

*Culipcionem: aprobada con Distincion*

T-1158

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES  
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CS. DE LA EDUCACION  
CARRERA DE PSICOLOGIA**



*Laura Reyna  
Andrade*



*[Handwritten signature]*

**TRABAJO DIRIGIDO**

**"PLAN DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DOMESTICA EN LA BRIGADA DE PROTECCION A LA FAMILIA, COMANDO REGION L POLICIAL DE LA ZONA SUR DE LA CIUDAD DE LA PAZ**

**Área: ESTRATEGIAS EMOCIONALES PARA CONTROL DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR**

**Tutora: DAEN. Lic. Maruja Serrudo O.**

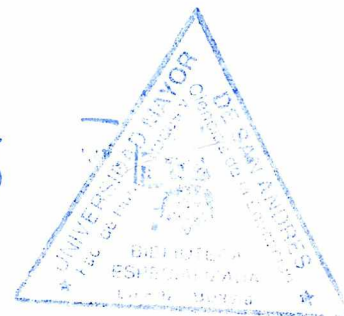
**Postulante: Andrade Villarroel, Carminia Ruth**

*Genio Paz  
TRIBUNAL*

*[Handwritten signature]*  
*lic. Nancy Carlos Lora  
Paredes*

La Paz — Bolivia  
2005

01255



**Lraer<sup>o</sup> CONYUGAL  
CONTROL DE LA VIOLENCIA, AMILIAR**

## Agradecimientos

Padre, no existe palabra grandiosa o inspiración mayor que te agradezca por todo lo que viví hasta ahora, por todo lo que recibí de ti. La vocación de escoger una profesión ardua, llena de sacrificio y desprendimientos personales a favor del prójimo. Te pido a ti padre vocación, equilibrio constante, fe en ti y en tu misericordia.

A la Lic.DAEN Maruja Serrudo quien me guió mas allá de las teorías y de las técnicas expreso mi mayor agradecimiento y respeto por todo lo que me fue brindado.

Al Cnl. Fernando Peláez Rendón por su apoyo incondicional pero mas aun por ser nuestro amigo y guía, un agradecimiento especial al Comando Regional de la Zona Sur por abrimos sus puertas

A mi ángel de la guarda con todo amor por protegerme e interceder por mí ante el padre.

## Dedicatoria

A mis padres que a lo largo de mi carrera y de nuestras vidas unidas me han dado la estructura de una familia, sin perder la esperanza de que nuestro mundo fuera mejor, me enseñaron a vivir con dignidad y alumbraron los caminos oscuros con afecto y dedicación para que camine sin miedo. En este momento tan especial, busco entre todas las palabras aquella que mejor exprese esta emoción, y solo encuentro una: *GRACIAS*.

Fuiste presencia en mi soledad, y respetaste profundamente mi manera de luchar por mis ideales. Tu presencia, tu compañía, tu sonrisa, tus palabras y mismo tu ausencia fueron expresión de amor profundo. Muchas gracias a ti que enriqueciste mi mente, llenaste de amor y de ternura mi corazón me animaste, sonreíste para mi. Muchas gracias a ti.

A mi amiga Martha por compartir los buenos y malos momentos dedicándome su tiempo paciencia y cariño.

# INDICE

## CAPITULO I

INTRODUCCIÓN	1
--------------	---

## CAPITULO II

JUSTIFICACIÓN	
---------------	--

## CAPITULO III

REQUERIMIENTOS INSTITUCIONALES DEL TEMA INVESTIGADO	11
---	----

3.1. Identificación de la Institución: Comando Regional Zona Sur	12
--	----

3.1.1. Jurisdicción Geográfica	12
--------------------------------	----

3.1.2. Objetivo General	13
-------------------------	----

3.1.3. Objetivo Específico	13
----------------------------	----

3.2. Plan Operativo Anual	13
---------------------------	----

3.2.1. Objetivos Estratégicos	13
-------------------------------	----

3.3. Manual de Funciones	14
--------------------------	----

3.4. Identificación de la Institución: Brigada de Protección a la Familia	16
---	----

3.4.1. Organización	17
---------------------	----

3.4.2. Objetivos Generales	17
----------------------------	----

3.4.3. Objetivos Específicos	18
------------------------------	----

3.5. Misión	18
-------------	----

3.6. Plan Operativo Anual	18
---------------------------	----

## CAPITULO IV

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN ( <b>TRABAJO DIRIGIDO</b> )	20
---	----

4.1. Objetivos Generales	20
--------------------------	----

4.2. Objetivos Específicos	20
----------------------------	----

## CAPITULO V

### MARCO TEÓRICO Y METODOLOGÍA REFERENCIAL



#### ESTRATEGIAS EMOCIONALES

5.1. Violencia Intrafamiliar	21
5.1.2. Formas en las que se manifiesta la violencia	23
5.1.3. Definiciones de Violencia	24
5.1.4. Definición de Agresión	25
5.1.5. Ley N° 1674 Centra la violencia en la familia y lo doméstico	26
5.1.5.1. Tipos de Violencia	27
5.1.6 Ciclo de violencia intrafamiliar	28
5.1.6.1. Fase de tensión	28
5.1.6.1. Fase de agresión	28
5.1.6.3. Fase de reconciliación	28
5.1.7. Causas y consecuencias de la violencia intrafamiliar	29
5.1.7.1. Causas	29
5.1.7.2. Consecuencias	29
5.2. Salud Mental	30
5.2.1. Introducción al conocimiento de la salud mental	30
5.2.2. Aspectos Históricos	31
5.2.3. Visión teórica acerca de la Salud Mental	31
5.2.4. Algunas definiciones de Enfermedad y Salud mental	33
5.2.5. Salud y enfermedad mental como proceso de bienestar o malestar psicológico	35
5.3. Control Emocional	36
5.3.1. Definición de Emoción	36
5.3.2. Definición de control emocional	36
5.3.3. Teorías de la emoción	37
5.3.4. Fisiología y Emoción	38
5.3.4.1. El encéfalo y la Emoción	38
5.3.4.2. Luchar o Huir	39

5.4. Tipos de Emociones	40
5.4.1. Cómo se generaban las emociones	40
5.4.2. Por qué tenemos emociones	41
5.4.3. Pautas habituales de pensamiento	43
5.4.4. Para qué son las emociones	43
5.4.5. Las dos mentes	43
5.4.5.1. Inteligencia Emocional	44
5.4.5.2. Conciencia Intelectual e Inteligencia Emocional	45
5.5. Definición de Empatía	47
5.6. Definición de Ira	48
5.6.1. Acciones generadas por la ira	49
5.6.2. Ira adecuada contra ira inadecuada	50
5.7. Entorno Físico e Interacción	51
5.7.1. Privacidad	52
5.7.2. Territorialidad	53
5.7.2.1. Invasión o defensa	54
5.7.3. Densidad y hacinamiento	55
5.7.4. Espacio personal y proxémica	56
5.7.4.1. Una ciencia llamada proxémica	56
5.8. Psicología Familiar	58
5.8.1. Introducción	58
5.8.2. Aportes al estudio de la psicología familiar	58
5.8.2.1. Teoría de la comunicación humana	59
5.8.2.2. Comunicación digital y analógica	59
5.8.2.3. Congruencia vs. Incongruencia	59
5.8.2.4. Aspecto racional y referencial	59
5.8.2.5. Simetría y complementariedad	60
5.8.2.6. Metacomunicación	60
5.8.2.7. Teoría Sistémica	60
5.8.2.8. Subsistencia y límites	60
5.8.2.9. Clases de límites	61

5.8.3. Homeostasis	61
5.8.3.1. Umbral de la tolerancia	61
5.8.3.2. Planteamiento sobre interacción familiar	62
5.8.3.3. Roles	62
5.8.3.4. Patrones de interacción	62
5.8.3.5. Cinco formas de relación familiar	63
5.8.3.6. Reglas	64
5.8.3.7. Valores	64
5.8.3.8. La <b>autoestima</b> como parte esencial en los procesos familiares	66
5.8.3.9. Psicoprofilaxis familiar	69
<b>SUSTENTO TEÓRICO PARA. EL TRABAJO DE INTERVENCIÓN</b>	<b>72</b>
5.9. Terapia racional emotiva (TRE)	72
5.9.1. La TRE como terapia disuasiva	73
5.9.2. Las metas terapéuticas de la TRE	73
5.9.3. El psicodiagnóstico racional — emotivo	74
5.10. Psicología sistemática de la comunicación	75
<b>CAPÍTULO VI</b>	
<b>METODOLOGÍA DEL TRABAJO DIRIGIDO</b>	<b>78</b>
6.1. Método	78
6.1.1. Características del Método	78
6.2. Población	79
6.2.1. Características de la población	79
6.2.2. Edad	79
6.2.3. Sexo	80
6.2.4. Número	80
6.2.5. Ambiente	80
6.3. Procedimiento	80
6.4. Instrumentos	81
6.4.1. Cuestionarios	82
6.4.2. Test Psicológicos: Trabajo Intervención	82

6.4.2.1. Test HTP	82
6.4.2.2. Test de la familia	82
6.4.2.3. Test de Roberto	82
6.4. Test psicológico: Trabajo Prevención	83
6.5. Registro Datos	83
6.5.1. Ficha Psicológica	83
6.5.2. Fichas	83
6.5.2.1. Fichas de Seguimiento	83
6.5.2.2. Ficha de intervención psicológica (informe)	83
6.5.2.3. Ficha de invitación	84
6.6. Registros Documentales	84
6.6.1. Cuaderno de actas	84
6.6.2. Cuaderno de asistencia	84
6.7. Entrevistas	84
6.7.1. Entrevista Clínica .	85
6.7.2. Anamnesis psicológica	85
6.7.3. Entrevista semiestructurada	85

## CAPITULO VII

PLAN DE TRABAJO	87
7.1. Objetivos Específicos	87
7.2. Cronograma	88
7.3. Estrategias de acción	89
7.4. Estrategias de difusión	90
7.5. Resultados del trabajo realizado	91
7.5.1. Área de prevención	91
7.5.2. Área de intervención	99



## CAPITULO VIII

RESULTADOS OBTENIDOS EN LA INTERVENCIÓN	101
8.1. Resultados Cualitativos	101
8.1.1 Talleres	101
8.1.2. Dinámicas	102
8.1.3. Grupo de autoayuda	103
8.1.4. Consultorio	104
8.2. Resultados Cuantitativos	106
Cuadros estadísticos — trabajo consultorio	
8.3. Resultados documentales	112

## CAPITULO DI

CONCLUSIONES	115
--------------	-----

## CAPITULO X

RECOMENDACIONES	119
BIBLIOGRAFÍA	123
ANEXOS	

## CAPITULO 1

### INTRODUCCIÓN

El plan de prevención e intervención psicológica de la violencia domestica, ejecutado en la Brigada de Protección a la Familia del Comando Regional de la zona sur de la ciudad de La Paz, propone una nueva alternativa para colaborar en la erradicación y reducción de los indices de violencia **intrafamiliar** y proporcionar información psicológica especializada de apoyo para el mejoramiento individual y social de las personas involucradas en **violencia**.

El control de la violencia compete tanto a las instituciones, organizaciones comunitarias y población en general como al área de Psicología aportando con medidas de prevención y respuestas dirigidas a las personas afectadas. El plan de prevención constituye una respuesta a la demanda social establecida en la aplicación de la Ley N° 1674 promulgada en 1995 en el marco de la implementación del plan nacional de prevención y erradicación de la violencia **intrafamiliar**.

En el marco del convenio firmado en fecha 25 de julio del 2001 entre el Viceministerio de Asuntos de Genero, Generacionales y Familia, actualmente Viceministerio de la Mujer, Brigada de Proyección a la Familia y la carrera de psicología de la Universidad mayor de San Andrés, con resolución de consejo de carrera 61103 del 17 de marzo del 2003, el trabajo dirigido fue guiado por la Lic. DAEN Maruja Serrudo Ormachea, Docente de la carrera de Psicología de la UMSA y supervisado por el Cnl. Fernando

Peláez Rendón Comandante del Distrito Regional Zona Sur, Tte. Alicia Arias en representación de la Brigada de Protección a la Familia.

Con el afán de lograr un trabajo eficiente y eficaz se elaboró y ejecuto el plan de prevención de la violencia domestica en la Brigada de Protección a la Familia y las distintas unidades en coordinación con los comandantes de la Escuela Básica Policial (ESBAPOL), Radio Patrulla 110, Policía Técnica Judicial (PTJ), Conciliación Ciudadana, Fiscalía, Distrito Policial Nro. 4 (DP4), que conforman el Comando Regional de la Zona Sur de la ciudad de La Paz con talleres de Potenciamiento Personal, Grupo de Autoayuda y atención de consultorio.

Brindar estrategias emocionales para el control de la violencia intrafamiliar le permitirá a la persona reconocer sus emociones en cada momento de su vida. Existen ideas irracionales o pensamientos distorsionados en nuestra sociedad que forman parte de las experiencias cotidianas y la mayoría de las veces es una presencia invisible que circula de forma natural impidiendo el control emocional y logran que la vida de un individuo no sea plena ni que la disfrute con alegría. Así se debe entender que los sentimientos no son simples emociones que le suceden al individuo, sino que son reacciones que él elige tener.

En el área de prevención se trabajo con el grupo de autoayuda para Padres funcionarios de la institución, favoreció para que los progenitores adquieran formas adecuadas de relación entre si y con sus hijos, para mejorar el bienestar psicológico en la familia.

En el consultorio se brindo apoyo psicológico integral y seguimiento de casos a las personas remitidas por las distintas unidades policiales como también a funcionarios voluntarios del Comando Regional de la Zona Sur.

El método utilizado fue el activo participativo con sistematización de experiencias, técnicas de taller, apoyo de teorías y técnicas psicológicas cuyos contenidos se orientaron a la información, reflexión y análisis de la problemática, implementando estrategias de fortalecimiento para el control emocional de la violencia intrafamiliar.

Las pruebas empleadas para el desarrollo del trabajo en las áreas de prevención e intervención fueron las siguientes: Tests de empatía, control de emociones, control de la ira, inteligencia emocional, HTP, Familia, Roberto y Cuestionario para detectar problemas de pareja.

El marco teórico se apoyo en los siguientes autores: Aquilino Polaino; Branden Nathaniel; Coon Dennis; Dyer Wayne; Goleman Daniel; Morales Francisco; Navas Jose; Sarmiento Maria ; Serrudo Maruja, Pinto Bismarck; Peurifoy Reneau.

Otras actividades realizadas fueron los agasajos al día del padre, festival día del niño, día de la madre y Expo Feria Paquito 2003 con la participación de todas las unidades de la Policía Nacional.

El trabajo dirigido alcanzó los objetivos planteados y esto se evidencia por la acogida institucional y la creciente demanda de personas quienes muestran satisfacción al ser parte de los talleres de potenciamiento personal, grupos de autoayuda y apoyo de consultorio en el servicio de psicología.

Los resultados del trabajo se verifican por los documentos emanados en la Institución Policial y las expresiones formales que muestran su complacencia por la labor realizada en bienestar de la Policía y del grupo humano que forma parte de la misma, a pesar de

las falencias experimentadas en cuanto a la infraestructura para el desempeño de la labor profesional.

Se espera que el presente plan de prevención pueda contribuir a estimular condiciones de vida mas saludables en las familias bolivianas, con principios de dialogo y respeto mutuo en la resolución de conflictos para erradicar o disminuir la violencia **intrafamiliar**.

Con la incorporación de estrategias de capacitación sostenida en la formación del personal de la Policía Nacional en la temática de violencia y con el apoyo de la carrera de Psicología de la. UMSA se aportara bienestar psicológico a la comunidad.

## CAPITULO II

### JUSTIFICACIÓN

La violencia domestica en Bolivia, ha dejado de ser un problema privado, individual y familiar, para ser asumido como un asunto de interés colectivo público y social, ha quedado ampliamente comprobado que la violencia doméstica funciona como un circuito de reproducción de la violencia social, puesto que las personas que crecen en ámbitos de vulneración de sus derechos, están predispuestas a vulnerar los de otras, o a considerar esta situación como "natural".

De acuerdo con los resultados estadísticos hasta el año 2002, la violencia intrafamiliar en Bolivia apunta a que 7 de cada 10 mujeres sufren de violencia psicológica y física en el hogar con una frecuencia de 3 a 5 veces al año; 3 de cada 10 mujeres con mucha frecuencia y 9 de cada 10 mujeres sufren violencia al ejercicio de los derechos individuales por parte de su pareja. (Fuente Campaña 25 Noviembre - CIDEM L.P 2002)

Dentro de las estadísticas nacionales el departamento de La Paz refiere los mayores porcentajes de violencia que se observan dentro del ámbito familiar, en la presente gestión la Brigada de Protección a la Familia atendió 8526 casos de violencia intrafamiliar y /o domestica el 34% agresión física, el 33% agresión psicológica, el 32% agresión física y psicológica y por último agresión sexual con el 1% de acuerdo a los registros de denuncia. (Fuente: Datos estadísticos del Comando Departamental de la Policía Nacional. Gestión 2003).

La problemática de la violencia intrafamiliar ha sido enfocada dentro de la perspectiva, social, policial y jurídica en tanto el área de psicología aun es nueva, debido a la ausencia de personal especializado en estas instituciones.

La psicología es capaz de contribuir efectivamente a la disminución de la violencia, interviniendo como generador de bienestar psicológico, impulsando acciones de conciencia hacia la no violencia, promoviendo la autodefensa de sus derechos como personas valiosas y orientando a las familias a prevenir situaciones críticas para el fortalecimiento de los lazos familiares.

En este sentido, es de gran importancia la influencia del medio familiar en el desarrollo de la persona; no solo en un nivel de desarrollo físico, intelectual o conductual; sino se deberá tomar en cuenta el, aspecto emocional para trabajar con los casos de violencia. También son importantes para la intervención psicológica, los factores cognitivo, afectivo, biológico, social por conformar un todo indivisible que se manifiesta de manera simultánea o en el ámbito personal y en el núcleo familiar.

De esta forma se puede determinar la importancia de la familia en el control emocional, en la capacidad que le permite al ser humano controlar sus emociones en cada momento de su vida.

Hay ideas irracionales o pensamientos distorsionados en la sociedad boliviana, pues creen que el fenómeno de la violencia intrafamiliar forma parte de las experiencias cotidianas y la mayoría de las veces es una presencia invisible o natural cuya cultura suele impedir el control emocional adecuado. Las estrategias emocionales son fundamentales para prevenir y controlar la violencia en la familia, entendiendo que los

sentimientos no son simples emociones que le suceden al individuo, sino que son reacciones que él elige tener.

El control emocional no se entiende por reprimir las emociones, sino regular, controlar o eventualmente modificar estados anímicos y sentimientos cuando éstos son inconvenientes en una situación dada. Un aspecto importante del autocontrol constituye la habilidad de moderar la propia reacción emocional ante una situación, ya sea esa reacción negativa o positiva.

Por todo lo anteriormente mencionado se considera de gran importancia capacitar con talleres de potenciamiento personal a la Brigada de Protección a la Familia compuesta en su integridad por mujeres que atienden casos de violencia intrafamiliar y su labor se orienta al auxilio, equidad y apoyo; bajo estas consideraciones los temas Aprendiendo a Canalizar la Ira y Empatía como nexos fundamentales para optimizar su función.

Se observó que las mujeres policías tienen la tendencia a enfurecerse con facilidad, es un comportamiento frecuente frente a las personas que asisten a la misma y con sus compañeras de trabajo creando un clima de hostilidad con su entorno.

En este sentido se brindó conocimiento sobre el tema pues la Ira puede ser una fuerza positiva y constructiva en sus vidas si se canaliza de forma adecuada para lograr bienestar psicológico, tanto en sus relaciones personales como laborales.

Entendiendo que la empatía es un radar social y la capacidad de darse cuenta de lo que sienten los demás sin necesidad de que lo digan (gestos, tono de voz, mirada), se pueden asumir diferentes grados que van desde la capacidad de captar e interpretar adecuadamente las emociones ajenas hasta percibir y evaluar las preocupaciones, los



sentimientos inexpresados y comprender los problemas que se ocultan en otros sentimientos. La empatía resulta esencial como una brújula emocional que ayuda a desempeñar y a desarrollar mejor las relaciones interpersonales.

Una de las poblaciones favorecidas es la Escuela Básica Policial (ESBAPOL) cuyo objetivo fundamental es de formar y capacitar a los futuros policías de ambos sexos en materias policiales, orientadas al auxilio, equidad y apoyo.

Corno parte de la formación de los policías de bajo rango, el tema de Inteligencia Emocional coadyuvara en el desarrollo de su personalidad, en la percepción de su realidad y en su interacción con su entorno.

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, engloba habilidades tales como el control de los impulsos, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social. Por lo tanto el déficit de inteligencia emocional repercute en muchos aspectos de la vida cotidiana, desde problemas matrimoniales hasta trastornos de la salud. (La ansiedad crónica, por ejemplo, constituye un factor de riesgo tan relevante como el fumar un cigarrillo tras otro.) El descuido de la inteligencia emocional puede truncar muchas carreras conducir a la depresión, trastornos, agresividad, delincuencia. Ahora bien, todos podemos fomentar y fortalecer nuestra inteligencia emocional.

Otra unidad beneficiada fue la de Radio Patrulla 110 que cumple la labor de protección y auxilio ciudadano cuyo propósito es de servir a la sociedad. Psicológicamente, es

necesario que los policías conozcan las emociones propias y ajenas para el mejor desarrollo de su labor policial por tal motivo se realizó el taller "Control de Emociones".

Las emociones son parte de un complicado mecanismo biológico heredado y diseñado para ayudar a sobrevivir. Las emociones guían cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejarlas solo en manos del intelecto. La mayor parte de las emociones son el resultado de las interpretaciones que cada uno hace de acontecimientos que tienen lugar a su alrededor. Cada persona no es consciente del papel que juega la interpretación en la generación de emociones porque se produce con mucha rapidez y habitualmente de manera inconsciente.

El Distrito Policial Nro. 4 que realiza patrullaje a pie, ofrece la máxima oportunidad de observar dentro de los alcances de los sentidos, y de un estrecho contacto con personas, prestar un servicio máximo como fuente de información y consejero del público.

El patrullaje es una operación policial de línea que realiza la policía con el objeto de mantener el orden público y prevenir delitos y faltas.

Considerando la interacción persona - entorno se ejecuto el taller "Espacio Físico e Interacción" con los tópicos de conducta territorial, el espacio personal, el hacinamiento, pero también con los procesos simbólicos y de identidad.

El grupo de autoayuda dirigido a padres de la Unidad de Seguridad Física Estatal, denominado "Relaciones con los hijos que favorezcan el bienestar familiar". Con el fin de lograr un sistema familiar acorde en la práctica de la salud mental de todos los miembros, se considera a la comunicación como aspecto importante para mejorar las relaciones sobre todo con los hijos y previniendo la violencia intrafamiliar. Los aspectos

tratados fueron roles, normas, valores, valor e importancia de la autoestima, incremento de la estima de los hijos y pautas de interacción con los hijos.

En el trabajo de consultorio se brindó apoyo psicológico integral a partir de una entrevista inicial, anamnesis, aplicación de instrumentos psicológicos de acuerdo a requerimientos individuales, seguimiento de caso, remisión a especialista de acuerdo al caso, elaboración de informes psicológicos y archivo confidencial. Las personas beneficiadas con el servicio fueron voluntarios de la institución, voluntarios externos y casos remitidos de las diferentes unidades del Comando Regional.

Todo el trabajo desarrollado apuntó a capacitar en aspectos psicológicos a las personas para prevenir, controlar y superar los problemas de violencia que son destructores del individuo y de la sociedad.

## CAPITULO III

### REQUERIMIENTOS INSTITUCIONALES DEL TEMA INVESTIGADO

A partir del requerimiento del Comando Regional de la Zona Sur y sobre la base del Diagnostico Institucional a través del cual se evidencia que las víctimas requieren de un apoyo que vaya más allá de la visita domiciliaria, mas allá de la presión policial accedan a contar con apoyo profesional orientado a reducir el estado de crisis en el ámbito afectivo emocional tratando de mejorar en general la situación del momento y un posterior abordaje terapéutico individual.

Las Unidades como la Brigada de Protección a la Familia, Radio Patrulla 110, Policía Técnica Judicial, Conciliación Ciudadana, Transito, Distrito Policial # 4, Identificación personal, División de Propiedad de Vehículos DIPROVE, Escuela Básica Policial ESBAPOL, por la cantidad y características de denuncias que reciben necesitan brindar capacitación al personal policial, ya que de acuerdo a su formación desempeñan su labor en términos de una lógica represiva y autoritaria, reproduciendo a su vez formas de violencia.

Este apartado consta de dos importantes puntos, donde las fuentes de información son de documentos facilitados por el Área de Planeamiento y entrevistas con el personal que trabaja en las distintas unidades del Comando Regional Policial Zona Sur.

### 3.1 IDENTIFICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN: COMANDO REGIONAL ZONA SUR

La creación del Comando Regional Policial Zona Sur, se da en vista del crecimiento de las conductas antisociales por Resolución Ministerial del Comando General de la Policial del 13 de enero de 1992.

En Comando Regional de la Zona Sur ubicado en el barrio de Calacoto depende directamente del Comando Departamental, en la estructura interna se cuenta con cuatro divisiones: Personal, Inteligencia, Planeamiento y Operaciones y la División Administrativa, todas bajo el mando del Comandante Regional Cnl. Fernando Peláez R, a la vez existen las siguientes unidades que son el Distrito Policial N° 4, Radio Patrulla 110, Batallón de Seguridad Física Estatal, Unidad de Conciliación Ciudadana, Brigada de Protección a la Familia, Policía Técnica Judicial (PTJ), Identificación Personal, Tránsito, Escuela Básica Policial (ESBAPOL) y División de Propiedad de Vehículos (DIPROVE).

#### 3.1.1 JURISDICCIÓN GEOGRÁFICA

La Zona Sur para un trabajo profesional ha sido dividida en cuatro Zonas:

ZONAS            BARRIOS QUE COMPRENDE:

Zona A:           Alto Obraje,s Bajo Obrajes

Zona B:           Calacoto, Cota Cota, Ovejuno, Chasquipampa, Vilacota Alto

Florida, Florida Bajo, Amor de Dios, Següencoma Alto, Següencoma Bajo Aranjuez, Valle Aranjuez, Mallasa, Mallasilla, Umopalca, Lima. Sur, Pedregal ,Linos, Los Sauces y Jupapi n a

Zona C: Barrio Municipal, Bella Vista, Alto Bella Vista, Bajo, Urbanización San Alberto, Bosque de Bologna, Irpavi, Alto Irpavi, Koani, Barrio del periodista y Coqueni  
Zona D: Achumani, Alto Achumani, Bajo, San Miguel, Los Pinos y Auquisamaña

### **3.1.2 OBJETIVO GENERAL**

- Cumplir funciones de carácter público esencialmente preventivas y de auxilio.

### **3.1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Preservar los derechos y garantizados
- Proteger el patrimonio público y privado
- Prevenir los delitos y faltas, contravenciones y otras manifestaciones antisociales.

## **3.2 PLAN OPERATIVO ANUAL**

### **3.2.1 Objetivos Estratégicos**

- Optimizar el proceso de la gestión administrativa con relación al quinquenio anterior.
- Potenciar el conocimiento y formación profesional
- Controlar los factores de riesgo que sugiere inseguridad
- incrementar los servicios policiales
- Dar cumplimiento a las funciones de carácter público especialmente preventivos.
- Cumplir con el plan de estrategias de desarrollo institucional.
- Desarrollo de eficiencia técnica
- Intensificar labores de prevención y auxilio en casos de mayor riesgo.
- Reducir el índice delictivo
- Capacitar al personal

### 3.3 MANUAL DE FUNCIONES

El Manual de Funciones de cada unidad que forma parte del Comando Regional Zona Sur es el siguiente:

Unidades	Especialidad	Procesos de denuncia	Personal	.Horarios de <b>trabajo</b>
Conciliación Ciudadana y Familia	Faltas y contravenciones Agresión física leve. Agresión verbal riñas y peleas. Faltamiento a la autoridad	Hoja de denuncia. Expide una cédula de comparendo o citación. Firma de Acta de Buena Conducta de ambas partes. Si se identifica un caso con agravantes se remite a la unidad correspondiente	1 Jefe 1 secretaria 1 auxiliar	Turnos de 24 horas
Policía Técnica Judicial	Delitos orden público	Se realiza la denuncia y con requerimiento de fiscal se da un informe		
Distrito policial N° 4	Patrullaje a pie antimotines, seguridad de dignatarios.Acude en caso de robos	En caso de robo van al lugar de hecho certifican y pasan a la instancia especializada.	30 policías por compañía	Turnos de un tercio y dos cuartos
Radio Patrullas 110	Auxilio, protección, a persona herida, incendios, desastres naturales	Llaman al 110 asisten, confirman el hecho pasan a la instancia especializada.	Consta de 52 efectivos cada grupo de 10 policías	Turnos de un tercio y dos cuartos

Seguridad Física	Brindar seguridad a personalidades importantes en domicilios	El estado asigna el lugar de trabajo	Consta con 195 efectivos pero este número no es fijo cambia según el día	El trabajo es de 8 a 12 horas, y de 24 horas
DIPROVE	Robo de vehículos accesorios auto-partes diligencias de policía judicial constatación del hecho.	Denuncia luego la fase de preparación que consta de 5 días de investigación preliminar una vez requerida por el juez 6 meses para probar el delito para la próxima apertura del juicio oral culmina con la declaración de los investigadores	El personal con el que cuenta es de 8 policías.	Turnos de 24 horas, divididas en servicio emergencia y descanso.
Tránsito	Control del tráfico vehicular infracciones ordenamiento del código de tránsito	Recibe denuncia sobre hechos de tránsito investiga hasta el esclarecimiento del caso.	70 personas	Turnos de 6 horas.
Unidad Identificaciones	Proporcionar la cédula de identidad a la ciudadanía en general	1.-Inicio de trámite. 2.-Fax Central Verificar los datos de la persona 3.-Filiación Datos Generales de la persona 4.-Compra de Valores 5.- Filiación	Consta de un jefe y 5 policías.	Horario continuo de 8:00 a.m. a 16:00 p.m.



		6.- Fotografía 7.- Impresiones digitales 8.- Llenado del valorado 9.-Entrega de la cédula.		
Brigada de Protección a la Familia	Conciliación en casos de filias y peleas familiares	Recibe la denuncia, pasa a apoyo psicológico, firman el acta de buena conducta	8 policías mujeres, dos chóferes	Turnos de 24 horas.

### **3.4 IDENTIFICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN: BRIGADA DE PROTECCIÓN A LA FAMILIA**

Las Brigadas de Protección a la Familia nacen como un componente del Plan Nacional de Prevención y erradicación de la Violencia y como respuesta a la creciente y alarmante situación de la mujer como víctima de la violencia en el hogar.

