humanos de la Mujer, curso de capacitación. Análisis del fenómeno legal desde una perspectiva de género, julio-octubre 1996, TEMA IV VIOLENCIA GENÉRICA, Ministerio de asuntos Sociales, Instituto de la mujer, RUMAGRAF S.A.

Instituto de la Mujer VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES, España 1995.

Enciclopedia de Psicología, Volumen 2, Barcelona España, Editorial océano S.F.

GLOSARIO

INTELIGENCIA EMOCIONAL: capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de regular nuestro propio estado de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

EMOCIÓN: Agitación o perturbación de la mente., sentimiento, pasión, cualquier estado mental vehemente o agitado. Son estados psicológicos y el tipo de tendencia a la acción que lo caracteriza. Son mecanismos que nos ayudan a reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados.

IRA: Rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, irritabilidad, hostilidad, y en caso extremo, odio y violencia.

TRISTEZA: aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, decaimiento, desaliento, desesperación, y en caso patológico, depresión grave.

MIEDO: ansiedad, aprehensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror, y en caso de que sea psicopatológico, fobia y pánico.

ALEGRÍA: felicidad, gozo, tranquilidad, contento, deleite, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, satisfacción, euforia, éxtasis y en caso extremo, manía.

AMOR: aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.

AVERSIÓN: desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto, repugnancia.

VERGÜENZA: culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar, aflicción.

VIOLENCIA: abuso de la fuerza y agresión, acción de ejecutar la violencia. Es aquella que expresa fenómenos o actos en los que se aplica un exceso de fuerza

AGRESIÓN: Es una forma de violencia, aquel que aplica la fuerza contra alguien de manera intencional, acción mediante la cual se le quiere causar daño a otra persona.

AGRESIÓN PSÍQUICA: aquellos actos o conductas que producen desvalorización o sufrimiento en las mujeres. Pueden comprender amenazas, humillaciones, exigencias de obediencia, tratar de convencer de que ella es la culpable. Conductas verbales como insultos. El aislamiento, el control de las salidas de la casa, descalificar o ridiculizar la propia opinión, humillaciones en público o limitar o retener el dinero.

AGRESIÓN FÍSICA: cualquier acto no accidental que provoque o pueda producir daño en el cuerpo de la mujer, tales como bofetadas, golpes, palizas, heridas, fracturas, quemaduras, etc.

AGRESIÓN SEXUAL: imponer a la mujer una relación sexual en contra de su voluntad

INDEFENSIÓN APRENDIDA: quien enfrenta situaciones de agresión y aprende que haga lo que haga su situación no va a cambiar.

SOCIALIZACIÓN SEXUAL: imposición de identidad sexual ser hombre o ser mujer, distintos no solo orgánicamente si no en la manera de ser, en su comportamiento, en sus funciones o papeles sociales, en sus aspiraciones personales y hasta en las normas, legales o no que regulen su existencia.

INTERNALIZACIÓN DE LA OPRESIÓN: la mujer cree que es inferior y al ser golpeada, piensa enseguida que algo malo pasa en ella lo cual la hace más vulnerable a la violencia y desarrolla mayor tolerancia a las relaciones abusivas.

BAJA AUTOESTIMA: sentimiento de desvalorización propio lo que no permite que crezca la confianza en sí mismo y en sus capacidades. Se siente incapaz y débil.

AMBIVALENCIA: a pesar de que no quiere seguir siendo golpeada, la mujer no quiere separarse del golpeador. Quiere que la violencia termine y tiene la esperanza que la pareja cambiará. La víctima se siente responsable de su compañero, teme a la independencia.

MINIMIZACIÓN DEL ABUSO: hacer pequeña la gravedad de la situación por diversas razones: no sabe lo que es normal y abusivo en una relación, necesita creer que su pareja no es tan mala, se avergüenza de la situación, cree ser responsable de ella.

AISLAMIENTO: Alejamiento material y emocional de la gente por vergüenza o temor a que el agresor, actúe delante de los otros. Los que la rodean no se dan cuenta de los malos tratos.

SEXO: es un hecho natural biológico, que determina las características físicas, hormonales y fisiológicas de una persona. Características genitales con las cuales nacemos las mujeres y los hombres, determinadas por la naturaleza y no se pueden cambiar.

GÉNERO: conjunto de prácticas, símbolos, representaciones, normas y valores, que las sociedades construyen a partir de las diferencias sexuales, anatómicas y fisiológicas entre hombres y mujeres, dando sentido a la reproducción y a las relaciones de poder entre ambos.

