

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIDAD DE GRADUACIÓN
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-
“MAYRA GUTIÉRREZ”

“EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO
EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA
PINULA”

JACKELINE NATHALIE PIMENTEL MUCIA
MATILDE MARGARITA GUDIEL MONTERROSO

GUATEMALA, SEPTIEMBRE DE 2013

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIDAD DE GRADUACIÓN
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA –CIEPs-
“MAYRA GUTIÉRREZ”

“EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO
EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA
PINULA”

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR
JACKELINE NATHALIE PIMENTEL MUCIA
MATILDE MARGARITA GUDIEL MONTERROSO

PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGAS

EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADAS

GUATEMALA, SEPTIEMBRE DE 2013

CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Licenciado Abraham Cortéz Mejía
DIRECTOR

M.A. María Iliana Godoy Calzia
SECRETARIA

Licenciada Dora Judith López Avendaño
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

María Cristina Garzona Leal
Edgar Alejandro Córdón Osorio
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

Licenciado Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS



c.c. Control Académico
CIEPs.
Reg. 100-12
CODIPs. 1688-2013

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

24 de septiembre de 2013

Estudiantes
Jackeline Nathalie Pimentel Mucia
Matilde Margarita Gudiel Monterroso
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto DÉCIMO OCTAVO (18º.) del Acta CUARENTA Y TRES GUIÓN DOS MIL TRECE (43-2013), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 18 de septiembre de 2013, que copiado literalmente dice:

DÉCIMO OCTAVO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de Investigación, titulado: “**EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA PINULA**”, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

Jackeline Nathalie Pimentel Mucia
Matilde Margarita Gudiel Monterroso

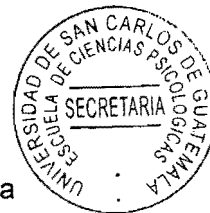
CARNÉ No. 2008-11183
CARNÉ No. 2008-21390

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Jessica Marlene Villacinda Morales, y revisado por la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez. 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 de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. María Iliana Godoy Calzia
SECRETARIA



/gaby

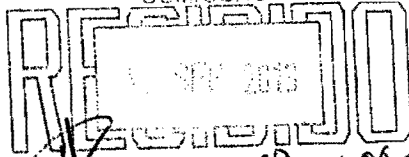


USAC

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Escuela de Ciencias Psicológicas
Escuela de Ciencias Psicológicas

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FIRMA:

HORA:

14:30

Registro:

100-12

CIEPs 631-2013
REG: 100-2012
REG: 387-2012

INFORME FINAL

Guatemala 09 de septiembre 2013

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

“EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA PINULA.”

ESTUDIANTE:
Jackeline Nathalie Pimentel Mucia
Matilde Margarita Gudiel Monterroso

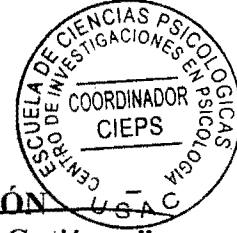
CARNÉ No.
2008-11183
2008-21390

CARRERA: Licenciatura en Psicología

El cual fue aprobado por la Coordinación de este Centro el 06 de septiembre del presente año y se recibieron documentos originales completos el 09 de septiembre, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. Mayra Friné Luna de Álvarez
COORDINADORA, UNIDAD DE GRADUACIÓN
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. “Mayra Gutiérrez”



c.c archivo
Arelis

CIEPs. 632-2013
REG 100-2012
REG 387-2012

Guatemala 09 de septiembre 2013

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

De manera atenta me dirijo a ustedes para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

“EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA PINULA.”

ESTUDIANTE:
Jackeline Nathalie Pimentel Mucia
Matilde Margarita Gudiel Monterroso

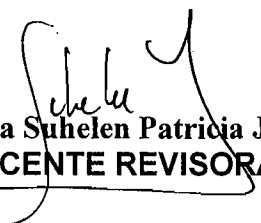
CARNÉ No.
2008-11183
2008-21390

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 09 de agosto del año en curso, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciada Suhelen Patricia Jiménez
DOCENTE REVISORA



Arelis./archivo



CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA
SANTA CATARINA PINULA
6ta. Avenida 6-10, Zona 1
cedcoopsantacatarinapinula@hotmail.es
Tel. 23677065

Guatemala, septiembre de 2012

Licenciada:
Mayra Luna de Álvarez, Coordinadora
Centro de Investigación en Psicología –CIEPs-
“Mayra Gutiérrez”

Licenciada Luna:

La infrascrita Directora del Centro Educativo Diversificado por Cooperativa Santa Catarina Pinula, da fe que las señoritas estudiantes de la Carrera de Licenciatura en Psicología, **Jackeline Nathalie Pimentel Mucia** con carné No. 200811183 y **Matilde Margarita Gudiel Monterroso** con carné No. 200821390, asistieron el 1 de agosto a realizar la Visita institucional, y los días 21 de agosto, 6 y 7 de septiembre a realizar el trabajo de campo de la investigación “**EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA PINULA**”

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

(f) 
PEM Ana Mercedes Ramirez Lainez
Directora



Guatemala 9 de mayo 2013

Licenciada:
Mayra Luna de Álvarez
Coordinadora de la Unidad de Graduación
Centro de investigaciones en Psicología
-CIEPs- "Mayra Gutiérrez"
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM

Licenciada Luna:

Por este medio me permito informe que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del Informe Final de la investigación titulada **"EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA PINULA"** estudio realizado por las estudiantes:

JACKELINE NATHALIE PIMENTEL MUCIA con carné No. **200811183**

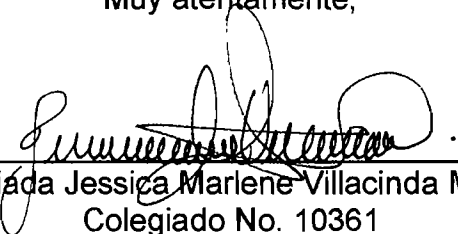
MATILDE MARGARITA GUDIEL MONTERROSO con carné No. **200821390**

El trabajo fue realizado a partir DEL 11 de abril del 2012 HASTA 09 de mayo del 2013.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por CIEPs por lo que emito **DICTAMEN FAVORABLE** y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular me suscribo de usted.

Muy atentamente,

(f) 
Licenciada Jessica Marlene Villacinda Morales
Colegiado No. 10361

PADRINOS DE GRADUACIÓN

POR JACKELINE PIMENTEL

IGMAIN GALICIA PIMENTEL
ABOGADO Y NOTARIO
COLEGIADO 5815

POR MATILDE GUDIEL

BLANCA RUBY DE LEÓN DE MEDINA
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
COLEGIADO 4105

ACTO QUE DEDICO

A mis padres Alvino Pimentel y Lilian de Pimentel
por su paciencia, amor, ayuda incondicional apoyo moral y económico, por
darme ánimos a cada momento y creer en mí.

A mis hermanos
Carmen y Jonathan
por estar en cada momento importante apoyándome.

A mi tía Nancy Yanes y mi abuela Vilma Castillo
porque en estos cinco años han sido parte importante de mis logros, gracias por
toda la ayuda y el apoyo mostrado.

A mi novio Kelvin
que en este tiempo me ha demostrado que es posible lograr lo que uno se
propone, por darme apoyo, confianza, por creer en mí y hacerme reír hasta en
los momentos más difíciles.

A mis amigas
Matty, Edna, Flor, Karla, Karen, Analy y Elvia,
por esos momentos divertidos, por apoyarnos y motivarnos unas a las otras a
cumplir nuestro más grande sueño.

A LAS PERSONAS QUE QUIERO

Muchas Gracias.

Jackeline Nathalie Pimentel Mucia

ACTO QUE DEDICO

A MIS PADRES

Carlos Gudiel y Esther de Gudiel. Gracias por creer en mí, por su esfuerzo y dedicación; me han brindado todo lo mejor, pero sobre todo muchas gracias por su ejemplo. Los amo

A MI COMPAÑERA DE FORMULA Y MEJOR AMIGA

Jackeline que sin ella tampoco esto hubiera sido posible, muchas gracias por todo.

A MIS HERMANOS

Juan Carlos, muchas gracias por cuidarme siempre **Wendy, Steven, Alvin;** cuñados **Estrella, Carol y Mario**, mis sobrinos, **Nancy, Sarita y Steven junior** por su cariño y apoyo. Los quiero mucho.

A MI NOVIO

Al amor de mi vida **Alejandro Solis**, por su apoyo, por creer en mí, me has demostrado que a pesar de las circunstancias es posible amar. Te amo.

A MIS QUERIDAS AMIGAS

Gladis y Dinma por su apoyo, cariño y amistad.

A MIS AMIGAS DEL ALMA

Jackeline, Edna, Norma, Velveth, Claudia, Karla, Flor, Karen, Raisa, Ester, Madelin, Lilian y Andrea por su apoyo, paciencia. Pero sobre todo por su sincera e incondicional amistad. Gracias por todo. (Una vez alguien me dijo: las amigas de la universidad son para toda la vida, eso espero). También a mis amigos **Carlos, Erick, Juanito, Omar.** A todos los quiero mucho.

A LAS PERSONAS QUE QUIERO

Muchas gracias.

Matilde Margarita Gudiel Monterroso

AGRADECIMIENTOS

A DIOS

Por su bondad y misericordia infinita.

A NUESTROS PADRES

Alvino y Lilian Pimentel, Carlos y Esther Gudiel

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Por brindarnos la oportunidad de aprender de los mejores.

A LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Por su magnífico trabajo de formar profesionales.

A NUESTROS PROFESORES

Por brindarnos sus conocimientos y ser pieza clave para nuestra formación.

A TODAS LAS PERSONAS QUE COLABORARON CON ESTA INVESTIGACIÓN

Y

ESPECIAL AGRADECIMIENTO

A LAS LICENCIADAS JESSICA VILLACINDA Y LOURDES HUN

Por brindarnos su tiempo y haber sido una excelente guía en nuestro trabajo.

ÍNDICE

RESUMEN

PRÓLOGO

I. INTRODUCCIÓN

1.1	Planteamiento del problema y marco teórico.....	5
1.1.1	Planteamiento del problema.....	5
1.1.2	Marco teórico.....	8
1.1.3	Hipótesis del trabajo.....	22
1.1.4	Delimitación.....	23

II. TECNICAS E INSTRUMENTOS

2.1	Técnicas.....	24
2.2	Instrumentos.....	24

III. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

3.1	Características del lugar y la población.....	26
3.1.1	Características del lugar.....	26
3.1.2	Características de la población.....	26
3.2	Presentación, análisis e interpretación de resultados.....	27

IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1	Conclusiones.....	36
4.2	Recomendaciones.....	37

BIBLIOGRAFIA

ANEXOS

RESUMEN

“EXPOSICIÓN A HECHOS DE VIOLENCIA EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO DIVERSIFICADO POR COOPERATIVA SANTA CATARINA PINULA”

Jackeline Pimentel, Matilde Gudiel

Esta investigación con fines de graduación se desarrolló tomando en cuenta un tema de interés social e intelectual para la producción de conocimiento. El objetivo general consistía en determinar los efectos psicológicos que aparecen después de sufrir hechos de violencia y como objetivos específicos están “Conocer el impacto de los hechos de violencia en estudiantes, Conocer los mecanismos de afrontamiento que utilizan los estudiantes y Realizar una guía psicoeducativa integral enfocada en adolescentes”.

La propuesta está fundamentada en que la violencia no puede ser vista como un fenómeno típico o característico de la época moderna ya que sabemos que este fenómeno se ha venido dando desde tiempos antiguos.

Observar la influencia que ha tenido este fenómeno en las vidas de los que se ven expuestos es de preocupación debido a la magnitud de daño que llega a hacer, advirtiendo que los adolescentes son el grupo social más vulnerable debido a que están en un periodo de desarrollo biológico, psicológico, sexual y social y necesitan una atención especial durante esta etapa. Solo el hecho de vivir en un país del tercer mundo hace que el desarrollo se torne mucho más difícil, llevando a tomar decisiones únicamente con el fin de sobrevivir, dejando de lado los aspectos morales. Múltiples factores han llevado al país a tener altos índices de violencia estando entre sus principales actores

los adolescentes debido a esto es de suma importancia conocer más afondo sus experiencias para entender que los lleva a ser víctimas o victimarios.

Las interrogantes planteadas para esta investigación fueron ¿Qué impacto tienen los hechos de violencia en la vida de los adolescentes?, ¿Qué mecanismos de afrontamiento utilizan los adolescentes? y ¿Qué tan frecuente se ve expuesto el adolescente a un hecho de violencia? El trabajo se realizó en base a la variable dependiente: *Diversos efectos psicológicos* teniendo como indicadores: efectos ansiógenos, estrés postraumático, desconfianza generalizada y desconfianza hacia las autoridades y como variable independiente: *Exposición a hechos de violencia* teniendo como indicadores: asaltos, robos y víctima indirecta (espectador).