La primera Brigada de Protección a la Familia fue creada en la ciudad de La Paz, el 8 de marzo de 1995, mediante Resolución 24/95 del Comando General de la Policía Nacional amparado en el artículo 215 de la Constitución Política del Estado. Así es que se crean las Brigadas de Protección a la Familia, como Unidades dependientes del Comando General y de los Comandos Departamentales de la Policía Nacional. Actualmente, cuenta con 10 unidades similares en las nueve capitales de departamento del territorio nacional. Además se cuenta con la Ley contra la Violencia Doméstica (Ley 1674) Reglamentada el 6 de junio de 1998 mediante Decreto Supremo N° 25085, orientada a



proteger la vida, la seguridad, la integridad física, psicológica y moral de cada uno de los integrantes del núcleo familiar. A través de esta ley el estado tiene la responsabilidad de proteger los Derechos Humanos de las mujeres y los miembros de la familia.

En Bolivia, actualmente se instauran instituciones para la recepción de denuncias tales como los Servicios Legales Integrales Municipales y las Brigadas de Protección a la Familia.

La Brigada de Protección (BPF) es una unidad especializada de la Policía Nacional integrada exclusivamente por mujeres que brindan servicios de auxilio, protección y prevención a las víctimas de la violencia familiar ; es un servicio gratuito, se trabaja con un equipo multidisciplinario donde intervienen tanto psicólogos, trabajadoras sociales y no se deja de lado el aspecto jurídico. Tiene su propio manual de funciones. En una primera instancia donde los problemas se resuelven de manera transaccional por medio de acuerdos o compromisos que se hacen en la pareja, como es en caso de violencia conyugal.

#### 3.4.1 ORGANIZACIÓN

Se organizan en turnos de tres o de dos personas.

El personal con el que cuenta es:

2 Sargentos 3 policías, 2 chóferes, 1 secretaria, 1 comandante.

#### 3.4.2 OBJETIVOS GENERALES

- Brindar atención ante cualquier tipo de violencia doméstica y/o familiar.

### 3.4.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Intensificar labores de prevención de la violencia y auxilio oportuno en casos de mayor riesgo.
- Colaborar en la reducción de los índices delictivos relacionado con la violencia
- Capacitar al personal en estrategias psicológicas, para enfrentar problemas de violencia

### 3.5 MISIÓN

La principal misión es socorrer a las personas que se encuentran en conflictos ya sea maritales o familiares, por medio de terapias psicológicas y orientaciones.

### 3.6 PLAN OPERATIVO ANUAL

Las actividades que realiza la Brigada de Protección a la Familia en el transcurso del presente año, están enmarcadas en brindar servicios de auxilio, protección y prevención a las víctimas de violencia intrafamiliar y/o doméstica por lo tanto dentro de sus actividades a lo largo del año son las siguientes.

- Atender denuncias de violencia intrafamiliar y/o doméstica que se presenten de forma personal, a través del teléfono o por intermedio de terceras personas.
- Acudir a los llamados de las víctimas de violencia a los hogares donde se presente un hecho de violencia intrafamiliar y/o doméstica brindando la ayuda pertinente en el momento justo.
- Sensibilizar e informar a la población sobre las consecuencias incidencias, indicadores y prevalencia de la violencia intrafamiliar y/o 'doméstica a la vez de

difundir el trabajo que realizan y que la población sepa que puede acudir a esta instancia las 24 horas del día.

- Difundir y propagar la Ley 1674 contra la violencia intrafamiliar y doméstica.
- Propiciar espacios de reflexión sensibilización y capacitación de los servidores de víctimas y agresiones para lograr la atención con calidad y calidez.
- Desarrollar instrumentos de apoyo, módulos de intervención preventiva, módulos de prevención de malos tratos a mujeres, estadísticas que faciliten la intervención preventiva dirigida a la comunidad y segmentos específicos de la población y su posterior evaluación.
- Participar en campañas de difusión y sensibilización para contribuir con el logro de estilos saludables de vida promoviendo relaciones equitativas y no violentas entre mujeres y hombres desde la niñez.

## CAPITULO IV

### OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION (TRABAJO DIRIGIDO)

#### 4.1 OBJETIVO GENERAL

- Proporcionar apoyo psicológico integral a víctimas, victimadores de violencia doméstica y lo intrafamiliar, asistentes a la Brigada de Protección a la Familia y personal del Distrito Regional de la Zona Sur, para colaborar en la prevención y reducción de la violencia.

#### 4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Proporcionar información psicológica especializada para el mejoramiento individual y social de las víctimas, victimadores y personal del Distrito Regional de la Zona Sur.
- Apoyar con técnicas y teorías psicológicas a la formación y capacitación en violencia doméstica y/o **intrafamiliar** al personal de la Brigada de Protección a la Familia y funcionarios de las diferentes unidades del Distrito Regional de la Zona Sur.
- Brindar atención, orientación y seguimiento psicológico a víctimas, victimadores de violencia doméstica y/o **intrafamiliar** y a funcionarias del Distrito Regional de la Zona Sur.

## CAPITULO

### MARCO TEORICO Y METODOLOGICO **REFERENCIAL** ESTRATEGIAS EMOCIONALES

#### 5.1 VIOLENCIA **INTRAFAMILIAR**

La violencia es un fenómeno sobre el cual se tienen diversas vivencias. Forma parte de las experiencias cotidianas y la mayoría de las veces es una "presencia invisible" que acompaña gran parte de las interacciones diarias. Sin que las personas se den cuenta, casi "naturalmente" la violencia circula en el entorno

Nadie desconoce los diversos modos de agresividad humana que asolan a la sociedad contemporánea; empero la familia se muestra como un reducto de amor en donde la coerción física o psíquica no se concibe como una posibilidad fácilmente aceptable, no por cierto deseable. Si para la sociedad en su conjunto ya constituye y un logro ético trascendente la eliminación de la violencia en la relación humana, es obvio el anhelo de que el núcleo mas íntimo – donde el hombre debe recibir día a día apoyo en su actividad cotidiana, y donde el niño desarrolla su proceso de socialización- se halle libre de coacciones físicas y psíquicas.

La violencia doméstica no constituye un problema moderno, aun cuando solo en las últimas décadas la sociedad está interesada en poner de manifiesto el fenómeno, y ello sucede por diversas razones. En primer término la familia ha dejado de ser un reducto privado, sujeto a las decisiones internas y a la autoridad de quien la gobierna. La

protección integral de la familia a al cual se tiende actualmente, ha conducido a la búsqueda de mecanismo q permitan detectar funcionamientos deficientes con vistas a su prevención y tratamiento. En esta perspectiva, las agresiones domesticas constituyen un síntoma de distorsiones que se procuran enmendar con distintos apoyos.

En Bolivia hasta la mitad de los años 80 se inicia una reivindicación de las mujeres denunciando la violencia existente hacia ellas, consecuencia de la discriminación y subordinación a las que se les somete. Movimientos como este posibilitaron que en 1990 surgieran inquietudes de varias organizaciones no gubernamentales como la oficina jurídica de la mujer en Cochabamba y la plataforma de la mujer en. La Paz para obtener la promulgación de una ley contra la violencia intrafamiliar o doméstica, entre octubre y noviembre de 1994 la sub secretaria de Asuntos de Género generacionales y familia desarrolló dos talleres que reunió profesionales interesados en el tema, con el objetivo de elaborar un proyecto de ley contra la violencia intrafamiliar o doméstica tomando como referente la violencia contra las mujeres, que tienen lugar en las diversas instituciones de la sociedad, que se manifiesta de forma significativa en la propia familia, en aquellos espacios llamados "privados", y por lo tanto difíciles de abordar.

La mujer golpeada, la mujer violada, el niño maltratado constituyen hechos impactantes de violencia que demuestran la necesidad de intervenir con políticas publicas en aquellas áreas que tradicionalmente han formado parte del espacio privado y de las que las instituciones debían mantenerse al margen por tal motivo el anteproyecto fue presentado a la Cámara de Diputados el 8 de marzo de 1995 donde fue aprobado en grande'.

---

\* Cecilia Grosman, Silvia Mesterman, Maria Adam "Violencia en la Familia, la relación de pareja aspectos sociales, psicológicos y jurídicos Ed, Univ. BsAs 1992 Pg, 22-26

La violencia familiar se produce cuando un grupo social doméstico que debiera mantener una situación de amor y protección, se arremete contra uno de los miembros, cuando una persona más débil que otra es víctima de abuso psíquico o físico ejercido por otra, y que al no haber recursos de control social que regulen o impidan esa práctica esta tiende a repetirse.

La violencia se relaciona estrechamente en el contexto familiar, la violencia conyugal doméstica es una forma de violencia que transcurre en el hogar, es frecuentemente la más común y no siempre se encuentra en relación directa a nivel de educación y condición socioeconómica de las familias.

### **5.1. 2 Formas en las que se manifiesta la Violencia**

La primera forma en la que se inicia la violencia es en el contexto familiar y puede ser un antecedente de la agresión que se reproduce a través de un aprendizaje social de carácter indirecto. Con frecuencia los padres recurren a la violencia como forma de imponer disciplina y orden en el hogar. La consecuencia de este recurso o violencia física es que el niño aprende que la fuerza física constituye un procedimiento adecuado para solucionar conflictos. Al mismo tiempo se les proporcionan modelos para imitar.

"La segunda forma es el adiestramiento explícito de la conducta agresiva. No es infrecuente que los padres y hermanos mayores expliquen al niño como y cuando es conveniente agredir a otro (por lo general se trata de otros niños). Ello se justifica diciendo que hay que defender los propios derechos y dar una respuesta contundente a las provocaciones y agresiones recibidas"<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> Psicología Social. Francisco Morales. Edit. Isabel Capeña. 1994 España Pg. 479.



"La tercera forma es la existencia en el hogar de discordia y falta de afecto. El estudio de Loeber y Dishión muestra que los niños consistentemente agresivos, es decir tanto en la casa como en la escuela se diferenciaba de otros tres grupos de niños estudiados agresivos solo en casa, agresivo solo en la escuela precisamente y de manera fundamental por la existencia de mayor discordia en el hogar menos afecto y más rechazo hacia los niños".<sup>3</sup>

En Bolivia la violencia doméstica ha existido siempre y seguirá existiendo porque las instituciones no contribuyen a la democratización del país y existe falta de conciencia de la sociedad y una legislación adecuada que la regule y que la violencia doméstica es un problema muy frecuente en nuestro país, y ha sido, durante mucho tiempo, injustamente tratado en silencio sin tomar en cuenta que los actos de violencia son también violaciones a los derechos humanos.<sup>4</sup>

### **5.1.3 Definiciones De Violencia**

La violencia es una condición negativa, generalizada en todas las sociedades. Si bien afecta tanto a hombres como mujeres, ejerce sobre estas un impacto mucho mayor la agresión hacia la mujer adopta diversas formas que incluyen lo físico, psicológico, sexual y origina para ellas consecuencias cualitativas y cuantitativas diferentes para la población masculina. Esto se debe a que tanto desde el punto de vista del ejercicio de los recursos legales existentes para prevenirla, como de la posibilidad de poner en movimiento la maquinaria jurídica destinada a sancionarla, la violencia contra la mujer encuentra condiciones favorables para desarrollarse.

---

<sup>3</sup> Loeber y Dishión 1990 Pg. 48-51.

Ministerio de Desarrollo Humano, "No ocultemos la violencia". 1996. Pg. 3.

El concepto de violencia es de múltiples dimensiones y connotaciones. De acuerdo con el diccionario de la real Academia de la Lengua Española, "violencia es la aplicación de medios fuera de lo natural a cosas o personas para vencer su resistencia"., el concepto de poder y jerarquía está presente en los distintos enfoques y definiciones de la violencia, que es considerada como una forma de ejercer poder sobre alguien situado en una posición de inferioridad jerárquica o de subordinación.

En un sentido amplio, la violencia se manifiesta bajo dos formas: una menos evidente que es la institucionalizada o estructurada y otra abierta y directa, que llama más la atención que la anterior. La violencia estructural esta presente en los sistemas políticos, económicos y sociales que mantienen la presión de determinadas persona a las que se les niega beneficios sociales, políticos y económicos haciéndolas más vulnerables al sufrimiento y a la muerte.

La violencia estructural sirve de base a la violencia directa, porque influye en las pautas de socialización que llevan a los individuos a aceptar o infligir sufrimientos, según la función social que desempeñen, la violencia abierta o directa, en cambio mediante, la agresión, las armas y la fuerza física.

#### **5.1. 4 Definición De Agresión**

Los psicólogos debaten como definir la agresión pero están de acuerdo en esto: haríamos más nítido nuestro vocabulario al distinguir entre conducta segura en si misma, energía ambiciosa o la conducta que daña o destruye. La primera es asertividad; y la última clara y segura es agresión.

---

<sup>s</sup> Idem (1) Pg. 202.

Ellos mencionan dos clases de agresión, la "agresión hostil" y la "agresión instrumental". La agresión hostil surge del enojo, su objetivo es dañar. La agresión instrumental también se dirige a hacer daño, pero solo como un medio para lograr otro fin.

### **5.1.5 Ley N°. 1674 Contra La Violencia En La Familia y/o Domestica**

El 15 de Diciembre de 1995, durante el gobierno del Lic. Gonzalo Sánchez de Lozada, el Honorable Congreso Nacional de la República decretó la Ley No. 1674 contra la violencia en la familia o doméstica.

Posteriormente, en el gobierno del Gral. Hugo Banzer Suárez, esta ley es reglamentada mediante el Decreto Supremo No. 25087 para en cabal aplicación.

El Estado mediante esta ley protegerá la integridad física, psicológica, moral y sexual de cada uno de los integrantes de la familia. Establece que el Estado, a través de sus instituciones, promoverá el acceso, uso y disfrute de los derechos ciudadanos sin discriminación de sexo, edad, cultura y religión. Difundirá los derechos y la protección de la mujer dentro de la familia así como el acceso a la salud, evitando discriminación o actos de violencia que perjudiquen o alteren su salud.

"La Ley define a la violencia familiar o Doméstica en relación a las agresiones físicas psicológicas o sexuales cometidas por el cónyuge ó conviviente, ex cónyuge o ex conviviente o personas que hubieran procreado hijos en común aunque no estuvieran conviviendo"<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Psicología Social, Oto. Ed. 1995 México, Pg.. 390  
Ley 1674 Contra la Violencia Familiar y Doméstica

En cambio la violencia intrafamiliar según la Ley 1674/95 es la agresión física, sexual o psicológica cometida por el cónyuge o conviviente, los ascendientes, descendientes hermanos, parientes civiles o fines en línea directa o colateral, los tutores cuidadores o encargados de custodia.

#### **5.1.5.1 Tipos De Violencia**

La violencia intrafamiliar es un acto de agresión que comete una persona en contra de otra en el ámbito familiar, causándole un daño que puede ser físico, psicológico y/ o sexual; este daño puede ser temporal o permanente; leve, grave e incluso causar la muerte

- Violencia Física, es el maltrato o agresión en el cuerpo de la persona, causándole lesión interna o externa. Empujones, patadas, golpes con objetos, fracturas, heridas con **armas**, muerte, etc.
- Violencia psicológica, es la presión emocional que produce daño psíquico, hostilidad, desvaloración, celos, prohibiciones de todo aspecto, chantaje económico, amenazas, etc.
- Violencia sexual, es la intimidación para tener relaciones sexuales. Se dan desde la amenaza hasta el chantaje. La violación sexual es un acto de agresión sexual, realizada en contra de la voluntad de quien la sufre, ocasionando daños integrales a la **victima**.

---

<sup>8</sup> Prevención y Atención de la 'Violencia **Intrafamiliar** y Domestica, Viceministerio de la mujer La Paz Bolivia 2002 Pg. 35-36

### 5.1.6 Ciclo De La Violencia **Intrafamiliar**

La violencia **intrafamiliar** se presenta de forma cíclica y al paso del tiempo las agresiones van en aumento en frecuencia de episodios y gravedad.

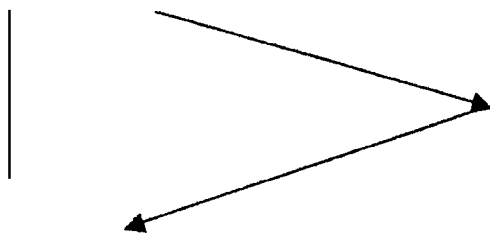
5.1.6.1 Fase de Tensión, es una fase de acumulación de tensiones, se producen insultos, amenazas. El abuso físico es siempre precedido por el verbal. La **victima** suele minimizar estos actos.

5.1.6.2 Fase de Agresión, se produce la descarga de las tensiones con el estallido de las conductas que producen lesiones que pueden ir desde leves, abortos e incluso causar la muerte. La víctima se siente impotente se deprime y se culpabiliza por lo sucedido.

5.1.6.3 Fase de Reconciliación, se caracteriza por ser un periodo de calma y tranquilidad el agresor se disculpa y asegura que nunca más sucederá. La **victima** cree que el puede cambiar. Sin embargo los actos violentos se repetirán con mayor frecuencia e intensidad; siendo cada vez de mayor riesgo y gravedad.<sup>9</sup>

Fase 1

Estado de acumulación de tensiones



Fase 2

Episodio agudo o de golpes

Fase 3

Conducta arrepentida o fase de luna de miel

---

<sup>9</sup> Ídem (8) Pg. 39



## **5.1.7 Causas Y Consecuencias De La Violencia Intrafamiliar**

### **5.1.7.1 Causas**

Los factores culturales, económicos y sociales, así como las condiciones de pobreza y hacinamiento, refuerzan culturas de violencia en la convivencia colectiva y en el ámbito familiar.

La causa de la violencia intrafamiliar esta basada en la desigualdad en las relaciones de género donde se le atribuye al hombre un mayor valor dentro de la organización de un sistema patriarcal otorgándole derechos sobre la mujer y a esta se la coloca en un plano de subordinación y dependencia.

En nuestra sociedad muy frecuentemente, mientras se educa a las mujeres a ser dependientes y sumisas, se alienta a los hombres en sus características violentas y agresivas. De esta forma se crean pautas de socialización y comportamientos que tienden a perpetuar situaciones de violencia y la solución violenta de conflictos

### **5.1.7.2 Consecuencias**

Las consecuencias de vivir situaciones de violencia intrafamiliar son negativas puesto que producen inseguridad y un constante temor. Las victimas se van desvalorando constantemente, disminuyendo su autoestima perdiendo motivación y capacidad para su desarrollo están afectadas emocionalmente ya que se retraen, aislan, deprimen, etc., pierde espacios para desarrollar sus capacidades se frustra en su desarrollo personal ya que es incapaz de mirar sus oportunidades.

Además de estas consecuencias psicológicas, se presentan otras de tipo físico. En las mujeres embarazadas complicaciones en sus embarazos y tienen mayores riesgos de aborto.

Los niños (as) que presencian violencia tienen problemas de aprendizaje, afectividad, sexualidad, personalidad y se convierten de fáciles víctimas a reproductores de conductas agresivas.

Las víctimas también presentan dificultades de relacionamiento social, especialmente en el trabajo. También incide en la economía familiar ya que la misma se ve mermada con gastos que pueden ocasionar ciertas situaciones de violencia, como la compra de medicamentos y la asistencia a los centros de salud, trámites policiales o judiciales que también producen gastos. <sup>1°</sup>

## **5.2 SALUD MENTAL**

### **5. 2.1 Introducción Al Conocimiento De La Salud Mental**

Definir "salud mental" no es fácil; requiere hablar de "enfermedad mental", "normalidad", "patología", "cultura", etc. La comparación de patrones culturales característicos de cada sociedad señalan la diversidad de comportamientos humanos, quizás lo que en una cultura se considera normal en otra puede ser "patológico"; así pues, la "normalidad" y "patología" son relativas y dependen de la cultura y época en que se vive. <sup>11</sup>

---

<sup>1°</sup> Ídem (8) Pg. 36-37

<sup>11</sup> Psicoprofilaxis Familiar Sarmiento Maria Inés Universidad Santo Tomas, Ediciones Usta 1998 Bogota 1985 Pg 94

### **5.2,2 Aspectos Históricos**

Entre los antiguos la enfermedad mental no era más que una posesión diabólica; esto lo pensaban los hombres del paleolítico, los chinos, egipcios y griegos; atribuían todos los fenómenos que no podían explicarse a la obra de los espíritus. Siendo ésta la causa de la enfermedad mental, se intentaba curar a estos enfermos mediante la trepanación, con lo que pensaban que los espíritus abandonarían el cuerpo del poseído. Para los hebreos y cristianos medievales, la enfermedad mental era un castigo divino, por lo que la terapia consistía en el exorcismo.

Durante la época clásica de Grecia, Hipócrates (460-377 a. de C) fue el primero en rechazar esta concepción demonológica y considera la enfermedad mental como un trastorno cerebral.

Así se crearon hospitales o asilos para "enfermos" o "locos" el primero fue fundado en el siglo XVI. El francés Pinel, director de uno de estos asilos, durante la Revolución Francesa, rompió las cadenas, sacó a los "enfermos" de las mazmorras y dejó que se pasearan por habitaciones soleadas, muchos de los enfermos curaron o progresaron en poco tiempo para vivir con tranquilidad en el hospital.

### **5.2.3 Visión Teórica Acerca De La Salud Mental**

Para Sigmund Freud, quién basó sus estudios en el hombre patológico poniendo exagerado acento a los impulsos inconscientes, y poco reconocimiento a la influencia de los propósitos y aspiraciones conscientes del hombre, el enfermo mental tiene poco o

---

<sup>12</sup> Idem (11) Pg 94-95

<sup>13</sup> Idem (11) Pg 96

<sup>14</sup> Idem (11) Pg 97-98



nada que hacer respecto a su salud, ya que no posee voz ni voto sobre su inconsciente; así, fácilmente, cualquier niño es potencialmente un adulto enfermo mental y sólo puede recuperar la salud mental mediante el método terapéutico freudiano denominado psicoanálisis."

Para el conductista John B. Watson, su estudio conduce al concepto de persona "bien ajustada". Según él la conducta inadecuada (enfermedad mental) es aquella que presenta un individuo y que provoca reacciones negativas de otros para con él. La persona bien ajustada (o sana a mentalmente) es la que cumple exitosamente con las expectativas y demandas reales de la sociedad."

Para Maslow la enfermedad mental es considerada como una falla en lo que se refiere a lograr un estado de plenitud psicológica; así pues, la enfermedad mental es una situación debida a deficiencia, es decir, a ineptitud del individuo para reconocer y satisfacer sus necesidades comunes a la especie humana. Para él la persona enferma es aquella que no ha aprendido a lograr buenas relaciones humanas ni satisfacer sus propias urgencias vitales.

Para los seguidores de Maslow una persona "sana mentalmente" es denominada "autorrealizada" o "actualizada" y se reconoce por varias características: son individuos honestos o auténticos, perciben claramente la realidad, son libres y manifiestan confianza hacia su entorno.

En conclusión se observa cómo la concepción de enfermedad mental depende de la idea que se tenga del hombre y ha variado desde tiempos primitivos, también podemos notar

---

Idem (11) Pg 98-99

cómo de unas concepciones que establecen diferencias tajantes entre una persona sana mentalmente y otra que no lo es (concepción demonológica, medica, psicoanalista y conductista), se pasa a la humanista que acepta que en una misma persona puede darse ambos estados en momentos diferentes.

Freud, Watson y Maslow, con sus teorías representan tres modelos diferentes a cerca de la enfermedad mental.

La teoría de Freud representa un modelo biológico: considerando que la personalidad está determinada básicamente por las condiciones biológicas de la persona, y la salud o enfermedad mental están incluidas al inconsciente, las pulsiones instintivas, al ello, superyó.

La teoría conductista representa un modelo ambiental: considera que la personalidad está determinada por el contexto experiencial que rodean a la persona, es decir, salud y enfermedad mental dependen más del ambiente que de la misma persona.

En conjunción la teoría humanista considera que la personalidad está influida más no determinada, por lo biológico y ambiental y que toda persona puede decidir a cerca de su personalidad, salud y enfermedad mental, moldeando como desee, de acuerdo a su decisión.

#### **5.2.4 Algunas Definiciones De Enfermedad y Salud Mental**

Estos términos se han definido de diversos modos: "enfermedad mental significa todo desajuste lo suficientemente grave como para incapacitar a un individuo hacia sí mismo y hacia los demás".

El desajuste se refiere a trastornos que puede sufrir un individuo los cuales lo llevan a sentirse angustiado o a comportarse de una manera peculiar, dicho desajuste puede ser ocasionado por una tensión, del ambiente frente a la cuál el individuo no se adapta.

Otra definición de salud mental y enfermedad mental "se refiere a la capacidad que tiene una persona para soportar las tensiones del ambiente. Si esta capacidad es grande se puede decir que la persona es sana mentalmente; si, por el contrario, su capacidad es pequeña, y frente a las tensiones su comportamiento y relaciones interpersonales se alteran, se dice que hay propensión a enfermar mentalmente".

Todos en la vida hacen frente a tensiones diarias que pueden afectar, algunos ante el estrés generan trastornos que tradicionalmente se han incluido dentro de las enfermedades mentales tales como la psicosis, neurosis, psicopatía, trastornos de la conducta, trastornos de la personalidad, etc. Otros en presencia del mismo estrés reaccionan con comportamientos menos "patológicos" pero que afectan también su vida personal y relaciones con los demás. Por ejemplo: puede bloquearse en su trabajo, disminuir su rendimiento laboral o académico, puede manifestar insomnio, falta de apetito y conflictos en sus relaciones **interpersonales**.<sup>16</sup>

Por lo expuesto anteriormente se considera que un individuo que no es feliz, no enfrenta problemas cotidianos de forma adecuada, no conoce y utiliza todos sus recursos positivos, necesita de la aprobación de los demás, no se responsabiliza de sus sentimientos y acciones, no establece relaciones profundas ni se compromete con ellas, por todas estas características la persona tiene que hacer mucho en favor de sí misma y de su entorno adquiriendo habilidades para enfrentar las diferentes situaciones de la vida, sean tensionantes o no.

---

<sup>16</sup> Idem (11) Pg 104

### **5.2.5 Salud y Enfermedad Mental Como Proceso De Bienestar o Malestar Psicológico**

Puede decirse que la salud y, enfermedad mental no son estados sino procesos. La manera como maneja su vida, lo que hace o deja de hacer en cada momento, los sentimientos que experimenta, van a determinar su bienestar o malestar psicológicos.

Según Virginia. Satir, los procesos de bienestar y malestar psicológicos pueden manifestarse en cuatro aspectos de la vida: a) la autoestima o sentimientos e ideas que uno tiene sobre si mismo; b) la comunicación o formas que establecemos para expresar lo que deseamos decir a los demás; c) las normas que utilizamos para sentir y actuar; y d) las relaciones que establecemos con las personas e instituciones."

Estos cuatro aspectos (autoestima, comunicación, relaciones y normas) se aprenden en la niñez y dentro de la familia; por lo tanto la enfermedad o salud mental también son el resultado de un aprendizaje.

Mientras algunas personas logran evitar el desaliento y manifiestan su capacidad de seguir siendo igualmente felices y valiosas, se solucionen o no los problemas, hay otros individuos que se desploman, se paralizan, se deprimen, pierden su control emocional y a veces se dejan morir. Los seres humanos que han aprendido a reconocer los problemas como algo que forma parte de la condición humana y no miden la felicidad por la ausencia de problemas, son los seres humanos más sanos mentalmente y generalmente

---

<sup>17</sup> Relaciones en el núcleo familiar, Satir Virginia, Ed Pax 1988 ,Mexico Pg 33

mantienen, frente a estas dificultades la autoestima alta, se comunican y relacionan adecuadamente y utilizan sus normas en forma apropiada para abordar los **problemas**.

De esta manera y de acuerdo con estos dos autores se puede afirmar que la salud y enfermedad mental afecta a todos por que cada persona tiene autoestima, se comunica con otro, establece relaciones y se guía a través de normas. No se debe olvidar que estos aspectos no son innatos o heredados, sino que se aprenden en la niñez y dentro de un sistema familiar observándose a lo largo de la existencia de la persona, especialmente en los momentos tensionantes de cada etapa de su vida. Así, al trabajar con cualquier unidad familiar se debe conocer su estructura, procedencia y relaciones con la sociedad, para poder favorecer su bienestar psicológico en forma más exitosa.

### **5.3 CONTROL EMOCIONAL**

#### **5.3.1 Definición de Emoción**

Emoción un término sobre cuyo significado preciso los psicólogos y filósofos han dicho muchas sutilezas durante más de un siglo. Se utiliza este término para describir sentimientos, pensamientos característicos de estados psicológicos y biológicos y una variedad de tendencias a actuar.

#### **5.3.2 Definición de Control Emocional**

Es la habilidad de lidiar con los propios sentimientos, adecuándolos a cualquier situación. Las personas que carecen de esta habilidad caen constantemente en estados de

---

<sup>18</sup> Tus Zonas Erróneas Dr. Wayne W. Dyer, Editorial Grijalbo, 1987Barcelona, Pg 20

inseguridad, mientras que aquellas que poseen un mejor control emocional tienden a recuperarse más rápidamente de los reveses y contratiempos de la vida.

### **5.3.3 Teorías de la emoción**

La teoría de James - Lange (**1884** — 1885)

En la década de 1880, el psicólogo estadounidense William James y el psicólogo Danes Carl Lange propusieron que el sentido común estaba invertido. Según James y Lange, la activación corporal (como el aumento del ritmo cardíaco) no sigue a un sentimiento como el temor en cambio, afirman, los sentimientos emocionales siguen a la activación corporal.

Para apoyar esta línea de pensamiento, James señaló que a menudo no experimentamos una emoción sino hasta después de reaccionar.

La teoría de Cannon — Bard (1927)

El psicólogo estadounidense Walter Cannon y su estudiante Phillip Barda encontraron varias razones para poner en duda la teoría de James- Lange. Aunque estaban de acuerdo en que el cuerpo se moviliza durante la emoción, Cannon (1932) y Bard propusieron que las sensaciones emocionales y la activación corporal se organizan en el. encéfalo. La corteza es responsable de los sentimientos y comportamiento emocional. El hipotálamo es responsable de activar al cuerpo.

La teoría cognoscitiva de la emoción de Schachter (1971)

Las teorías anteriores se interesan principalmente en las respuestas físicas. Stanley Schachter se percató de que los factores cognoscitivos (mentales) también intervienen en la emoción. De acuerdo con Schachter, la emoción ocurre cuando se aplica una

denominación particular a una activación física general y cuando esta se activa se tiene la necesidad de interpretar los sentimientos. La percepción, la experiencia, las actitudes, el juicio y muchos otros factores afectan a la emoción.<sup>19</sup>

#### **5.3.4 Fisiología y Emoción**

En gran medida, los aspectos físicos de la emoción son innatos, o están incorporados en el cuerpo. Las reacciones ante emociones desagradables son especialmente consistentes por lo general incluyen tensión muscular, corazón palpitante, irritabilidad, resequedad de la garganta y boca, sudor, mariposas en el estomago, micción frecuente, temblor, intranquilidad, sensibilidad a los ruidos fuertes y gran cantidad de cambios internos.