SOCIALIZACIÓN: proceso por el cual se transmite a las y los miembros de una sociedad, una serie de comportamientos, formas de ser y de actuar. Es la forma como vamos construyendo nuestra identidad, es decir la pertenencia genérica.

INSTANCIAS DE SOCIALIZACIÓN: quienes tienen la finalidad de mantener las reglas, normas, costumbres y tradiciones, que determinan la forma de ser, pensar y sentir de mujeres y hombres en una sociedad. Familia, escuela, religión, lenguaje, medios de comunicación, social, partidos políticos, trabajo, mercado, etc.

ENFOQUE DE GÉNERO: es un instrumento de análisis que permite estudiar la realidad social, diferenciando sexo de género y sus manifestaciones en determinado contexto social y momento histórico. Reconoce y visualiza la existencia de relaciones jerárquicas de poder entre uno y otro sexo.

EMPODERAMIENTO: es un proceso de fortalecimiento de la capacidad de una persona, grupo social o comunidad, para aumentar la capacidad de autogestión. Es el proceso de adueñarse de los conocimientos y de toma de conciencia sobre su propia situación de vida, para asumir la auto-decisión y control, aumentando su autonomía.

ANDROCENTISMO: tomar la perspectiva masculina como centro de la experiencia humana, ignorando la perspectiva femenina.

SOBREGENERALIZACIÓN: es generalizar las características o necesidades de un sexo, como si fuera aplicable a ambos sexos, haciéndolas valideras para ambos.

RECONOCIMIENTO DE LAS PROPIAS EMOCIONES: poder hacer una apreciación y darle nombre a las propias emociones.

UTILIZAR EL POTENCIAL EXISTENTE: los verdaderos buenos resultados requieren cualidades como la perseverancia, disfrutar aprendiendo, tener confianza en uno mismo y ser capaz de sobreponerse de las derrotas.

SABER PONERSE EN EL LUGAR DE LOS DEMAS: empatía ante otras personas, requiere predisposición a admitir las emociones, escuchar con concentración y ser capaz también de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

ANEXOS

PLANIFICACIÓN DE CAMPAÑA FORMATIVA CONTRA EL BULLING

CENTRO DE SALUD, SANTO DOMINGO XENACÓJ

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Licda. Gloria Morales - Licda. Idania Esquivel

INTRODUCCIÓN

En los centros educativos del municipio de Santo Domingo Xenacoj, las y los jóvenes están sufriendo de violencia escolar.

Jóvenes con características agresivas eligen a otro joven por lo regular con tendencias a ser tranquilo, estudioso, bien portado, o que tiene características diferentes como alguna discapacidad física, diferencias culturales, económicas, etc. Para agredirlos física, psicológica y en casos extremos sexualmente.

Se manifiesta en diferentes niveles desde insultos y burlas constantes, apodos a él o la joven, manipulaciones, amenazas de agresión a personas que ama si no accede a hacer lo que se le pide (que haga sus tareas, que le dé su refacción, que le dé una cuota de dinero, etc.) Hasta humillaciones públicas, agresiones físicas y sexuales.

Lo anterior tiene consecuencias tales como:

Emocionales: Baja de la estima personal de él o la joven agredida. Desanimo escolar y social. Aislamiento social. Pérdida de ilusiones y metas. Deseos de suicidio.

Sociales: Jóvenes agresores se apoderan de grupos de estudiantes y por medio de diferentes formas de manipulación controlan a su antojo y bajo sus propios intereses a los grupos estudiantiles. Inicio de grupos vandálicos.