Las técnicas de recolección de datos que se utilizaron fueron la observación directa, dos encuestas de ocho y catorce preguntas, una entrevista personal y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). El grupo de estudio fue de 40 jóvenes seleccionados de forma aleatoria entre 120 estudiantes provenientes del área urbana de Santa Catarina Pínula, teniendo en común el nivel social y económico.

En el capítulo IV están detalladas las conclusiones de este trabajo y las respectivas recomendaciones, dando de forma concreta los resultados obtenidos en la investigación. Como conclusión principal esta la aprobación de la hipótesis planteada demostrando con el análisis de resultados que los adolescentes al estar expuestos a hechos de violencia desencadenan diversos efectos psicológicos, afectado así su calidad de vida.

PRÓLOGO

Con este trabajo se hicieron evidentes las consecuencias psicológicas que se desarrollan en los adolescentes al estar expuestos a hechos de violencia, obteniendo toda la información de los jóvenes provenientes de Santa Catarina Pínula, teniendo como objetivo general determinar los efectos psicológicos que aparecen después de sufrir hechos de violencia y como objetivos específicos, conocer el impacto de los hechos de violencia en estudiantes, conocer los mecanismos de afrontamiento que utilizan los estudiantes y realizar una guía psicoeducativa integral enfocada en adolescentes.

Esta investigación se realizó bajo el marco de vinculación institucional entre la Universidad de San Carlos de Guatemala y la ODHAG, como seguimiento de la investigación previamente realizada sobre “violencia”. El trabajo de campo se ejecutó en el Municipio de Santa Catarina Pínula; por haber formado parte de la investigación previamente señalada.

A lo largo de esta investigación encontraremos una breve descripción de los índices de violencia, asimismo la influencia que ejerce la cultura y la historia y de cómo estos afectan en el desarrollo de la adolescencia, así como un marco teórico que abarca los conceptos desde la subjetividad individual hasta la colectiva. Cabe aclarar que esta investigación presenta una propuesta de reconstrucción de hechos, paralelo a las necesidades propias de la región y de sus habitantes por lo que se ve reflejado directamente a través de los instrumentos aplicados. Tomando como base los resultados obtenidos por medio del programa de análisis estadístico y porcentual SPSS, se realizó una guía psicoeducativa, para las víctimas llamada: “Guía para la estabilización psicológica en víctimas de hechos delictivos” la cual busca orientar a través de herramientas de fácil manejo para un mejor afrontamiento de dichos efectos.

Cada día que pasa los hechos de violencia van incrementando de manera alarmante, a diario se conocen historias de familias que han sufrido la muerte de algún familiar, el robo de sus pertenencias, la extorsión en sus negocios y otro sin fin de problemas, haciéndonos sentir la necesidad de encontrar la solución a tanta dificultad.

La pobreza, la desnutrición, el analfabetismo, son solo algunos de los factores que hacen de Guatemala un país en desventaja, el solo hecho de vivir en este país se torna difícil, sobrevivir se ha vuelto una actividad titánica, a los padres de familia se les hace cada vez más difícil establecer reglas y normas a sus hijos para mantener el equilibrio social y personal. Se han perdido por completo los valores. Las personas únicamente viven por vivir, buscan la manera más fácil para obtener poder, el consumismo se ha vuelto lo primordial tratando de obtenerlo a toda costa. El despojar al otro de sus pertenencias se está tomando como algo natural, muchos jóvenes optan por el camino fácil. El solo observar la vida que estamos llevando debe ser una alarma para poner manos a la obra e iniciar su erradicación. Tener miedo a salir, a utilizar el transporte público, incluso a las autoridades asignadas a nuestra protección son factores que nos dan la luz roja para buscar una solución.

Durante el desarrollo de esta investigación, el estar en contacto con los jóvenes y conocer sus puntos de vista fue de suma importancia ya que muchos expresaron la necesidad de hablar sobre sus problemas dificultándose esto por no tener alguien de confianza. Escucharlos narrando sus experiencias traumáticas y sus reacciones nos dio una visión más clara respecto a sus emociones y procesos mentales. Explicar y hablar sobre el tema les ayudo a conocer y entender mas sobre la importancia y atención que se le debe dar, ampliar sus expectativas y formas de reacción ante esos hechos.

I. INTRODUCCIÓN

1.1 Planteamiento del problema y marco teórico

1.1.1 Planteamiento del problema

Los seres humanos como tal poseemos el instinto de supervivencia lo cual nos ha movido desde la antigüedad hasta la actualidad a luchar por lo que queremos; la violencia por lo tanto ha sido una de las formas más utilizadas para ejercer poder ante los otros, siendo también un medio “sencillo” de algunos para la obtención de bienes. Durante los últimos años se han incrementado en nuestro país las diferentes formas de actos violentos en los que se ha visto inmersa la población, lo cual no ha permitido alcanzar niveles significativamente mayores de desarrollo humano y la situación de inseguridad en que vive la población se ha visto agravada con el paso del tiempo.

En términos generales y de una manera concisa podemos determinar que los altos índices de violencia que padece nuestro país están relacionados a dos grandes factores los cuales son la exclusión social y la débil aplicación de la ley.

En Guatemala se han desarrollado diferentes grupos que buscan el poder de una forma violenta a través de actividades ilícitas tales como el tráfico de personas, tráfico de armas, narcotráfico, extorsión, robo, grupos delictivos, y en los casos más graves el asesinato; siendo los adolescentes la población más vulnerable por sus características de desarrollo psicológico, social y cultural.

Según Erick Erickson, el periodo comprendido de los 12 para los 21 años, los adolescentes están básicamente en la definición y fortalización de su personalidad siendo esta la estructura que los acompañara toda su vida adulta, por esta razón creemos que esta parte de la población es un foco perfecto y

vulnerable para volverse víctimas o victimarios, entrando en juego el ambiente en el que se desarrollan, el contexto y la familia.

Al paso de los años cantidades elevadas de jóvenes se integran a la población económicamente activa, pero lastimosamente el mercado laboral no genera suficientes puestos de trabajo para que dichos jóvenes los ocupen, siendo también una desventaja la precaria enseñanza que han recibido ya que el sistema educativo en este país es bastante ineficiente, orillando así a los jóvenes a tomar la decisión de formar parte del grupo de economía informal. De esta forma este pequeño grupo de la población ha sufrido de condiciones sociales negativas como falta de integración social, discriminación y victimización y se limitan a realizar acciones transgresoras de la ley para su supervivencia. Tomando en consideración también la debilidad que sufre el gobierno Guatemalteco al momento de hacer frente a esta problemática.

Podemos decir que la violencia es la interacción humana que se manifiesta en aquellas conductas que provocan daño a un individuo. Se va manifestar dependiendo de los patrones de crianza (forma concreta de actuar en relación con los hijos y cada uno de ellos), en el que se ha desarrollado el adolescente; teniendo que ver también la ideología que caracteriza a cada individuo; entendiendo que la subjetividad básicamente es la percepción, argumentos y lenguaje en base al punto de vista del sujeto.

La exposición cotidiana a hechos delictivos ha generado el desarrollo de mecanismos de afrontamiento; tales mecanismos son todos aquellos recursos subjetivos, relacionales y materiales que utilizan las personas para enfrentarse a determinados problemas de la vida. También pueden describirse como herramientas tanto cognitivas como conductuales que utiliza una persona al enfrentarse a una situación estresante. Pueden ser eficientes o ineficientes y

depende de la personalidad del individuo; además tiene relación con la resolución de problemas, presencia de síntomas afectivos y se encuentra asociado al carácter. Estos podrían indicar una mejor tolerancia al estrés y estar asociados a una resiliencia, también tienen un papel preponderante en el rendimiento académico.

Esta investigación tuvo como fundamentación teórica los siguientes aspectos: La teoría del aprendizaje social la cual indica que las personas aprenden nuevas conductas por medio del refuerzo o el castigo, como también el aprendizaje observacional que tiene como fundamento los factores sociales y su entorno. Y como principales autores: Albert Bandura, Miller y Dollard, y se relaciona con las teorías del aprendizaje social de Lev Vygotsky. Su teoría comprende aspectos del aprendizaje cognitivo y conductual. El aprendizaje conductual presupone que el entorno de las personas causa que éstas se comporten de una manera determinada. El aprendizaje social sugiere que la combinación de factores en el entorno social y los aspectos psicológicos influyen en la conducta, señala tres factores que hacen que la persona modifique su conducta, la retención (recordar lo que se ha observado), la reproducción (reproducir la conducta) y la motivación (una buena razón para adoptar la conducta).

Las interrogantes planteadas para esta investigación se desarrollaron tomando en cuenta tanto los aspectos sociales, la familia, el desarrollo de los adolescentes, la violencia inmersa en la historia, como se ha venido dando y de qué manera se ha desencadenado. Tratando de englobar toda la información requerida en estas preguntas: ¿Qué impacto tienen los hechos de violencia en la vida de los adolescentes?, ¿Qué mecanismos de afrontamiento utilizan los adolescentes? y ¿Qué tan frecuente se ve expuesto el adolescente a un hecho de violencia?

1.1.2 Marco Teórico

Desde tiempos antiguos, hasta la actualidad se ha buscado la manera de explicar la complejidad que nos envuelve como seres humanos, nuestra capacidad de comunicarnos, de crecer, de desarrollarnos, lo que nos hace diferentes de los animales, ese pensar, la capacidad de percibir, de razonar; esa subjetividad que nos caracteriza.

*Siendo así que “La subjetividad es un sistema procesal, plurideterminado, contradictorio en constante desarrollo, sensible a la cualidad de sus momentos actuales, la cual tiene un papel esencial en las diferentes opciones del sujeto. La subjetividad no se caracteriza por variantes estructurales que permiten construcciones universales sobre la naturaleza humana, versatilidad y complejidad de la subjetividad, permiten que el hombre sea capaz de generar permanentemente procesos culturales que, de forma brusca, cambian sus modos de vida, lo cual, a su vez, lleva a la constitución de la subjetividad, tanto social cuanto individual. Los nuevos procesos de subjetivación implicados en estos procesos culturales se integran como momentos constitutivos de la cultura”.*¹

Como bien se dijo esa subjetividad que permite al ser humano generar procesos culturales, que van cambiando de diferentes formas el desarrollo de esas sociedades habiendo mejoras excepcionales pero también así procesos negativos que nos lleva a la pérdida no solo material, sino también espiritual y especialmente de la salud mental de las poblaciones, siendo entre estos aspectos el que más nos ha afectado, el fenómeno denominado violencia.

¹ González Rey, Luis Fernando. “***Investigación Cualitativa En Psicología Rumbos y Desafíos***”. Editorial Thomson México 2000. Pág. 25

La violencia puede ser vista como un fenómeno moderno, últimamente esta problemática utiliza importantes espacios en los medios de comunicación pareciendo así que vivimos en la época en que más manifestaciones de violencia se han desarrollado formándose así un sin número de grupos organizados que buscan la obtención de poder a través de actividad ilícita.

En el área metropolitana la violencia es entendida como un proceso social que incluye las más variadas formas de agresión que de alguna forma tienen un efecto expansivo lo cual no solo afecta a las víctimas sino a la sociedad en sí por lo tanto esta situación debe ser un motivo de preocupación para las autoridades correspondientes.

En países como el nuestro desde el inicio de la colonización se ha vivido una marcada lucha de posesión de poder a través de la violencia, cada mandatario que llegó a tener el poder de la nación llevó al país hasta donde estamos a su manera y antojo.

Cada etapa que vamos viviendo desde nuestros antepasados hasta la actualidad ha incrementado las formas de ejercer la violencia, la decadencia, la pobreza, la pérdida de valores, el analfabetismo son solo algunos de los eslabones que formaron la cadena gigantesca por la que se han ido incrementando los hechos de violencia en nuestro país.

“Para unos autores el individuo y sus necesidades determinan en última instancia lo que ha de ser la sociedad, para otros es la sociedad la que determina lo que el hombre concreto va a ser”.²

² Martín Baró, Ignacio. **“Sistema, Grupo y Poder: Psicología Social desde Centroamérica II”**. UCA Editores, El Salvador, 1989. Pág. 29

Algunos consideran que la violencia es un acto innato que es parte de la esencia humana, otros dicen que es una conducta aprendida que se va desarrollando en la interacción con los otros; de una u otra forma la violencia es un acto que viene desde los inicios y se quedó enraizada en las distintas culturas, las cuales no se ha podido soslayar ni dominar.