Estas reacciones son casi universales por que las causa el sistema nervioso autónomo (sistema nervioso que conecta al encéfalo con órganos y glándulas internos).

##### **5.3.4.1 El encéfalo y la emoción**

Las emociones primarias expuestas pueden reducirse a solo dos categorías: Emociones positivas y negativas.

Comúnmente, pensaríamos que las emociones positivas y negativas son opuestas, las personas experimentan estas dos emociones al mismo tiempo. Registro de actividad encefálica muestran que las emociones positivas se procesan principalmente en el hemisferio cerebral izquierdo. En contraste, las emociones negativas se procesan en el hemisferio derecho. El hecho de que las emociones positivas y negativas se basen en áreas encefálicas diferentes ayuda a explicar por qué se puede estar feliz y triste al

---

<sup>19</sup> Psicología Exploración y Aplicación, Dennis Coon 1998 México Pág. 437 —.438

mismo tiempo. Los científicos solían pensar que todas las emociones se procesaban en la corteza cerebral. Sin embargo, hay nueva evidencia de que no siempre es así. Le Douarin y otros investigadores han encontrado un área del encéfalo llamada amígdala se especializa en producir temor. La amígdala recibe información sensorial en forma muy directa y rápida, evitando la corteza. Como resultado nos permite responder ante estímulos potencialmente peligrosos antes de que en realidad sepamos lo que está sucediendo. El papel de la emoción explica por que las personas que sufren de fobias y ansiedad incapacitante a menudo sienten temor sin saber por qué.

#### **5.3.4.2 Luchar o huir**

En general el sistema simpático activa el cuerpo para la acción de emergencia: para luchar o huir. Hace esto activando varios sistemas corporales e inhibiendo otros. Estos cambios tienen un propósito, se libera azúcar en el torrente sanguíneo para disponer de energía rápida, el corazón late mas rápido para suministrar sangre a los músculos, la digestión se inhibe temporalmente el flujo sanguíneo en la piel se restringe para reducir el sangrado, etc. Casi todas las reacciones simpáticas mejoran las probabilidades de sobrevivir en una emergencia.

El sistema parasimpático por lo general revierte la activación emocional y calma y relaja el al cuerpo. Después de un periodo de mucha emoción el corazón late mas lento, las pupilas regresan a su tamaño normal, la presión sanguínea disminuye, etc.

Además de reestablecer el equilibrio, el sistema parasimpático ayuda a acumular y conserva la energía corporal. <sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Idem(25) Pg 431



## 5.4 Tipos de emociones

Existen cientos de emociones, junto con sus combinaciones, variables, mutaciones y matices. En efecto existen en la emoción más sutilezas de las que podemos nombrar. Los principales candidatos y algunos miembros de sus familias son:

Ira: Furia, resentimiento, cólera, fastidio, irritabilidad, hostilidad, violencia, odio patológico.

Tristeza: Pesar, melancolía, pesimismo, pena, soledad, nerviosismo, preocupación, depresión.

Temor: Ansiedad, nerviosismo, preocupación, inquietud, pavor, miedo, terror, fobia, pánico.

Placer: Felicidad, alegría, alivio, contento, dicha, diversión, orgullo, manía.

Amor: Aceptación, simpatía, confianza, amabilidad, adoración, ágape.

Sorpresa: Conmoción, asombro, desconcierto.

Disgusto: Desprecio, menosprecio, aborrecimiento, disgusto, repulsión.

Vergüenza: Culpabilidad, molestia, disgusto, remordimiento, humillación, arrepentimiento, mortificación.<sup>21</sup>

### 5.4. 1 Cómo se generan las emociones

La mayor parte de las emociones son el resultado de las interpretaciones que cada uno hace de acontecimientos que tienen lugar a su alrededor. Las únicas excepciones son las emociones que resultan de la interferencia con el funcionamiento normal del cerebro o sistemas nerviosos centrales, tales como lesión, enfermedad, medicamentos que alteran el estado de ánimo y, en algunos casos, dieta. Este proceso puede diagramarse de la manera siguiente:

*Acontecimiento = Interpretación = Emoción ⇌ Acción*

---

<sup>21</sup> Inteligencia Emocional D. Goleman, EdOveja Negra 1995, España Pg 331-332

Normalmente, cada uno no es consciente del papel que juega la interpretación en la generación de emociones, porque se produce con mucha rapidez y habitualmente de manera inconsciente. Esto es esencial para la supervivencia. No podrá funcionar de modo efectivo si tuviese que evaluar y asignar significado a todo lo que sucede a su alrededor de un modo lento y deliberado.<sup>22</sup>

#### **5.4.2 Por qué tenemos emociones**

Si bien las emociones pueden modificarse mediante el aprendizaje y la maduración; muestran una consistencia notable tanto en el interior de las especies como a través de ellas. Las expresiones emocionales son las mismas en las personas videntes que en las que son ciegas de nacimiento. Muchas expresiones emocionales están presentes de una manera muy similar a través de diferentes culturas y razas. La expresión de la emoción en los niños y en los adultos es muy similar, aun cuando esta expresión en los niños es anterior a la época en que pudieron haber aprendido cómo hacerlo. Además, varias emociones básicas y expresiones emocionales surgen en un niño en momentos bastante consistentes.

En los animales las emociones tienen dos funciones fundamentales. Preparan al animal para la acción y sirven como una forma de comunicación de un miembro de una especie al de otra. Las emociones también cumplen estas dos funciones en los humanos. Puesto que los bebés no tienen lenguaje verbal, los padres se basan en las expresiones emocionales para guiar su interacción y evaluar las necesidades de un niño. Asimismo, la expresión emocional en los adultos habitualmente es una forma más poderosa de comunicación que la expresión verbal.

---

<sup>22</sup> Venza sus Temores, Reneau Z. Peurifoy Editorial Robin Book 1993 España Pg 73

Las emociones funcionan de la manera siguiente; una parte de su mente evalúa constantemente los acontecimientos en términos de sus necesidades y deseos, este proceso de asignar significado a los acontecimientos en general se efectúa de modo automático e inconsciente. Si una necesidad o deseo es o puede ser satisfecho, se experimenta diversas emociones positivas, tales como goce, excitación o satisfacción. Si está presente una amenaza, se puede experimentar enojo (que va desde la irritación a la rabia) o miedo (que va desde la aprensión al pánico). Si se sufre una pérdida, se puede experimentar tristeza, pesar o depresión, dependiendo del carácter de la pérdida. Por supuesto, los acontecimientos suelen ser complejos. Pueden satisfacer algunas necesidades y frustrar otras. Esta es la razón por la cual a menudo se experimentan emociones mezcladas.

Cuando las emociones motivan a emprender acciones que ayuden a responder efectivamente a la oportunidad, pérdida y peligro, logrando sus objetivos vitales, son emociones de autosatisfacción. Lamentablemente, las emociones no suelen funcionar de esta manera. A veces se experimenta emociones autofrustrantes que interfieren en la capacidad para ser efectivos en las relaciones, en el trabajo, en el juego, y que impiden alcanzar objetivos vitales. Las emociones pueden llegar a ser autofrustrantes si se producen cuando no existe ninguna razón aparente para que ocurran, si se dan en un nivel exagerado de intensidad, o si dura un periodo prolongado de tiempo. Toda persona tiene al menos algunas, y en la mayoría de los casos muchas, creencias y pautas habituales de pensamiento que son irracionales o irreales. Esto provoca el proceso automático de evaluación para interpretar acontecimientos de una manera irracional o irreal y activar emociones autofrustrantes.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> *Idem* (28) Pg 80-81

### **5.4.3 Pautas habituales de pensamiento**

Una de las maravillas de la mente humana es su capacidad para aprender una acción tan bien que ésta llega a ser automática. Algunas acciones que cuestan años aprender --tales como vestirse - ahora son tan automáticas que no se piensa en ellas. El modo en que se piensa, las palabras que se utiliza, acontecimientos que se escoge para recordar, son pautas automáticas de hábito y difieren poco de los demás comportamientos automáticos que se aprende durante el crecimiento.<sup>24</sup>

### **5.4.4 Para que son las emociones**

Las emociones guían al ser humano cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejarlas sólo en manos del intelecto: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un compañero, la formación de una familia; cada emoción ofrece una disposición definida a actuar, cada uno nos señala una dirección que ha funcionado bien para ocuparse de los desafíos repetidos de la vida humana.<sup>25</sup>

### **5.4.5 Las dos mentes**

Existen dos mentes, una que piensa y otra que siente. Estas dos formas fundamentalmente diferentes de conocimiento **interactúan** para construir la vida mental. Una, la mente racional, es destacada en cuanto a conciencia, reflexiva, capaz de analizar y meditar, pero junto a esta existe otro sistema de conocimiento impulsivo y poderoso, aunque a veces ilógico: la mente emocional.

---

<sup>24</sup> Idem (28) Pg 82

<sup>25</sup> Idem (27) Pg 22

Cuanto más intenso es el sentimiento, más dominante se vuelve la mente emocional, y más ineficaz la racional, ya que las emociones y las intuiciones guían una respuesta instantánea en situaciones en las que la vida está en peligro y en la que detenerse a reflexionar en lo que se debe hacer podría costar la vida

Estas dos mentes, la emocional y la racional trabajan armoniosamente en la mayoría de los casos, entrelazando su conocimiento para guiar a la persona por el mundo: generalmente existe un equilibrio entre mente emocional y racional en el que la emoción alimenta e informa las operaciones de la mente racional y la mente racional depura las emociones.

#### **5.4.5.1 Inteligencia Emocional**

El filósofo griego Aristóteles tenía una receta para manejar las relaciones con suavidad. Usted debe ser capaz, decía, "de enojarse con la persona correcta, en el grado correcto, en el momento correcto, por el propósito correcto y en la forma correcta". El psicólogo Daniel Goleman le llama a este autocontrol inteligencia emocional. Cree él que es un elemento importante de una vida satisfactoria.

La inteligencia emocional se refiere a una combinación de habilidades, entre estas se incluyen empatía, autocontrol, conciencia de sí mismo, sensibilidad hacia los sentimientos de los demás, persistencia y auto motivación entre otras.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> Idem (27) Pg 27

<sup>27</sup> Idem (25) Pg 44

#### **5.4.5.2 Cociente Intelectual E Inteligencia Emocional**

Cociente Intelectual (CI) e inteligencia emocional no son conceptos opuestos sino más bien distintos. Todos mezclamos intelecto y agudeza emocional; las personas que poseen un elevado CI pero una inteligencia emocional escasa o un bajo CI y una elevada inteligencia emocional son, a pesar de los estereotipos, relativamente pocas. Es decir, existe una pequeña correlación entre CI y aspectos de la inteligencia emocional, aunque lo suficientemente bajas para que resulte claro que estas son entidades totalmente independientes. En la medida posee inteligencia cognitiva, y también emocional, estas descripciones se fundan en una sola. Sin embargo, de las dos, la inteligencia emocional añade muchas más de las cualidades que nos hacen más plenamente humanos.<sup>28</sup>

La frase de Sócrates "Conócete a ti mismo" confirma esta piedra angular de la inteligencia emocional: la conciencia de los propios sentimientos en el momento en que se experimentan.

La conciencia de uno mismo significa ser consciente del humor y también de las ideas sobre ese humor, según palabras de Jhon Mayer quién formuló la teoría de la inteligencia emocional, la conciencia de uno mismo puede ser una atención a estados más internos que no provoque reacción ni juicio.

Aunque existe una distinción lógica entre ser consciente de los sentimientos y actuar para cambiarlos, Mayer considera que a todos los efectos prácticos ambas cosas suelen estar unidas: reconocer un humor desagradable es sentir el deseo de superarlo. Este

---

<sup>28</sup> ídem (27) Pg 65-66

reconocimiento, sin embargo, se distingue de los esfuerzos que hacemos para no actuar movidos por un impulso emocional.

Mayer opina que la gente suele adoptar estilos característicos para responder y enfrentarse a sus emociones:

Consciente de sí mismo, consciente de sus humores en el momento en que los tienen, estas personas poseen, comprensiblemente, cierta sofisticación con respecto a su vida emocional. Su claridad con respecto a las emociones puede reforzar otros rasgos de su personalidad: son independientes y están seguras de sus propios límites, poseen una buena salud psicológica y suelen tener una visión positiva de la vida. Cuando se ponen de mal humor, no reflexionan ni se obsesionan al respecto, y son capaces de superarlo enseguida. En resumen, su cuidado los ayuda a manejar sus emociones.

Sumergido, se trata de personas que a menudo se sienten empantanadas en sus emociones e incapaces de librarse de ellas, como si el humor las dominara. Son volubles y no muy conscientes de sus sentimientos, por lo que quedan perdidas en ellos en lugar de tener cierta perspectiva. En consecuencia, hacen poco por tratar de librarse del mal humor, y sienten que no controlan su vida emocional. A menudo se sienten abrumadas y emocionalmente descontroladas.

Aceptador, si bien estas personas suelen ser claras con respecto a lo que sienten, también tienen tendencia a aceptar sus humores, y no tratan de cambiarlos. Al parecer existen dos ramas en el tipo aceptador: los que suelen estar de buen humor y tienen pocos motivos para cambiarlo, y las personas que, a pesar de la claridad que tienen con respecto a su talante, son susceptibles con respecto al mal humor pero lo aceptan con una actitud de *laissez-faire*, sin hacer nada para cambiarlo a pesar de las perturbaciones

que provoca; esta pauta se encuentra entre personas depresivas que están resignadas a su desesperación.<sup>29</sup>

### **5.5 Definición de Empatía**

La empatía se construye sobre la conciencia de uno mismo; cuanto más abierta esta la persona a sus propias emociones, más hábiles serán para interpretar los sentimientos.

Los alexitímicos que no tienen idea de sus propios sentimientos, se sienten totalmente perdidos cuando se trata de saber lo que siente alguien que está con ellos. Esta imposibilidad de registrar los sentimientos de otro es un déficit importante de la inteligencia emocional, y un trágico fracaso en lo que significa ser humano.

Las personas emocionalmente sordas son socialmente torpes se equivocan al interpretar erróneamente los sentimientos de los demás o lo hacen de un modo tan automático, desconectado e indiferente que hace imposible toda relación.

Es así, que la empatía puede asumir diferentes grados que van desde la capacidad de captar e interpretar las emociones ajenas hasta percibir y comprender las preocupaciones, los sentimientos inexpresados y comprender los problemas que se ocultan en otros sentimientos.

Las emociones de la gente, rara vez se expresan en palabras; con mucha mayor frecuencia se manifiestan a través de otras señales. La clave para intuir los sentimientos de otro está en la habilidad para interpretar los canales no verbales: el tono de voz, los ademanes, la expresión facial y cosas por el estilo.

---

<sup>29</sup> *Idem* (27) Pg 67-69



Esa capacidad —la habilidad de saber lo que siente otro- entra en juego en una amplia gama de situaciones de la vida y la ausencia de empatía también es reveladora, puesto que esta presente en psicópatas criminales, raptos y abusadores de niños.<sup>77</sup>

La empatía resulta esencial como una brújula emocional que ayuda a desempeñar y a gestionar mejor las actividades del diario vivir. Pero para que se logre la empatía se debe saber escuchar es uno de los factores principales de la empatía y es uno de los secretos en el éxito personal y laboral.

Tomando en cuenta la empatía como una herramienta verdaderamente útil, la inteligencia emocional toma un nuevo camino en otra de sus utilidades.

### **5.6 Definición de Ira**

La ira es la respuesta emocional activada por la interpretación de un acontecimiento de que está o puede estar presente una amenaza. Una vez desencadenada, la ira activa la respuesta de lucha o huida que prepara al cuerpo para la acción. Esta respuesta física va acompañada de un deseo de eliminar la fuente de amenaza.

Como todas las emociones, la ira puede existir en muchos niveles de intensidad diferentes. Lamentablemente, muchas personas no logran reconocer el fastidio, la irritación o el desagrado simplemente como ira de bajo nivel. Sólo piensan en la ira en términos de sus niveles de intensidad más elevados, como la cólera. Debido a que acciones indeseables a menudo acompañan a las formas más intensa de ira, a menudo se la considera una acción indeseable y negativa. No obstante, con frecuencia la ira es la fuerza impulsora que está detrás de acciones positivas.

---

<sup>77</sup> Idem (27) Pg 123-125

La ira está estrechamente relacionada con el miedo en que ambos son activados por una amenaza percibida y en que ambos activan la respuesta de lucha o huida. La ira produce un deseo de enfrentarse a la amenaza y eliminarla, mientras que el miedo produce un deseo de escapar de la amenaza o de evitarla. Puesto que la ira y el miedo están íntimamente relacionados, algunas personas descubren que convertir sentimientos de ansiedad (bajo nivel de miedo) en ira, les ayuda a superar comportamientos auto frustrantes asociados con la ansiedad. Cuando es utilizada de este modo, la ira suministra una motivación acrecentada para afrontar y superar la amenaza asociada con los comportamientos auto frustrantes. Reetiquetar como ira los síntomas físicos generados por la ansiedad también capacita a estas personas para considerar sus síntomas físicos como una fuente de fuerza en lugar de cómo un signo de debilidad.

#### **5.6.1 Acciones generadas por La Ira**

Las diversas respuestas que la gente tiene cuando está airada se resumen a continuación. Esta lista comienza con lo que habitualmente son las pautas de respuesta más indeseables y termina con lo que en general es lo más productivo en la vida cotidiana. Todas las pautas de ira son aprendidas llegan a ser automáticas, a menudo parecen inalterables. Sin embargo, debido a que fueron aprendidas, pueden ser sustituidas por pautas nuevas si se utiliza un método efectivo y se está dispuesto a hacer el trabajo requerido para lograrlo.

- Acciones violentas, destructivas y/o nocivas
- Rabieta verbales y/o físicas
- Observaciones dañinas o críticas, sarcasmo o burla
- Malhumor

- Comportamiento agresivo pasivo: Comportamiento que parece involuntario y causa problemas a la persona con quien se está enojado, tal como olvidar algo importante o llegar tarde.
- Fantasías nocivas o destructivas. Fantasías a cerca de lo que le gustaría hacerle a la persona con la que está enojado.
- Supresión: Saber que se estás enojado, pero fingir que no es así
- Represión: Estar furioso con alguien sin ser consciente de ello.
- Acción constructiva: acción que reduce la amenaza con la menor cantidad de daño o molestia para uno mismo y para los demás.

La energía y la motivación generadas por la ira que se expresan a través de las acciones enumeradas precedentemente pueden centrarse en una o más de las siguientes cuatro direcciones:

- Pueden desconocerse mediante la supresión o la represión
- Pueden dirigirse a una amenaza externa identificada
- Pueden volverse hacia adentro y dirigirse hacia una debilidad personal real, imaginada o inadecuada.
- Pueden dirigirse hacia alguien o algo que no esté relacionado con la amenaza que generó la ira.

### **5.6.2 Ira Adecuada contra Ira Inadecuada**

La ira es una respuesta adecuada cuando existe una amenaza real. La acción que genera es adecuada cuando la acción produce la reducción o eliminación de la amenaza con la menor cantidad de molestia o daño para el sujeto y los demás.

La ira puede ser inadecuada de dos maneras. La primera es cuando se siente ira, aun cuando no exista ninguna amenaza real. La segunda es cuando se siente ira en un nivel de intensidad demasiado alto para la amenaza que está presente.

La ira que se siente cuando no existe ninguna amenaza real o en un nivel excesivamente alto en general es el resultado de un pensamiento irracional. Esto puede deberse a las creencias irracionales que son parte del sistema básico de creencias de una persona, o a una reducción temporal en la capacidad de la persona para pensar de una manera lógica y racional.

Las acciones generadas por la ira son inadecuadas cuando provocan dolor innecesario a la persona o a los demás.

### **5.7 Entorno Físico E interacción**

La territorialidad abarca una serie de comportamientos y vivencias complejas que comprenden desde el concepto de privacidad al de apego al lugar, entre otros, y que a través de lo que llamamos apropiación del espacio entronca con el mundo de lo simbólico y la identidad de las personas y los colectivos sociales.

La interacción de las personas y los entornos puede entenderse en términos de causa-efecto, o bien como un sistema integrado con interacciones entre las partes, o también como una transformación mutua a lo largo del tiempo. Según sea la perspectiva adoptada se desprenden a su vez, visiones más atomizadas, holísticas o transaccionales, respectivamente. Alejados de una visión atomizada del marco físico, es decir, considerando la interacción persona-entorno de una forma unitaria e integrada, es como deben entenderse los términos de privacidad y apropiación. Tanto la privacidad como la apropiación se relacionan además con otros tópicos en el estudio de la interacción de las personas con el entorno, como son la conducta territorial, el espacio personal, el hacinamiento, pero también con los procesos simbólicos y de identidad.

---

<sup>77</sup> Idem (28) Pg 336 - 349

### 5.7.1 Privacidad

Entendida como regulación de la interacción ya sea a través del contacto con otras personas o bien de la información ofrecida a los demás, la privacidad es definida por Altman (1975) como el control selectivo del acceso a uno mismo o al grupo al que uno pertenece. Este control puede manifestarse en diferentes dimensiones. En ocasiones puede significar estar solo sin que los demás puedan acceder a lo que uno hace o dice, a pesar de poder estar rodeado de gente (aislamiento). En otras ocasiones el control de acceso a uno mismo se manifiesta a través de lo que se entiende por pasar inadvertido (anonimato) o sin dar a conocer determinada información (reserva) o incluso reduciendo el contacto con el resto de gente que no forman parte del grupo al que uno se siente pertenecer (intimidad con los amigos o la familia).

Las diferentes dimensiones en que puede manifestarse la privacidad pueden entenderse también como una manera de regular la interacción en relación con dos aspectos. Por un lado es la forma de regular el contacto con las otras personas (soledad y aislamiento) y por otra parte puede referirse al control o regulación de la información que uno ofrece a los demás (anonimato y reserva) .

Para Altman, la privacidad implica un proceso dialéctico de uno hacia los otros y de los otros hacia uno, en el cual se busca un equilibrio entre la privacidad deseada y la privacidad obtenida. De esta forma cuando la privacidad deseada es mayor que la obtenida, el resultado es el hacinamiento. En caso contrario, cuando la privacidad deseada es menor que la obtenida, el resultado es el aislamiento social. Para obtener un determinado nivel de privacidad, las personas utilizan diferentes mecanismos de tipo verbal, no verbal, ambiental y sociocultural.

### **5.7.2 Territorialidad**

Si la privacidad remite al control del acceso a uno mismo, una de las maneras de poner de manifiesto este control es a través de un espacio en concreto el cuál conlleva los límites que son perceptibles. La casa donde uno vive, el espacio donde trabaja, incluso la butaca que uno ocupa cuando va al cine son en este sentido espacios físicos que se denominan territorios. Inicialmente el estudio de la territorialidad se basó en animales, especialmente en el campo de la **Etología**. Pero la conducta territorial en las personas ha sido desarrollada en el ámbito teórico atendiendo a los aspectos socioculturales más que biológicos. Uno de los aspectos diferenciales entre la territorialidad en animales y seres humanos es la forma de señalar el territorio. En los animales los límites del territorio son marcados con indicadores físicos tales como la orina u otro tipo de excrementos y secreciones, en cambio en el caso de las personas las señales conllevan un elevado significado simbólico. Además de la mayor variabilidad y complejidad de las respuestas territoriales humanas, éstas se hallan influidas por factores personales, situacionales y culturales. En cuanto a los tipos de territorios, según el grado de controlabilidad y la duración temporal en cada tipo, existe bastante consenso en clasificar los territorios en primarios (la casa propia), secundarios (nuestra silla habitual en el aula) y públicos (la calle). La reacción ante la invasión o la infracción de un territorio varía en función del significado de la invasión y del tipo de respuesta adecuada para la situación. Es decir, depende de quién y por qué infringe, el tipo de territorio invadido y la duración de la infracción entre otros factores.

La mayor parte de los científicos de la conducta están de acuerdo en que también en el comportamiento humano se da el fenómeno de territorialidad, lo que ayuda a regular la interacción social, pero que también puede ser fuente de conflicto social. Lo mismo que los animales el más fuerte y dominante de los seres humanos parece tener el control de más territorio en la medida en que la estructura grupal o social sea estable.

### **5.7.2.1 Invasión o Defensa**

La necesidad de un espacio personal y la resistencia a la invasión de ese espacio personal son tan fuertes que, aun en una multitud, cada individuo exigirá un determinado espacio.

El territorio personal del individuo en una multitud es destruido por el hecho mismo, multitudinario. La reacción a esa destrucción puede modificar el estado de ánimo de la multitud. A medida que una multitud se vuelve más extensa y más compacta, puede volverse también más violenta.

La necesidad de espacio personal era conocida por Freud, que organizaba sus sesiones de modo que el paciente estuviese acostado en un diván mientras él se sentaba en una silla fuera de la vista del enfermo. De este modo no había intrusión en el espacio personal del paciente.

Los policías también tienen conciencia de ello y lo utilizan en los interrogatorios de los presos. Un manual de interrogatorios criminales y confesiones sugiere que el inquisidor se siente cerca del sospechoso y que no haya mesa, ni otro obstáculo alguno entre ellos, esto dará al oficial de policía una ventaja psicológica sobre el preso ya que cuando las defensas territoriales de un hombre se debilitan, o son amenazadas, su firmeza tiende también a debilitarse.

El Dr. **Sommer** había descubierto todo un conjunto de lenguaje corporal que el individuo emplea cuando su territorio privado es invadido.

Pero no todas las invasiones territoriales son iguales. Lyman y Scott reconocen tres tipos:

- 1) Violación, que implica el uso irrespetuoso de un territorio ajeno, lo que puede hacerse con la vista (mirar fijo a alguien) o con el cuerpo (ocupar dos asientos en el bus).
- 2) Invasión, en este caso se trata de un intento de apoderarse del territorio ajeno. Puede tratarse de una invasión armada a otro país o una mujer que ha convertido el cuarto de trabajo de su marido en habitación de costura.
- 3) Contaminación, que puede tener lugar cuando profanamos el territorio ajeno no ya con nuestra presencia, sino con lo que dejamos detrás de nosotros.

La gente reacciona de diferente modo cuando no tiene lugar la prevención de las violaciones territoriales. Cuando la gente se acerca, la persona se excita fisiológicamente, el corazón late más violentamente y aumenta la sensibilidad de la piel. Una vez excitados, se debe clasificar el estado como "positivo" o "negativo".

Así, si alguien se siente excitado por la aproximación de otra persona y lo identifica como un estado indeseable, podemos predecir un comportamiento tendente a restablecer la distancia "adecuada" entre dos interactuantes.

Pero no sólo quiere la persona que los demás violen su territorio, sino que generalmente tampoco le gusta el papel de violador territorial.

### **5.7.3 Densidad y Hacinamiento.**

La densidad se refiere a la cantidad de personas por unidad de espacio, mientras el hacinamiento es un estado de ánimo que puede sobrevenir en situaciones de baja o alta densidad. La sensación de hacinamiento puede verse influida por: factores ambientales, personales o sociales. Las definiciones de densidad también son complejas y variadas.

Tras varias investigaciones parece que el mejor índice de efectos de tensión individual y social indeseables es la cantidad de personas por habitación y no otras medidas de



densidad. Así, la gran densidad puede producir enorme cantidad de problemas, pero los seres humanos no permanecen pasivos en situaciones que exigen una convivencia prolongada en condiciones de gran densidad. Por el contrario, ensaya diversos métodos para enfrentar o eliminar los efectos más perjudiciales de tal situación

#### 5.7.4 Espacio Personal y Proxémica

Al igual que la territorialidad, el espacio personal es otro mecanismo para conseguir el grado de privacidad deseado. El espacio personal se refiere a la zona que rodea a una persona, en la que no se puede entrar sin autorización. Si la territorialidad conlleva un espacio visible con una localización y unos límites perceptibles, el espacio personal alude a un espacio invisible y móvil y remite en definitiva a la distancia entre las personas. Uno de los precedentes en el estudio del espacio personal fue Edward Hall (1966), quien denominó proxémica al estudio científico del espacio como un medio de comunicación interpersonal.

##### 5.7.4.1 Una ciencia llamada Proxémica.

El Dr. Edward T. Hall, al estudiar el espacio personal del hombre, acuñó la palabra proxémica, que abarca sus teorías y observaciones sobre las zonas de los territorios y cómo las utilizamos.

El modo en que el hombre utiliza el espacio influye en su capacidad de relacionarse con otros, de sentirnos cercanos o lejanos. Todo hombre tiene sus propias necesidades territoriales. La proxémica es el estudio del uso y percepción del espacio social y personal.

A veces se estudia la orientación espacial personal en el contexto de la distancia conversacional y como ésta varía de acuerdo con el sexo, el estatus, los roles, la

orientación cultural y así sucesivamente. También es frecuente el término territorialidad para designar, la tendencia humana a marcar el territorio personal o espacio intocable.

El Dr. Hall subdividió esas necesidades en un intento de estandarizar la ciencia proxémica y estableció cuatro zonas distintas en la que mayor parte de los hombres actúan. Las clasificó del siguiente modo:

1- Zona íntima (15 a 45 centímetros). Es la más importante y es la que una persona cuida como su propiedad. Sólo se permite la entrada a los que están emocionalmente muy cerca de la persona en cuestión: el amante, los padres, el cónyuge, los hijos, los amigos íntimos y los parientes. Hay una sub-zona que llega hasta unos 15 centímetros del cuerpo y a la que otra persona puede llegar sólo mediante el contacto físico: es la zona íntima privada.

2- Zona personal (entre 46 centímetros y 1,22 metros). Es la distancia que separa a las personas en una reunión social, o en la oficina, y en las fiestas.

3- Zona social (entre 1,23 y 3,6 metros). Esa es la distancia que nos separa de los extraños: el lampista o el carpintero que hace reparaciones en casa, el cartero, los proveedores, el nuevo empleado en el trabajo o la gente que no conocemos bien.

4- Zona pública (a más de 3,6 metros). Es la distancia cómoda para dirigirnos a un grupo de personas.<sup>32</sup>

---

<sup>32</sup> Psicología Social, Morales J. Francisco; 2da; Me Graw Hill Interamericana 1999, España Pg 320-338

## **5.8 PSICOLOGÍA FAMILIAR**

### **5. 8. 1 Introducción**

Se ha visto como el concepto de salud mental fue desarrollándose a partir del concepto de enfermedad mental y de las observaciones de personas que padecían "trastornos mentales".