ESQUEMA SOBRE BULLYING

ACOSO ESCOLAR	TIPOS DE ACOSO:				PREVENCIÓN:
DEFINICIÓN: ES EL ACOSO REITERADO, MOSTIGAMIENTO, BLOQUEO, MANIPULACIÓN SOCIAL, EXCLUSIÓN, INTIMIDACIÓN Y AMENAZA QUE SUPRE UNA PERSONA POR OTRA (O OTRAS) DE SU MISMO GRUPO DE IGUALES.	ACOSO FÍSICO: (DIRECTO) - Agresiones - Pulveriza en directas (profesores, tutores/as, padres...) - Destrozar materiales (directamente). - Empujar, volar, zancadillas...	ACOSO FÍSICO: (INDIRECTO) - Pulveriza en las mesas, paredes... - Destrozar materiales (ocasionalmente). - Mal gusto, quitar el sitio...	ACOSO VERBAL - Insultar, amenazar, intimidar, gritar, poner roles...	ACOSO PSICOLÓGICO: - Dejar de hablarle, no mirarle a los ojos, ignorar (para el equipo de fútbol, un cumpleaños), no agragarte al FACEBOOK, generar rumores...	1) HACER UNAS NORMAS DE CONVIVENCIA. 2) PROPONER JUEGOS EDUCATIVOS, COOPERATIVOS Y DE CONVIVENCIA EN EL CENTRO EDUCATIVO. 3) TALLERES COMO LOS NUESTROS. 4) DENUNCIAR POSIBLES CASOS AL TUTOR/A. 5) DENUNCIARLO A LA POLICIA.
CAUSAS QUE LO PRODUZCAN:	CONSECUENCIAS DEL ACOSO ESCOLAR HACIA:				PROTOCOLO DE ACTUACIÓN
FAMILIA: ENTORNO SOCIAL: ENTORNO ESCOLAR: MEDIOS DE COMUNICACIÓN	VÍCTIMA: - Moratones. - Rotura del material. - Discusiones con los padres. - Malas notas. - Poco sociable. - Depresión. - Ansiedad. - Sentimientos de culpa.	AGRESOR: - Comportamiento intimidante. - Falta de valores sociales. - Cobardía. - No integrado socialmente. - Generalización de la conducta agresiva (delincuencia). - Con los años se genera sentimientos de culpa...	GRUPO DE CONVIVENCIA: - Conflictos generalizados en la convivencia: peleas, malas caras, situaciones competitivas innecesarias, mal ejemplo a otros cursos.	A) IDENTIFICACIÓN DE LA SITUACIÓN. B) ACTUACIONES INMEDIATAS. C) RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN DE DISTINTAS FUENTES. D) Plan de actuación.	

PROYECTO CONTRA EL BULLYING.

OBJETIVO GENERAL:

Informar a la población magisterial y estudiantil (nivel básico) la problemática del BULLYING en los centros educativos, sus características, consecuencias y posibles soluciones.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Que los maestros identifiquen la importancia que juega su papel en los temas de prevención y resolución en casos de bullying en su centro educativo.
 - 1.1. Que los maestros elaboren un plan de prevención de bullying en el establecimiento.
 - 1.2. Que elaboren un plan de sanción en caso de que se de la problemática en algún centro educativo.

- Que los alumnos identifiquen los papeles de agresor, cómplice y víctima que se involucren en una situación de bullying.

- Que los alumnos elaboren un listado de estrategias de defensa (de apoyo a ellos mismos).
- Que el alumno denuncie la situación de acoso escolar que esté viviendo y encuentre apoyo de los adultos.
- Dar a conocer a los padres de familia la problemática.
- Elaborar una campaña de mensajes publicitarios en contra del bullying para la comunidad de Xenacoj.
- Concientizar a las autoridades municipales y de seguridad (PNC, Municipales juzgados) sobre la problemática para que se involucren el proceso de combate y prevención del mismo.

ESTRATEGIAS:

Se propone una semana de talleres informativos de la siguiente manera:

- Con maestros:
Día Lunes 22 de julio: jornada vespertina. De 13:30 a 17:00 horas
Día Martes 23: jornada matutina. (se convocarán todos los centros educativos del municipio) de 8:30 a 12:00 horas.
Se coordinará con el o la CTA de la región para intencionar que la capacitación pueda darle créditos a las y los maestros. Para este tema se gestionará con la dirección del centro de salud y la municipalidad, la elaboración de diplomas que acrediten la presencia del personal docente en la capacitación.
- Con estudiantes del nivel básico:
Día martes 24 y miércoles 25 de julio, uno o dos establecimientos por día en el horario de 8:30 a 12:00 horas.
- Con padres de familia:
Se hará una sola convocatoria de los padres para informarlos acerca de la problemática.

Para ello se tendrá un acercamiento con la municipalidad a quien se le va a:

- Dar a conocer la problemática en la población estudiantil sobre el BULLYING.
- Solicitar apoyo en seguridad (orientación a los maestros de normas de seguridad).
- Solicitar apoyo para: salón, sillas, sonido y refacción para los talleres al personal docente.
- Solicitar apoyo en copias para los maestros y alumnos.(hojas)
- Diplomas a maestros y alumnos sobre la participación en el taller.

Otros:

- Sacar convocatoria informativa para campaña contra el bullying a los centros educativos.
- Crear un slogan (concurso: eliminatorias por establecimiento, un solo ganador, solicitar premio).

RECURSOS: volantes de convocatoria, material de apoyo a alumnos y maestros, trifoliales a padres de familia. Sonido, cañonera, pantalla, computadora, grabadora. Papelógrafos. El salón municipal, sillas, mesas para trabajo en grupos. Diplomas acreditados para maestros, premio para el establecimiento que gane el concurso de la campaña contra el bullying.