“Para Ravazzola (1997) hay violencia cuando una persona físicamente más débil que otra, es víctima de abuso físico o psíquico”.³

La forma en que sea visto el concepto de violencia es relativo, este dependerá del contexto en el que se enmarque. Profesionales capacitados en el tema han encontrado la línea que une este hecho con las formas de convivencia del ser humano, la forma de ver el mundo, la cultura y la estructura de cada sociedad.

“Una de las teorías más recientes sobre la delincuencia e incluso la patología psíquica es la teoría de la rotulación. Según esta teoría, el delincuente es generado por la sociedad misma que establece la regla que lo rotula o define como tal; la definición genera la delincuencia o la patología, ya que el individuo se ve socialmente obligado a asumir el rol correspondiente al rótulo recibido”.⁴

La observación a este fenómeno lleva a descubrir el impacto de este mal en los seres humanos provocando empobrecimiento emocional, desarrollo de patologías mentales, desbordes emocionales y con el tiempo las funciones paternas de cuidado, atención y afecto se vean limitados lo que provoca que el propio hogar sea un espacio peligroso que incita a los jóvenes a reproducir este comportamiento violento.

³ Kalvematter, Cristina. **“VIOLENCIA ¿ESENCIA O CONSTRUCCIÓN? ¿VÍCTIMAS O VICTIMARIOS?** Editorial Brujas. Argentina. 2006. Pág. 14

⁴ Martin Baró, Ignacio. **Op Cit.** Pág. 64

Las teorías del aprendizaje social aseguran que si las personas ven consecuencias deseables y positivas en la conducta observada, es mucho más probable que la imiten, tomen como modelo y adopten. La teoría del aprendizaje social se deriva del trabajo de Cornell Montgomery. Al igual que Albert Bandura que en 1997 con su teoría del aprendizaje social subrayó la importancia del aprendizaje por observación, imitación y el modelado. Lev Vigotsky sostenía que cualquier función presente en el desarrollo cultural se da en dos vías, primero iniciando el fenómeno a nivel social y luego psicológico dándose así primero de manera ínterpsicológica y luego de manera intrapsicológica.

Lo cual nos viene a dar a conocer que básicamente la violencia se da por un proceso estructurado ya que lleva inmerso la observación, el procesamiento y la reproducción de la información.

“La firma de los Acuerdos de Paz en 1996 creó esperanzas en Guatemala de avanza hacia una sociedad más justa en que las personas pudieran desarrollar su vida con tranquilidad. Sin embargo, el establecimiento formal de la paz no ha permitido a Guatemala alcanzar niveles significativamente mayores de desarrollo humano y la situación de inseguridad en que vive la población se ha visto agravada luego de una mejoría inicial”.⁵

Guatemala se puede considerar uno de los países más violentos de toda Latinoamérica; ejerciéndose no solo algunos tipos de violencia; sino saliendo a flote otro sin número de hechos delictivos que dañan y afectan el desarrollo cultural, social, económico y especialmente psicológico de los pobladores.

⁵ Matute Rodríguez, Arturo y Gracia Santiago, Iván. **“INFORME ESTADÍSTICO DE LA VIOLENCIA EN GUATEMALA”**. Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, Guatemala, 2007. Pág. 10

Se observó como la población con el paso del tiempo se “acostumbró” a escuchar en las noticias sobre muerte de decenas de personas, leer en los diarios sobre las muertes de otras y así sucesivamente la empatía y el amor por el prójimo se perdió, priorizando únicamente la búsqueda de nuestro propio bienestar.

En cada esquina, en cada semáforo, en cada parada de bus y sin dudarlo dentro de los transportes públicos se ve la llamada psicosis social que se vive, el miedo a ser agredido, la paranoia que incrementa la desconfianza en el resto. Cada salida a trabajar o simplemente a realizar ciertas actividades necesarias y cotidianas para la población se viven en agonía, con miedo a no regresar a sus hogares.

Tanta es la familiaridad ahora con todo lo que tenga que ver con hechos violentos que se observó como inconscientemente ya es parte de la vida de cada persona y de cada familia, inclusive de la cultura y de la sociedad misma.

*“Lo social en el ser humano es, según el Interaccionismo Simbólico, la necesaria pertenencia a un grupo o comunidad por un lado y, por otro la incorporación del “otro generalizado”, de las actitudes básicas de su medio, como la materia prima de su propio yo. La pertenencia a un grupo no solo entraña la necesaria interacción con los demás miembros del grupo, sino que a través de esa interacción (concreta e histórica) el individuo va constituyendo su propia realidad personal”.*⁶

Se observó como padres se agreden entre sí, o sin ir tan lejos se observó como algunas personas dan como obsequios juguetes bélicos como pistolas, carro bomba, cuchillos, espadas, con los cuales lo único que están haciendo es tipificar e incentivar estos actos violentos.

⁶ Martín Baró, Ignacio. **Op. Cit.** Pág. 64

La violencia se vive, se respira y se observa con cada paso que damos. Se ve en los dibujos animados que ven los niños, en programas de televisión de adolescentes, en juegos de video, en las telenovelas etc., dando a entender que la vida sin violencia no es vida y no sobrevivirá a ella si no se defiende de determinadas formas.

De esta manera el hogar se ha convertido en la cuna donde crece la violencia y este círculo violento se reproduce, resultando de los niños violentados jóvenes y adultos violentos.

Por lo tanto, la violencia se ha desarrollado en diversos móviles. Se puede decir que el desarrollo violento en una persona es basado en la interrelación que existe entre los factores individuales y el medio ambiente. Martín Baró mencionaba que la violencia en una sociedad se va dando de una forma en espiral.

Los resultados han mostrado que las víctimas tanto directas como indirectas luego de presentar un hecho violento desarrollan síntomas relacionados a la depresión y al estrés post traumático.

El entorno en el que se desarrollan los adolescentes es pieza clave para determinar el porqué han decidido pertenecer a grupos conflictivos; familia conflictiva, inadaptación escolar, mentiras, falsificación de notas, pequeños hurtos, faltas a clases, huidas de casa, vagancia uso de drogas pueden ser algunas de las manifestaciones conductuales no consideradas al margen de las normas sociales que presenta un joven.

“...el aprendizaje como función que objetivo exclusivo de la psicología del aprendizaje, aparece en su definición subjetiva como proceso que integra las condiciones actuales de la vida del sujeto que aprende la historia de su constitución subjetiva diferenciada, la cual se expresa en su personalidad, la cualidad de los procesos de relación que caracterizan la vida escolar y otros aspectos importantes en la configuración subjetiva, la cual tiene importante significación en el desarrollo de las emociones”.⁷

Lo triste y lamentable de todo esto es que actualmente los más afectados y vulnerables son los jóvenes, los adolescentes que psicológicamente y físicamente se encuentran en una etapa en la que son blanco perfecto para los cazadores de víctimas que al final paran siendo agresores también.

“La adolescencia es el período de transición entre la infancia y la juventud, en el que acaecen transformaciones físicas, psíquicas y sociales, al cabo de las cuales debe quedar forjada la personalidad”⁸

Siendo la población más vulnerable y definitivamente el foco perfecto para ser violentado y porque no decir el más susceptible a ser influenciado; con esto nos estamos refiriendo al periodo de la adolescencia la cual se caracteriza por ser esencialmente una época de cambios. La adolescencia es esa etapa que marca la transición que sufre la persona de niño a adulto, desencadenándose el desarrollo de características peculiares de esta etapa. Es el momento justo en el que se da el descubrimiento de la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como también la autonomía individual. Cada padre de familia debe estar consciente de la etapa de desarrollo por la que atraviesan sus hijos y tener conocimiento del comportamiento típico que debe esperar de ellos.

⁷ González Rey, Luis Fernando. **Op. Cit.** Pág. 121

⁸ De la Mora, Gabriel. **“Formación del Adolescente”**. Editorial Continental S.A. México, 1986. Pág. 42

Cualquier desviación del comportamiento que observe deberá atenderse con urgencia y responsabilidad.

En el área emocional, el inicio de la adolescencia significa la aparición de la capacidad afectiva para sentir y el desarrollo de emociones básicamente relacionadas al amor. En este sentido el adolescente puede hacer uso de su autonomía e inicia la socialización con personas con las que podrá entablar un lazo afectivo.

En el aspecto social los adolescentes se ven influenciados por las eventualidades que suelen acontecer, la influencia que tiene la violencia en la conducta de los adolescentes no sería la excepción la cual se fundamenta por la teoría del aprendizaje social que afirma que las personas aprenden nuevas conductas por medio del refuerzo o castigo como también los factores sociales del entorno.

Entre esos factores sociales que de alguna forma incitan a los adolescentes a adoptar conductas violentas están los medios de comunicación ya que no se puede descartar que tengan una parte de responsabilidad en este problema. La televisión, la radio, el cine, los dibujos animados, anuncios publicitarios, videos musicales, los juegos de video entre otros, básicamente el objetivo de estos es hacer creer que la violencia debe ser un acontecimiento normal y cotidiano en la vida. Todos estos medios cautivan de manera inconsciente a los adolescentes, integrando en este todos esos comportamientos a su personalidad.

“Entre los factores que contribuyen a aumentar el riesgo de un comportamiento violento en adolescentes se pueden mencionar los siguientes:

- *Ser la víctima de un abuso físico y/o sexual.*
- *Presentar un comportamiento agresivo o violencia previa que no fue atendido o tratado.*
- *Exposición a la violencia en el hogar y la comunidad.*
- *Factores Genéticos (hereditarios de la familia).*
- *Presencia de armas de fuego en la casa.*
- *Combinación de factores de estrés socioeconómico en la familia, tales como pobreza, carencia de medios, privación severa.*
- *El impacto del estrés familiar que se genera cuando existe separación o divorcio contencioso, donde los niños se convierten en objetos de negociación.*
- *La escasa motivación que le ofrece a los estudiantes el sistema de educación.*
- *Incomprensión o rechazo de parte de los padres a las diferencias y particularidades de los hijos adolescentes y a sus etapas de desarrollo.*
- *La violencia que se consume a través de los medios de comunicación, los niños y niñas se han acostumbrado desde muy pequeños a convivir con las imágenes violentas que les presenta el cine, la radio, los juegos electrónicos, el Internet y la televisión.*
- *El aburrimiento que contribuye a la violencia por sí misma. El placer de destruir y causar daño, constituye una señal de identidad de algunos grupos de jóvenes.*
- *La obsesión consumista: contaminación provocada por una economía de consumo que influye en el comportamiento irresponsable de muchos jóvenes.*

- *La crisis de autoridad de los padres: muchos padres han criado a sus hijos en un sentido falsamente progresista y el resultado ha sido hijos que manipulan y manejan a sus padres.*
- *Insatisfacción y frustración en los jóvenes por el mundo en que viven.*
- *El futuro que la sociedad parece imponerles: son las características frustrantes de una realidad crítica las que se convierten en condiciones que deterioran la salud produciendo patología y profundos daños en los niños.*
- *La influencia y presión de los pares: los jóvenes identifican como destreza y liderato la falta de miedo y de escrúpulos, la crueldad, la grosería, la brutalidad, y la dureza. Se constituyen “Maras”. En estos grupos todos los miembros “son alguien” ya que infunden miedo. La gente atemorizada, les respeta, convirtiéndose en los dueños de las calles y viviendo sin límites.*
- *El daño cerebral que se produce como resultado de accidentes o heridas en la cabeza.*
- *Alteraciones químicas encontradas en el cerebro de jóvenes violentos”⁹*

“Ciertamente si pensamos en niños y adolescentes se comprueba que la repetida exposición a imágenes violentas favorece la utilización de conductas agresivas como vía para resolver conflictos. A medida que aumenta la cantidad de imágenes contempladas estos tres efectos se incrementan: agresividad, desensibilización y temor”.¹⁰

⁹ Burgos Marrero, Sylvia MSW, ACSW, Tercera Conferencia de Trabajo Social Forense **“¿Por qué los Niños se tornan violentos?”** Reacción de la Familia y los Sistemas Sociales a su Conducta Pág. 187

¹⁰ Martínez-Otero, Valentín. **“A BUENA EDUCACION: reflexiones y propuestas de psicología humanista”**. Editorial Anthropos, 2007 primera edición Pág. 98

*“Aun si el niño no imita la agresión que ve en la televisión, su influjo puede manifestarse en otras formas. Por ejemplo, ver constantemente programas que violen habituado por personas que normalmente recurren a la agresión para resolver problemas interpersonales”.*¹¹

Se identificó que los jóvenes violentados presentan conductas como: inhibición, poco sociables, alejados del resto de sus compañeros además pueden mostrar poco interés por los deportes y otras actividades que impliquen relacionarse con sus pares.