La psicología familiar partió de las observaciones y estudios del hombre aislado de su contexto, con el cuál el terapeuta trabajara; es decir, la familia llevaba a tratamiento psicológico a uno de los miembros "enfermo" para que se le evaluara e hiciera un tratamiento que lo ayudara a superar la dificultad; con el paso del tiempo se encontró que el individuo podía mejorar pero recaía en los síntomas, o si no recaía tarde o temprano la familia llevaba a otro miembro con iguales o distintos síntomas para ser "curado".

Los terapeutas comienzan entonces a tratar a la familia entera y justifican esta acción: la terapia individual fracasa ya que su ambiente familiar le impide cambiar y que la familia debía tratarse; cuando el tratamiento se hace lento, difícil y se ve sujeto a frecuentes recaídas, se considera que el ambiente familiar dificulta los cambios; la aparición de angustia y de diversos síntomas en otros miembros de la familia, coincidentes con la mejoría del paciente, enfrenta al terapeuta al problema de su responsabilidad ante los demás miembros de la misma.

### **5. 8. 2 Aportes Al Estudio De La Psicología Familiar**

Son varios los aportes que ha recibido la psicología familiar para tener una estructura teórica.

- a) La teoría de la comunicación humana
- b) La teoría de los sistemas; y
- c) Diversos planteamientos sobre interacción familiar

### **5.8.2.1 Teoría De La Comunicación Humana**

La comunicación es un intercambio de conductas cuyo fin es regular, mantener y hacer posibles las relaciones humanas. Estas conductas intercambiadas pueden ser verbales (lenguaje digital) y/o no verbales (lenguaje analógico).

No podemos dejar de comunicarnos y cada respuesta que demos y recibamos de los demás constituye una retroalimentación, que permite mantener estables las relaciones interpersonales. Podemos mantener la estabilidad mediante comportamientos (comunicaciones) rígidos, inadecuados y de malestar, o podemos mantenerla a través de comportamientos (comunicaciones) flexibles, adecuados y de bienestar.

Es positiva cuando favorece y mantiene un cambio, y es negativa cuando su objetivo es evitar el cambio y mantener el equilibrio que se tenía.

### **5.8.2.2 Comunicación Digital Y Analógica**

Existe una comunicación verbal (o digital) y una comunicación no verbal (o analógica), mediante las cuales enviamos y recibimos mensajes.

### **5.8.2.3 Congruencia vs. Incongruencia**

Si los mensajes verbales y no verbales son contradictorios se denominan incongruentes en caso contrario son congruentes.

### **5.8.2.4 Aspectos Relacional y Referencial**

Toda comunicación tiene un aspecto de contenido (referencia] transmitido mediante el lenguaje digital, y un aspecto relacional (o conativo), transmitido principalmente el lenguaje analógico. El primero se refiere al tema sobre el que se habla y el segundo define el tipo de **relación** que existe entre los comunicantes; este último determina el bienestar o malestar psicológico producido durante la comunicación. Puede existir

acuerdo en lo referencial y conativo, desacuerdo en uno de los dos y acuerdo en el otro, o puede haber desacuerdo en ambos.

#### **5.8.2.5 Simetría y Complementariedad**

Si la comunicación se basa en la igualdad de los comunicantes, es simétrica; si se basa en la diferencia, es complementaria, cuando asumen posiciones diferentes. Una persona en bienestar psicológico alterna su uso.

#### **5.8.2.6 Meta comunicación**

Cuando hablamos sobre la manera como nos comunicamos con otros, estamos metacomunicando; es una forma de comunicarnos acerca de nuestra propia comunicación y de cómo ésta nos afecta. La metacomunicación es un aspecto importante en el bienestar psicológico.

#### **5.8.2.7 Teoría Sistémica**

Un sistema humano es un conjunto de personas (elementos u objetos) interrelacionados entre sí (mediante la comunicación), para lograr un objetivo. El sistema no lo hace la suma de personas sino la interacción entre éstas, que se logra mediante la comunicación. Debido a esa interrelación cualquier cambio que se produzca en un subsistema afecta a los demás y al sistema total.

#### **5.8.2.8 Subsistemas y límites**

Todo sistema desempeña sus funciones y se diferencia a través de subsistemas. Entre éstos se plantean límites o bordes que: 1. Definen quienes pertenecen a cada subsistema y 2. Plantea el grado de contacto que puede existir entre cada subsistema, para que el

---

<sup>33</sup> **Psicoprofilaxis Familiar** Sarmiento María Inés Universidad Santo Tomás, Ediciones Usta 1998 Bogotá 1985 Pg 173-187

sistema general funcione sin interferencias inadecuadas. El sistema familiar se compone básicamente de tres subsistemas: el conyugal, se constituye cuando dos adultos de sexo diferente se unen con la intención expresa de formar una familia; el parental, cuando nace el primer hijo, el subsistema conyugal debe diferenciarse para desempeñar las tareas de socializar un hijo sin renunciar al mutuo apoyo que caracterizará al subsistema conyugal, y el fraterno es el primer laboratorio en que los niños pueden experimentar relaciones con sus iguales, se apoyan, aíslan descargan sus culpas, aprenden a negociar, cooperar, competir, aprender a lograr amigos y aliados a salvar la apariencia cuando ceden, y a lograr reconocimiento por sus habilidades.

#### **5.8.2.9 Clases de Límites**

Los límites pueden ser rígidos: cuando no hay contacto entre cada subsistema ni interferencias de ninguna clase. Difusos: cuando la distancia se disminuye y el contacto aumenta en forma exagerada, y normales cuando hay comunicación sin interferencias entre los subsistemas.

#### **5.8.3.0 Homeostasis**

Al interrelacionarse los diferentes subsistemas, cada cambio en uno de ellos afecta a los demás: entonces se hace necesario utilizar mecanismos para mantener el equilibrio del sistema u homeostasis.

#### **5.8.3.1 Umbral de tolerancia**

Todo sistema se enfrenta a presiones externas e internas y requiere adaptarse a estas. La adaptación es un cambio. El grado en que un sistema permita algún cambio sin perder el equilibrio, se llama "umbral de tolerancia".<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> *Idem* (19) Pg 188 - 191

### **5.8.3.2 Planteamientos sobre Interacción Familiar**

La interacción se refiere a la forma como se relacionan dos o más personas, la cuál está controlada por reglas. Además que está determinada por la forma como se estructura la familia, ya que cada familia manifiesta patrones o formas de interactuar.

Las formas de interrelación están determinadas por las reglas establecidas en la familia y por valores que sustenten dichas reglas.

### **5.8.3.3 Roles**

Desde que nace hasta que muere todo individuo ocupa muchas posiciones diferentes en la sociedad, realizando funciones específicas denominadas roles, las personas se relacionan mediante unos papeles (o roles) asignados o asumidos. El desarrollo social exitoso de los seres humanos está influido por el adecuado desempeño de los roles en la microsociedad que es la familia. Si éstos se viven en forma rígida, olvidando que tras el rol está una persona, se puede crear malestar psicológico. Una persona puede entrar en conflicto cuando asume dos roles frente a los que se mantienen expectativas diferentes.

### **5.8.3.4 Patrones de interacción**

Existen distintos patrones o formas de interactuar: está el patrón dual, en el que la manera como una persona obtiene autonomía en una relación, es alejándose de ésta. Otras personas balancean sus necesidades individuales y de relación; otras se sobreenvolucran en la relación dejando de lado sus necesidades individuales.

En el patrón de circuito existe un miembro minoritario sobre el que recaen todos los sentimientos (generalmente negativos) de los demás. Esta persona denominada "chivo expiatorio", está casi siempre en desventaja.

El patrón simétrico está basado en la igualdad de quienes interactúan y el complementario, basado en la diferencia.

#### **5.8.3.5 Cinco formas de relación familiar**

Se plantean también cómo formas de relación: la dependencia, antidependencia, independencia, contradependencia e interdependencia.

La dependencia, es esencial en la niñez pero en la edad adulta resulta como una esclavitud mental, física, social o espiritual que impide a los miembros de dicha relación crecer. Es decir que la persona renuncia a una parte de sus pensamientos, sentimientos, voluntad para obtener aprobación del otro. El ejemplo radica en que uno se somete al otro sigue la misma dirección aunque no quiera.

La antidependencia, se llama también rebeldía, es decir que en vez de someterse se rebela contra esa interacción. Necesita un modelo de conducta impuesto por otra persona para rebelarse ante el, si se toma como la única manera de relacionarse crea malestar psicológico.

La independencia, es aquella en la que ambas personas mantienen individualidad, sin comprometerse a la relación, ni tomar en cuenta el impacto del uno sobre el otro, pueden ser positivas en relaciones comerciales, pero en familia o matrimonio crea dificultades. Es decir que el modelo no se interrelaciona sino que toma cualquier dirección.

La contra dependencia, es una relación competitiva que define el valor personal en términos de ganar o superar al otro. Ejemplo como forma de rechazo al machismo algunas mujeres solo se sienten bien en una relación de pareja, si superan intelectual, económica, laboral, social al hombre, es decir se compite por ser mejor.



La interdependencia, en esta interacción cada uno es responsable por sí mismo, por su impacto sobre el otro y por el crecimiento de la relación establecida, mediante una inversión de tiempo y energía en dicha relación. Hay una clara definición de los derechos, privilegios y responsabilidades de cada uno. El modelo es donde ambos tiene individualidad y a la vez aportan recursos y habilidades para lograr un objetivo común entonces hay crecimiento y progreso de la relación.

#### **5.8.3.6 Reglas**

Las reglas que controlan la interacción sirven para calificar la relación y para mantener la homeostasis. Las reglas determinan el tipo de conducta que ha de tener lugar en una familia. Cuando las reglas existentes en una familia son rígidas, inflexibles, no acordes con la evolución personal, social y con las circunstancias de los miembros se genera malestar psicológico; caso contrario, reglas flexibles, acordes con la evolución y circunstancias de los miembros, generan bienestar psicológico.

#### **5.8.3.7 Valores**

Las interacciones sociales están relacionadas con la escala de valores personal y social. El concepto de valor es una medida, es un atributo que se asigna a una situación, objeto y persona. El grado de valor varía de persona a persona dentro de un mismo sistema familiar, y aún más, de una familia a otra. Los valores que aprendemos en nuestro núcleo familiar afectan nuestras relaciones. Si queremos que el niño mantenga relaciones positivas a través de su vida, debemos educarlo para la convivencia, para compartir su vida.

La enseñanza de valores se logra mediante hechos concretos mediante comportamientos que estimulamos o prohibimos. Por ello es importante determinar que estamos enseñando a nuestros hijos.

Actitud y valores hacia uno mismo se deben enseñar al niño: amar su cuerpo, cuidarlo respetarlo a prevenir enfermedades y formar hábitos (de alimentación, de descanso) que le permitan crear y mantener una alta autoestima. Cuando se castiga a un niño con violencia física se envían mensajes de no amor a su cuerpo, ya que "si este merece sufrir y recibir golpes es porque no vale". Si castigan a un niño cuando toca sus genitales "no hagas eso que es sucio" se le enseña que su cuerpo tiene partes que no debe amar, creando así los cimientos de dificultades en su vida sexual.

Los padres pueden facilitar que los niños compartan actitud y valores positivos hacia los demás, que cooperen, tornen decisiones, acepten normas de un grupo, desempeñen roles sociales etc.. Si se les enseña desde pequeños a comprender las diferencias existentes entre las personas, se harán buenos seres humanos.

Actitud y valores hacia el mundo: tienen que ver con los comportamientos hacia los otros organismos y objetos Ej.: La importancia del cuidado de la naturaleza, los animales y los objetos, los lugares de la comunidad limpios, aseados para evitar enfermedades. Si los niños observan estos comportamientos en los adultos los aprenderán. Si se pretende que el día de mañana sean personas que amen la vida conscientes de que un bienestar psicológico solo puede darse en una ambiente físico sano, personas que hagan de este mundo un hogar agradable para todos se debe empezar el cambio por el adulto y modificar el trato hacia aquello que nos rodea.

Actitud y valor hacia Dios: reconocer y aceptar que toda persona tiene una dimensión espiritual que lo lleva a tomar conciencia de un poder vital universal atribuido a un ser superior y que para algunos es Dios. La forma de relación con ese ser superior, va a determinar muchas actitudes en la vida del adulto y niño. Una relación madura y adecuada con Dios es aquella en la cual se reconoce que él ha otorgado poder de acción

y libertad para elegir, y en la cual se hace responsable de sus acciones sin atribuir desgracias y alegrías a él.<sup>35</sup>

Se analiza a la familia desde el punto de vista psicológico, describiendo los aportes recibidos de las teorías sistémica y de la comunicación, al igual que los provenientes de los estudios sobre interacción familiar. Estudiados estos aportes en el sistema familiar, se relacionaron con el bienestar y malestar psicológico dejando la puerta abierta para desarrollar posteriormente formas psicoprofilácticas de atención de la familia.

#### **5.8.3.8 La Autoestima como parte esencial en Los Procesos Familiares**

La autoestima de un individuo nace de su autoconcepto y éste se forma a partir de los comentarios (comunicación verbal) y actitudes (comunicación no verbal) de las demás personas hacia él, al igual que de la forma como el individuo perciba dichas comunicaciones.

Stanley Coopersmith, define la autoestima como una autoevaluación que por lo común el individuo mantiene; la autoestima expresa una actitud de aprobación o reprobación e indica el grado en que aquel se crea capaz, significativo, afortunado y digno.

Éste autor encontró que los niños con una elevada autoestima son:

Más independientes, más creativos, confiados en el juicio e ideas personales, valerosos, socialmente autónomos, psicológicamente estables, ansiosos en grado mínimo, orientados al éxito, más felices y más eficientes en sus actividades.

A los niños con baja autoestima les falta confianza en si mismos, no se expresan en grupo especialmente si sus ideas son creativas o nuevas, se centran en sus problemas

---

<sup>35</sup> **Idem** (19) Pg 192-202

logrando menos relaciones interpersonales afortunadas, se sienten incapaces, faltos de valor, ansiosos temen ser rechazados y constantemente viven acosados por las dudas acerca de su capacidad.

Virginia Satir coinciden con Stanley Coopersmith cuando afirma que la persona con una alta autovaloración fluye en la integridad, honestidad, responsabilidad, amor y compasión. Anota que los individuos con una alta autoestima sienten que son importantes, que el mundo es un lugar mejor porque ellos están allí, tienen fe en su propia competencia y decisiones, irradian confianza y esperanza y se aceptan totalmente como seres humanos. Cuando estas personas tienen momentos difíciles y enfrentan problemas, toman estas situaciones y los sentimientos que las acompañan como algo pasajero, como una crisis momentánea de la que saldrán adelante. Los individuos con una baja autoestima, según esta autora, piensan que valen poco, esperan ser engañados, pisoteados, menospreciados por los demás y como se anticipan a lo peor, lo atraen y generalmente les llega. Como defensa, se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en un terrible estado de soledad, temor y aislamiento; se vuelven apáticos, indiferentes hacia sí mismos y con las personas que los rodean, les resulta difícil ver, oír, y pensar con claridad y por consiguiente, tienen mayor propensión a pisotear y despreciar a otros. Cuando viven momentos difíciles y enfrentan problemas, se sienten desesperados y pueden recurrir a las drogas, alcohol, suicidio o asesinato. Cuando tienen éxitos no los disfrutan porque siguen sintiendo una duda constante respecto a su propio valor.

El auto concepto y autoestima de toda persona, provienen de los mensajes recibidos de los padres. Si papá y mamá golpean al niño y además lo llaman sucio, torpe o bruto porque tira algo al suelo, el niño crecerá creyendo y sintiéndose como tal no amado, sucio, torpe etc., y sus comportamientos serán manifestados de esa manera.

En cambio si papá y mamá abrazan, besan al niño, lo llaman inteligente, capaz, hábil porque hace un dibujo bonito o reaccionan positivamente frente a otros comportamientos. El niño crecerá creyendo y sintiéndose amado, inteligente, capaz y hábil.

Dado que la autoestima se aprende y proviene de los mensajes recibidos, es importante conocer los sentimientos y la forma de asimilar esa búsqueda de la estima y reconocimiento de los demás. <sup>36</sup>

Cualquier forma de reconocimiento físico, verbal, positivo, negativo, etc., es denominado por Eric Berne una caricia es una manera positiva o negativa de comunicar "se que estas ahí"; tal reconocimiento es necesario para la vida, y para sentir que uno esta bien o simplemente vivo.

Las caricias pueden ser incondicionales cuando se dirigen a lo que la persona es, a sus características inherentes. Son ejemplos de estas caricias: Eres inteligente, eres linda, te quiero, etc. Aumentan la autoestima y bienestar psicológico.

Las caricias condicionales se refieren a lo que la persona hace o tiene ejemplo: tu vestido es bonito, tus notas están muy buenas, tendiste bien tu cama, admiro tu dedicación, lo hiciste muy bien, etc.

Pellizcos son caricias negativas incondicionales, pueden ser verbales ejemplo: Insultos, físicas Ej. Golpes, Palizas, todo esto daña la autoestima y genera mal estar psicológico, debe evitarse.

---

Idem (19) Pg 287- 288

Dar caricias: es una destreza relacionada con las caricias y es aprender a darlas, es bueno reconocer en voz alta las cualidades para favorecer el bienestar psicológico.

Aceptar caricias: no cuesta nada decir "Gracias" se sentirán bien la persona que las recibe y la persona que las dio también. Sino se lo hace se corre el riesgo de que la persona que la da sienta rechazo y no la vuelva a darlas.

Pedir Caricias: algunas personas creen que por pedir las éstas pierden su valor, sin embargo no es así ejemplo papá me quieres?. Están pidiendo una caricia y es importante dársela decir SI (mientras sea sincera la respuesta)

Rechazar a dar caricias: no demos caricias si creemos que la persona no se las merece ya que la caricia en esta condición pierde su valor por no ser sincera.

Las auto caricias: son las caricias a uno mismo estas pueden ser mentales o en voz alta, uno puede ser honesto consigo mismo elogiándose por lo bueno y criticándose por lo mal hecho.

Manejo de Pellizcos: estos bajan nuestra autoestima la forma de reaccionar es no recibirlos o sino convertirlo en neutro buscando la conducta o acción ejemplo etiquetar a la persona por su conducta.<sup>37</sup>

#### **5.8.3.9 Psicoprofilaxis Familiar**

A nivel histórico se ha dado un cambio en la salud mental desde una visión "rehabilitadora o curativa" a una visión "preventiva". A los primeros intentos preventivos se les llamo de "higiene mental": así como la higiene física prevenir las

---

<sup>37</sup> Idem (19) Pg 291- 294

enfermedades tísicas, el objetivo de la higiene mental también era prevenir enfermedades de tipo mental.

El Diccionario nuevo Larousse básico define profilaxis como el "conjunto de medidas encaminadas a evitar las enfermedades o su propagación"; así pues, la psicoprofilaxis se refiere al conjunto de medidas encaminadas a evitar la enfermedad mental o el "malestar psicológico"

Según Forrest Tyler, la salud mental ha pasado por tres revoluciones: la primera se da cuando Pinel libera a los pacientes mentales de sus cadenas en las prisiones de París en la época de la revolución francesa. A nivel de higiene mental este gesto de Pinel aporta un trato más humanitario para los enfermos mentales, trato que en algunos países se encuentra limitado por la filosofía de la vida de la época.

La segunda revolución en salud mental, surge con las obras de Sigmund Freud. A raíz de éstas, se enfoca la atención en los factores individuales de la enfermedad mental y se deja de involucrar personas no entrenadas en la solución de curación de las enfermedades mentales. A la vez, en Estados Unidos se aplica la psicología en diversas formas que favorecen el bienestar psicológico en forma grupal. También el psicólogo William James, considero que era posible entrenar a la gente para tener hábitos mentales positivos.

La tercera revolución mental se da en la década del 60 con el Movimiento de Psicología Comunitaria, el cual vuelca su atención en la importancia de llegar a la comunidad y utilizar sus recursos para lograr una adecuada salud mental. La psicología comunitaria, surge básicamente gracias a tres factores: el primero se refiere a la demostración de la inadecuación de los enfoques individuales para solucionar los problemas de salud

mental de la sociedad; el segundo tiene que ver con el interés por un enfoque basado en la comunidad para solucionar los problemas sociales y de salud mental; y el tercer factor se relaciona con una concepción cambiante de la naturaleza de la ciencia.

El interés vital de la psicoprofilaxis esta en la prevención con el fin de conservar la salud mental. En un sentido amplio, la prevención incluye tanto el establecimiento de condiciones que produzcan una vida emocional adecuada, como el tratamiento de los trastornos leves de la conducta con el objeto de evitar "enfermedades mentales" mas "serias".

La psicoprofilaxis presenta tres niveles de acción.

- a) La prevención primaria: que incluye lo hecho antes para evitar un problema general o un problema particular
- b) La prevención secundaria: que incluye la detección precoz de un problema y el tratamiento "reparativo" para impedir que el problema se vuelva crónico
- c) La prevención terciaria que incluye el tratamiento propiamente dicho de un problema, para erradicarlo, evitando dificultades secundarias asociadas y/o una nueva recaída.

El objetivo general de la psicoprofilaxis es proporcionar los conocimientos, actitudes y destrezas relacionadas con el fomento prevención y recuperación de la salud mental.

Los objetivos específicos, varían de acuerdo a muchos aspectos que están relacionados con la familia, las diferentes etapas del desarrollo humano, la comunicación, todo adaptado a las condiciones geográficas, culturales, socioeconómicas etc., de la región a la que se dirigen los programas psicoprofilácticos.<sup>38</sup>

---

<sup>38</sup> **Idem** (19) Pg 370



En este sentido, se entiende por psicoprofilaxis todo conjunto de medidas encaminadas a evitar el malestar psicológico y conservar la salud mental. Por tanto es imprescindible para los profesionales psicólogos involucrarse con la comunidad y su gente con el fin de trabajar efectivamente; e igualmente necesario involucrar a las personas en la solución de sus propios problemas para mejorar sus vidas individuales y de sus relaciones interpersonales

## SUSTENTO TEORICO PARA EL TRABAJO DE INTERVENCION

### 5.9 TERAPIA RACIONAL EMOTIVA (TRE)

Albert Ellis (1913-) (1913- ) recibió su título de graduado de psicología en 1934 en el City College de Nueva York. Nueve años más tarde, en 1943 obtuvo el título de "Master" y en 1947 el de Doctor, estos dos últimos en la Universidad de Columbia, fué en 1955 cuando comenzó a desarrollar su enfoque racional-emotivo de la psicoterapia. En 1958 publicó por primera vez su famoso modelo A-B-C para la terapia, donde exponía que los trastornos emocionales derivaban de un continuo "autodictado" en exigencias irracionales.

La técnica consiste en enseñarle al paciente el método del ABC que consiste en pedirle que nos indique una situación que le provoca una emoción desagradable, por ejemplo tristeza porque reprobó un examen. El análisis sería de la siguiente forma

A = Evento (activante) *reprobé el examen*

B = Creencias Irracionales *es terrible y catastrófico el que haya reprobado el examen, soy un inútil no puedo soportarlo.*

C = Consecuencia *sentimientos de minusvalía, tristeza*

---

<sup>39</sup> Artículo de Internet Psicología Online año 2002

Lo importante es demostrarle al paciente que el origen de sus estados de ánimo no está en el ambiente, en su familia, en sus amigos, en su trabajo, sino en la forma en que interpretan los fenómenos que les acontecen.

### **5.9.1 La TRE como Terapia Disuasiva**

Desde el punto de vista de la TRE la principal tarea en la consejería y la terapia es disuadir a las personas de sus ideas maladaptativas y percepciones irrealistas en otras palabras, el cambiar actitudes. Los tres componentes de las actitudes coinciden con el A-B-C de la TRE estos son: A (conocimiento), B (afecto) el afecto en la teoría de las actitudes se refiere a las evaluaciones, y C (tendencia conductual). El punto de vista de la TRE sobre las creencias evaluativas (el aspecto principal de una actitud) es que éstas actúan como mediadores de las experiencias y llevan a las conductas. Sin entrar en discusión sobre si la terapia cognitiva usa las cogniciones para cambiar conducta o la conducta para cambiar cogniciones (Wilson, 1978), en la TRE se reconoce que los componentes de las actitudes son interdependientes. Sin embargo, en la TRE sólo cambian las conductas meta en sí mismas; en vez de eso, se ayuda al cliente a revisar su sistema de creencias, de manera que cambien entonces las conductas meta."

### **5.9.2 Las Metas Terapéuticas de la TRE.**

En términos simples, las metas de la TRE son el cambio emocional y la adquisición de métodos para mantener ese cambio. Como Ellis (1974) ha establecido:

"Mis metas principales al tratar a cualquiera de mis clientes en psicoterapia son simples y concretas: el que los clientes terminen o se marchen, al final del proceso psicoterapéutico, con un mínimo de ansiedad (o auto-culparse) y de hostilidad (o culpar a los demás y al mundo que les rodea; y también muy importante, el darles a ellos un

---

<sup>4°</sup> Proceso e Innovaciones de la Terapia Racional Emotiva José J. Navas ED Jay ce Printing 1988 Pág. 28

método de auto observación y auto-evaluación que asegure que, por el resto de sus vidas, ellos continuaran estando **minimamente** ansiosos y hostiles".

Para alcanzar y mantener los cambios en C (área emocional-conductual) en la TRE se busca cambiar y mantener los cambios en la B (sistema de creencias). De manera que alternativamente se pueden establecer como las metas de la TRE el alcanzar y mantener un cambio actitudinal.

Una consecuencia importante de las metas de la TRE es que el cliente tenga la libertad de **escogencia**. Esto proviene de que en ocasiones el punto focal del proceso terapéutico no es necesariamente una problemática definida por el cliente, por ejemplo, mejorar una relación matrimonial deteriorada. Entonces el proceso se dirige a que el cliente pueda vencer o aliviar sus problemas de depresión, coraje, o culpa (por los problemas de la relación), y que después decida si vale la pena trabajar en mejorar la relación matrimonial, tolerarla o finalizar esa relación. (Wessler y Wessler, 1980) El énfasis en la escogencia significa que el cliente pueda dirigir su vida tanto como sea posible dentro de las restricciones físicas, sociales y económicas.

### 5.9.3 El Psicodiagnostico Racional — Emotivo

El terapeuta de la TRE se apoya en tres instrumentos para realizar su labor de diagnóstico:

- Un conocimiento cabal y comprensión profunda del papel fundamental que tienen las cogniciones en hacer impacto en las áreas de la conducta y el afecto.
- Una gran sensibilidad, en entendimiento y captación profunda de las ideas Irracionales que de manera individual o combinada forman el aspecto básico de las emociones perturbadas.

- Una gran confianza y seguridad en la validez de los diversos postulados de la TRE, así como el hallarse comprometido a entender y ayudarle a los clientes desde este punto de vista.

Existen dos aspectos cruciales a tener en consideración al realizar el psicodiagnóstico racional- emotivo:

1. El categorizar los problemas del cliente como problemas
  - a) Profesionales (educativos o de una carrera)
  - b) Ambientales
  - c) Emocionales — conductuales
2. Esta fase se seguirá solamente si el cliente tiene un problema emocional conductual; y se conceptualizarán las dinámicas dentro del modelo de análisis clínico A- B - C.

En resumen, no son los acontecimientos externos por lo general los que producen las consecuencias conductuales, emocionales y cognitivas. Más bien el propio sujeto, aplicando su proceso de valoración personal sobre esos eventos, es quién en última instancia produce esas consecuencias ante esos eventos. El que esos eventos tengan una mayor o menor resonancia en sus consecuencias, es decir produzcan estados emocionales perturbadores extremos e irracionales o racionales dependerá fundamentalmente de las actitudes valorativas (creencias) de ese sujeto particular.

#### 5.10 PSICOLOGÍA SISTEMICA DE LA COMUNICACIÓN

La psicología sistémica se interesa en las relaciones de la realidad. El principal axioma de la psicología sistémica es que es imposible no comunicar, aun el decidir no comunicar es comunicar que decidimos no comunicar. Recordemos que comunicar es influir, por lo tanto es imposible no influir.

Los sistemas pueden intercambiar información con otros sistemas, en tal caso nos referimos a los sistemas abiertos, otros sistemas no cambiarán información con otros sistemas, manteniéndose como sistemas cerrados. En los sistemas abiertos existirá más mecanismos que faciliten la adaptación a nuevas circunstancias, pues hay nuevos elementos, las relaciones son muy flexibles, la cantidad de información almacenada en [la](#) memoria es superior, como también lo son las opciones.

En un sistema cerrado, en cambio, hay menos recursos de adaptación, no hay intercambio de información, las alteraciones internas pueden conducir a la muerte del sistema, hay pobreza de opciones. En los sistemas abiertos encontraremos como constante el cambio, en los cerrados: resistencia al cambio.

Cambio es transformación del sistema, crecimiento. La comunicación dirigida a la solución de problemas, a la facilitación del contacto, fomenta el cambio, el flujo de nuevas ideas, el permiso para la creatividad, el riesgo, el incremento de la autoestima. Mientras que la comunicación dirigida al mantenimiento del poder, la protección, el evitar los crecimientos, evitación de cambio, cohibe a la creatividad, restringe las ideas, evita correr riesgos, disminuye la valoración personal.

La psicoterapia puede convertirse en un termostato, manteniendo al sistema sin cambio, dirigido a la homeostasis (selvini palazoli 1992), el paciente identificado, al ser aceptado como el problema, comunica a la familia que no deben cambiar el que está mal es el paciente.

La psicoterapia con enfoque sistémico, dirige su acción al cambio del sistema, no se acepta al paciente como el problema, se interviene sobre las relaciones del sistema. La resistencia al cambio es común en la psicoterapia, casos que se atienden durante años, y

nada cambia, pacientes que resuelven su problema mientras están en terapia, pero que vuelven a estructurar su problema al retornar al sistema familiar.

La terapia familiar, comprende que los únicos capaces de decidirse por el cambio son los integrantes del sistema familiar, el terapeuta es un facilitador del cambio, un elemento de un sistema externo que al ingresar en la familia con su presencia ocasiona cuestionamientos y conflictos, con su accionar terapéutico interviene sobre las relaciones, otorga nuevas representaciones de la realidad modificando los sistemas comunicacionales dirigidos a la homeostasis. Interesa comprender el sufrimiento de cada uno de los miembros del sistema y no solo del paciente identificado, el alivio del sufrimiento se dará en la medida que el sistema se desestructure para reestructurarse como un sistema abierto con relaciones flexibles dirigidas a opciones de crecimiento.

---

.. Padres, Hijos y Pareja, Bismarck Pinto Tapia Ed, Tiempo, 1995 La Paz Bolivia Pg 22- 23

## CAPITULO VI

### **METODOLOGIA DELTRABAJO DIRIGIDO**

#### **6.1 Método.**

El método utilizado en el presente trabajo dirigido es el Activo --Participativo, con sistematización de experiencias.