Licda. Gloria Morales

Psicóloga CENTRO DE SALUD

Idania Esquivel

Psicóloga del CENTRO DE SALUD

Dr. Rodriguez

Coordinador del distrito IV de Salud

ESQUEMA DEL TALLER QUE SE REALIZO AL MAGISTERIO

TALLER A MAESTROS - BASTA DE BULLING

OBJETIVO	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES
FASE I Diagnóstico "Conocer la información que las y los maestros tengn sobre el BULLYING, sus reacciones y sugerencias"	DISCUSIÓN DE CASOS. Divididos en dos grandes grupos, se les entregará tres casos de violencia escolar para su discusión. El grupo lo analiza y debe contestar a la pregunta generadora que llevará cada caso. Luego expondrán la respuesta y si la plenaria esta de acuerdo avanzaran su camino según lo que indique el dado y sin no lo indica la plenaria entonces no se moverán del lugar. Se intencionará que el grupo que se acerque mas a la meta establecida gane el primer lugar.	Tarjetas de casos y preguntas. Dado gigante Masquin tape Bolsa de dulces Papelografos TIEMPO 40 minutos 8:30 a 9:10
	Se repetirá la información mas relevante que haya surgido como conclusiones de la dinámica de resolución de conflictos.	papelografos
FASE II Enriquecimiento del tema "Informar sobre el problema de Bulling, que es, características, causas y consecuencias"	Se pasará el video... Se dará espacio a las reacciones mediante una plenaria de comentarios libres. Exposición del tema	Video Cañonera Sonido Computadora Fotocopias de apoyo TIEMPO una hora 9:10 a 10:10
	Receso	15 minutos 10:10 a 10:25
FASE III El papel que juegan el director y los docentes ante la problemática	Trabajo en grupo con preguntas generadoras al partir del video. Planeria Tema El Rol del director y del personal docente ante el BULLYING	Preguntas generadoras Papelógrafos TIEMPO media hora 10:25 a 11:00
FASE IV Que hacer??	Video tema... Elaboración de plan de prevención y plan de atención. Divididos en dos grupos y discutir en plenaria	Hojas Papelografos Video Cañonera Sonido Computadora Hojas de apoyo TIEMPO 45 minutos 11:00 a 11:45
	Plenaria	TIEMPO media hora

		11:45 a 12:15
CONCLUSIONES	Exposición	TIEMPO: 20 minutos 12:15 a 12:35
Cierre	Explicación del concurso de Campaña contra el Bullying	Fotocopias de bases Tiempo 10 minutos

ESQUEMA DE TALLER DE BULLYING REALIZADO CON ESTUDIANTES

TALLER A ESTUDIANTES DEL NIVEL BÁSICO

“BASTA DE BULLYING”

OBJETIVO	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES
FASE I Diagnostico de la información que tienen las y los jóvenes acerca de el problema del Bullying.	LECTURA DE IMÁGENES Se les colocará en pantalla algunas imágenes que muestren violencia escolar y se les pedirá una lluvia de ideas sobre lo que observan ellos, las impresiones que les causan el observar dichas imágenes. Partiendo de eso, se les pedirá que imaginen su foto representando al joven o la joven agredida escriban que es lo que está ocurriendo y como se sentirían si fueran ellos los agredidos. PREGUNTAS GENERADORAS Qué es para ti el Bullying? Cómo te sentirías si fueras tu a la persona que agreden?	Cañonera Imágenes Computadora Sonido Papelógrafos TIEMPO: 40 minutos 8:30 a 9:10
Infomar a las y los jóvenes sobre el problema del Bullying	Explicación sobre el problema	Sonido Pantalla TIEMPO: 30 minutos 9:10 a 9:40
Analizar el problema de Bullying y los valores y antivalores que se manejan en el.	Proyectar película de Bullying e intencionar el dialogo en grupos pequeños, a cada uno se le generara un tema de discusión diferente para luego en plenaria integrar la información: Algunos temas serán COBARDÍA, SOLIDARIDAD, APOYO, AUTOCONFIANZA, COMPAÑERISMO, METERSE CON... ABUSO	Hoja informativa Video Pantalla Computadora Sonido TIEMPO: 50 minutos 9:40 a 10:30
	RECESO	TIEMPO: 15 minutos 10:30 a 10:45
Qué debemos hacer????	Elaborar dramatizaciones pequeñas (en grupos por grado, por establecimiento.... Cierre con refuerzo en forma de consejos QUÉ DEBEMOS HACER	Hojas de casos para guiar su drama TIEMPO: 45 minutos 10:45 a 11:30