El estar expuestos a tantos factores estresantes nos lleva a la conclusión que es necesario de alguna forma desarrollar destrezas que ayuden a la homeostasis emocional y psíquica, para mantener un equilibrio adecuado y por lo tanto una mejor calidad de vida.

Ahora se puede hablar de los mecanismos de afrontamiento las cuales son todas aquellas herramientas tanto cognitivas como conductuales que utiliza una persona al enfrentarse a una situación estresante. Fue establecida por Lazarus-Folkman en 1986, estos mecanismos pueden ser eficientes o ineficientes esto dependerá de la personalidad del individuo su capacidad de manejarlos y su propio desarrollo. Básicamente están relacionados a la resolución de problemas, de una forma eficaz ayudan a tener una mejor tolerancia al estrés y están relacionados a la resiliencia como también a la reacción que el individuo tenga al momento de presenciar un hecho de violencia.

Así como hay grupos paradójicamente más pequeños que ejercen la violencia, también hay grupos que buscan reivindicar la situación que vive la

¹¹ Shaffer, David R. y Kipp, Katherine, **“PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO: INFANCIA Y ADOLESCENCIA”**, séptima edición, 2007 Pág. 60

población; instruyendo, comunicando y haciendo conciencia del desastre que estamos formando.

Muchas organizaciones tanto privadas como del estado han luchado y siguen luchando por sacar adelante la paz y no han logrado mayor alcance en tratar de minimizar la cultura de violencia que se ha desarrollado. Lastimosamente son pocas las organizaciones que tienen una lucha perenne que se esfuerzan más del cien por ciento por ayudar a todas esas personas que son parte tanto de los “buenos y los malos”.

Organizaciones como la ODHAG se han dado a la tarea de mejorar y de alguna manera minimizar en las estadísticas los números negativos que aquejan a la población respecto a la violencia que se vive.

Una de las observaciones que podemos hacer de la ODHAG es que es una organización con más de cinco años de trabajo en la promoción y educación de los derechos humanos. Su estrategia de intervención es pasando de acciones desde componentes metodológicos a acciones y luego a lo temático. Su principal enfoque es el desarrollo de una cultura de paz para un adecuado desarrollo psicosocial. Su objetivo es fortalecer procesos de reflexión y acción que contribuyan a nuevas actitudes pacíficas de convivencia en la sociedad guatemalteca, a través de la promoción y educación de los derechos humanos.

La Universidad de San Carlos de Guatemala es otra de las muchas instituciones que lucha por el bienestar de la población llevando a cabo ciertas actividades que involucran tanto a la población en general como a sus propios estudiantes. Luchando por poner a disposición del pueblo la formación académica para mejorar de alguna forma la calidad de vida.

La idea principal de la Cultura de Paz era la de crear una cultura más democrática o más bien dicho manejar la democracia como se debe utilizando como medio central los tipos de negociación en los que ambas partes salgan beneficiadas sin generar conflicto ni discusión entre ambos.

*“Los actores de una negociación suelen tener intereses u objetivos diferentes, contrapuntos, incompatibles o excluyentes. La negociación no es un proceso que permita suprimir diferencias, en muchas ocasiones imposible, sino en reducirlas al máximo buscando también el máximo de compatibilidad ya sea dando visibilidad a aspectos no considerados o cambiando posiciones y actitudes a lo largo del proceso que permitan diluir diferencias”.*¹²

Desgraciadamente se ha hecho todo lo contrario, ya que no se observó cambio mínimo en el desarrollo de la población. Al contrario se intensificó, afectando así los principales pilares para el desarrollo adecuado del país.

Y aun así teniendo las formas de defendernos, en los que los “buenos” pueden luchar y exigir por una mejor protección, la falta de conocimiento que viene por tanta pobreza, desarrollada a su vez por mal manejo de los ingresos, y así mismo podemos ir desglosando cada uno de los factores que empeoran el desarrollo nacional, si se tuviera conocimiento de lo básico, de esas pocas líneas que pueden salvar su vida o su patrimonio, si la población fuera más instruida al respecto o más educada otro tema nos estuviera hablando en este tiempo.

Ni siquiera conocemos lo que implica la palabra “seguridad”. *“El término "seguridad" se conforma con dos componentes: 1) identificar lo que son las amenazas, vulnerabilidades y riesgos y 2) lo relacionado a cómo prevenirlos,*

¹² Vicenc Frisas, Armengol. **“CULTURA DE PAZ Y GESTIÓN DE CONFLICTO”**, editorial Icaria. Francia 2006 Pág. 195

contenerlos y enfrentarlos”. “La seguridad ciudadana es la garantía y la protección que deben tener los miembros de la sociedad para el ejercicio de los derechos ciudadanos o de los derechos constitucionales; es el ambiente que debe privar en una sociedad democrática para que puedan ejercerse las libertades constitucionales y para que al mismo tiempo puedan cumplirse las obligaciones que se derivan de esas libertades y derechos”.¹³

Teniendo conocimiento de los derechos y obligaciones que cada uno tiene, cumpliéndolos como debe ser la población estaría en otro punto mucho más favorecedor que en el que se encuentra en estos momentos.

La famosa sexta tesis de Marx sobre Feuerbach nos aclara que, *“La esencia humana no es una abstracción inherente a cada individuo en particular; en su realidad es el conjunto de las relaciones sociales”*.¹⁴

Por lo tanto, la construcción de la sociedad como está ahora es por merito de todos, no se puede simplemente buscar culpables, es justo el momento en que se tome conciencia y se dedique tiempo suficiente para la reconstrucción del país y de la sociedad.

En base a lo anterior se definieron los siguientes objetivos específicos:

- Conocer el impacto de los hechos de violencia en estudiantes de secundaria.
- Conocer los mecanismos de afrontamiento que utilizan los estudiantes de secundaria.

¹³ VII Seminario sobre la realidad nacional, ASIES, 1991(8) **“Acuerdo sobre el fortalecimiento del poder civil y función del ejército en una sociedad democrática”**, A. Pág. 18

¹⁴ Baró, Martín. **Op.Cit.** Pág. 65

- Realizar una guía psicoeducativa integral enfocada en adolescentes “Guía para la estabilización psicológica en víctimas de hechos delictivos”

1.1.3 Hipótesis del Trabajo

El presente trabajo se realizó tomando como base la siguiente hipótesis:

“La exposición a hechos de violencia desencadenan diversos efectos psicológicos”

Variable dependiente: Diversos efectos psicológicos

Indicadores:

- Efectos ansiógenos
- Estrés postraumático
- Desconfianza generalizada
- Desconfianza hacia las autoridades

Variable independiente: Exposición a hechos de violencia

Indicadores:

- Asaltos
- Robos
- Víctima Indirecta (espectador)

1.1.4 Delimitación

Esta investigación tuvo como punto principal la delimitación de un tema de interés, luego se justificó explicando su importancia; planteándonos objetivos, y metas de la investigación, las cuales demostramos con el fundamento del marco teórico, esto nos permitió explicar desde diferentes teorías el desarrollo del fenómeno estudiado. Al tener conocimiento desde diferentes perspectivas se logró elaborar una hipótesis que serviría como guía para la investigación la cual se aprobó mediante el establecimiento de un enlace entre el objetivo general de la investigación y los resultados de los instrumentos aplicados, por medio de la información obtenida en la recolección de datos haciendo uso de las diferentes técnicas.

Se solicito al Centro Educativo Diversificado por Cooperativa (CEDCOOP) ubicado Santa Catarina Pínula permiso para el desarrollo de esta investigación. Se eligieron de forma aleatoria a 40 jóvenes objeto de estudio de 120 estudiantes. La investigación se hizo de forma tanto cualitativa como cuantitativa, la problemática en sí es un tema subjetivo ya que se basa en las secuelas psicológicas que dichos problemas dejan en los jóvenes. .

Los estudiantes del establecimiento contestaron un cuestionario, una encuesta, una entrevista y un test psicológico, dentro del centro educativo nos brindaron el espacio adecuado para poder trabajar. El tiempo requerido para la investigación oscilo entre los meses de agosto a septiembre del año 2012, cada visita al centro estuvo planificada previamente con las autoridades del lugar. Con respecto a las limitaciones que se encontraron en la investigación, se puede mencionar que debido a que principalmente se trató un tema subjetivo pudo dar lugar a la mala interpretación de las interrogantes, aunque se trató de hacer preguntas lo más claro y concisas para no tener este problema.

II. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

2.1 Técnicas

La población objeto de estudio, consistió en un grupo de 120 jóvenes pertenecientes al Centro Educativo Diversificado por Cooperativa ubicado en la 6ta. Avenida 6-10, zona 1 Santa Catarina Pínula. La población a estudiar estuvo dirigida a ambos sexos, oscilando entre las edades de quince a dieciocho años, de nivel intelectual promedio y de nivel económico medio bajo. La mayoría de la población proveniente de áreas y colonias con un alto nivel de delincuencia. La técnica de muestreo que se utilizó para la selección final de la población objeto de estudio fue aleatoria, se seleccionaron 40 jóvenes de ambos sexos. A la población inicial (120 jóvenes) se les expuso el tema de investigación y una breve descripción de las actividades a realizar, de esos jóvenes 40 mostró mayor interés y se dispusieron a participar. Las técnicas de análisis estadístico que se utilizaron para la recopilación de datos fueron por medio de análisis porcentual y la tabulación de los datos por medio del programa de análisis SPSS. Las técnicas de recolección de datos de las que se hicieron uso fueron principalmente la observación directa, la entrevista y la encuesta, haciendo uso de estos por su fiabilidad y validez.

2.2 Instrumentos

Los datos se obtuvieron por medio de las siguientes técnicas de recopilación: La observación directa esta se utilizó al inicio de cada día de trabajo, de una forma directa con la intención de conocer las conductas y las actitudes de los jóvenes por medio de la cual pudimos notar el desarrollo de indicadores como la ansiedad y el estrés. A través de dos encuestas que consistían una de 8 preguntas y otra de 14 preguntas se busco indagar acerca

de las experiencias vividas y sus reacciones antes esos hechos dirigidas de forma clara y sencilla para que los jóvenes no tuvieran problemas al contestarlas (ver anexo 1-2) de esta manera se pudieron encontrar indicadores de la variable dependiente e independiente ya que cada pregunta buscaba indagar respecto al tema. Una entrevista en la cual se tuvo contacto directo con los jóvenes encontrando varios con severos problemas de ansiedad y miedo desencadenados por experiencias traumáticas relacionadas al tema (ver anexo 3) la entrevista se tuvo de forma personal con cada estudiante, se le solicito permiso para la grabación de la entrevista la cual tuvo una duración de 15 a 20 minutos dependiendo de la experiencia de cada estudiante y por último se les paso una prueba psicológica siendo esta el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) para medir los niveles de Ansiedad en los 40 entrevistados (ver anexo 4).

III. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

3.1 Características del lugar y la población

3.1.1 Características del lugar

A través de la experiencia vivida en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP ubicado en Santa Catarina Pínula de la ciudad de Guatemala durante el año 2012 se llegó a conocer de forma certera los efectos psicológicos que se han producido en los jóvenes que han sido víctimas de robos y/o asaltos.

El establecimiento al que se recurrió presento una infraestructura justa para su principal objetivo que es el enseñar; adecuadas y amplias instalaciones, con áreas accesibles para realizar diferentes actividades.

3.1.2 Características de la población

La población que se busco para esta investigación debía cumplir con las características y las necesidades que requerían; se decidió trabajar con adolescentes debido a la etapa vulnerable que viven, logrando así obtener datos más relevantes y con más impacto. Se buscaron estudiantes de distintos salones que oscilaban en la edad propuesta, se les pasaron las pruebas y una pequeña entrevista para interactuar con ellos y poder observar su desenvolvimiento en el grupo. De 120 estudiantes se seleccionaron 40 jóvenes para llevar a cabo la investigación.

3.2 Presentación, análisis e interpretación de los resultados.

La información obtenida de los instrumentos utilizados durante la investigación, la observación y la atención dirigida a los jóvenes sirvió para establecer datos que sirvieron para concretar los resultados, como base se presenta el siguiente análisis que engloba los resultados buscados. Por medio del programa de análisis estadístico y porcentual SPSS el cual sirvió de apoyo para presentar los resultados de la problemática estudiada, así mismo cabe mencionar que también se trabajó en vinculación con la ODAHG, dicha institución se dedica a ser acompañantes, promotores y defensores de los derechos humanos.