Todo método es, básicamente un modelo teórico del problema; es premisa y resultado de la investigación. Es la vía o forma general integrada por etapas, pasos o procedimientos coherentes o relativamente constantes que ordenan el proceso de una investigación científica, facilitando el logro de nuevos conocimientos (Modulo de Investigación Científica Lic. Maruja Serrudo O.)

##### **6.1.1 Características del Método**

Consiste en la búsqueda de nuevas formas para mejorar y enriquecer el aprendizaje, a partir de las apropias vivencias y acciones de los involucrados. El taller se ha destacado como uno de los procedimientos más eficaces al permitir la integración de teoría y practica, concibiéndola como una realidad integradora, compleja y reflexiva desarrollándose principalmente en contacto con los grupos susceptibles de requerir del psicólogo en la solución de sus necesidades, es decir es una nueva forma de encarar el proceso de aprendizaje y de efectiva comunicación con la comunidad.

El taller como instrumento pedagógico tiene las siguientes ventajas:

- a) Permite realizar una tarea pedagógica integrada ( profesional — institución - comunidad)

- b) Supera la distancia, comunidad - profesional y institución — profesional
- c) Posibilita la integración interdisciplinaria
- d) Permite crecer al participante con la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas, objetivas y críticas.

## **6.2 Población**

- ☐ Funcionarios de la Institución: Oficiales y Policías  
Victimas y victimadores

### **6.2.1 Características de la Población**

#### **Talleres**

Funcionarios de unidades que cumplen la labor de socorrer y brindar apoyo inmediato a victimas y victimadores de violencia domestica y /o intrafamiliar.

#### **Grupo de Autoayuda**

☐ Funcionarios de la Unidad de Seguridad Física Estatal en su integridad padres de familia.

#### **Consultorio**

Victimas que sufren violencia domestica y /o intrafamiliar de tipo físico, psicológico o sexual que fueron remitidos de las diferentes unidades que conforman el Comando Regional de la Zona Sur.

Personas que ejercen violencia domestica y /o intrafamiliar sea esta de tipo físico, psicológico o sexual que fueron remitidos de las diferentes unidades que conforman el Comando Regional de la Zona Sur.

### **6.2.2 Edad**

- ☐ Talleres: De 18 a 48 años.  
Grupo de autoayuda: De 25 a 48 años.
- ☐ Consultorio: De 15 a 43 años.



### **6.2.3 Sexo**

- ☞ Talleres : masculino y femenino
  - Grupo de autoayuda: masculino
- ☞ Consultorio: masculino y femenino

### **6.2.4 Número**

- ☞ Talleres : 598 personas
  - Grupo de autoayuda: 180 personas
- ☞ Consultorio: 65 personas

### **6.2.5 Ambiente**

Talleres: Comedor del Comando Regional de la Zona Sur y aulas de la Escuela Básica Policial.

☞ Grupo se autoayuda: Aulas de la Escuela Básica Policial.

☞ Consultorio: reducido ambiente en dependencias de la Brigada de Protección a la Familia que no brinda los requisitos primordiales para una atención optima de casos.

## **6.3 PROCEDIMIENTO**

- o Inicialmente se realizo el contacto con el Comando Regional de la Zona Sur y la Brigada de Protección a la Familia, la Carrera de psicología y la tutora.
- o Se efectuó el diagnostico institucional buscando reconocer las necesidades psicológicas del comando regional de la zona sur a través de la observación sistemática, entrevistas con los funcionarios policiales que trabajan en las distintas unidades.

- o Posteriormente se aplicaron tests psicológicos y su respectiva tabulación para permitir conocer los requerimientos de la población a beneficiarse.
- o Otras fuentes de información fueron los documentos facilitados: estadísticas por casuística por el área de Planeamiento y Operaciones.
- o Una vez detectada la problemática y las acciones a seguir sobre ésta, y con la importante participación de la comunidad se ejecuto el plan de prevención contra la violencia intrafamiliar.
- o En el área de intervención se atendieron en consultorio 65 casos con la prevalencia de Violencia Física y Psicológica, Violencia Psicológica y Problemas de Comunicación como mayor motivo de consulta. El abordaje que se utilizo fue el de evaluación, orientación, contención emocional y elaboración de informes.
- o La población se favoreció con ocho talleres de potenciamiento personal destinados a brindar estrategias emocionales para el control de la violencia en el ámbito laboral y familiar.
  
- o Con la formación de los grupos de autoayuda dirigidos a los padres funcionarios de la institución policial, se facilitó elementos para que mejoren las relaciones con sus hijos y favorezcan el bienestar de la familia.

#### 6.4 INSTRUMENTOS

Se emplearon los siguientes

#### ■ **6.4.1 CUESTIONARIOS:**

Cuestionario para detectar problemas de pareja I.P.C.E (Instituto de Psicología Clínica y Educativa), comprende la identificación del problema, la pareja, la historia de la pareja, comunicación, valores, relación social, vida sexual, expectativas y objetivos que apoya el trabajo de diagnóstico y terapéutico.

#### ■ **6.4.2 TESTS PSICOLÓGICOS: TRABAJO INTERVENCIÓN**

##### **6.4.2.1 Test HTP**

Es un test proyectivo que da la posibilidad de observar la imagen interna que el examinado tiene de sí mismo y de su ambiente; qué cosas considera importantes, cuáles destaca y cuáles deshecha.

La casa, el árbol y la persona son conceptos de gran potencia simbólica que se saturan de las experiencias emocionales e ideacionales ligadas al desarrollo de la personalidad, las que luego se proyectan cuando esos conceptos son dibujados.

##### **6.4.2.2 Test de la Familia**

Es un test de personalidad que se puede interpretar sobre la base de las leyes de la proyección, es de fácil aplicación y su ejecución e interpretación son rápidas, en la mayoría de los casos es bien acogido por niños y adolescentes, se lo aplica a partir de los 5 años. El dibujo permite ver elementos que están ocasionando dificultades en el niño que muchas veces son difíciles de expresar verbalmente.

##### **6.4.2.3 Test de Roberto**

Es un test proyectivo para niños que proporciona elementos valiosos sobre la dinámica familiar, el entorno en el que se desarrolla el niño y la percepción que tiene de sí mismo. Consta de 36 preguntas en las que se observan actitudes del niño

hacia la madre, el padre, hermanos, amigos, profesores, también se identifican temores, sentimientos de culpa, metas, actitudes hacia sí mismo.

#### ■ **6.4. TESTS PSICOLÓGICOS: TRABAJO PREVENCIÓN**

- Test de Control de emociones
- Test de Empatía
- Test control de la Ira

#### ■ **6.5 REGISTRO DE DATOS**

##### **6.5.1 Ficha Psicológica**

Permite recabar información general de los pacientes, tener una sistematización del caso siendo un instrumento empleado en todas las intervenciones. Cada una de las fichas cuenta con un código interno del consultorio para un mejor control y orden de los casos.

#### ■ **6.5.2 FICHAS:**

##### **6.5.2.1 Ficha de seguimiento**

Se utiliza esta ficha, en la cuál se toma en cuenta los aspectos trabajados en la anterior sesión y los trabajados en la presente sesión los avances y logros que el paciente ha alcanzado.

##### **6.5.2.2 Ficha de intervención psicológica (Informe)**

Las diferentes unidades con las que trabaja el Consultorio de Apoyo Psicológico requieren un informe de los casos derivados. Se adaptó este instrumento en el que explica la problemática tratada, una posible hipótesis diagnóstica las conclusiones y

recomendaciones pertinentes al caso. Rigiéndose en el Código de Ética del Profesional Psicólogo, no es adecuada la elaboración de informes escritos basados en observación o en un estudio superficial por lo que se realiza una referencia del abordaje psicológico aclarando que este no podrá ser elevado a un instrumento legal precautelando la confidencialidad del caso y el bienestar individual y social del paciente.

### **6.5.2.3 Ficha de invitación**

Se adaptó la ficha mediante la cuál se invita a la persona al Consultorio para efectuar el trabajo psicológico correspondiente al motivo de consulta, para que de esta manera se pueda trabajar con todas las personas involucradas en la problemática para un mejor resultado de la labor del psicólogo.

■

### **6.6.1 Cuaderno de Actas**

Se utilizó este instrumento en las defensas mensuales orales del trabajo desarrollado, de esta manera conste en actas como testimonio evidente del avance del plan de trabajo dirigido, con la asistencia de autoridades de la Universidad Mayor de San. Andrés y del Comando Regional de la Zona Sur se confirma y da credibilidad a lo expuesto mediante rubricas.

### **6.6.2 Cuaderno de Asistencia**

Como requisito del convenio interinstitucional este instrumento fiscaliza la asistencia regular del equipo de trabajo al consultorio de psicología.

## **■ 6.7 ENTREVISTAS:**

### **6.7.1 Entrevista Clínica**

Esta técnica se utiliza para establecer una buena relación entre dos o más personas en las que éstas intervienen como tales, a partir del apoyo, que es la expresión del interés del terapeuta por el paciente; la empatía con la expresión de la comprensión personal del terapeuta por los problemas del paciente; la validación, dando credibilidad a los sentimientos del paciente y por último la pregunta abierta la que mas probabilidades de crear una buena relación clínica, encaminada a obtener información sobre el paciente, pero sin cerrar las puertas a otras áreas de información importante.

Las técnicas que se utilizaron para obtener información en la entrevista clínica son: la facilitación, técnica básica para animar al paciente a elaborar una respuesta; la reflexión, que es una variación de la facilitación en la que el terapeuta repite la respuesta del paciente para animarle a ampliar la respuesta; el silencio que consiste en esperar pacientemente a que la persona hable sin interrumpirle ya que es el ultimo recurso de control de la entrevista; la confrontación llamar la atención del paciente sobre las incongruencias de sus respuestas o de su lenguaje corporal y para finalizar la recapitulación, sumar toda la información obtenida durante la entrevista. Todas estas técnicas aumentan las probabilidades de obtener información significativa.

### **6.7.2 Anamnesis Psicológica**

Esta técnica permitió recabar la información básica de la vida actual del paciente y los datos requeridos del pasado, esto con el propósito de rescatar elementos que apoyen en el trabajo terapéutico y en la intervención de casos.

### **6.7.3 Entrevista Semiestructurada**

Delimita el motivo real de consulta, se exploraron las creencias y expectativas del paciente; este modelo de entrevista busca proporcionar un bagaje de datos que permitan

una recogida eficaz de la información que da el paciente, a la vez que se motiva a la persona a seguir las actividades saludables que se le proponen consiguiendo que se sienta comprendido en todo momento, además de verificar la información poco clara dada por él; otra ventaja del componente estructurado es la organización del proceso de evaluación. Se entiende que la entrevista no solo involucra al paciente, sino también a los familiares o cualquier acompañante que pueda proveer información importante acerca de la problemática.

## CAPITULO VII

### PLAN DE TRABAJO

#### 7.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Potenciar al grupo de Policías en el uso de estrategias emocionales para el control de situaciones violentas
- Organizar actividades de capacitación en control emocional por medio de Talleres de Potenciamiento personal a oficiales y policías del Comando Regional de la Zona Sur para la apropiación de estrategias de emocionales.
- Organizar grupos de autoayuda para el control emocional, dirigido a padres de familia de la Institución Policial, para el logro del bienestar psicológico.
- Asistir con intervención psicológica a los casos de descontrol emocional que acuden a la Brigada de Protección a la Familia y a las diferentes unidades del Distrito Policial.



## 7.2 CRONOGRAMA

### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividades	Inicio	Fin
<b>Febrero</b>		
1. Presentación del equipo y Plan de Trabajo	03-02-03	28-02-03
2. Asistencia a la Brigada Protección a la Familia (B.P.F.) / Asesoramiento	04-02-03 10-02-03	17-02-03 28-02-03
3. Contacto con funcionarios/ Conocimiento de Necesidades	12-02-03	20-02-03
4. Recolección de datos Bibliográficos/ Elaboración Plan de Trabajo	17-02-03 24-02-03	17-02-03 28-02-03
5. Reunión Msc Maruja Serrudo		
6. Atención de casos remitidos/ Atención regular		
<b>Marzo</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	03-03-03	31-03-03
2. Elaboración del Proyecto/ "Estrategias Emocionales para el Control de la Violencia Intrafamiliar"	03-03-03	07-03-03
3. ter. Ciclo Talleres de Potenciamiento Personal	10-03-03	14-03-03
4. Formación Grupo de Autoayuda	17-03-03	21-03-03
5. Agasajo día del Padre/ Funcionarios Comando Regional	19-03-03	19-03-03
6. Presentación Primer Informe mensual.	31-03-03	31-03-03
<b>Abril</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	01-04-03	30-04-03
2. 2do. Ciclo de talleres de Potenciamiento Personal	07-04-03	11-04-04
3. Festejo del día del Niño/ Festival Educativo Recreativo	12-04-03	12-04-03
4. 1ra. Sesión del Grupo de Autoayuda/ "Roles"	19-04-03	26-04-03
5. Presentación Segundo Informe mensual	30-04-03	30-04-03
<b>Mayo</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	01-05-03	30-05-03
2. 3er. Ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal	05-05-03	13-05-03
3. 2da. Sesión del Grupo de Autoayuda/ "Normas y Reglas"	17-05-03	24-05-03
4. Agasajo día de la Madre/Funcionarios Comando Regional	27-05-03	27-05-03
5. Presentación del Tercer Informe mensual.	30-05-03	30-05-03
<b>Junio</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	02-06-03	30-06-03
2. 4to. Ciclo Talleres de Potenciamiento Personal	02-06-03	11-06-03
3. 3ra. Sesión Grupo de Autoayuda "Valores"	14-06-03	21-06-03
4. Expo feria Paquito/Difusión, Prevención Violencia Intrafamiliar	29-06-03 30-06-03	29-06-03 30-06-03
5. Presentación Cuarto Informe mensual		

<b>Julio</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	01-07-03	31-07-03
2. 5to. Ciclo de talleres Potenciamiento Personal	07-07-03	15-07-03
3. 4ta. Sesión grupo de Autoayuda/ "Valor de la autoestima"	19-07-03	26-07-03
4. Presentación Quinto Informe mensual	31-07-03	31-07-03
<b>Agosto</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	01-08-03	29-08-03
2. 6to. Ciclo talleres de Potenciamiento Personal	11-08-03	20-08-03
3. 5ta. Sesión Grupo de Autoayuda / "Incremento Autoestima en los hijos"	16-08-03	23-08-03
4. Capacitación nuevo equipo de Consultorio	25-08-03	29-08-03
<b>Septiembre</b>		
1. Atención Consultorio de Psicología	01-09-03	19-09-03
2. 6ta. Sesión grupo de Autoayuda / "Modelos de Interacción familiar"	06-09-03	13-09-03
3. Presentación Sexto Informe mensual/ Evaluación y cierre de Trabajo Dirigido	24-10-03	24-10-03

### 7.3 ESTRATEGIAS DE ACCION

- a) Convenio Interinstitucional
- b) Asertividad
- c) Empatía
- d) Comunicación efectiva
- e) Compromiso
- f) Responsabilidad
- g) Cohesión social

Festividades

Agasajos

#### 7.4 ESTRATEGIAS DE DIFUSION

- a) Invitaciones
- b) Vitrina
- c) Afiches
- d) Trípticos
- e) Feria de Difusión

## 7.5 RESULTADOS DEL TRABAJO REALIZADO

### 7.5.1 AREA DE **PREVENCION**

En el taller de Canalizando la Ira dirigido a la Brigada de Protección a la Familia el 70% de las participantes presentó un nivel alto de ira inadecuada y el 30% nivel de ira adecuada

En el taller de Empatía dirigido a la Brigada de Protección a la Familia el 60% de las participantes presento un nivel bajo de empatía y el 40% un nivel medio de empatía.

En la Escuela Básica Policial con el tema de Inteligencia Emocional y de acuerdo a la prueba se obtuvo: el 85% de postulantes mujeres y el 90% de postulantes varones son impulsivos; el restante 15% de postulantes mujeres y el 10% de postulantes varones controlan sus impulsos adecuadamente

En Radio Patrulla 110 con el taller de Control de Emociones, se encontró que el 50% son personas un poco impacientes, aunque todavía disponen en su repertorio de mecanismos y estrategias para controlar su impulsividad; el 35% su tendencia a la impaciencia es más bien escasa; el 15% restante debe prestar atención con su comportamiento, pues el modo en que se conducen genera demasiada ansiedad, irritabilidad y agresividad a su alrededor, condiciones que le hacen daño a cada uno de ellos y a cuantos les rodean.

TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	CONCLUSIONES	OBSERVACIONES	FECHA - DURACION
Canalizando La Ira	<p>Identificar las causas de la ira por medio de un cuestionario en policías de la Brigada de Protección a la Familia.</p> <p>Minimizar la cantidad de ira inadecuada del sujeto a través de técnicas y dinámicas en las policías de la BPF</p>	<p>Cuestionario</p> <p><i>Actividad 1</i> Introducción teórica.</p> <p>Objetivo Proporcionar contenidos acerca del tema</p> <p><i>Actividad 2</i> Técnicas Objetivo Proporcionar herramientas para canalizar la ira</p> <p><i>Actividad 3</i> Dinámica Objetivo Que identifiquen sensaciones o emociones que les producen ira y se deshagan de ellas de forma simbólica.</p> <p><i>Cierre</i> Técnica de relajación Objetivo Brindar al grupo paz y tranquilidad al concluir con el taller.</p>	<p>Grupo de 15 personas (policías de la BPF)</p> <p>Cuestionario Bolígrafo</p> <p>Hojas tamaño carta Bolígrafo Fósforos</p>	<p>El 70% de las participantes presenta un nivel alto de ira inadecuada y el 30% nivel de ira adecuada</p>	<p>En el taller se observó positiva interacción y <b>participación</b>, en el grupo.</p>	<p>10 al 14 de Marzo 2003</p>

TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	CONCLUSIONES	OBSERVACIONES	FECHA - DURACION
Empatía	<p>Identificar el grado de empatía a través de un cuestionario en policías de la BPF.</p> <p>Brindar estrategias para que sean capaces de equilibrar el mundo de los hechos con el inundo interpersonal</p> <p>Establecer característica y consecuencia de ausencia de la empatía para que identifiquen los diferentes tipos de agresores en el trabajo que desempeñan.</p>	<p>Evaluación. Cuestionario</p> <p><i>Actividad 1</i></p> <p>Introducción teórica a cerca del tema: "La empatía"</p> <p>Objetivo Interiorizar a las participantes con los términos a emplearse en el desarrollo del mismo</p> <p><i>Actividad 2</i></p> <p>Dinámica</p> <p>Objetivo Ayudar a las participantes a caracterizar la diferencia existente entre mirar y ver.</p>	<p>Grupo de 15 personas (policías de la BPF)</p> <p>Cuestionario</p> <p>Bolígrafo</p>	<p>El 60% de las participantes presenta un nivel bajo de empatía y el 40% un nivel medio de empatía.</p> <p>La clave para intuir los sentimientos de otro está en la habilidad para interpretar los canales no verbales, el tono de voz, los ademanes y la expresión facial.</p>	<p>El taller sirvió para que las policías de la Brigada de Protección a la Familia se den cuenta de la capacidad que tienen de poder empalizar.</p>	7 al 11 de Abril 2003

TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	CONCLUSIONES	OBSERVACIONES	FECHA-1 DURACION
<b>Inteligencia Emocional</b>	Identificar el grado de control de emociones en los alumnos de la ESBAPOL.  Proporcionar elementos para que puedan enfrentar momentos difíciles y tareas importantes en el desarrollo de su formación	Evaluación Cuestionario  <i>Actividad 1</i>  Introducción teórica a cerca del tema: "Inteligencia emocional" Objetivo <b>Interiorizar</b> a los participantes con los términos a emplearse en el desarrollo del mismo.  <i>Actividad 2</i>  Relato "Los sentimientos juegan a las escondidas" Objetivo  Brindar al grupo <b>autorreflexión</b> respecto a la expresión de sentimientos.	Grupo de 460 personas (Alumnos ESBAPOL)  Cuestionario Bolígrafo           Ejemplar con el relato	El 85% de postulantes mujeres y el 90% de postulantes varones son impulsivos, El restante 15% de postulantes mujeres y el 10% de postulantes varones controlan sus impulsos adecuadamente,	A petición de los participantes y de sus catedráticos solicitaron continuar con mas talleres, pues son de utilidad en su <b>formación</b> .	5 al 13 de Mayo 2003

TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	CONCLUSIONES	OBSERVACIONES	FECHA - DURACION
<b>Control De Emociones</b>	<p>Identificar el grado de control de emociones en policías de Radio Patrulla 110.</p> <p>Brindar estrategias para que sean capaces de equilibrar el mundo de los hechos con el mundo interpersonal en policías de Radio Patrulla 110</p>	<p>Evaluación Cuestionario Actividad 1</p> <p>introducción teórica a cerca del tema: "Control de emociones"</p> <p>Objetivo Proporcionar a los participantes la información y técnicas necesarias relacionadas con el tema a desarrollar.</p> <p><b>Actividad 2</b></p> <p><i>Dinámica.</i> Objetivo Recalcar la importancia de la comunicación no verbal e integrarla como parte fundamental de la comunicación.</p>	<p>Personal de Radio Patrulla 110 (82 personas).</p> <p>Cuestionario Bolígrafo</p> <p>Tarjetas con gráficos de emociones</p>	<p>Se encontró que el 50% son personas un poco impacientes, aunque todavía disponen en su repertorio de mecanismos y estrategias para controlar su impulsividad.</p> <p>El 35% su tendencia a la impaciencia es más bien escasa.</p> <p>El 15% restante debe prestar atención con su comportamiento, pues el modo en que se conducen genera demasiada ansiedad, irritabilidad agresividad a su alrededor, condiciones que le hacen daño a cada uno de ellos y a cuantos les rodean.</p>		2 al 11 de Junio 2003



TALLER	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	CONCLUSIONES	OBSERVACIONES	FECHA-DURACIÓN
Espacio Físico e Interacción	<p>Brindar contenido teórico acerca de privacidad, territorialidad y proxémica para delimitar el espacio personal en el entorno físico en Policías del Distrito Policial N°4 (DP4)</p> <p>Proporcionar técnicas que faciliten el desarrollo personal y laboral con relación al entorno físico</p>	<p><i>Actividad 1</i> Introducción teórica a cerca del tema. Objetivo Interiorizar a (os participantes con el tema.</p> <p><i>Actividad 2</i> <del>Sociodrama</del> Objetivo Que los participantes caractericen la invasión del espacio personal y el espacio de los otros.</p>	Grupo de 74 personas DP4	Los participantes manifestaron que este tema es de mucha utilidad en su vida personal y laboral, puesto que facilita la interacción con el medio	Los miembros del grupo desconocían el tema y la utilidad del mismo.	11 al 20 de Agosto 2003

GRUPO DE AUTOAYUDA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	OBSERVACIONES	FECHA-DURACIÓN
1° SESION	Facilitar elementos para que los padres asuman de forma flexible los roles que desempeñan	Charla sobre roles y bienestar psicológico. Desarrollo de un cuestionario sobre roles. Trabajo por grupos Asignación de una práctica semanal.	Grupo de 180 personas Hojas Lápiz Marcadores	Los participantes mostraron interés por los temas a tratar  Los padres desconocían la importancia de cada uno de los roles que vivencian.  Indicaron que aprendieron algo más sobre sí mismos	19 al 26 de Abril 2003
2° SESION	Favorecer destrezas que llevan a los padres a revisar y modificar las normas con que viven	Charla sobre normas y reglas. Trabajo individual Trabajo por grupos Charla sobre dos formas de resolver conflictos Juego de roles Asignación de práctica semanal	Grupo de 180 personas Hojas Lápiz	Se felicitó a los padres por la labor realizada y se los animó a realizar la práctica semanal recordándoles que solo se aprende a nadar tirándose al agua.	17 al 24 de Mayo 2003
3° SESION	Facilitar que los padres tomen conciencia de los valores que vivencian y que transmiten a sus hijos.	Dinámica <b>grupal</b> Ejercicio de cubos Trabajo por grupos Asignación de práctica semanal	Grupo de 180 personas Hojas Cartulina Tijeras Pegamento Lápiz	Los participantes demostraron trabajo en equipo y partir de este se detectaron los valores que enseñan a sus hijos a través de este ejercicio vieron la <b>importancia de los valores positivos.</b>	14 al 21 de Junio 2003



4° SESION	Facilitar que los padres de familia incorporen valores positivos relacionados con ellos mismos y que influyen con la relación con sus hijos.	Charla sobre el valor de la autoestima  Ejercicio de parejas sobre la influencia del lenguaje en la actividad psicológica  Trabajo individual sobre la influencia del lenguaje en el autoconcepto y autoestima Viaje imaginario guiado Asignación de práctica.	Grupo de 180 personas  Hojas Lápiz Marcador	A través del ejercicio cada uno de los participantes examino la manera en la que se dirige a sus hijos y como estos reciben el mensaje, A partir de los mensajes negativos los hijos son afectados en su autoestima.  El viaje imaginario produjo la relajación esperada después de haberlos confrontado en su realidad familiar.	19 al 26 de Julio 2003
5° SESION	Facilitar que los padres de familia incrementen su autoestima, incrementen la autoestima de sus hijos, adquieran destrezas básicas para corregir en forma constructiva los defectos de sus hijos.	Explicación teórica sobre caricias  Trabajo de grupo  Ronda de peluches  Conversión de pellizcos en peluches  Trabajo por parejas de padres  Asignación de práctica	Grupo de 180 personas  Hojas Lápiz Marcador	Los padres a partir del contacto corporal de otros y de si mismo experimentaron una agradable sensación por lo que manifestaron llevarlo a la practica con su familia.	16 al 23 de Agosto 2003
6° SESION	Facilitar a los padres la toma de conciencia sobre sus pautas de interacción con los hijos, facilitar el cambio de pautas de interacción inadecuadas a pautas más adecuadas de relación.	Charla sobre pautas de interacción y modelos de familias.  Ejercicio en grupo <b>Sociodrama</b>	Grupo de 1.80 personas	A partir de la vivencia del ejercicio los participantes identificaron a que modelo de familia pertenecían y reflexionaron sobre lo positivo del mismo	6 al 13 de Septiembre 2003



### 7.5.2 AREA DE INTERVENCION

Del 24 de Febrero al 19 de Septiembre del 2003 se atendieron un total de 65 casos remitidos de las distintas unidades del. Comando Regional de la Zona. Sur.

El mayor porcentaje de casos remitidos fue de la Brigada de Protección con el 40%, el 30% casos voluntarios de la Institución; 11% voluntarios externos; 14% de la PTJ y el 5% del Colegio Hernando Siles.

El mayor motivo de consulta es por Violencia Física y Psicológica con el 40%; 19% Violencia Psicológica; el 17% problemas de comunicación; problemas de comportamiento 17%; el 5% Violencia Sexual y el 2 % Problemas de Aprendizaje.

Se atendieron 82% de víctimas y 18% de agresores.

La relación entre victima y agresor, padres con el 44%; el esposo 15% la esposa 15% el 5% desconocido; padre 5%; madre 5%; hijo 3%; empleador 4%; abuelos 2% y el tío 2%.

Según la edad el 34% de 21 a 25 años; 29% de 16 a 20 años; 17% de 11 a 15 años; 6 % 21 a 35 años; 2% de 41 a 45 ; 2% de 15 a 10 años; 1% de 36 a 40 años ;1% de 46 a 50 años.

Según el sexo un 52% corresponde a género masculino y el 48% a género femenino

El estado civil comprende un 68% soltero, 20%, concubino; casado 12%.

De los casos atendidos el 48% tiene 2 hijos; el 42% 1 hijo, el 5% 4 hijos y el 5% con 5 hijos.

El nivel de Instrucción muestra que el 33% alcanzo un nivel secundario; el 30% nivel primario; el 28% nivel técnico; 3% tiene nivel universitario y por ultimo el 3% profesional.

Según la ocupación laboral de las personas se tiene que el 58% son estudiantes; 15% labores de casa; el 6% empleado; 5% empleada domestica; el 3% policía; 3% albañil; 2% chofer; 2% comerciante; 2% piloto; 2% pastor y por ultimo el 2% sastre.

En relación a la vivienda reside en alquiler el 43%; 40% vivienda propia parental; 6% cuidador; 6%; propia; y por ultimo 5% anticrético.

El tipo de intervención que se brindo a la población fue: evaluación con el 100%; orientación 89%; contención emocional 58%; informes con el 60% y por ultimo el 8 % se favoreció con el seguimiento de terapia.

## CAPITULO VIII

### **RESULTADOS** OBTENIDOS EN LA INVESTIGACION

#### 8.1 Resultados Cualitativos

La población beneficiada mostró su satisfacción a través de comentarios positivos a la labor ~~desempeñada~~ en las áreas:

##### 8.1.1 Talleres

Concluido el ciclo de talleres se evidencio que los participantes incorporaron a su léxico palabras y términos que se utilizaron en los diferentes temas expuestos, lo cual es de satisfacción ya que con ellos se pudo percibir que los talleres fueron asimilados unos con mayor relevancia que otros, tal vez debido a intereses personales.

Se percibió mayor comunicación y empatía en el personal femenino de la Brigada ya que ahora son capaces de canalizar su ira adecuadamente.

Comentarios de los beneficiados:

"la actividad me oriento para darme cuenta que tenemos la capacidad en el lugar de la otra persona y ayuda en el desenvolvimiento de nuestras actividades"

"Con esta charla comprendí la importancia de manejar adecuadamente la ira que nos invade en algunas ocasiones"

"Este taller me sirvió para conocer mas acerca de las emociones propias y ajenas y me ayuda en el trabajo y mi vida personal"

"Esta clase particularmente me parece que es muy importante porque nos aclaro muchas dudas, personalmente creía que mi problema no tenia solución pero a partir de lo que se expuso veo que con ejercicios apropiados se mejora mi dificultad sexual"

"Me gusto la actividad de las caras y como reconocer los cambios que experimentan las personas ante diferentes emociones".

"El terna fue nuevo y de mucho interés ya que no sabíamos la importancia de respetar el espacio de otra persona, en mi trabajo es de gran utilidad por el contacto directo con las personas".

"Con las dinámicas que hicimos pude observar que a veces dejamos que otros decidan por nosotros, ahora se que mi opinión vale y debo hacerla respetar sin tener que pelear con ellos"

"Es importante que los niños desde pequeños sepan quererse, valorarse y hacer que el resto también lo haga de la misma manera"

### **8.1.2 Dinámicas**

Se utilizaron las dinámicas grupales exclusivamente para coordinar y estructurar el ciclo de talleres y los grupos de autoayuda. Siendo el objetivo principal desarrollar el plan de trabajo propiciando una integración, una primera relación interpersonal para intentar conocerse unos a otros, rompiendo el silencio inicial y romper tensiones;

ayudando al grupo a identificar sus propias necesidades, a trazarse objetivos y a evaluarlos.