Como primer paso, se busco la aprobación de los estudiantes que estaban dispuestos a ser parte de la investigación, exponiéndoles los objetivos de la misma, luego se expuso la primera pregunta “¿Transitas por áreas rojas de su localidad?”, en la cual se buscaba comprobar, las formas de tomar en cuenta el método de seguridad y sobrevivencia la cual corresponde a un 70%, NO lo hace mientras un 30% SI lo hacen (ver tabla 1). A partir de lo anterior, en la segunda pregunta se planteó “¿Se ha distanciado de algún amigo?”; a lo que un 65% contestó Si y un 35% NO (ver tabla 2) que corresponde a 40 estudiantes. Como resultante podemos inferir que la violencia está presente en el entorno de la mayoría de los participantes, efecto mismo de la dinámica de la sociedad guatemalteca; en la cual la violencia se encuentra arraigada desde hace mucho tiempo y que se utiliza de manera instrumental para controlar a los demás.

Para complementar esto, en la tercera pregunta se buscó “¿Ir a determinados lugares le provoca angustia?”; siendo un 60% quienes SI la experimentan mientras un 40% NO (ver tabla 3). El 60% de la población entrevistada presenta síntomas de angustia y otras reacciones físicas, al

momento de frecuentar lugares determinados. Esto puede deberse a que la mayoría de jóvenes han sido violentados y el uso de mecanismos de afrontamiento es bajo. La cuarta pregunta consistía en “¿Ha sido víctima de robo?”. Fue interesante ver que la respuesta fuera una cantidad considerable de entrevistados aseveraron haber sufrido de robos o asaltos. Un 57% ha sido víctima y un 43% no (ver tabla 4). Se evidenció que el impacto de esta naturaleza sobre los seres humanos produce un efecto negativo en el desarrollo emocional y psicológico del individuo.

Con la siguiente pregunta se buscó conocer si existían víctimas indirectas ¿Ha presenciado algún hecho de violencia dirigido a un amigo, familiar, vecino?”. Un 75% SI han presenciado un hecho de esta índole mientras que un 25% NO (ver tabla 5). La violencia se ve reflejada en los comentarios hechos por los jóvenes, ya que una cantidad pequeña pero considerable de entrevistados aseveraron no haber sufrido de robos o asaltos pero que sí conocían a personas cercanas que lo sufrieron, tales jóvenes fueron observadores directos cuando otros fueron víctimas, asegurando también haber desarrollado síntomas de ansiedad luego del hecho delictivo. Esto puede llevarlos a preferir el silencio, por miedo a represalias.

Para determinar el índice de denuncias aplicadas, a la vez corroborar la pregunta anterior se inquirió en la sexta pregunta “¿Ha denunciado algún hecho delictivo que haya sufrido?” la información recabada especialmente de esta pregunta, pudimos determinar que el 80% de los jóvenes entrevistados NO han acudido ni acudirían a delatar el hecho a ningún tipo de organización o entidad del gobierno, solo un 20% lo ha hecho (Ver tabla 6). Los jóvenes comentan haber visto que las mismas organizaciones en ciertos momentos han sido parte del atraco. Esto a la vez demuestra la poca cultura de denuncia que existe en nuestro país.

Tabla # 1

**Tabla de contingencia 1
P5 ¿Transita por áreas rojas de su localidad?**

PREGUNTA 5	GÉNERO		TOTAL	%
	FEMENINO	MASCULINO		
SI	4	8	12	30%
NO	11	17	28	70%
TOTAL	15	25	40	100%

Fuente: Información obtenida por medio de encuestas realizadas en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP en Santa Catarina Pínula durante el año 2012.

Variable Dependiente: Desconfianza generalizada.

Los resultados que se presentan en esta tabla son claros y concisos, se denota que un 70% de la población entrevistada tienen miedo y reconocen las áreas rojas de su comunidad llevándolos a evitar transitar por ellas.

Considerando la información pudimos notar la cautela que adoptan los mismos luego de sufrir un hecho de violencia ya sea de forma directa o indirecta.

Al escuchar las entrevistas y analizar las encuestas los jóvenes relataban la inseguridad que sentían al momento de realizar sus diligencias y la necesidad de evitar presentarse en lugares desconocidos o conocidos como zona roja en su comunidad. Esta situación se ha desarrollado en estas personas debido a las experiencias negativas que han sufrido, por lo se puede inferir que con esta actitud los jóvenes buscan la manera de mantener tanto su integridad física, mental como emocional. Evidenciándose así el desarrollo de un mecanismo de afrontamiento.

Tabla # 2

Tabla de contingencia 2
P8 ¿Se ha distanciado de algún amigo?

PREGUNTA 8	GÉNERO		TOTAL	%
	FEMENINO	MASCULINO		
SI	13	13	26	65%
NO	2	12	14	35%
TOTAL	15	25	40	100%

Fuente: Información obtenida por medio de encuestas realizadas en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP en Santa Catarina Pínula durante el año 2012.

Variable Dependiente: Efectos ansiógenos.

Los resultados evidencian que los jóvenes se han distanciado de algunos amigos; los argumentos dados por los jóvenes, fueron que de alguna manera tuvieron la necesidad de alejarse de ciertas amistades negativas ya que sospechaban que los estaban llevando a situaciones de peligro, algunos por voluntad propia y otros por mandato de los padres.

Con estos datos se denota la necesidad de protección que los seres humanos buscan, debido a que de cierta forma siempre trata la manera de encontrar un espacio seguro por donde manejarse, protegidos de cualquier forma de amenaza.

En la adolescencia la pertenencia y la aceptación de un grupo hacen vacilar a algunos jóvenes a alejarse de los chicos rebeldes que básicamente buscan aceptación y amor, en lugar de buscar seguridad en grupos menos problemáticos.

Tabla # 3

**Tabla de contingencia 3
P13 Ir a determinados lugares ¿le provoca angustia?**

PREGUNTA 13	GÉNERO		TOTAL	%
	FEMENINO	MASCULINO		
SI	11	13	24	60%
NO	4	12	16	40%
TOTAL	15	25	40	100%

Fuente: Información obtenida por medio de encuestas realizadas en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP en Santa Catarina Pínula durante el año 2012.

Variable Dependiente: Estrés postraumático

El 60 % de la población entrevistada presenta síntomas de angustia y otras reacciones físicas, al momento de frecuentar lugares peligrosos, esto se debe a que por naturaleza el cuerpo percibe los cuadros amenazantes reaccionando de muchas formas para evitar algún tipo de daño. Considerando que esta interrogante casi se divide por la mitad entre los que sufren y no sufren este problema, esto puede deberse a la falta de atención y conocimiento respecto a los síntomas de la angustia, comparándolos con otros problemas mas sencillos dándole una menor importancia.

Los jóvenes evitan ser parte de sucesos peligrosos, por lo tanto cuando se ven sometidos por una u otra razón a una situación peligrosa va desarrollando sentimientos de angustia experimentando somatizaciones, ansiedad y estrés hasta el momento en que logran salir de esa situación caótica. Según la perspectiva psiquiatría, los testigos y víctimas de violencia presentan altas tasas de depresión y estrés post traumático.

Tabla # 4

**Tabla de contingencia 4
P1 ¿Ha sido víctima de robo?**

PREGUNTA 13	GÉNERO		TOTAL	%
	FEMENINO	MASCULINO		
SI	10	13	23	57%
NO	7	10	17	43%
TOTAL	17	23	40	100%

Fuente: Información obtenida por medio de encuestas realizadas en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP en Santa Catarina Pínula durante el año 2012.

Variable Independiente: Robo y Asalto

Tomando en consideración la información obtenida se evidencia la incidencia de jóvenes víctimas de robos y asaltos en esta comunidad. Al momento de iniciar las charlas con los jóvenes se conoció mucho de sus casos por lo que se trato de indagar sobre el tema específicamente y no quedarse la primer impresión; una cantidad considerable de entrevistados aseveraron haber sufrido de robos o asaltos. Quedando en evidencia los múltiples efectos negativos que tienen estos hechos en la vida de los jóvenes.

El robo de un celular o de alguna cantidad pequeña de dinero ya no son de importancia en este tiempo, se está dando de tal forma que ya es cotidiano en las vidas de la personas. Incluso algunas personas optan por cargar dos celulares para que al momento de sufrir un asalto puedan dar el de menor valor. El hecho de no darle la importancia requerida está provocando el desarrollo de nuevas enfermedades que al final de cuentas la población no tiene la mejor idea que vienen a raíz de esas experiencias traumáticas.

Tabla # 5

Tabla de contingencia 5
P3 ¿Ha presenciado algún hecho de violencia dirigido a un amigo, familiar o vecino?

PREGUNTA 3	GÉNERO		TOTAL	%
	FEMENINO	MASCULINO		
SI	13	17	30	75%
NO	4	6	10	25%
TOTAL	17	23	40	100%

Fuente: Información obtenida por medio de encuestas realizadas en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP en Santa Catarina Pinula durante el año 2012.

Variable Independiente: Víctima Indirecta (espectador)

La violencia se ve reflejada en los comentarios hechos por los jóvenes, ya que una cantidad pequeña de entrevistados confirmaron no haber sufrido de robos o asaltos, pero que sí conocían a personas que lo sufrieron. Esto puede ser a causa que por ser aun estudiantes no tienen la necesidad de estar mucho tiempo recorriendo las calles reduciendo así el peligro.

Estos jóvenes fueron observadores directos cuando otros fueron víctimas, asegurando también haber desarrollado síntomas de ansiedad luego del suceso. Estos hechos dejan claro que ninguna persona se libra de sufrir o desarrollar algún tipo de efectos psicológicos ya sea que haya sido víctima directa o indirecta.

Por lo tanto, en estos casos se ve la llamada psicosis social que se vive, el miedo a ser agredido, la paranoia que incrementa la desconfianza en el resto de las personas.

Tabla # 6

Tabla de contingencia 6
P8 ¿Ha denunciado algún hecho delictivo que haya sufrido?

PREGUNTA 8	GÉNERO		TOTAL	%
	FEMENINO	MASCULINO		
SI	2	6	8	20%
NO	15	17	32	80%
TOTAL	17	23	40	100%

Fuente: Información obtenida por medio de encuestas realizadas en el Centro Educativo por Cooperativa CEDCOOP en Santa Catarina Pinula durante el año 2012.

Variable Dependiente: Desconfianza a las autoridades

Entre los datos relevantes de esta pregunta, pudimos determinar que el 80% de los jóvenes entrevistados NO han acudido ni acudirían a delatar el hecho a ningún tipo de organización para su denuncia, lo que evidencia es la total desconfianza que los jóvenes presentan por dichos lugares.

Explican haber visto que las mismas organizaciones en ciertos momentos han sido parte del atraco, o que aun estando presentes al momento de que una persona estaba siendo despojada de sus pertenencias no han hecho nada al respecto. Esta situación es un indicador del ¿por qué? la delincuencia ha ido en aumento y en los registros estadísticos se presentan pocos casos quedando inválidos totalmente.

Al finalizar esta investigación pudimos concretar la importancia de desarrollar programas que puedan ser utilizados por las entidades educativas, teniendo como objetivo el prevenir y mejorar el manejo de situaciones que generen estrés y ansiedad en la población estudiantil, debe ser una de las principales herramientas de las que deben hacerse uso, ya que debido a estos

factores negativos que están presentes en la vida de cada uno de los estudiantes se puede asegurar y confirmar que afectan un gran porcentaje al desarrollo social, emocional y cognitivo de los jóvenes.

Por lo tanto, hay que mantener no solo la investigación como generador de conocimiento teórico sino, también para prevenir, utilizando la educación en prevención como base para posteriores proyectos que estén dirigidos a jóvenes víctimas de hechos delictivos con lo cual puedan aprender técnicas de relajación estabilización emocional y el desarrollo y fortalecimiento de mecanismos de afrontamiento.

*Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas*

Guía

**para la Estabilización
Psicológica en Víctimas
de Hechos Delictivos**

**Autores
Jackeline Pimentel
Matilde Gudiel**

Guatemala 2013

*La violencia crea más problemas
sociales que los que resuelve.
Martín Luther King*



Guía para la Estabilización Psicológica en Víctimas de Hechos Delictivos



Presentación

Esta guía fue creada con la finalidad de otorgar a la población herramientas prácticas y accesibles con la cual aprenderán a mantener una estabilidad emocional ante cualquier hecho delictivo.

El punto de arranque se basó principalmente en una investigación previamente realizada, ya que se efectuó en vinculación con una organización que busca generar y fortalecer los procesos de empoderamiento, promoción y defensa de los DDHH para la estabilidad de la sociedad, esta organización es la Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala ODHAG.

El propósito de este material es educar a los jóvenes acerca de los diferentes tipos de violencia que se viven día a día, a los cuales se ven expuestos y algunas maneras fáciles con las cuales pueden mantener la tranquilidad ante cualquier hecho.

El material de este documento va dirigido a un grupo de la población (adolescentes) que se consideran vía fácil y vulnerable a ser amedrentado dejando con esto secuelas psicológicas que repercuten en su desarrollo social, emocional y educativo.

Está estructurada por tres momentos, el primero consta de un marco teórico de referencia en el que se expondrán de forma clara y concisa los temas relacionados al tema principal y sus consecuencias, el segundo momento relacionado a técnicas útiles para su uso y el tercer momento consta de un ejemplo de planificación de como llevar a cabo las técnica tomando en cuenta objetivos, metodología, recursos y evaluación. Con esta guía se busca cumplir con los objetivos presentados a continuación.

Objetivos

Objetivo General:

- Desarrollar conciencia respecto a la importancia de mantener una estabilidad emocional al momento de sufrir un hecho delictivo.

Objetivos Específicos:

- Exponer el tema “violencia” abarcando definición, tipos y el desarrollo de secuelas físicas y psicológicas que conlleva.
- Presentar diferentes técnicas de estabilización emocional y reestructuración cognitiva.
- Presentar un ejemplo de planificación de actividades de las que pueden hacer uso.

Fundamentación Teórica

La sociedad guatemalteca esta inmersa en sucesos de muy fácil explicación pero de muy difícil afrontamiento. Si buscamos más a fondo en la historia de nuestro país encontramos los factores que han vuelto de nuestra patria una familia disfuncional. Tomaremos la violencia como principal afección; *“Para Ravazzola (1997) hay violencia cuando una persona físicamente más débil que otra, es víctima de abuso físico o psíquico”*.¹

El término violencia fue relacionado desde épocas antiguas a hechos que implicaban fuerza física cosa que en nuestro tiempo podemos descartar ya que se han ido desarrollando un sin número de situación que encajan en este término.

Podemos decir que la violencia es un comportamiento deliberado que resulta, o puede resultar en daños físicos o psicológicos a otros seres humanos; a continuación presentamos una lista de los tipos de violencia.

- **Violencia directa:** es la violencia física, aquella que tiene por objetivo herir o matar.
- **Violencia estructural:** consiste en agredir a una agrupación colectiva desde la misma estructura política o económica
- **Violencia cultural:** se refiere a los aspectos de la cultura que aportan una legitimidad a la utilización de los instrumentos de la violencia.
- **Violencia juvenil:** se refiere a los actos físicamente destructivos que realizan los jóvenes entre los 10 y los 29 años de edad y que afectan a otros jóvenes dentro del mismo rango de edad.
- **Violencia Doméstica:** La violencia psicológica y física con el cónyuge, el maltrato Infantil y el abuso de los niños.
- **Violencia Cotidiana:** Es la que venimos sufriendo diariamente y se caracteriza básicamente por el no respeto de las reglas.
- **Violencia Política:** Es aquella que surge de los grupos organizados ya sea que estén en el poder o no.
- **Violencia Socio-Económica:** Reflejada en situaciones de pobreza y marginalidad de grandes grupos de la población.
- **Violencia Delincuencial:** Conductas que asumen medios ilegítimos para alcanzar bienes materiales.

Podemos notar la amplitud del tema que se presenta, pero por el momento únicamente tomaremos como base la violencia delincidencial ya que es una problemática que se esta viviendo de forma cotidiana.

¹ Kalvematter, Cristina. “VIOLENCIA ¿ESENCIA O CONSTRUCCION? ¿VICTIMAS O VICTIMARIOS? Editorial Brujas. Argentina. 2006. Pág. 14

Para que una sociedad prospere y cesen los problemas que la llevan en picada a la desgracia, es necesario fortalecer los factores que ayudarían a su estabilización. Entre algunos de los problemas que incitan al uso de violencia podemos mencionar: alcoholismo, ausencia de conciencia social, ignorancia, ausencia de control, falta de comprensión y drogadicción.

A veces se culpa únicamente a la sociedad de los problemas que se viven, dejando de lado la importancia y la responsabilidad que tiene la familia en sí; según la Declaración Universal de los Derechos Humanos, la familia es el elemento natural, universal y fundamental de la sociedad.

“Las crisis y dificultades sociales, económicas y demográficas de las últimas décadas han hecho redescubrir que la familia representa un valiosísimo potencial para el amortiguamiento de los efectos dramáticos de problemas como el paro, las enfermedades, la vivienda, las drogodependencias o la marginalidad. La familia es considerada hoy como el primer núcleo de solidaridad dentro de la sociedad, siendo mucho más que una unidad jurídica, social y económica. La familia es, ante todo, una comunidad de amor y de solidaridad”²

Del ceno familiar adquirimos todo tipo de conocimiento desde aquellos que nos ayudarían a ser personas de éxito hasta aquellos que nos llevan a la perdición. Todos somos el reflejo de nuestros padres, de la educación que nos han dado. Por lo tanto, es necesario iniciar con el fortalecimiento de cada familia para poder ver un cambio en el curso de la sociedad.

Por desgracia el desarrollo del grupo familiar se ha visto limitado ya que factores ajenos como la desnutrición y la pobreza han llevado a los padres de familia a preocuparse más por satisfacer las necesidades básicas (algunos de forma legal y otros de forma ilegal) dejando de lado las enseñanzas de valores familiares.

Todos los seres humanos por su naturaleza poseen el instinto de supervivencia el cual nos ayuda no solo a sobrevivir sino también a huir del peligro, esta habilidad innata se debe acoplar básicamente a los aspectos que actualmente existen y nos hacen correr riesgo tanto físico como psicológico.

Desde pequeños los padres deben orientar a los hijos sobre los aspectos que nos pueden dar satisfacción y los que pueden ser causa de dolor y sufrimiento. Como primer punto deben entender exactamente lo que la seguridad implica.

“El término "seguridad" se conforma con dos componentes: 1) identificar lo que son las amenazas, vulnerabilidades y riesgos y 2) lo relacionado a cómo

² Hertfelder, Eduardo, Martínez-Aedo, Mariano, Velarde, Lola, “LA FAMILIA, DESAFIO PARA UNA NUEVA POLITICA”, España. 2010. Pág. 224

*prevenirlos, contenerlos y enfrentarlos”. “La seguridad ciudadana es la garantía y la protección que deben tener los miembros de la sociedad para el ejercicio de los derechos ciudadanos o de los derechos constitucionales; es el ambiente que debe privar en una sociedad democrática para que puedan ejercerse las libertades constitucionales y para que al mismo tiempo puedan cumplirse las obligaciones que se derivan de esas libertades y derechos”.*³

La población más vulnerable en nuestra sociedad son los adolescentes ya que pueden ser víctimas como volverse victimarios. El interés de esta guía es ayudar a mejorar la calidad de vida de los jóvenes enseñándoles a identificar amenazas y desarrollar estrategias de afrontamiento.

*“La adolescencia es el período de transición entre la infancia y la juventud, en el que acaecen transformaciones físicas, psíquicas y sociales, al cabo de las cuales debe quedar forjada la personalidad”*⁴

Vivir en un país tan violento como lo es el nuestro es sin duda uno de los factores más estresantes y como resultado de ello la mayoría de la población mantiene una vida física mental y socialmente inestable.

Por lo tanto, y como resultado podemos mencionar algunas consecuencias físicas y psicológicas que nos deja la violencia:

Consecuencias físicas

- Homicidio.
- Lesiones graves
- Embarazo no deseado
- Abortos
- Estrés
- Vulnerabilidad a las enfermedades

Consecuencias Psicológicas.

- Suicidio
- Problemas de salud mental
- Ausencia de Autoestima
- Temor, Culpa, Desvalorización, Odio, Vergüenza, Depresión, Asco, Desconfianza, Aislamiento, Marginalidad y Ansiedad,

Pudiendo notar que las consecuencias psicológicas también son graves y a las que menos se les toma en cuenta e importancia. Las ventajas que poseen los seres humanos es la capacidad de autorregulación.

³ VII Seminario sobre la realidad nacional, ASIES, 1991(8) Acuerdo sobre el fortalecimiento del poder civil y función del ejército en una sociedad democrática, A. 18

⁴ De la Mora, Gabriel. “Formación del Adolescente”. Editorial Continental S.A. México, 1986. Pág. 42

Físicamente el cuerpo tiene la virtud de mantenerse equilibrado a través de “homeostasis” con la cual logra regular las funciones dentro de él, de la misma forma el sistema psíquico tiene la capacidad de desarrollar estas mismas funciones, a través de aprendizaje y desarrollo de esas capacidades.

Retomando el tema según la perspectiva psiquiátrica los testigos y las víctimas de violencia presentan altas tasas de depresión, estrés postraumático, ansiedad, patrones alterados de sueño y vigilia, alteración en la cognición, procesos de pensamiento, inadaptación al medio, aislamiento, etc.

Debido a que trabajar buscando la prevención es muy difícil alternando a esto debemos también interesarnos por trabajar de forma reactiva ya que necesitamos estabilizar lo ya vivido logrando con esto también una prevención a largo plazo.

Se identificó que los jóvenes violentados presentan conductas como: ser callados, poco sociables, alejados del resto de sus pares, pueden mostrar poco interés por los deportes y bajo rendimiento escolar.

Esta guía está dirigida a jóvenes que han sido víctimas de hechos delictivos como: robos, asaltos y víctima indirecta, con la cual aprenderán técnicas de relajación, estabilización emocional y desarrollo de mecanismos de afrontamiento.

El objetivo de esta guía es que los jóvenes aprendan a aplicar dichas técnicas a su vida diaria que les ayudaran a mantener un equilibrio emocional.

A través de estas técnicas los jóvenes podrán aplicarlas en su vida de forma rutinaria, llegando a ser a largo plazo parte de su estilo de vida.

Se tomarán únicamente tres problemas psicológicos que se desarrollan luego de verse expuesto a un hecho de violencia, estos se consideran importantes para la estabilidad emocional los cuales son: Ansiedad, Estrés y Desarrollo de Mecanismos de Afrontamiento.

Ahora bien la ansiedad y el estrés, son respuestas adaptativas ante las dificultades. Sin embargo, cuando estas respuestas alcanzan un grado excesivo, se tornan claramente disfuncionales y pueden producir reacciones que afectan a la salud física y psicológica.

La ansiedad y el estrés son en la actualidad, los problemas psicológicos más frecuentes de la población y surgen como consecuencia del estilo de vida que llevamos. Todos somos, en mayor o menor medida, susceptibles a padecerlos.

Existen tres pilares que ayudarán a prevenir y controlar la ansiedad y el estrés, y a tener una buena calidad de vida; los cuales son relajación, serenidad y reestructuración cognitiva.

Muchos adoptan estos términos a su léxico como algo común y peor aun como sinónimos, siendo estos totalmente distintos.

La causa del estrés es la presencia de un factor estresante ya sean sobre carga de trabajo excesivo, problemas familiares, problemas sociales, etc. El estrés no siempre es malo, todos siempre tienen un poco de estrés; pero su exceso puede provocar un trastorno de ansiedad.

Ahora bien la ansiedad es el estrés que continúa después de que el factor estresante ha desaparecido, por ejemplo: Si una persona tiene un estrés excesivo en el trabajo y a causa de ello le da un ataque de pánico, esta persona recurre al hospital y el psicólogo le sugiere que se dé unas vacaciones y así pueda desestresarse, sin embargo, a pesar de haberse ido de vacaciones y dejando de lado el factor estresante sigue presentando ataques de pánico (producto de la ansiedad).

Los mecanismos de afrontamiento son todas aquellas herramientas tanto cognitivas como conductuales que utiliza una persona al enfrentarse a una situación estresante.

Para poder manejar estas situaciones que son causantes de estrés y ansiedad es necesario mediante la reestructuración cognitiva aprender a disminuirlas; con esta se aprende a conocer la interpretación que hacemos sobre lo que nos ocurre, aprendiendo los procedimientos necesarios para poder realizar un cambio en la forma en que evaluamos e interpretamos lo que nos sucede y las circunstancias en las que nos vemos inmersos.

La ansiedad y el estrés dependen, en buena medida, de la interpretación que se realice de lo que nos rodea.

La guía básicamente trata sobre el aprendizaje de técnicas de relajación, que ayudarán a distender el tono muscular asociado a sucesos estresantes y ansiógenos y a desarrollar la serenidad necesaria para afrontar con equilibrio las dificultades que, inevitablemente, van surgiendo en la vida.

Técnicas de Estabilización Emocional

Primero que nada debemos entender que las emociones son reacciones naturales que permiten ponernos en alerta ante situaciones que implican peligro, amenaza o frustración.

Los componentes centrales de las emociones son las reacciones fisiológicas y los pensamientos. Ante una situación difícil es automático este tipo de reacción que ponen al organismo en alerta. Este es el momento preciso en el que es necesario hacer uso de habilidades que nos ayudaran a manejar las emociones ya que no poder manejar la situación puede llevar a realizar conductas indeseables.