En los talleres y grupos de autoayuda se generó un clima de mutua confianza, unión y cooperación, transfiriendo conocimientos y habilidades demandadas, en este sentido se motivó a cada miembro del grupo su progreso personal y familiar.

### **8.1.3 Grupo de Autoayuda**

Expresiones vertidas:

"Me ha gustado el tema de hoy porque aprendí que debemos querernos y aceptarnos como somos, igual valorar a nuestra familia"

"Antes mi esposa y yo pegábamos a mi hija de 2 años con el cable de la plancha por que era caprichosa y no quería hacer caso, pero ahora me da cuenta con estas charlas que a golpes no consigo nada solo la lastimo, nos ayudo para mejorar el trato con mi hija".

"Con estas reuniones en mi familia hemos optado por flexibilizar algunas reglas como por ejemplo el uso de la computadora mi hijo solo se dedicaba a jugar y descuidaba los estudios y no obedecía a nuestros reclamos, ahora aprendí que toda la familia puede unirse y hablar sobre las normas de la casa y de esta manera se ha conseguido que mi hijo tenga horarios para el uso adecuado de la computadora"

"Tengo dos hijos uno joven y otro adolescente, el mayor bebe mucho y nos falta al respeto, yo reacciono violentamente y he llegado a echarlo de la casa, el menor quiere hacer lo mismo, antes yo pensaba que no podía controlados y que otro hijo



mas se descarriaría, pero con las charlas aprendí a comunicarme positivamente a valorarme y a valorar a mis hijos°, resolviendo los conflictos como una familia unida".

"Antes no sabia lo importante que eran las caricias para los hijos y para nosotros, pues nunca los abrazaba ni les decía que los quería, después del ejercicio senti una sensación muy agradable al tener contacto primero conmigo y luego con mis compañeros de trabajo, hice el mismo ejercicio en mi casa y mi familia se sintió algo rara por mi cambio, porque me costaba mucho dar caricias y recibirlas, ahora se que es muy necesario para todos, gracias".

"Cuando hicimos el ejercicio de escribir cosas sobre nuestros compañeros y las leyeron me sentí extraño porque no pensaba que mis compañeros sientan o piensen cosas agradables de mí, me parecía mentira lo que decían pero aprendí a aceptar expresiones positivas sobre mi persona pues sé que las merezco"

"Después de las charlas comprendí que la autoestima es importante para el desarrollo de los hijos y que los padres influimos en la formación de la misma, por esa razón enseño a mi hija a que no permita que dañen su autoestima".

#### 8.1.4 Consultorio

Expresando su complacencia por la contención emocional, orientación recibida en el momento de crisis favoreciendo el restablecimiento del equilibrio emocional.

"han mejorado las relaciones con mi esposo, hablamos, ya no me pega como antes ocurría, yo ya no permito que me haga menos por que aprendí a quererme y valorarme como persona" (Victima de maltrato físico y psicológico)

"antes yo creía que nadie me quería en mi casa, mi mamá siempre le hacia mas caso a mi hermano mayor por eso salía de mi casa y me iba a tomar, cuando hable con Ud. y mi familia me he dado cuenta. que les importo y que a ellos les cuesta demostrar su cariño como a mi también, nos llevamos mejor en mi familia, estoy trabajando ahora y entrare al colegio al año" (Problemas de comunicación)

"antes mi esposa constantemente me botaba de la casa, me golpeaba, me insultaba, por que no llevaba suficiente dinero a la casa, maltrataba a los niños aprovechaba el hecho de vivir en la casa de sus padres, desde que vine al consultorio me di cuenta y aprendí que soy una persona valiosa que merece respeto, por eso decidí separarme. (Maltrato Físico y Psicológico)

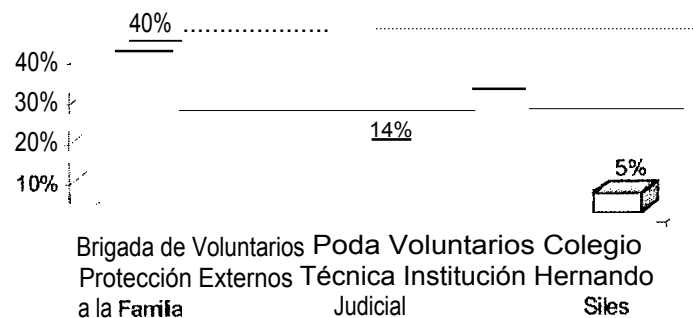
## 8.2 Resultados Cuantitativos

### Cuadros Estadísticos — Trabajo Consultorio

L'

<b>CUADRO N° 1</b>		
<b>CASOS REMITIDOS SEGÚN UNIDAD</b>		
<b>UNIDAD</b>	<b>N° DE CASOS</b>	<b>%</b>
Brigada de Protección a la Familia	26	40%
Voluntarios Externos	7	11%
Policía Técnica Judicial	9	14%
Voluntarios Institución	20	31%
Colegio Hernando Siles .....	3 .....	5%
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100%</b>

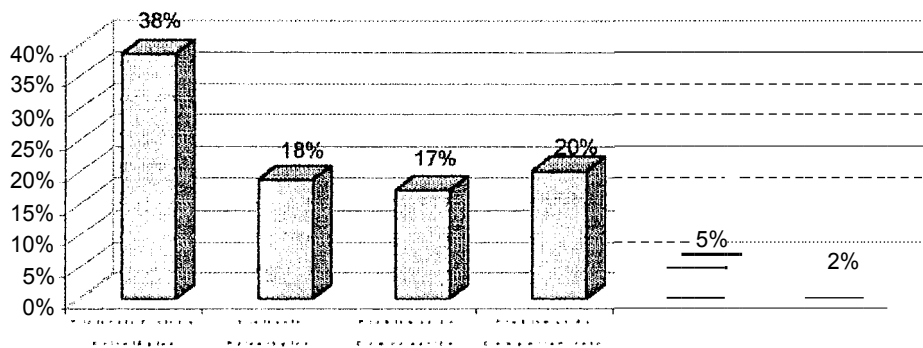
**GRÁFICO N°1**  
**CASOS REMITIDOS SEGUN UNIDAD**



Del 24 de febrero al 19 de Septiembre se atendieron un total de 65 casos. El 40 % de provienen de la Brigada de Protección a la Familia; el 31 % de voluntarios de la Institución, el 14% de la PTJ, el 11% voluntarios externos y el restante 5% Colegio Hernando Siles.

<b>CUADRO N° 2</b>		
<b>PROBLEMÁTICA SEGÚN MOTIVO DE CONSULTA</b>		
<b>MOTIVO DE CONSULTA</b>	<b>N° DE CASOS</b>	<b>%</b>
Violencia Física y Psicológica	25	38%
Violencia Psicológica	12	18%
Problemas de Comunicación	11	17%
Problemas de Comportamiento	13	20%
Violencia Sexual	3	5%
Problemas de Aprendizaje	1	2%
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 2**  
**PROBLEMÁTICA SEGÚN MOTIVO DE CONSULTA**

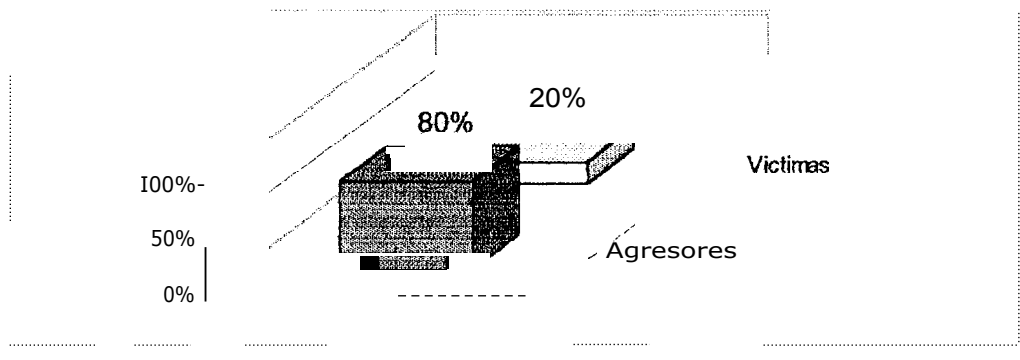


Como motivo de consulta se obtuvo: 38% violencia física y psicológica, 20%; problemas de comportamiento, 18% violencia psicológica, 17% problemas de comunicación, 5%; violencia sexual y el 2% problemas de aprendizaje.

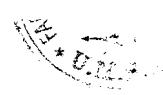


<b>CUADRO N° 3</b>		
<b>VICTIMAS Y AGRESORES</b>		
Víctimas	13	20%
Agresores	52	80%
Total	65	100%

**GRÁFICO N° 3**  
**VICTIMAS Y AGRESORES**

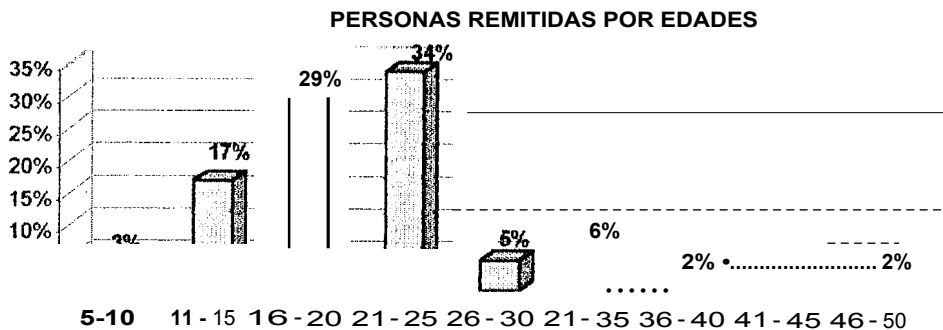


La relación entre víctimas y agresores fue: 80% víctimas y el 20% agresores.



CUADRO N° 4		
PERSONAS REMITIDAS POR EDADES		
EDAD	N° PERSONAS	%
5 - 10	2	3%
11 - 15	11	17%
16 - 20	19	29%
21 - 25	22	34%
26 - 30	3	5%
21 - 35	4	6%
36 - 40	1	2%
41 - 45	2	3%
46 - 50	1	2%
Total	65	100%

GRÁFICO N° 4

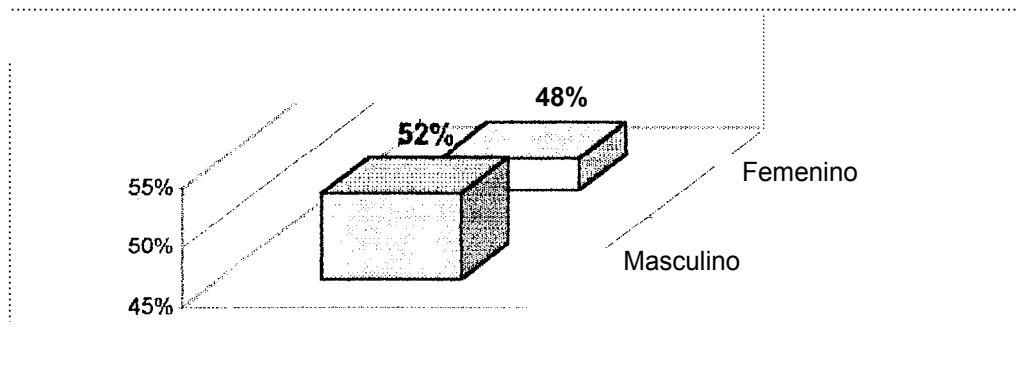


Los casos atendidos según las edades son: el 34% de 21 a 25 años; el 29% de 16 a 20 años, 17% de 11 a 15, 6% de 21 a 35 años, 5% de 26 a 30 años, 3% de 41 a 45 años y por ultimo el 2% de 36 a 40 y 46 a 50 años de edad.



<b>CUADRO N° 5</b>		
<b>SEGÚN SEXO</b>		
<b>SEXO</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Femenino	31	48%
Masculino	34	52%
Total	65	100%

**GRÁFICO N° 5  
SEGÚN SEXO**

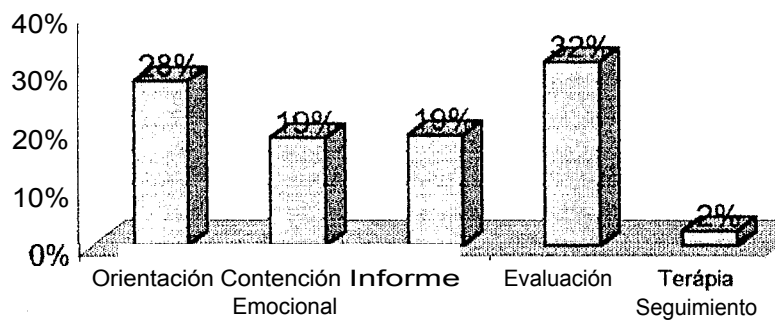


Según el sexo fueron: 52% género masculino y 48% género femenino.

CUADRO N° 6		
TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA		
INTERVENCIÓN	N°	%
Orientación	58	28%
Contención Emocional	38	19%
Informe	39	19%
Evaluación	65	32%
Terapia Seguimiento	5	2%
Total	205	100%

GRÁFICO N° 6

TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA



Orientación 
  Contención Emocional 
  Informe 
  Evaluación 
  Terapia Seguimiento.

El tipo de intervención que se brindó a la población fue: evaluación con un 32%; orientación 28%; contención emocional e informes psicológicos 19%; terapia y seguimiento 2 %.





### 8.3 Resultados documentales:

Memorandum N° 245/2003 de fecha 28 de Abril del 2003

REF: Felicitación "Festival Día del Niño"

Memorandum N° 0356/2003 de fecha 7 de Julio del 2003

REF: Felicitación "Expo Feria Seguridad Paquito 2003"

Memorandum N°412/2003 de fecha 14 de Agosto del 2003

REF: Comisión Charlas "Colegio Hernando Siles"

Memorandum N° 505/2003 de fecha 3 de Octubre del 2003

REF: Felicitación por el excelente trabajo desempeñado en la institución

Certificado N° 01/2003 de fecha 10 de Abril del 2003

Primer Informe Mensual del Trabajo Dirigido

Certificado N° 02/2003 de fecha 12 de Mayo del 2003

Segundo Informe Mensual del Trabajo Dirigido

Certificado N° 03/2003 de fecha 19 de Junio del 2003

Tercer Informe Mensual del Trabajo Dirigido

Certificado N° 04/2003 de fecha 17 de Julio del 2003

Cuarto Informe Mensual del Trabajo Dirigido

Certificado N° 05/2003 de fecha 18 de Agosto del 2003  
Quinto Informe Mensual del Trabajo Dirigido

Certificado N° 06/2003 de fecha 6 de Octubre del 2003  
Sexto Informe Mensual del Trabajo Dirigido

Emitidos por el Comandante Regional de Policía Zona Sur Cnl. DESP Fernando  
Peláez Rendón

Documento de fecha 24 de Marzo del 2003  
Primer ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal dirigido al personal de la  
Brigada de Protección a la Familia  
Emitido por la Cmdte. Tte. Célida Vera Maldonado

Documento de fecha 18 de Abril del 2003  
Segundo ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal dirigido al personal de la  
Brigada de Protección a la Familia  
Emitido por la Cmdte. Tte. Alicia Arias Suárez

Documento de fecha 23 de Mayo del 2003  
Tercer ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal dirigido a los alumnos de la  
Escuela Básica Policial  
Emitido por el SubDirector – Jefe de Estudios Académicos ESBAPOL  
My. Rene Rojas Rojas.

Documento de fecha 25 de Junio del 2003

Cuarto ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal dirigido al personal de la Radio Patrulla 110

Emitido por el. Cdte. Cnl. Roberto Alvarez

Documento de fecha 28 de Julio del 2003

Quinto ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal dirigido a los alumnos de la Escuela Básica Policial

Emitido por el SubDirector — Jefe de Estudios Académicos ESBAPOL

My. Rene Rojas Rojas.

Documento de fecha 3 de Septiembre del 2003

Sexto ciclo de Talleres de Potenciamiento Personal dirigido al personal del Distrito Policial. Nro 4 y a los Integrantes de la Brigada Escolar de Seguridad

Emitido por el Cmdte. Cnl. Miguel Gemio Urrutia

Documento de fecha 29 de Septiembre del 2003

Sexto ciclo de Talleres Programa Psicoprofiláctico dirigido a los padres de familia, Alumnos y docentes

Emitido por el Señor Director Lic. Mario Cañasto Huanta.

## CAPITULO IX

### CONCLUSIONES

De acuerdo con los objetivos del proyecto se concluye que han sido cumplidos en su integridad: Se proporcionó apoyo psicológico integral a las personas asistentes al servicio de psicología, personal policial, víctimas y agresores de violencia intrafamiliar.

En el plano institucional se estima que:

- o Se han establecido mas vínculos entre la Universidad Mayor de San Andrés y la Policía Nacional logrando conformidad institucional con el servicio brindado a la población en su conjunto.
- o Ha crecido la demanda del servicio psicológico en la institución policial evidenciándose la satisfacción de los usuarios del servicio de apoyo psicológico tanto en jefes, oficiales, policías, profesionales de otras áreas. y población en general.
- o Se ha ampliado la perspectiva laboral de la carrera de psicología logrando clarificar de manera positiva la función del psicólogo, bajo las características de efectividad y humanidad.
- o Se han adquirido habilidades y destrezas para el ejercicio de la profesión
- o El apoyo institucional ha sido un factor clave de éxito, para el desarrollo del Plan de Prevención de la Violencia Intrafamiliar.

En el plano psicológico se concluye que:

#### Talleres

- ✓ Se logro canalizar la ira en fuerza positiva en la mayoría de las Policías de la Brigada de Protección a la Familia pues se observó que las policías tienen la tendencia a enfurecerse con facilidad y este es un comportamiento frecuente en el trato a las personas que asisten a la misma y con sus compañeras de trabajo creando un clima de hostilidad con los que las rodean.
  
- ✓ .Se fortaleció la capacidad de empatizar en la mayoría de las Policías de la Brigada de Protección a la Familia ya que atienden casos de violencia intrafamiliar y su labor se orienta al auxilio, equidad y apoyo; bajo estas consideraciones la empatía es el nexó fundamental para optimizar su función.
  
- ✓ En los alumnos de la Escuela Básica Policial se fortaleció la empatia en una mayoría y de esta manera se desarrollo la capacidad de darse cuenta de sus propios sentimientos e impedir que se desborden así llegar a establecer contacto con los sentimientos de los demás.
  
- ✓ Se logro fortalecer la capacidad de afrontamiento en el control de emociones en Policías de Radio Patrulla 110 por que es necesario que los policías de dicha unidad sean capaces de identificar las emociones propias y ajenas para el mejor desarrollo de su labor policial.

✓ Se fortaleció el autoconocimiento del espacio físico e interacción en la mayoría de los policías del Distrito Policial N° 4 para optimizar su función dentro del patrullaje a pie, por que ofrece la máxima oportunidad de observar dentro de los

#### Grupos de autoayuda

✓ Se logro que los padres asuman de forma flexible los diferentes roles que desempeñan en el núcleo familiar pues el desarrollo social exitoso de los seres humanos está influido por el adecuado desempeño de los roles en la micro sociedad que es la familia.

✓ Incremento del Bienestar Psicológico familiar a partir de la modificación de reglas con las que viven puesto que estas controlan la interacción manteniendo la homeostasis.

✓ Se fortaleció actitudes y valores positivos que puedan ser transmitidos a los hijos considerando que el grado de valor varía de persona a persona dentro de un mismo sistema familiar afectando las relaciones.

✓ Se incremento la autoestima de los padres a partir del adecuado del lenguaje a partir de los comentarios (comunicación verbal) y actitudes (comunicación no verbal) de las demás personas hacia la misma y como ésta percibe dichas comunicaciones.

✓ Mediante destrezas relacionadas con caricias los padres incrementaron la autoestima de los hijos ya que es una manera positiva de comunicar un reconocimiento necesario para la vida de los hijos.

✓ Se logro facilitar formas de relación interdependiente en el contexto familiar para el bienestar psicológico permitiendo identificar modelos de interacción con los hijos adoptando el más adecuado.

#### Consultorio

- Se proporciono apoyo psicológico integral tanto a victimas, victimadores y personal del Comando Regional de la Zona Sur que acudieron al consultorio.

## CAPITULO X

### RECOMENDACIONES

#### Políticas Públicas

Una reestructuración del sistema judicial que garantice su confiabilidad y validez, es considerada como una necesidad para encarar la impunidad de la violencia

En cuanto a los servicios de atención y apoyo a las víctimas de violencia se requiere dotar de recursos necesarios para contar con una provisión con características integrales: Defensa y asistencia Legal, Departamento Médico, Apoyo Psicológico, Trabajo Social y la Protección efectiva en refugios; es imprescindible la movilización de recursos y voluntad política de parte del accionar estatal.

La prevención debe darse mediante la difusión de información y trabajo domiciliario en la comunidad acerca de la no violencia en la familia

Es importante que las instituciones, tanto estatales como privadas que trabajan con mujeres, niñas@ adolescente, maltratadas replanteen sus estrategias y metodologías de acción a fin de obtener mayores y mejores resultados en este campo.



Solicitar a las instituciones la dotación de ambientes adecuados para los trabajos de apoyo psicológico.

### **Policía Nacional**

Implementar Políticas Institucionales de fortalecimiento a las instancias de formación Policial, bajo los principios de igualdad y la temática de la no violencia.

Incorporar en la currícula de la Academia Nacional de Policías y Escuela Básica Policial, la temática de la violencia intrafamiliar.

Estrategias de capacitación sostenida al personal de las Brigadas de Protección a la Familia y a las diferentes unidades de la Policía Nacional

Establecer canales de denuncia y expresión para optimizar la labor policial en la aplicación de la Ley contra la violencia intrafamiliar

### **Universidad Mayor de San Andrés**

#### **Carrera de Psicología**

Mantener, generar convenios interinstitucionales y acciones sostenidas, masivas y de largo plazo en la prevención de la violencia intrafamiliar con la formación de actitudes y valores de tolerancia y respeto en la familia

Actualización y ampliación del Plan de Prevención de la Violencia Intrafamiliar en todas las Unidades de La Policía Nacional, poniendo nuevos desafíos en base al camino avanzado.

Incentivar esta modalidad de titulación para dar continuidad al proceso de difusión de los beneficios del trabajo psicológico.

Establecer mecanismos de control para mantener la calidad de los trabajos ya ejecutados

Difundir los resultados obtenidos del Trabajo Dirigido en publicaciones especializadas en psicología.

## Egresados

### Modalidad Trabajo Dirigido

Conservar el espacio con responsabilidad y dedicación. en la Brigada de Protección a la Familia para la profesionalización de nuevos psicólogos y psicólogas.

Continuar con el Plan de Prevención de la Violencia Intrafamiliar y con los programas ya desarrollados.

En el campo de trabajo del Plan de Prevención de la Violencia Intrafamiliar y en base a las experiencias, dificultades observadas y vivenciadas se planteen nuevos desafíos.

## Familia

A partir de una educación basada en la comunicación promover un cambio de mentalidad y una modificación de los valores en la familia.

### **Área Prevención**

Hacerse más extensivos los talleres de **potenciamiento** personal y grupos de autoayuda al personal de la Policía Nacional para promover Bienestar Psicológico en su fuente laboral y en sus familias.

### **Área Intervención**

Asistencia, actualización permanente y especializada en los casos de descontrol emocional en los casos que acuden a la Brigada de Protección a la Familia y a las diferentes unidades del Distrito Policial.

## BIBLIOGRAFIA

- AQUILINO, P. El libro de los Test de Autoconocimiento, personalidad y trastornos psicológicos. Ed Temas de Hoy, España 1993
- BRANDEN, N. El poder de la autoestima. Ed Paidos, Buenos Aires 1997
- CÁCERES, E. La Autoestima en el Embarazo. Ed Vida Sana, articulo de prensa enero 2002
- COON, D. Psicología Exploración y Aplicación.
- DINAMICAS Como Planear mi vida Ed.Paidos Buenos Aires 1997
- DYER, W. Tus Zonas Erróneas. Ed Grijalbo, Barcelona 1987
- ELMER, G. Articulo de Internet año 2002 Pag Web : [www.Psicología Online.com](http://www.Psicología Online.com)
- Enciclopedia De La Psicología; Ed Océano, España 1998
- ERGUETA, G. Conocete a ti Mismo articulo de Internet 2000 Pag Web: [www.psiconet.com](http://www.psiconet.com)
- GOLEMAN, D. Inteligencia Emocional. Ed.Oveja Negra, España 1995
- GROSMAN, C. Violencia en la Familia. La Relación de Pareja. Aspectos sociales, Psicológicos y Jurídicos. Ed, Universidad Buenos Aires 1992
- LARRAIN, S. RODRÍGUEZ, T. Los orígenes y el control de la violencia doméstica en contra de la mujer. Ed. Navarrete 1995
- Ley 1674 Contra la Violencia Familiar y Doméstica Viceministerio de la mujer, La Paz Bolivia 2002
- Ministerio de Desarrollo Humano, "No ocultemos la violencia". 1996.
- MORALES, F Psicología Social. Ed Mc Graw Hill Interamericana, España 1999
- NAVAS, J Proceso e Innovaciones de la Terapia Racional Emotiva. Ed Jay ce Printing, 1988 .
- SARMIENTO, M. Psicoprofilaxis Familiar. Ed USTA, Bogotá 1985
- SATIR, V. Relaciones en el núcleo familiar. Ed Fax, Mexico 1988

- SERRUDO, M. Modulo de Investigación Científica. Ed UMSA La Paz Bolivia 1996
- Para Avanzar en el Buen Trato. Ed Centro Juana Azurduy 2003, Sucre - Bolivia
- PEURIFOY. R, Venza sus Temores. Ed Robin Book, España 1993
- PINTO, B. Padres, Hijos y Pareja. Ed, Tiempo, La Paz Bolivia 1995
- Viceministerio de la mujer, Prevención y Atención de la Violencia Intrafamiliar y Domestica, La Paz Bolivia 2002

**ANEXOS**

**DOCUMENTOS**

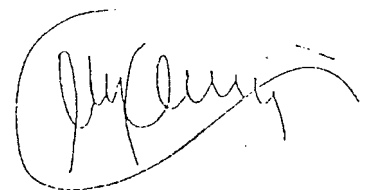
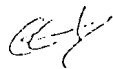
INTERINSTITUCIONAL ENTRE LA ASOCIACION CARRERAS  
DE PSICOLOGÍA DEL SISTEMA UNIVERSITARIO BOLIVIANO Y  
EL VICEMINISTERIO DE ASUNTOS DE GENERO,  
GENERACIONALES Y FAMILIA

*El presente Convenio de Cooperación y Coordinación, se suscribe entre el Viceministerio de Asuntos de Género, Generacionales y Familia, representado legalmente por la Lic. DAEN Mary del Carmen Arias, Viceministra de Asuntos de Género, Generacionales y Familia, quien para los efectos del presente Convenio se denominará "EL VICEMINISTERIO" y LA ASOCIACION de Carreras de Psicología del Sistema Universitario Boliviano, representado por la Licenciada Carmen Camacho Arce, Presidenta de LA ASOCIACION de los Carreras de Psicología del Sistema Universitario Boliviano, que se lo denominará "LA ASOCIACION".*

PRIMERA.- (ANTECEDENTES)

*El Viceministerio de Asuntos de Género, Generacionales y Familia, de conformidad a lo previsto por la Ley No. 1758 de 16 de Noviembre de 1997, de Organización del Poder Ejecutivo, tiene el mandato de promover políticas y normas para el tratamiento o asimilación del enfoque de género, sobre bases de equidad e igualdad de oportunidades.*

*Eventos internacionales que promueven intervenciones integrales para garantizar las derechos humanos de mujeres y hombre, en especial la Plataforma (de Acción de la IV Conferencia de 10 Mujer en Beijing, donde la segunda esfera de preocupación constituye la Educación como parte fundamental de los derechos. El Decreto Supremo N° 2486-I de 10 de octubre de 1997, garantiza la igualdad de derechos entre hombres y mujeres en todos los ámbitos de la actividad y la incorporación de la perspectiva de género en las políticas públicas. En este contexto, el Viceministerio de Asuntos de Género, Generacionales y Familia, viene impulsando acciones para incidir en las líneas curriculares de la formación integral en la educación superior, intervenciones en prevención y recuperación de mujeres en situación (de violencia por razones de género, COMO un aspecto estratégico, que privilegia la formación de los estudiantes de las Carreras de Psicología en investigación e interacción con la comunidad y for académica, y aspectos que incidirán en el ejercicio profesional en el marco de los mandatos de la Naciones Unidas y de las Políticas de Estado referidas a la Equidad Social y la de Género, especialmente del Plan Nacional de Prevención y Erradicación de la Violencia en razón de Género.*







LA ASOCIACION DE CARRERAS DE PSICOLOGÍAS su responsabiliza

- Incorporar en el currículo académico el enfoque de género y el tratamiento de la violencia intrafamiliar y social.*
- 2.- *Facilitar y garantizar la participación de docentes y alumnas de las Carreras de Psicología de La Paz, Cochabamba, Santa Cruz, Sucre y Tarija, integrantes de la ASOCIACION para la realización de investigaciones y programas vinculadas al presente convenio.*
  - 3.- *Las actividades realizadas por docentes y estudiantes serán reconocidas en su proceso evaluativo.*
- III seguimiento y evaluación de las acciones planificadas y ejecutadas en conjunto.*
- 5.- *Ambas partes realizarán el seguimiento y proceso de evaluación a la finalización de la gestión.*

CUA (CERTIFICADOS)

*A la conclusión de las investigaciones y programas de atención integral se otorgarán Certificados de acuerdo a normas vigentes de la Institución.*

*Los certificados serán emitidos con el sello del VICEMINISTERIO DE ASUNTOS DE GENERO, GENERACIONALES Y FAMILIA Y LAS CARRERAS DE PSICOLOGÍA.*

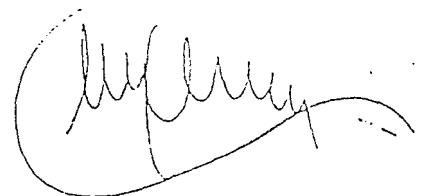
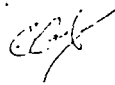
(DURACION DEL CONVENIO)

*El presente Convenio tendrá una duración de tres años, computables a partir de suscripción del mismo.*

SEXTA.- CAUSALES DE RESOLUCION

*El presente Convenio, quedará resuelto por cualesquiera de las siguientes causales:*

*Por acuerdo mutuo de partes y/o por incumplimiento de las cláusulas precedentes, comprobado a través de la evaluación de resultados.*

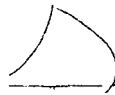


Para rescindir el Convenio de partes se requerirá una comunicación escrita que deberá enviarse a la contraparte COE 30 días de anticipación. Los actividades que estuvieren realizándose en ese momento continuarán conforme a lo programado hasta su conclusión.