En las emociones entran en juego cuatro aspectos:

- Una situación concreta.
- Una serie de reacciones fisiológicas específicas o sensaciones (aceleración del pulso y de la respiración, tensión muscular, etc.).
- Unos pensamientos determinados.
- Un tipo de respuestas concretas apropiadas para esa situación.

A continuación se presentan ejemplos de algunas de las diferentes técnicas que existen, las cuales se puede utilizar para mantener una estabilidad emocional en la vida personal.

Técnicas concretas para manejar las emociones

Técnica n.º 1: Respiración profunda

Esta técnica es muy fácil de aplicar y es útil para controlar las reacciones fisiológicas antes, durante y después de enfrentarse a las situaciones emocionalmente intensas.

- Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4
- Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4
- Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 8
- Repite el proceso anterior

De lo que se trata es de hacer las distintas fases de la respiración de forma lenta y un poco más intensa de lo normal, pero sin llegar a tener que forzarla en ningún momento. Para comprobar que haces la respiración correctamente puedes poner una mano en el pecho y otra en el abdomen. Estarás haciendo

correctamente la respiración cuando solo se te mueva la mano del abdomen al respirar (algunos le llaman también respiración abdominal o diafragmática).

Técnica n.º 2: Detención del pensamiento

Esta técnica puede utilizarse también antes, durante o después de la situación que nos causa problemas.

Esta estrategia se centra en el control del pensamiento. Para ponerla en práctica debes seguir los siguientes pasos:

- Cuando te empieces a encontrar incómodo, nervioso o alterado, préstale atención al tipo de pensamientos que estás teniendo, e identifica todos aquellos con connotaciones negativas (centrados en el fracaso, el odio hacia otras personas, la culpabilización, etc.)
- Di para ti mismo “¡Basta!”
- Sustituye esos pensamientos por otros más positivos

El problema de esta técnica es que se necesita cierta práctica para identificar los pensamientos negativos, así como para darles la vuelta y convertirlos en positivos. En el siguiente cuadro te presentamos algunos ejemplos:

PENSAMIENTOS NEGATIVOS	PENSAMIENTOS POSITIVOS
“Soy un desastre”	“Soy capaz de superar esta situación”
“No puedo soportarlo”	“Si me esfuerzo tendré éxito”
“Me siento desbordado”	“Preocuparse no facilita las cosas”
“Todo va a salir mal”	“Esto no va a ser tan terrible”
“No puedo controlar esta situación”	“Seguro que lo lograré”
“Lo hace a propósito”	“Posiblemente no se haya dado cuenta que lo que hace me molesta”

Técnica n.º 4: Ensayo mental

Esta técnica está pensada para ser empleada antes de afrontar situaciones en las que no se sienta seguro. Consiste simplemente en imaginar qué se está en esa situación (por ejemplo, estar en su lugar favorito) y que lo está haciendo bien, a la vez que se siente totalmente relajado y seguro debe practicar mentalmente lo que va a hacer. Repita esto varias veces, hasta que empiece a sentirse más relajado y seguro de sí mismo.

Técnica n.º 5: *Combate el estrés*

Este es un ejercicio ideal para aquellos momentos en los que ha sufrido mucho estrés o presión como por ejemplo tras un duro día de trabajo, un examen importante, etc. Está indicado para que se tranquilice una vez llegue a casa y no permita que la mente siga analizando y dándole vueltas una y otra vez al asunto.

El ejercicio consta de dos partes, puede utilizar música relajante de fondo. Debe realizarse acostado y con los ojos cerrados de la siguiente manera:

Primera parte:

- Respire lo más profundamente que pueda tres veces.
- Después lleve la atención a sus pies. Tómese su tiempo para sentirlos y después imagine y sienta como pesan y se relajan.
- Siga subiendo llevando su atención a través de la tibia, peroné y rodillas. Tómese su tiempo para sentirlos y después imagine y sienta como pesan y se relajan.
- Siga subiendo llevando su atención a través de los muslos, pantorrillas, genitales, glúteos y cintura.
- Tómese su tiempo para sentirlos y después imagine y sienta como pesan y se relajan.
- Siga subiendo llevando su atención ahora a través del abdomen, pecho, espalda, hombros, brazos y manos.
- Tómese su tiempo para sentirlos y después imagine y sienta como pesan y se relajan.
- Siga subiendo llevando su atención a través del cuello, músculos de la cara, cuero cabelludo, y finalmente mente. Tómese su tiempo para sentirlos y después imagine y sienta como pesan y se relajan.
- Vuelva a respirar profundamente tres veces y sienta como todo su cuerpo pesa y se relaja.

Segunda parte:

- A continuación imagine una luz muy dorada y brillante que comienza a introducirse en su mente.
- Esa luz es totalmente revitalizante, de manera que sienta como le despeja la mente y calma todas las ansiedades.
- Visualice como esa luz va bajando por su cabeza, a través de su cuello, hombros, espalda, brazos y manos, pecho, abdomen, cintura, glúteos y genitales, pantorrillas y muslos, rodillas, tibia y peroné, tobillos y finalmente pies.
- Tómese todo el tiempo que necesite para que esa luz inunde todas esas partes de su cuerpo y las revitalice, despeje y equilibre.
- Cuando haya llegado a los pies imagine y sienta como la luz hace que este todo dorado, sale a chorros por las plantas de los mismos, y comienza a

moverlos poco a poco. Valla moviendo todo el cuerpo lentamente hasta ir regresando al ejercicio y finalmente abre los ojos muy lentamente.

- Después levántese y estírese, especialmente la espalda.
- Práctiquelo siempre que lo desee.

Técnica n.º 6: *Ejercicio de Relajación*

Un sencillo ejercicio para ayudarle a relajarse después del trabajo, la escuela o algún acontecimiento estresante.

Esto es lo que debe hacer:

- Póngase ropa muy cómoda y descálcese.
- Deshágase de todas las joyas y si lleva el pelo recogido suéltelo. Después y muy suave haga unos cuantos movimientos giratorios lentos con los pies, con las manos y con la cabeza.
- Tenga especial cuidado con la cabeza y si tiene problemas cervicales no lo haga. Y a la vez que los hace valla respirando profundamente.
- Acostarse en la cama, el sofá o lo que quiera con la luz apagada.
- Si quiere puede tener una luz blanca encendida y música relajante puesta.
- Tenga todo el cuerpo estirado boca arriba y lo más cómodo posible.
- Respire despacio, pero a gusto.
- Entonces empiece a imaginar un cielo azul maravilloso, sin una nube.
- Durante un pequeño momento recuerde el olor y sensación del aire cuando el cielo está despejado. Recuerde lo a gusto que se siente ante un día así.
- Después a ese cielo dibújese en la mente un inmenso y profundo océano azul. Observe detenidamente que está en calma y que puede oír las suaves olas. Sienta la profundidad y serenidad de ese mar durante otro pequeño momento.
- Después a ese cielo maravilloso y a ese sereno y profundo mar añádale un bello sol amaneciendo.
- Inundase de la sensación de frescura y renovación que le transmite el amanecer todos y cada uno de los días de su vida.
- Y durante unos minutos disfrute de él.
- Por último introdúzcase en la imagen encima de una verde hierba. Sienta el frescor y relajación que le trasmite y disfrute de ella otros minutos más.
- Para finalizar hágase una visualización del conjunto y durante varios minutos disfrute de la serenidad que le aporta hasta que se sienta completamente relajado.

Técnica n.º 7: Resolución de Problemas de D´Zurilla y Golfried.

La técnica de resolución de problemas de D´Zurilla es una técnica que tiene sus antecedentes en la psicología experimental concretamente en los procesos cognitivos implicados en la resolución de problemas intelectuales como por

ejemplo resolver rompecabezas, la torre de Hanoi, etc. Se desarrollaron procedimientos que se pudieran aplicar a los problemas de la vida cotidiana.

Implica el manejo de estructuras cognitivas que permiten crear o descubrir simbólicamente soluciones para una gran variedad de problemas. La clave de la técnica de resolución de problemas será pues analizar las respuestas que damos a la situación porque cuando emitamos la respuesta adecuada habremos dado con la solución.

- Identificación del problema.
- Perfilar la respuesta habitual.
- Hacer un listado de alternativas posibles.
- Analizar las consecuencias de cada alternativa.
- Toma de decisiones y evaluación de resultados.

Identificación de Problemas: Se debe hacer realizándonos a nosotros mismos preguntas relativas a como uno se siente –las emociones-. Si la respuesta son emociones o sentimientos negativos como por ejemplo: enojo, confusión, estrés, deprimido, entonces tenemos un problema. Algo falla en el modo de responder en la situación. Hay escalas para evaluar como se siente uno en cualquier área de su vida como pueden ser: el trabajo, la salud, o la familia

Perfilar la respuesta habitual: para ello realizo los siguientes pasos; Analizo la situación: identifico quien esta implicado en la situación, donde sucede, que sucede, como sucede, y porqué sucede.- Analizo la respuesta: que hago, como lo hago, como me siento, donde lo hago, cuando lo hago, porqué lo hago y que objetivos pretendo. Tenemos que concluir a esas preguntas que el problema real no es quién esta implicado, ni donde sucede, sino que el problema verdaderamente no se la situación sino lo que yo hago, como lo hago, etc. Es decir el problema esta en mi respuesta. En esta segunda fase hay también que definir los objetivos alternativos que uno quiere alcanzar de modo que para alcanzar nuestros objetivos tenemos que pensar en nuevas respuestas que tenemos que dar, en donde darlas y en como dar las respuestas.

Hacer un listado con todas las alternativas posibles: es realizar un listado de todas las posibles alternativas de respuesta. Aquí entra en juego la idea de la lluvia de ideas o la tormenta de ideas. En esta fase lo que importa es la cantidad de ideas que produzcamos sin entrar a criticar las alternativas generadas. La idea es combinar las ideas para ir seleccionando un conjunto limitado entre 8-10 estrategias para alcanzar cada nuevo objetivo.

Analizar las consecuencias de cada alternativa: para cada alternativa se le asignan valores; se puntuara más a aquellas que parezcan que son mejores pues sus consecuencias son más positivas y tienen menos consecuencias negativas. Se valorará principalmente: Las consecuencias personales o bienestar para uno mismo, siempre eligiendo aquellas alternativas que son más positivas para uno mismo. La probabilidad de que sean alternativas eficaces, es decir si yo

realizo la alternativa elegida que probabilidad tengo de lograr el objetivo. La probabilidad del paciente para llevar a cabo la alternativa y su eficacia.

Toma de decisiones y evaluación de resultados: en esta última fase se decide que alternativa se escoge y aplicamos la alternativa durante un tiempo para evaluar los resultados. Aquí es donde entraría en acción el autoregistro y el autoreforzo. Si la evaluación final es que no se ha resuelto el problema tendremos que volver atrás para buscar otra respuesta alternativa hasta dar con una respuesta que resuelva el problema.

Se presentaron siete diferentes técnicas de las cuales pueden hacer uso ante cualquier hecho que les provoque angustia, estrés o ansiedad; técnicas que se pueden aplicar de forma rutinaria no solo para su estabilización física y psicológica sino también técnicas de reestructuración cognitiva con la que aprenderán a controlar sus pensamientos ante esos hechos causantes de inestabilidad emocional.

A continuación se sugiere un formato de planificaciones con actividades que puede utilizar cualquier persona o grupo de personas interesadas en aplicar estas técnicas.

EJEMPLO DE PLANIFICACION DE ACTIVIDADES PARA APRENDER SOBRE VIOLENCIA Y ESTABILIDAD EMOCIONAL

OBJETIVOS	CONTENIDO	METODOLOGIA	POBLACION META	RECURSOS	EVALUACION
<p>Aprender que es "Violencia"</p>	<p>La violencia sus formas y secuelas.</p>	<p>A través de cuentos he historias se les enseña a los jóvenes las diferentes formas de violencia que existen.</p>	<p>Adolescentes y niños.</p>	<p>Libros de cuentos Recurso Humano</p>	<p>Escrita</p>
<p>Conocer como reacciona mi cuerpo a diferentes situaciones que producen estrés y ansiedad.</p>	<p>Estrés, Ansiedad y sus reacciones físicas y psicológicas.</p>	<p>Se les explicaran las reacciones físicas y psicológicas que conlleva el estrés y la ansiedad y la diferencia entre estos. Mostrar a través de videos e imágenes a los jóvenes ejemplos de diferentes situaciones que les provoquen dichos efectos.</p>	<p>Adolescentes y niños.</p>	<p>Material didáctico Video Televisión Material audiovisual Recurso Humano</p>	<p>Oral</p>

<p>Trabaja en prácticas y actividades que me relajen.</p>	<p>Técnicas de Relajación.</p>	<p>En un salón libre de ruidos factores distractores llevar a cabo alguna de las técnicas de relajación sugeridas en la guía.</p>	<p>Adolescentes y niños</p>	<p>Ropa Cómoda Colchonetes Disco de música ambiental Radio Grabadora Recurso Humano</p>	<p>Oral</p>
<p>Trabaja en prácticas y actividades que me relajen.</p>	<p>Técnica de reestructuración Cognitiva.</p>	<p>Poner ejercicios a los participantes de como pueden y deben modificar los pensamientos negativos.</p>	<p>Adolescentes y niños.</p>	<p>Material Didáctico Recurso Humano</p>	<p>Oral</p>

GLOSARIO

Ansiedad

Es una respuesta emocional o conjunto de respuestas que engloba: aspectos subjetivos o cognitivos de carácter displacentero, aspectos corporales o fisiológicos caracterizados por un alto grado de activación del sistema periférico, aspectos observables o motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos

Autorregulación

Capacidad de una entidad para regularse a si misma, en base al control y monitoreo voluntario.

Democracia

Es una forma de organización social que atribuye la titularidad del poder al conjunto de la sociedad.

Estrés

Es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

Homeostasis

Es la característica de un organismo vivo, mediante la absorción de alimentos y vitaminas (metabolismo) y regular las funciones que existen dentro de él, para mantener una condición estable y constante.

Mecanismos de Afrontamiento

Son todas aquellas herramientas tanto cognitivas como conductuales que utiliza una persona al enfrentarse a una situación estresante.

Víctima

Es todo ser viviente sacrificado o destinado al sacrificio.

Victimario

Es aquella persona que le inflige un daño o perjuicio a otra en un momento determinado

Violencia

Es el tipo de interacción humana que se manifiesta en aquellas conductas o situaciones que, de forma deliberada, provocan, o amenazan con hacerlo, un daño o sometimiento grave (físico, sexual o psicológico) a un individuo o una colectividad; o los afectan de tal manera que limitan sus potencialidades presentes o las futuras.

BIBLIOGRAFIA

- *VII Seminario sobre la realidad nacional, ASIES, 1991(8) Acuerdo sobre el fortalecimiento del poder civil y función del ejército en una sociedad democrática, A. Pág. 18*
- Hertfelder, Eduardo, Martinez-Aedo, Mariano, Velarde, Lola, “LA FAMILIA, DESAFIO PARA UNA NUEVA POLITICA”, España. 2010. Pág. 224
- Kalvematter, Cristina. “VIOLENCIA ¿ESENCIA O CONSTRUCCION? ¿VICTIMAS O VICTIMARIOS? Editorial Brujas. Argentina. 2006. Pág. 14
- MARTHA DAVIS, MATTHEW MCKAY. Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés. MARTÍNEZ ROCA. 1998.
- MARTHA DAVIS, MATTHEW MCKAY. Técnicas de autocontrol emocional. MARTÍNEZ



IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

1. Tomando en cuenta todos los datos recabados aprobamos totalmente la hipótesis planteada siendo esta: *“La exposición a hechos de violencia desencadenan diversos efectos psicológicos”*, demostrando con esto que la exposición a estos hechos tiene un impacto en el desarrollo de los jóvenes llevándolos a desarrollar mecanismos para afrontarlos.
2. En el curso de la investigación se encontró que existe relación en que la causa (robos, asaltos y espectador), si es generador de determinados efectos (ansiedad, estrés post-trauma, desconfianza a otras personas y a las autoridades).
3. Se logró concretar que la exposición a estos hechos de violencia han sido generadores de diversos riesgos, como lo es desarrollar problemas psicológicos, somáticos, sociales etc., afectando así su desenvolvimiento en áreas como lo son lo social y lo personal así como también buscar formas de protección como el desarrollo de defensas psíquicas en este caso los mecanismos de afrontamiento (control afectivo, aceptación con resignación, descarga emocional, evitación cognitiva, desarrollo de gratificaciones), los cuales les han ayudado a mantener locus de control interno logrando así mantener un equilibrio mental y emocional.
4. Se puede concretar la importancia de desarrollar programas que puedan ser utilizados por las entidades educativas, teniendo como objetivo el prevenir y mejorar el manejo de situaciones que generen estrés y ansiedad en la población estudiantil debe ser una de las principales herramientas de la que deben hacer uso.

4.2 Recomendaciones

1. Uno de los temas importantes a tomar en cuenta en las siguientes investigaciones es el indagar más acerca de los efectos psicológicos que se desarrollan al momento de sufrir algún hecho delictivo, ya que son sucesos que van en aumento en la sociedad guatemalteca, por lo tanto, es necesario que la población tenga claro lo que puede suceder a través de bibliografía actualizada con datos reales y concretos.
2. Gran porcentaje de la población en la actualidad ha sido víctima ya sea de robo o asalto y han desarrollado diversos efectos tanto físicos como psicológicos, pero aún no tienen clara la relación que existe entre uno y otro. Por lo tanto, es necesario instruir y documentar a las personas explicando que dichas consecuencias se deben a la exposición diaria al peligro en la que se desenvuelven.
3. De manera general es necesario dar a conocer herramientas de control integral que puedan ser utilizadas por la población para conservar un equilibrio interno, entre los cuales está el desarrollar y fortalecer mecanismos de afrontamiento que ayudarán a mantener estable la vida de cada ser humano.
4. Es necesario desarrollar herramientas didácticas que puedan ser utilizadas por los docentes de cada área educativa teniendo como objetivo el instruir y desarrollar conocimiento en los estudiantes; sería una manera de brindar conocimiento de forma proactiva y reactiva, ayudando tanto a las personas que presentan el problema como también a los que no se les ha presentado dicha situación.

BIBLIOGRAFÍA

VII Seminario sobre la realidad nacional, ASIES, Acuerdo sobre el fortalecimiento del poder civil y función del ejército en una sociedad democrática, A.18 1991 Pág. 22

Baró, Martín Ignacio. “Sistema, Grupo y Poder: Psicología Social desde Centroamérica II”. UCA Editores, El Salvador, 1989. Pág. 459

Burgos Marreno, Sylvia, MSW, ACSW, Tercera Conferencia de Trabajo Social Forense “¿Por qué los Niños se tornan violentos?” Reacción de la Familia y los Sistemas Sociales a su Conducta Pág. 220

De la Mora, Gabriel. “Formación del Adolescente”. Editorial Continental S.A. México, 1986. Pág. 444

E. Horrocks, John. “Psicología de la Adolescencia”. Editorial Trillas S.A. de C.V. México DF 1986. Pág. 464

González Rey, Luis Fernando. “Investigación Cualitativa En Psicología Rumbos y Desafíos”. Editorial Thomson México 2000. Pág. 123

Kalvematter, Cristina. “VIOLENCIA ¿ESENCIA O CONSTRUCCIÓN? ¿VÍCTIMAS O VICTIMARIOS?” Editorial Brujas. Argentina. 2006. Pág. 100

Kardiner, Abram. “El Individuo y su Sociedad”. Gráfica Panamericana México 1945 Pág. 450

Martínez-Otero, Valentin. “A BUENA EDUCACIÓN reflexiones y propuestas de psicología humanista” Editorial Anthropos, 2007 primera edición Pág. 178

Matute Rodríguez, Arturo y Gracia Santiago, Iván. “INFORME ESTADÍSTICO DE LA VIOLENCIA EN GUATEMALA”. Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, Guatemala, 2007. Pág. 80

Shaffer, David R. y Kipp, Katherine, PSICOLOGÍA DE DESARROLLO: INFANCIA Y ADOLESCENCIA, séptima edición, 2007 Pág. 64

Vicenc Frisas, Armengol. “CULTURA DE PAZ Y GESTIÓN DE CONFLICTO” editorial Icaria. Francia 2006 Pág. 195

ANEXOS

Universidad de San Carlos de Guatemala
 Centro Universitario Metropolitano
 Escuela de Ciencias Psicológicas
 Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de
 Guatemala ODHAG



ENCUESTA

La siguiente encuesta nos permitirá conocer la exposición a hechos de violencia en jóvenes los cuales generan diversos efectos.

Edad 16 ^{final} Genero F M Grado que cursa 1to P.C.

A continuación encontrara 10 interrogantes a las cuales debe responder SI o NO según sea el caso.

1. ¿Ha sido víctima de Robo?
 SI NO
2. ¿Ha sido Víctima de algún asalto en el transporte de su localidad?
 SI NO
3. ¿Ha presenciado algún hecho de violencia dirigido a un amigo, familiar, vecino, etc.?
 SI NO
4. ¿Le han robado sus pertenencias sin darte cuenta?
 SI NO
5. ¿Le han amenazado con algún tipo de arma para despojarle de sus pertenencias?
 SI NO
6. ¿Ha sido asaltado más de una vez?
 SI NO
7. ¿Ha sido lastimado físicamente cuando ha sido asaltado?
 SI NO
8. ¿Ha denunciado algún hecho delictivo que haya sufrido?
 SI NO

Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro Universitario Metropolitano
Escuela de Ciencias Psicológicas
Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de
Guatemala ODHAG



La siguiente encuesta nos permitirá conocer la exposición a hechos de violencia en jóvenes los cuales generan diversos efectos.

Edad 17 Genero F M Grado que cursa 4to PC

Encuesta de Estrés Post-trauma

Una forma de conocer el grado de estrés es determinar cómo nos afectan diversas circunstancias o acontecimientos de nuestra vida. A continuación le planteamos una serie de preguntas que se refieren a situaciones cotidianas a las que nos podemos ver sometidos en cualquier momento. Todas ellas generan una determinada carga de estrés.

El siguiente test de estrés, sirve de ejemplo para comprobar si el entorno social o el estilo de vida, conllevan a tensiones peligrosas para la salud.

Responder "sí" o "no" a las siguientes preguntas:

1) ¿Duerme toda la noche de corrido?
SI NO

2) ¿Siente dolores de cabeza con frecuencia?
SI NO

3) ¿La vida le resulta una lucha?
SI NO

4) ¿Siente ansiedad e irritación durante todo el día?
SI NO

5) ¿Transitas por áreas rojas de tu localidad?

SI NO

6) ¿Está decaído y agotado?

SI NO

7) ¿Está comiendo últimamente más de la cuenta?

SI NO

8) ¿Se ha distanciado de algún amigo?

SI NO

9) ¿Ha tenido enfermedades de poca importancia recientemente?

SI NO

10) ¿Siente a veces que su cabeza va a estallar?

SI NO

11) ¿Al salir experimentas sensaciones de amenaza?

SI NO

12) ¿Tienes sentimientos de impotencia?

SI NO

13) ¿Ir a determinados lugares te provocan angustia?

SI NO

14) ¿Al pasar por el lugar donde sufriste algún asalto revives el momento?

SI NO

Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro Universitario Metropolitano
Escuela de Ciencias Psicológicas
Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de
Guatemala ODHAG



ENTREVISTA

La siguiente encuesta nos permitirá conocer la exposición a hechos de violencia en jóvenes los cuales generan diversos efectos.

Edad 16 Genero F ~~M~~ Grado que cursa 4to P.C ^{B^a}

A continuación encontrara 10 interrogantes a las cuales debe responder según sea el caso.

- 1. ¿Como ha reaccionado usted luego de sufrir un acto de violencia?
- 2. ¿Si usted ha sido victima de un acto delictivo, luego desconfía de alguien que tan solo se le acerque?

asi xq me queda temor

- 3. ¿Le resulta difícil permanecer en lugares públicos?

si xq se dan muchos asaltos frecuentemente

- 4. ¿Considera conveniente salir únicamente por algo necesario?

mmm... la verdad no

- 5. ¿Prefiere ya no frecuentar el lugar donde ha sido violentado?

no

- 6. ¿Al momento de sufrir un atraco a quien recurre?

A policia

- 7. ¿Considera que el área donde habita cuenta con la seguridad necesaria?

no falta mucha Seguridad

- 8. ¿Ha sufrido algún hecho delictivo en el centro educativo al que pertenece?

Asi

En el cuestionario hay una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy:

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

	En ⁰ absoluto	¹ Levemente	² Moderadamente	³ Severamente
1 Torpe o entumecido.	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Acalorado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Con temblor en las piernas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Incapaz de relajarse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Con temor a que ocurra lo peor.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Mareado, o que se le va la cabeza.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Con latidos del corazón fuertes y acelerados.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Inestable.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Atemorizado o asustado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Nervioso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
11 Con sensación de bloqueo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Con temblores en las manos.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Inquieto, inseguro.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Con miedo a perder el control.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 Con sensación de ahogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
16 Con temor a morir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
17 Con miedo.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18 Con problemas digestivos.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19 Con desvanecimientos.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20 Con rubor facial.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
21 Con sudores, frios o calientes.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

= 31