SÉPTIMA (CONFORMIDAD ACEPTACIÓN)

La Lic. DAEN del Carmen Arias, Viceministra de Asuntos de Género, Generacionales y Familia y la Lic. Carmen Camacho Arce, Presidenta de ASOCIACION c/e las Carreras de Psicología del Sistema Universitario Boliviano, declaran su conformidad con lo acordado en el presente Convenio y se comprometen a su debido cumplimiento, en señal de lo cual firman, en dos ejemplares de mismo contenido y valor legal, en la ciudad de La Paz, a las 25 del mes de julio del año dos mil uno.

En señal de conformidad las Carreras de representadas por sus Directoras que integran la ASOCIACION, firman a la pie del presente Convenio

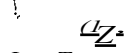
  
Lic. DAEN Mary (id Carmen Arras  
VICEMINISTRA ASUNTOS D  
GÉNERO GENERACIONALES Y  
FAMILIA


\_\_\_\_\_  
Lic. Renzo Abruzzese Antezana  
VICEMINISTRO EDUCACION  
SUPERIOR, CIENCIA Y TECNOLOGIA

\_\_\_\_\_  
Dr. Gonzalo Tabadada  
RECTO  
UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES

\_\_\_\_\_  
Lic. Carmen Camacho Arce  
PRESIDENTA DE LA ASOCIACION  
LAS CARRERAS DE PSICOLOGIA DEL  
SISTEMA UNIVERSITARIO BOLIVIANO

  
Cruz  
DIRECTORA DE LA CARRERA  
DE PSICOLOGIA DE COCHA

  
Lic. Teresa Rivivi  
DIRECTORA DE LA CARRERA  
DE PSICOLOGIA DE LA SANTA CRUZ

  
Lic. Alfredo Caballero  
DIRECTOR DE LA CARRERA  
PSICOLOGIA DE SUCRE



C. PSENO. A  
Paz, marzo 2003

Señor (a)  
Cm. Villarroel  
Egresado de la Carrera de Psicología  
Presente

De mi mayor consideración:

A fin de dar cumplimiento al Reclamo de Trabajo Dirigido y de acuerdo a resolución de Consejo de Carrera N° 61/03, tengo a honra de haber sido nombrado como Profesor Guía de su Trabajo Dirigido al (a) la (s) (s) Alaraja

El título aprobado del trabajo dirigido es:

"PLAN DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DOMESTICA Y LA BRIGADA DE PROTECCIÓN A LA FAMILIA ZONA SUR DE LA CIUDAD TAPAZ"

Sin otro particular, quedamos a su disposición para cualquier

Atentamente,

Lic. Carmen Camacho Tofel  
CARRERA DE PSICOLOGIA

CARRERA  
D  
PSICOLOGIA  
U.M.S.A.  
La Paz-Bolivia

VoBo.  
VICEDECANA FACULTAD DE  
HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA

//



# MEMORÁNDUM

NACIONAL  
DIRECCION NACIONAL DE INSTRUCCIÓN Y ENSEÑANZA  
ESCUELA BÁSICA POLICIAL  
La Paz — Bolivia

No. 130/2003

Dirección Stría. Gral.

La Paz, 15 de Octubre de 2003

Señorita:

Carminia Ruth Andrade Villarroel

EGRESADA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

*Pres ente.-*

## REF. AGRADECIMIENTO Y FELICITACION.

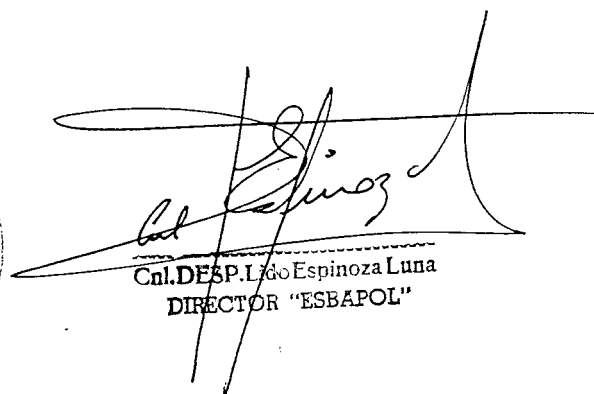
Distinguida Señorita:

Tengo el grato honor de expresar a usted, el profundo agradecimiento y mi efusiva felicitación, por haber **realizado talleres de potenciamiento personal a los Alumnos de la Escuela Básica Policial de la ciudad de La Paz**, y haber transmitido sus amplios conocimientos que posibilitaron la efectivización del éxito de una evaluación correcta y diáfana sobre las labores desarrolladas durante la formación profesional de los señores alumnos.

Esta Dirección enaltece su capacidad, responsabilidad, idoneidad y alto espíritu de profesionalismo, exhortándole a seguir con el mismo interés en beneficio de la ciudadanía.

Con este grato motivo, saludo a usted con las atenciones mas distinguidas.



  
Cnl. DESP. Ldo Espinoza Luna  
DIRECTOR "ESBAPOL"

# MEMORANDUM

POLICIA NACIONAL  
COMANDO DEPARTAMENTAL DE POLICIA  
COMANDO REGIONAL ZONA SUD  
LA PAZ - BOLIVIA

Sección Stria Grai.....  
Depto. Personal..... NO. 50512003  
La Paz, .....03.de .....octubre.... de .... 2003

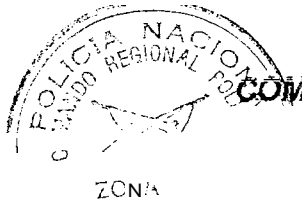
Al (a) Señorita.....  
.....Carminia Andrad e Villarroel.....  
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE  
PSICOLOGIA  
Presente

## REF. FELICITACION

Señorita:

Mi Comando expresa a usted, la más sincera y efusiva felicitación por el excelente trabajo en la elaboración del 6to. informe así como la brillante exposición del mismo, demostrando interés y capacidad intelectual; al mismo tiempo exorto a usted a seguir con ese mismo ímpetu y le deseo mucho éxito en sus futuros desempeños y obligaciones.

Con este motivo, saludo a usted, atentamente



COMANDANTE

Luis Felipe Peláez Rendón  
COMANDANTE REGIONAL ZONA SUD

cc. arch.



# MEMORANDUM



# MEMORANDUM

POLICIA NACIONAL  
COMANDO DEPARTAMENTAL DE POLICIA  
COMANDO REGIONAL ZONA SUD  
LA PAZ - BOLIVIA

Al

(a) Señora

Sección Secretaría General

Carminia Andrade Villarroel  
..... ESTUD. FACULT. PSICOLOGIA .....

Repto. Personal No. 0356/2003

Presente. -

La Paz, 07 de Julio de 2003

REF.

FELICITACION

Señora. :

Mi Comando expresa a usted, su más sincera y efusiva felicitación por la destacada labor desplegada en la EXPO FERIA "SEGURIDAD PAQUITO 2003" que se llevo a cabo el día Domingo 29 de Junio del año en curso, demostrando de esta manera espíritu de trabajo, profesionalismo, capacidad, responsabilidad y celo funcional, al mismo tiempo exhorto a usted a continuar trabajando con ese mismo tipo de dinámica y dedicación en beneficio de la sociedad y de la Institución en Pleno,

Con este motivo, saludo a usted, atentamente.



# MEMORANDUM







POLICIA NACIONAL  
DIRECCION NACIONAL DE INSTRUCCIÓN Y ENSEÑANZA  
ESCUELA BÁSICA POLICIAL  
La Paz — Bolivia

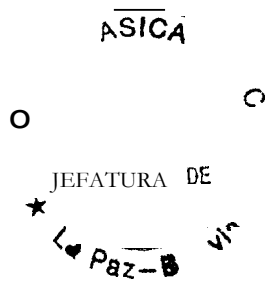
## CERTIFICACIÓN

El suscrito Sr. Mayor, Sub-Director y Jefe de Estudios de la Escuela Básica Policial de la Ciudad de La Paz, a solicitud verbal de la interesada, certifica:

Que, la Señorita **CARMINIA RUTH ANDRADE VILLARROEL**, Egresada de la Carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés, realizó Talleres de Potenciamiento Personal con el Batallón de Alumnos de este Instituto, de Marzo a Octubre de 2003

Es cuanto se certifica en honor a la verdad y para los fines consiguientes de la interesada.

La Paz, 2 de Marzo de 2004



*My. •• Escobar Ameller*  
-Director y Jefe de Estudios de la Escuela Básica  
Policial de la Ciudad de La Paz



POLICIA NACIONAL  
 COMANDO DEPARTAMENTAL DE POLICIA  
 COMANDO REGIONAL ZONA SUD  
 LA PAZ - BOLIVIA

INSCRITO SEMA  
 COMANDO REGIONAL /SE POLICIA LA ZONA  
 SUD. A SOLICITUD VERBAL L) LA INTERESADA,  
 EN CUANTO PUEDE Y EL DERECHO LE PERMIT

CERTIFICA

de acuerdo a un  
 viceministerio de la Mujer, el Comando Regional de Poca Zona  
 Sud y en Carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San  
 A la Srta. [Nombre] [Apellido]  
 Trabajo Dedicado en la Dirección de Protección  
 a la Familia perteneciente a este Comando desde el mes de  
 Octubre del año [Año] habiendo transmitido sus amolios  
 profesional [Forma]  
 sus de estos respaldados idoneidad y  
 de profesionalismo.

Es cuanto se certifica para los fines conside entes.

La Paz, 02 de marzo del 2004



Onl. DESP. [Firma] nando Rindón  
 COMAN ENTE. REGIONAL DE POLICIA



POLICIA NACIONAL  
 COMANDO DEPARTAMENTAL DE POLICIA  
 COMANDO REGIONAL ZONA SUD  
 LA PAZ - BOLIVIA

SUSCRITO S. NOR COMANDANTE DEL  
 COMANDO REGIONAL DE POLICIA DE  
 ZONA "SUD, A SOLICITUD VERBAL DE LA  
 INTERESADA, EN CUANTO PUEDE Y EL  
 DERECHO<sup>1</sup> PERMITE

**CERTIFICA:**

Que, de acuerdo a un convenio interinstitucional  
 Viceministerio de la Mujer, el Comando Regional de Policia  
 Zona Sud y la Carrera de Psicología de Universidad Mayor  
 de San Andrés Bata, se realizó un curso de capacitación  
 Andrade Villarreal realizó un Trabajo Dirigido en  
 de Protección a la Familia perteneciente a este Comando  
 desde el 24 de febrero al 19 de septiembre del año en curso  
 y capacitación a las personas que acuden a la indicada  
 Unidad Policial como también al personal de este Comando,  
 demostrando eficiencia y responsabilidad en el cumplimiento  
 de su deber.

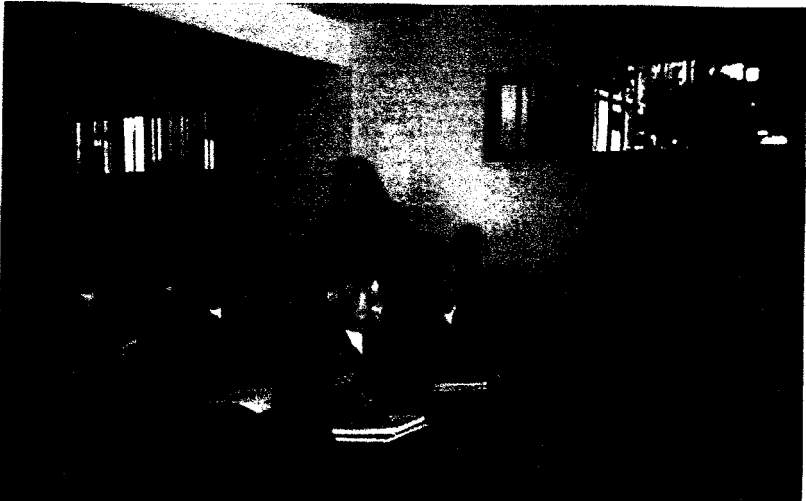
Es cuanto se certifica para los fines consiguientes.

La Paz, 08 de Septiembre del 2023



*de*  
 Cnl. DESP Luis Fernando Pelaez Rendón  
 COMANDANTE REGIONAL DE POLICIA  
 ZONA SUD

TALLERES DE POTENCIAMIENTO PERSONAL







# **INSTRUMENTOS**



FICHA PSICOLÓGICA

Caso N° ..... Sesión ..... Fecha ..... lora .....

Nombres y Apellidos .....

Lugar y Fecha de Nacimiento ..... Edad .....

Ocupación ..... Sexo .....

Estado Civil ..... Grado de Instrucción .....

Religión ..... Número de Hijos .....

Tiempo de Convivencia ..... Tiempo de Separación .....

Dirección ..... Zona .....

Tipo de Vivienda ..... Ingresos Económicos .....

Denuncia Realizada por .....

Motivo de Consulta .....

Remitido por .....

Relación ..... V ..... A .....

PROBLEMA ACTUAL

.....

.....

.....

ANTECEDENTES REFERENCIALES:

.....

.....

.....

ESTRUCTURA FAMILIAR:

HIPÓTESIS DIAGNÓSTICA:

.....

.....

.....

RECOMENDACIONES:

.....

.....

.....

TIPO DE INTERVENCIÓN:

EVALUACION	ORIENTACIÓN	CONTENCIÓN EMOCIONAL	INF PSICOLÓGICO	TERMINA	REF RIDO A

PRÓXIMA CITA.....

.....

RESPONSABLE



SEGUIMIENTO DE CASO

Caso N° ..... Sesión..... Fecha..... Hora.....  
Nombres y Apellidos.....  
Nombres y Apellidos.....  
Hijos.....

ASPECTOS TRABAJADOS EN LA ANTERIOR SESIÓN:

.....  
.....  
.....  
.....

ASPECTOS TRABAJADOS EN ESTA SESIÓN:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

AVANCES Y LOGROS

.....  
.....  
.....

TAREAS ASIGNADAS:

.....  
.....  
.....

TIPO DE ABORDAJE TERAPÉUTICO:

.....  
.....

TIPO DE INTERVENCIÓN:

EVALUACIÓN	ORIENTACIÓN	CONTENCIÓN EMOCIONAL	INF PSICOLÓGICO	TERAPIA	REFERIDO A

PRÓXIMA CITA.....

.....  
RESPONSABLE

INTERVENCIÓN    PSICOLÓGICA

1    Datos Personales:

Remitido por: .....N° Caso. ....

Fecha: ..... Dom.                      Zona..... Telf.....

Denunciante..... Edad..... G.Instr.....

Denunciado..... Edad..... G Inst    -----

2. Motivo de Consulta:

.....  
.....

3. Antecedentes:

.....  
.....  
.....

4. Impresión de la Entrevista

.....  
.....  
.....

5. Conclusiones y Recomendaciones

.....  
.....  
.....

6. Próxima Entrevista

.....

-----  
Psicóloga Responsable

## DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

El Departamento de Psicología perteneciente a la Brigada de Protección a la Familia del Distrito de la Zona Sur:

Invita al Sr. (a).....

Para que se efectúe el trabajo psicológico correspondiente al caso

Motivo.....

A Solicitud de.....

Para el Día..... 2003 a Horas.....

Lugar y Fecha.. ..

-----  
Departamento de Psicología

-----  
Oficial de Servicio

## DEPARTAMENTO DE *PSICOLOGIA*

El Departamento de Psicología perteneciente a la Brigada de Protección a la Familia del Distrito de la Zona Sur:

Invita al Sr. (a) .....

Para que se efectúe el trabajo psicológico correspondiente al caso

Motivo .....

A Solicitud de.....

Para el Día..... 2003 .a Horas. ....

Lugar y Fecha.....

\_\_\_\_\_  
Departamento de Psicología

\_\_\_\_\_  
Oficial de Servicio

## TEST DE ROBERTO

Nombre: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_ Nivel : \_\_\_\_\_ Turno: \_\_\_\_\_

### INSTRUCCIONES

Conozco a un niño llamado Roberto (Juanito), y quiero saber si tú puedes adivinar que clase do niño y porqué actúa en la manera en que lo hace. Dime lo primero quo se te ocurra.

1. Roberto no juega con los otros niños. Por qué ?
2. El profesor do Roberto quiso hablar con el después do clase, porqué ?
3. Cuando el papá do Roberto llega tarde a casa, quo pasa ?
4. Roberto so dospiora en medio de la noche, porquo ?
5. Roberto tuvo un suoño en la noche, quo soñó ?
6. Roberto trajo ayer la libreta do notas, quo pasó ?
7. Roberto llegó a casa llorando el otro día, por que ?
8. Roberto hizo rabiarse a su mamá el otro día, por quo ?
9. Roberto se fue a su pieza, por que ?
10. Roberto siente quo le tratan mal a veces, por que ?
11. Roberto lo tiene mucho miedo a algo, por que ?
12. La mamá do Roberto esta muy enojada por algo, por quo ?
13. Ayor pasó algo malo, que fue ?
14. Hay algo quo a Roberto no le gusta de su papá quo es ?
15. Roberto piensa que su papa y su mamá no lo quieren, porque ?
16. Roberto no quiere ir a la escuela, por que ?
17. Hay algo de su profesor que a Roberto le gusta mucho, que es y porque ?
18. A veces Roberto se enoja en la escuela, porque ?
19. a veces Roberto no quiero hacer lo quo su mamá le dice, por quo ?, que pasa entonces ?
20. Roberto desearía ser grande , por que ?
21. A veces Roberto pelea con sus hermanos, por que ? que pasa entonces ?
22. A Roberto no le gusta un niño de su clase, por que ?
23. A veces Roberto so pone nervioso en la escuela, porque ?
24. Un día Roberto y su mamá tuvieron una gran pelea, porque ?
25. Un día Roberto se fue do la casa, por quo ?
26. A Roberto le desagrada algo de su profesor, porquo ?
27. A veces Roberto se pone muy triste, por que ? .
28. Roberto casi siempre quiero estar solo, porque ?
20. Una vez Roberto quiso correr ,lejos do su Casa, porque 2
30. A Roberto no lo gusta que lo llamen adelante en la clase, porque ?
31. Cuantos años crees tu quo tiene Roberto ?

DEPARTAMENTO DL PSICOLOGIA

- 32. Si Roberto pudiera hacer lo que el quisiera, que crees tu que haria
- 33. Quo es lo que Roberto desea reas quo nada en el mundo ?
- 34. Si Roberto tuviera podores mágicos, y pudiera cambiar a sus padres como los cambiaría ?
- 35. Si Roberto pudiora convertirse en un animal, quo animal crees quo le gustaría ser, porque ?
- 36. Si Roberto pudiera convertirse en un animal, quo animal crees que no le gustaría sur ?  
porque ?

ACTITUDES HACIA LA MADRE ( 8,12,15,19,24,31) : .....

ACTITUDES HACIA EL PADRE (3,14,15,34) .....

ACTITUDES HACIA LOS HERMANOS (21) .....

ACTITUDES HACIA LOS AMIGOS( 1,18,22,16,23) .....

ACTITUDES HACIA LOS PROFESORES (2,16,17,18,26,23) .....

TEMORES(4,23,5,11,30) .....

SENTIMIENTOS DE CULPA (7,9,13,25,29) .....

METAS (32,33) .....

ACTITUDES HACIA SI MISMO (6,10,20,27,28,35,36) .....

IDENTIFICACIÓN CON SU EDAD(31) SI ..... NO .....

DIAGNOSTICO EMOCIONAL: .....

.....

.....

.....

PAUTA DE ENTREVISTA PARA IDENTIFICACION  
DE  
PROBLEMAS DE LA PAREJA

1. Identificación del problema.

- 1.1. Describa brevemente los problemas en la relación con su pareja.
- 1.2. Si hay varios, ¿Qué problema surgió primero? (cuando y en qué circunstancias).
- 1.3. ¿Cómo surgieron los demás problemas?.
- 1.4. Este problema(s) se ha manifestado con igual intensidad a través del tiempo? (Épocas y circunstancias).
- 1.5. ¿Quién cree usted que es el responsable del problema?.
- 1.6. ¿Cómo repercute este problema en los demás aspectos de su vida? (Familia, trabajo, amigos).
- 1.7. ¿Qué importancia tiene para usted el solucionar este problema?
- 1.8. ¿Qué importancia tiene para su pareja? ¿Como lo sabe?
- 1.9. Cual cree usted que es la causa del problema?
- 1.10 ¿Cómo ve su relación de pareja ahora?.

2. Historia de la pareja.

- 2.1. ¿Cuanto tiempo dura (6) el noviazgo con su pareja? ¿desde cuando lo conoce?.
- 2.2. ¿Qué le atrajo más de su pareja para elegirle como compañero? Persiste aún esa cualidad en ella?.
- 2.3. ¿Cuales eran sus expectativas sobre sexo y amor al comenzar la relación? ¿Se vieron cumplidas? (Si no fué así, ¿Que sucedió?)
- 2.4. ¿Han estado separados durante largos períodos de tiempo? ¿Qué pasó?
- 2.5. ¿Estuvo alguna vez comprometido o tuvo una relación formal antes de encontrar a su actual pareja? Describa la cronología, el grado de relación y por qué terminaron

3. Comunicación.

- 3.1. ¿Cómo considera que es la comunicación entre ustedes?.
- 3.2. **¿Cuáles son sus temas habituales de conversación?.**
- 3.3. ¿Cómo se desarrollan, normalmente, estas conversaciones?.
- 3.4. ¿Imposibilita su pareja, de alguna forma, la comunicación?.

.... PROBLEMAS DE PAREJA

- 3.5. ¿Se considera usted libre para expresar sus opiniones, o, si la ocasión lo requiere, discrepar? ¿Cómo reacciona su pareja ante las discrepancias?.
- 3.6. ¿Discuten, con frecuencia? Describa como se desarrollan estas discusiones. ¿Cómo acaban? (Cede sistemáticamente alguno, se llega a un acuerdo.....)
- 3.7. ¿Expresa usted verbalmente a su pareja sus sentimientos de amor y afecto?. ¿Con qué frecuencia?.
- 3.8. ¿Recurre usted al contacto corporal para expresar sus sentimientos hacia él /ella? ¿Qué forma adopta este contacto?.

4 Valores e intereses.

- 9.1. ¿Se siente usted a gusto con su actual forma de vida?
- 4.2. ¿Tienen ideas similares respecto a cuestiones políticas, sociales, religiosas, culturales?.
- 4.3. ¿En qué áreas o en qué materias están ustedes más de acuerdo?.
- 4.4. ¿Tienen confianza el uno en el otro? ¿En qué la basa?.
- 4.5. ¿Su manera de enfrentarse a los problemas es optimista o pesimista?.
- 4.6. ¿Cuál es la cualidad que más valora en una persona? ¿En un compañero?.
- 4.7. ¿Cuál es su concepto de los papeles apropiados del hombre y la mujer en una relación de pareja? (actividades domésticas, educación de los hijos, intereses profesionales y culturales, finanzas, independencia, actividades sociales....)

5. Tiempo libre y Amistades.

- ,5.1. ¿Pasan el tiempo libre juntos o separados?; ¿qué hacen?; ¿le resulta a usted satisfactorio?.
- 5.2. ¿Prefiere permanecer en casa o salir?.
- 5.3. ¿Suelen compartir el tiempo libre con otras personas?; ¿Son éstas de su agrado?.

6. Vida Sexual.

- 6.1. ¿Tiene relaciones sexuales con su pareja?
- 6.2. ¿Cree usted que su vida sexual es satisfactoria?.
- 6.3. ¿Le agrada a usted la frecuencia de estas relaciones?.

7. Otros aspectos de la Pareja.

- 7.1. Trabaja fuera de casa?; ¿Se siente a guato en uu trabajo?
- 7.2. ¿Se siente usted atractiva?; ¿Se sentía atractiva al comienzo de su relación?.
- 7.3. ¿Se siente atractiva para su pareja?
- 7.4. ¿Cree usted que su pareja es físicamente atractivo?
- 7.5. ¿Qué finalidad tienen' sus relaciones?.

8. Expectativas y Objetivos.

- 8.1. Enumere que es lo que más le molesta de su relación. ¿Y de su compañero?.
- 8.2. Enumere que es lo que más le agrada de su relación. ¿ Y de su compañero?
- 8.3. ¿Qué cosas ha hecho para cambiar las cosas que no le agradan?.
- 8.4. ¿Qué resultados le ha dado?.
- 8.5. ¿Qué aspectos de su relación le gustaría cambiar primero?
- 8.6. ¿Como considera usted que sería una relación satisfactoria?.



ESCALA DE HAMILTON PARA VALORAR LA ANSIEDAD

Estado de ánimo ansioso				
0				
0 m nio				
do ó m o c r i t i d o				
o m á o g e m e				
omático general (sensorial)				
ornas cardiovasculars				
om s a o o				
om a o				
om g f i				
ornas autónomas				
mportamiento general				
en la entrevista				
m m n o i s o o o o				
m m r e a / s t a				
TOTAL PUNTOS				

La intensidad del síntoma se valora en 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.

0 = No marcado. 1 = Levemente marcado. 2 = Moderado. 3 = Marcado. 4 = Muy marcado. 5 = Extremadamente marcado. 6 = Muy muy marcado. 7 = Muy muy muy marcado. 8 = Muy muy muy muy marcado. 9 = Muy muy muy muy muy marcado.

Estado de ánimo ansioso

0	0	0	0	0
0 m nio	0 m nio	0 m nio	0 m nio	0 m nio
do ó m o c r i t i d o	do ó m o c r i t i d o	do ó m o c r i t i d o	do ó m o c r i t i d o	do ó m o c r i t i d o
o m á o g e m e	o m á o g e m e	o m á o g e m e	o m á o g e m e	o m á o g e m e
omático general (sensorial)	omático general (sensorial)	omático general (sensorial)	omático general (sensorial)	omático general (sensorial)
ornas cardiovasculars	ornas cardiovasculars	ornas cardiovasculars	ornas cardiovasculars	ornas cardiovasculars
om s a o o	om s a o o	om s a o o	om s a o o	om s a o o
om a o	om a o	om a o	om a o	om a o
om g f i	om g f i	om g f i	om g f i	om g f i
ornas autónomas	ornas autónomas	ornas autónomas	ornas autónomas	ornas autónomas
mportamiento general	mportamiento general	mportamiento general	mportamiento general	mportamiento general
en la entrevista	en la entrevista	en la entrevista	en la entrevista	en la entrevista
m m n o i s o o o o	m m n o i s o o o o	m m n o i s o o o o	m m n o i s o o o o	m m n o i s o o o o
m m r e a / s t a	m m r e a / s t a	m m r e a / s t a	m m r e a / s t a	m m r e a / s t a
TOTAL PUNTOS	TOTAL PUNTOS	TOTAL PUNTOS	TOTAL PUNTOS	TOTAL PUNTOS

La intensidad del síntoma se valora en 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.

0 = No marcado. 1 = Levemente marcado. 2 = Moderado. 3 = Marcado. 4 = Muy marcado. 5 = Extremadamente marcado. 6 = Muy muy marcado. 7 = Muy muy muy marcado. 8 = Muy muy muy muy marcado. 9 = Muy muy muy muy muy marcado.

## TÉCNICAS

### **El enfoque cognitivo en las emociones**

La habilidad fundamental utilizada por el enfoque cognitivo es el autodiscurso racional.

Esta habilidad puede ayudarle a : 1) cambiar el modo en que siente y actúa al cambiar el modo en que interpreta los acontecimientos; 2) percibir el mundo de manera más racional y realista; 3) aumentar su sensación de poder personal; y 4) aprovechar las oportunidades y opciones de las que no era consciente en el pasado. Los siete tipos diferentes de autodiscurso racional comunmente usados para lograr estos objetivos se enumeran a continuación:

*Reforzadores del ego:* Afirmaciones que ofrecen autoaliento o le recuerdan las aptitudes específicas positivas que posee.

*Sustitución:* La sustitución de palabras o frases que definen el pensamiento racional por unas características de pensamiento irracional.

*Interrogatorio:* El uso de preguntas para dirigir su atención hacia cuestiones clave o para enfatizar el carácter irracional de una forma particular de pensamiento autofrustrante. El interrogatorio habitualmente es seguido por un desafío racional, una evaluación objetiva, un análisis de costo-beneficio o una afirmación de reconducción.

*Desafío racional:* El uso de afirmaciones memorizadas o de argumentos racionales para corregir presunciones imperfectas que sustentan tipos específicos de pensamiento irracional o comportamientos autofrustrantes.

*Evaluación objetiva:* El análisis objetivo de su situación, pensamiento o comportamiento presentes. El objetivo es detener los pensamientos y las acciones inconscientes mediante la utilización de su capacidad para discriminar y razonar de una manera más deliberada. Esto le ayuda a sustituir pensamientos y comportamientos automáticos, que son autofrustrantes, por pensamientos y comportamientos automejoradores.

*Análisis de costo-beneficio:* La enumeración y evaluación de las ventajas o desventajas de una creencia o conducta determinada. Esto suele ser parte de una evaluación objetiva y le ayuda a llegar a ser más realista cuando el pensamiento irracional le haya llevado a ver el mundo de una manera irreal y autofrustrante. También ayuda a corregir las creencias irracionales que sustentan una visión irreal del mundo.

*Afirmaciones de reconducción:* Afirmaciones que reconduce su atención y energía hacia actividades más racionales y productivas. Las afirmaciones de reconducción habitualmente siguen a uno de los enfoques precedentes.

*Cambiar el modo en que se piensa:* Cambiar el comportamiento es esencialmente un proceso de tres pasos. Primero, identificar con precisión esos comportamientos que se quiere eliminar. Segundo, identificar con precisión el tipo de comportamientos que desea. Tercero, practicar sustituir los comportamientos que se quiere eliminar por aquellos que se desea realizar.

a) Pensamiento *debería/debo*: La transformación de elecciones, deseos o preferencias personales en absolutos universales. En general, esto se hace pensando en palabras y frases tales como "debería", "es necesario" y "tengo que". El pensamiento debería/debo también puede expresarse indirectamente a través de:

- *Interrogatorio circular:* La formulación repetida de preguntas que son irrelevantes o tienen una respuesta que ya se conoce, pero que no se está dispuesto a aceptar. Ejemplos comunes incluyen: "¿Por qué soy así?", "¿Por qué no puedo cambiar?", "¿Cómo pudo él/ella hacer eso?" y "¿Cómo pudo suceder eso?".

*Pensamiento de no puedo:* El uso de la frase "no puedo" para describir una necesidad, deseo, decisión o elección.

*Pensamiento de todo o nada:* La tendencia a evaluar las cualidades personales y acontecimientos en categorías extremas, en blanco y negro. Esto suele expresarse con las palabras "correcto", "incorrecto", "bueno" y "malo".

b) Sobregeneralización: La transformación de un único acontecimiento negativo en una pauta absoluta de derrota o infortunio. A menudo esto se realiza utilizando palabras como "nunca", "siempre" y "todo". Una variación común es:

*Etiquetaje:* El uso de etiquetas simplistas y habitualmente negativas para definirse a sí mismo y su comportamiento, que exageran la importancia de las imperfecciones o errores.

- e) **Magnificación/minimización:** La magnificación incluye dos tipos de exageraciones: la **catastrofización**, que es la exageración de los defectos personales, de las insignificantes experiencias negativas y de los errores; y la exageración de las aptitudes de los demás. La minimización, a veces llamada **desestimación**, también se presenta de dos formas: la **depreciación de las fuerzas, aptitudes o logros personales**, y la **depreciación de los errores e imperfecciones de los demás**.
- d) **Personalización:** El acto de asumir responsabilidad por un acontecimiento negativo cuando no existen bases para hacerlo.
- e) **Lectura del pensamiento:** Asumir lo que las demás personas están pensando o sintiendo, con poca o ninguna evidencia para sustentar la presunción y ningún intento de confirmarla o rechazarla:
- O **Adivinación:** Hacer una predicción y luego convencerse de que es un hecho ya establecido.
- g) **Aceptación de fuentes cuestionables como autorizadas:** Aceptar como fiable una opinión o consejo influido por el interés atribuido, el desconocimiento, la falta de experiencia o el prejuicio.
- h) **Razonamiento emocional:** El uso de emociones que se proponen como fundamentales o únicas para evaluar una situación, acontecimiento o creencia.

## **Minimizar La Ira Inadecuada**

Los seis enfoques que se presentan a continuación se utilizan para minimizar la cantidad de ira inadecuada que se experimenta.

### *1. Proteger su capacidad para pensar de una manera lógica y racional*

Una fuente importante de la ira inadecuada es la pérdida de la capacidad física para pensar racionalmente. Factores comunes que interfieren en la capacidad del cerebro para funcionar son el hambre, el cansancio, la enfermedad, el estrés excesivo y los medicamentos.

Establecer prioridades y cuidar de uno mismo ayuda a mantener la aptitud física para pensar y valorar las amenazas posibles con exactitud.

### *2. Desafiar creencias erróneas sobre la ira*

Existen dos creencias erróneas comunes sobre la ira: la idea de que la ira es de algún modo una emoción mala, y la idea de que la ira siempre se traduce en comportamiento indeseable.

### *3. Minimizar el pensamiento distorsionado y las creencias irracionales*

Cuando el sujeto utiliza el pensamiento debería/debo tienden a ocurrir tres cosas: Primero, centra su atención en los aspectos no deseados de un problema y en la molestia que está experimentando, más que en encontrar soluciones posibles.

Segundo, tiende a desperdiciar tiempo y energía criticando y condenando a la persona o cosa que está quebrantando la norma debería/debo.

Tercero, pierde algún contacto con la realidad cuando entra en el mundo de la fantasía de cómo deberían ser las cosas.

### *4. Desarrollar un nivel alto de autoestima y de autoaceptación*

Las personas con un alto nivel de autoestima que aceptan sus fragilidades humanas no están amenazadas cuando se advierten sus limitaciones. En consecuencia se concentran en lo que pueden hacer, y no sienten remordimiento o ira acerca de lo que no pueden hacer.

5. *Identificar sensaciones y emociones que han sido tabú en el pasado y abordarlas más directamente*

Las emociones, más que la ira, también pueden utilizarse para ocultar sensaciones tabú.

Cada vez que una experiencia, una emoción o una sensación es ocultada por la ira o cualquier otra emoción, ello interfiere en su capacidad para pensar racionalmente.

Primero la persona debe identificar la sensación que experimentó justo antes de sentir ira y preguntarse ¿qué me recuerda esta sensación?, esta pregunta puede activar un recuerdo de una experiencia dolorosa de su pasado. La emoción o sensación que sintió durante esa experiencia del pasado probablemente es la que está evitando.

Identificar y desafiar estas creencias irracionales hace que el sentimiento resulte más aceptable, con práctica dejará el sujeto de convertir el sentimiento prohibido en ira.

6. *Aprender a desprenderse de los resentimientos*

El resentimiento es un proceso de reforzamiento del estrés en el que es evocada una herida del pasado que le dice una y otra vez cosas acerca del acontecimiento que lo ponen furioso. Obtener habilidades para desprenderse del resentimiento le permite liberar la energía ligada a éste, a fin de que pueda utilizarla de forma constructiva: "Realmente vale la pena aferrarse a ese sentimiento" y emprender acciones que mejoren la situación insatisfecha a partir de la perspectiva de otra persona, por último identificar los beneficios secundarios a obtener.

Abordar La Ira dirigida hacia el Sujeto por los demás

El primer paso, y el más importante, para abordar la ira dirigida hacia el sujeto por los demás es entrenarse para evitar tomarla como un ataque personal..

El mejor enfoque para utilizar con la ira desplazada a menudo es distanciarse de la persona enfurecida, a fin de no ser un objeto fácil. Otro enfoque es describir de una manera decidida pero tolerante lo que percibe.

El enfoque siguiente habitualmente resulta efectivo para convertir la ira y el ataque de otra persona en una discusión centrada en un problema:

Comenzar por permitir que la otra persona exprese su ira libremente

Una vez que la persona enfurecida se ha calmado, si es adecuado, comience la auténtica solución del problema

El enfoque precedente funciona bien para las ocasionales confrontaciones airadas a que todos nos enfrentamos.

## TEST

### Test de Control de Emociones

- 1 Cuando en una cafetería tardan en atenderme, me pongo nervioso
- 2 Apenas comienzo una actividad, y ya estoy deseando terminarla
- 3 Me considero incapaz de hacer cola
- 4 No tolero las interrupciones en mi trabajo
- 5 Soporto fácilmente el tiempo que debo esperar para ser recibido
- 6 Soy capaz de organizar una bronca cuando algún lisillo pretende colarse
- 7 Renuncio fácilmente y a encontrar una solución al problema, si he de esperar demasiado
- 8 La manipulación de cosas materiales me resulta insoportable si dura demasiado tiempo
- 9 Las distancias las mido más por el tiempo que tardo en llegar que por el espacio que debo recorrer
- 10 No tengo ninguna habilidad ni dispongo de ninguna técnica de negociación para resolver determinados conflictos
- 11 A menudo consulto el reloj
- 12 Mido el valor de las cosas por el tiempo que he de emplear para sacarlas adelante
- 13 A los subordinados que dependen de mí les fijo siempre el tiempo en que debe estar acabado el trabajo que les encomiendo
- 14 Porque tardaban en servirme, me levanté de la mesa y abandoné el restaurante en que me encontraba
- 15 Frecuentemente, cuando estoy esperando, paso revista a todo lo que estoy dejando de hacer a causa de la espera



## Test Control (le la Ira

- 1 Suele pensar detenidamente lo que es más conveniente antes de tomar una decisión
- 2 A menudo dice cosas de las que luego se arrepiente
- 3 Cuando está enfadado por algo, lo paga con el primero que está a su lado
- 4 Con frecuencia tiene explosiones de mal genio
- 5 Hay muchos comportamientos de los que poco después, se arrepiente
- 6 Cuando está enfadado con alguien por algo que esta persona ha hecho, sabe esperar el momento más oportuno para hablar de lo sucedido
- 7 A veces tienen comportamientos violentos (verbales o físicos) que a usted mismo le sorprenden
- 8 Cuando está inquieto o preocupado por algo, es capaz de escuchar lo que le dicen los demás
- 9 En general, es una persona impaciente
- 10 Cuando se enfada, se altera mucho
- 11 Se pone usted violento cuando bebe algunas copas
- 12 Si acude a un casino, le resulta fácil dejar de jugar cuando va ganando bastante, o cuando va perdiendo más dinero del que habría previsto
- 13 En algunas ocasiones piensa que lo mejor que se podría hacer con ciertas personas es matarlas
- 14 Cuando alguien se dirige a usted con cierta agresividad, aunque sin peligro, reacciona también agresivamente
- 15 Cuando algo le gusta mucho, tiende a comprarlo sin tener casi en cuenta lo necesario que le resulta o su situación económica
- 16 Hay ocasiones en que no sabe porque hizo esto o aquello
- 17 Controla adecuadamente su sexualidad
- 18 A veces come o bebe de un modo descontrolado
- 19 Se ve envuelto usted sin razón en situaciones peligrosas o muy arriesgadas con cierta frecuencia
- 20 De repente tiene arrebatos de afecto hacia alguien sin que haya ocurrido nada especial que lo justifique

## Test de Empatía

- 1 Comprendo que cada persona considere que lo suyo es lo más importante
- 2 A menudo, me molesta que otros triunfen allí donde yo no he logrado buenos resultados
- 3 Suelo caer bien a la mayor parte de la gente que me conoce
- 4 A veces me sorprende que la gente no se percate de sus errores y continúe manteniendo puntos de vista equivocados
- 5 Normalmente soy una persona sociable y adaptable
- 6 Creo que los demás piensan que soy muy crítico
- 7 Suelo entender el punto de vista de las otras personas cuando no están de acuerdo conmigo
- 8 Sé positivamente que algunas personas me harían daño si pudieran
- 9 No soy partidario de criticar a la gente
- 10 A menudo pienso que la mayoría de la gente es aburrida o poco interesante
- 11 Percibo que la gente con la que me relaciono me acepta como a un **igual**
- 12 Muchas personas con las que trato asiduamente me resultan francamente desagradables
- 13 Puedo alegrarme sinceramente de los logros de otras personas
- 14 Pienso que la lectura o la TV son más interesantes que el trato con la gente
- 15 Supongo que, más o menos, todos estamos hechos de la misma "pasta" y compartimos idénticos sentimientos y preocupaciones
- 16 Prefiero hacerme el desentendido con amigos del colegio o conocidos a los que no veo desde hace tiempo, a menos que ellos me hablen primero
- 17 La gente suele confiar en mí para contarme sus problemas y preocupaciones
- 18 En una discusión, siempre una de las partes tiene la razón y la otra está totalmente equivocada
- 19 Me siento inclinado a simpatizar con el perdedor
- 20 Siempre que puedo, evito pedir favores, para no tener que deber nada a nadie.

## Los sentimientos juegan a las escondidas

Cuentan que una vez se reunieron todos los sentimientos y cualidades de las personas en cierto lugar de la tierra. Cuando el aburrimiento ya había reclamado por tercera vez, la locura, como siempre tan loca, propuso: ¿jugarnos a las escondidas?. La intriga levantó la ceja intrigada y la curiosidad sin poder contentarse les preguntó: ¿a las escondidas?...¿cómo se juega a eso?. Es un juego fácil -explicó la locura- en el que yo cierro los ojos comienzo a contar de uno al cien mientras ustedes se esconden y cuando haya terminado de contar, el primero de ustedes a quien encuentre ocupará mi lugar, para así continuar con el juego. El entusiasmo bailó seguido por la euforia. La alegría dio tantos saltos que acabó por convencer a la duda y a la propia apatía, que nunca se interesaba por nada.

Pero no todas querían participar. La verdad prefirió no esconderse... ¿para qué?, ¡si al final todos la encontraban!. La soberbia opinó que era un juego muy tonto (en el fondo lo que le molestaba era que la idea no había sido suya) y la cobardía prefirió no arriesgarse.

Uno, dos, tres, cuatro... comenzó a contar la locura. La primera en esconderse fue la prisa, que como siempre cayó con la primera piedra del camino. La fe subió al cielo y la envidia se escondió detrás de la sombra del triunfo, que con mucho esfuerzo había conseguido subir a la copa del árbol más alto.

La generosidad casi no consigue esconderse, pues cada lugar que encontraba le parecía maravilloso y lo cedía para alguno de sus amigos: si era un lago cristalino ideal para la belleza, si era la copa de un árbol perfecto para la timidez, si el vuelo de la mariposa, lo mejor para la sensualidad, si era una ráfaga de viento, magnífico para la libertad... y así acabó escondiéndose en un rayo de sol. El egoísmo, al contrario, encontró un lugar excelente desde el principio: ventilado, cómodo pero sólo para él. La mentira se escondió en el fondo del océano (mentira, en realidad se escondió atrás del arco iris), y la pasión y el deseo en el centro del volcán. El olvido no recuerdo donde se escondió, pero eso no es muy importante.

Cuando la locura estaba cerca de los noventa, el amor todavía no encontraba un lugar para esconderse pues todos ya estaban ocupados, hasta que encontró un rosal y cariñosamente decidió esconderse entre las flores. ¡Cien!, gritó la locura y comenzó la búsqueda.

La primera en aparecer fue la prisa a unos tres pasos de una piedra. Después escuchó a la fe discutiendo con Dios en el cielo, sobre zoología. Se sintió vibrar a la pasión y el deseo en el volcán. En un descuido encontró a la envidia, y claro también al triunfo. Al egoísmo no tuvo que ni buscarlo, el solito salió disparado de su escondite que en verdad era un nido de avispas.

De tanto caminar cansada, sintió sed y al aproximarse al lago descubrió a la belleza. La duda fue más fácil aún, pues la encontró sentada frente a una cerca sin decidir en que lugar esconderse. Y así fue encontrando a todos. Al talento entre la hierba fresca, a la angustia en una cueva oscura, a la mentira detrás del arco iris (mentira estaba en el fondo del océano) y hasta al olvido, que ya había olvidado que estaba jugando a las escondidas. Pero el amor no aparecía en ningún lugar.

La locura lo buscó detrás de cada árbol, debajo de cada piedra del planeta y encima de las montañas. Cuando estuvo a punto de darse por vencida, encontró el rosal. Tomó una horquilla y comenzó a mover las ramas, cuando en ese mismo instante, escuchó un grito de dolor. Las espinas del rosal habían herido al amor en los ojos, dejándolo ciego. La locura no sabía que hacer para disculparse. Lloró, rezó, imploró, pidió perdón y hasta prometió ser su guía. Desde entonces, desde esta primera vez que jugaron a las escondidas los sentimientos en la tierra, el amor es ciego y la locura siempre lo acompaña.

## AUTOAFIRMACIONES

### "Dueño de Mis Emociones"

Hoy seré dueño de mis emociones.

Si me siento deprimido, cantaré.

Si me siento triste, reiré.

Si me siento enfermo, redoblaré mi trabajo.

Si siento miedo, me lanzaré adelante.

Si me siento inferior, vestiré ropas nuevas.

Si me siento inseguro, levantaré la voz.

Si siento pobreza, pensaré en la riqueza futura.

Si me siento incompetente, recordaré éxitos del pasado.

Si me siento insignificante, recordaré mis metas.

Hoy seré dueño de mis emociones.

Si se apodera de mí la confianza excesiva, recordaré mis fracasos.

Si me siento inclinado a entregarme con exceso a la buena vida, recordaré hambres pasadas.

Si siento complacencia, recordaré a mis competidores.

Si disfruto de momentos de grandeza, recordaré momentos de vergüenza.

Si me siento todopoderoso, procuraré detener el viento.

Si alcanzo grandes riquezas, recordaré una boca hambrienta.

Si me siento orgulloso en exceso, recordaré un momento de debilidad.

Si pienso que mi habilidad no tiene igual, contemplaré las estrellas.

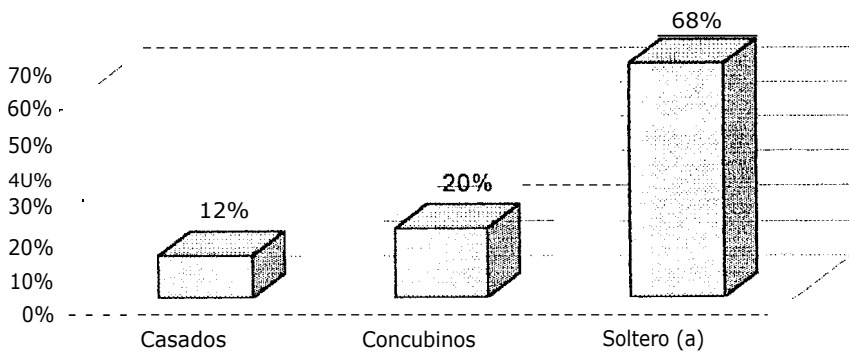
En definitiva, hoy seré dueño de mis emociones.

Og Mandino

# ESTADÍSTICAS

<b>CUADRO N° 7</b>		
<b>SEGÚN ESTADO CIVIL</b>		
<b>ESTADO CIVIL</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Casados	8	12%
Concubinos	13	20%
Soltero (a)	44	68%
Total	..... 65	100%

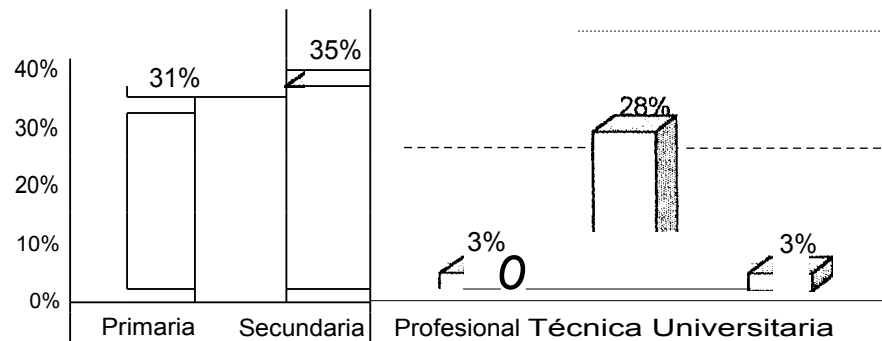
**GRÁFICO N° 7**  
**SEGÚN ESTADO CIVIL**



El estado civil comprende: el 68% solteros; el 20% concubinos y el 12% casados.

<b>CUADRO N° 8</b>		
<b>SEGÚN NIVEL DE INSTRUCCIÓN --</b>		
<b>NIVEL DE INSTRUCCIÓN</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Primaria	20	31%
Secundaria	23	35%
Profesional	2	3%
Técnica	18	28%
Universitaria	2	3%
Total	65	100%

**GRÁFICO N° 8**  
**SEGÚN NIVEL DE INSTRUCCIÓN**

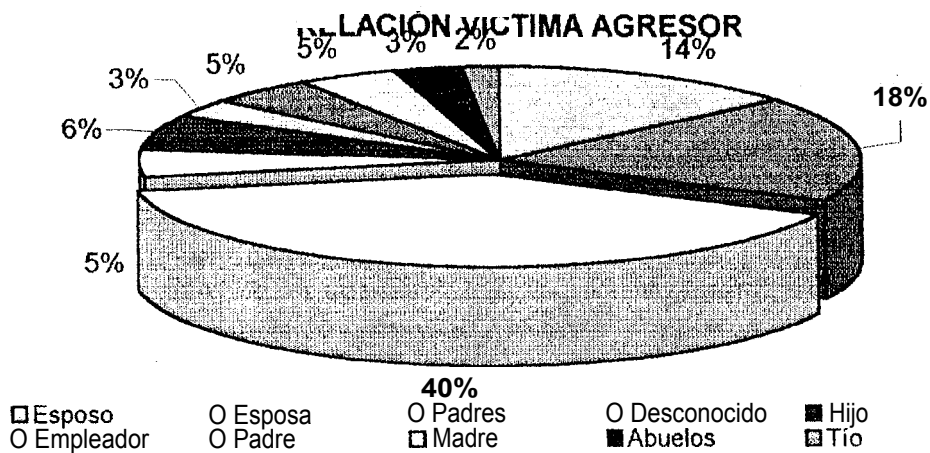


Los casos atendidos según el nivel de instrucción nos muestra que el 35% tiene un nivel secundario de instrucción, el 31% tiene un nivel primario, el 28% tiene un nivel técnico, y el 3 % tiene un nivel universitario y profesional.



CUADRO N° 9		
RELACIÓN VÍCTIMA AGRESOR		
N°	CASOS	
Esposo	9	14%
Esposa	12	18%
Padres	26	40%
Desconocido	3	5%
Hijo	4	6%
Empleador	2	3%
Padre	3	5%
Madre	3	5%
Abuelos	2	3%
Tío	1	2%
Total	65	100%

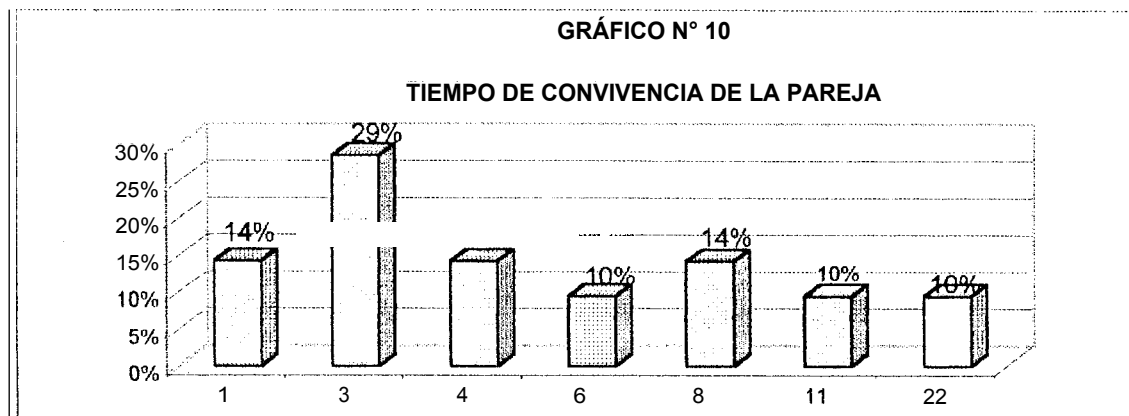
GRÁFICO N° 9



El mayor porcentaje de relación entre víctima y agresor fue: 40% padres, 18% esposa, 14% esposo, 6% hijo; 5% lo comparten padre, madre, desconocido, 3% abuelo y 2% tío.

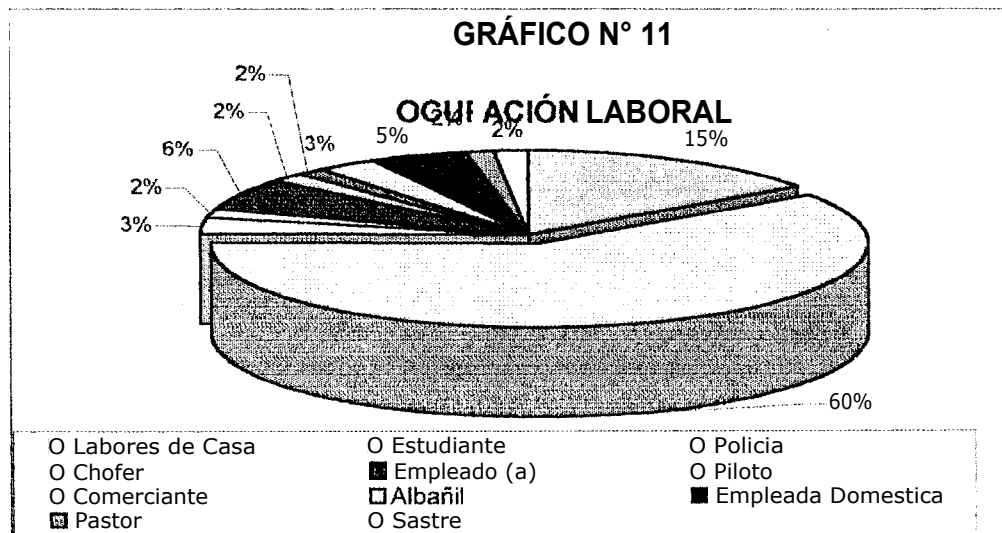


CUADRO N° 10		
TIEMPO DE CONVIVENCIA DE LA PAREJA		
AÑOS	N°	%
1	3	14%
	6	29%
4	3	14%
6	2	10%
8	3	14%
11	2	10%
22	2	10%
Total	21	100%



Se encontró que el 29% de casos atendidos tienen 3 años de convivencia; el 14% 1, 4 y 8 años de convivencia respectivamente y por último el 10% de 6, 11 y 22 años de convivencia.

CUADRO N° 11		
OCUPACIÓN LABORAL		
	N°	%
Labores de Casa	10	15%
Estudiante	39	60%
Policia	2	3%
Chofer	1	2%
Empleado (a)	4	6%
Piloto	1	2%
Comerciante	1	2%
Albañil	2	3%
Empleada Domestica	3	5%
Pastor	1	2%
Sastre	1	2%
Total	65	100%

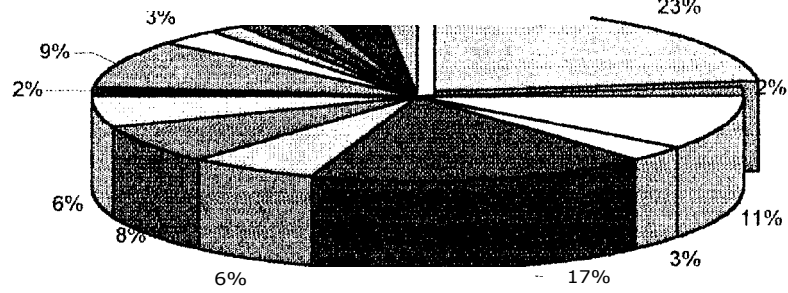


Según la ocupación de las personas tenemos el 60% estudiante; 15% labores de casa, 6% empleado; 5 % empleada domestica; 3% policia, albañil y el restante 2% chofer, pastor, sastre.

<b>CUADRO N° 12</b>		
<b>ZONAS DE RESIDENCIA</b>		
El Alto	15	23%
Ovejuyo	1	2%
Bella Vista	7	11%
Irpavi	2	3%
Obrajes	11	17%
Villa Fátima	4	6%
Alto Obrajes	5	8%
Mecapaca	4	6%
Bologna	1	2%
Chasquipampa	6	9% -
Calacoto	2	3%
Los Pinos	1	2%
Huájchilla	1	2%
Pampahasi	1	2%
Barrio Municipal	1	2%
Periférica	2	3%
Cementerio	1	2%
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100%</b>

GRÁFICO N° 12

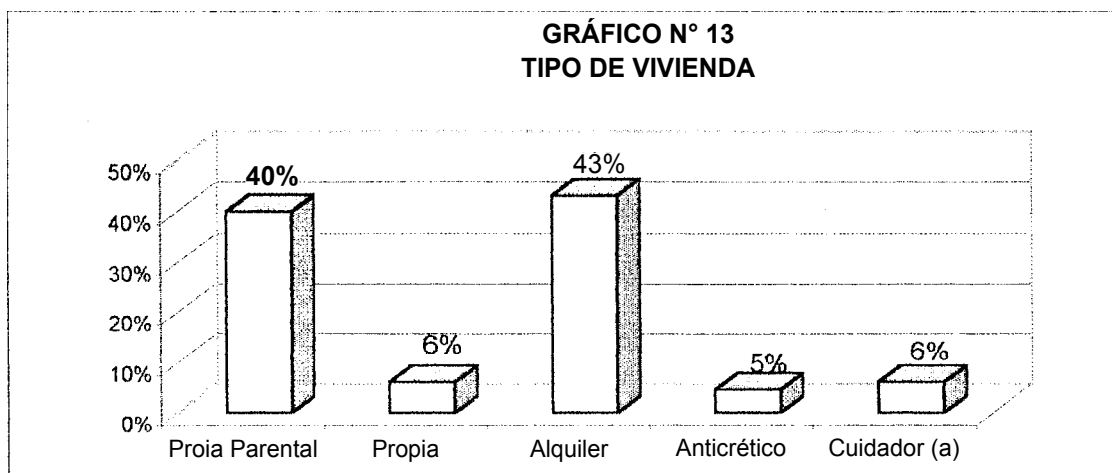
DE RESIDENCIA



- |                                     |  |   |                                     |
|-------------------------------------|--|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> El Alto    | <input type="checkbox"/> Ovejuyo         | <input type="checkbox"/> Bella Vista      | <input type="checkbox"/> Irpavi     |
| <input type="checkbox"/> Obrajes    | <input type="checkbox"/> Villa Fátima    | <input type="checkbox"/> Alto Obrajes     | <input type="checkbox"/> Mecapaca   |
| <input type="checkbox"/> Bolognia   | <input type="checkbox"/> El Chasquipampa | <input type="checkbox"/> Calacoto         | <input type="checkbox"/> Los Pinos  |
| <input type="checkbox"/> Huajchilla | <input type="checkbox"/> Pampahasi       | <input type="checkbox"/> Barrio Municipal | <input type="checkbox"/> Periférica |

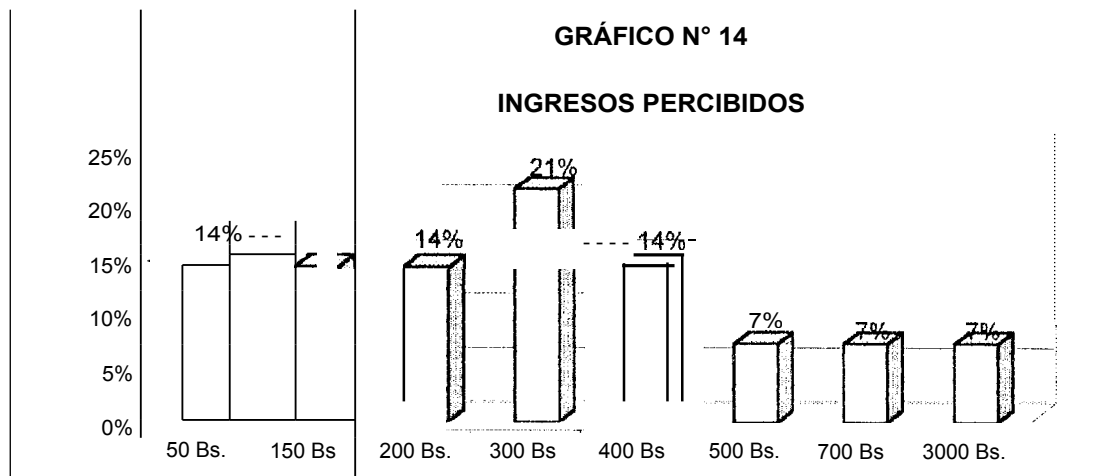
La zona de residencia que mostró mayor índice de consulta psicológica pertenece a El Alto con el 23%; 17% Obrajes, 11% Bella Vista; 9% Chasquipampa; 8% alto Obrajes; 6% Villa Fátima; 3% Irpavi y Periférica y el restante 2% Ovejuyo, Bolognia, Los Pinos, Huajchilla Pampahasi, Barrio Municipal, Cementerio.

<b>CUADRO N° 13</b>		
<b>TIPO DE VIVIENDA</b>		
<b>VIVIENDA</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Propia Parental	26	40%
Propia	4	6%
Alquiler	28	43%
Anticrético	3	5%
Cuidador (a)	4	6%
Total	65	100%



Con relación a la vivienda se obtuvieron los siguientes datos: el 43% cuenta con vivienda en alquiler; el 40% propia parental, 6% cuidador y propia y el restante 5% en anticrético.

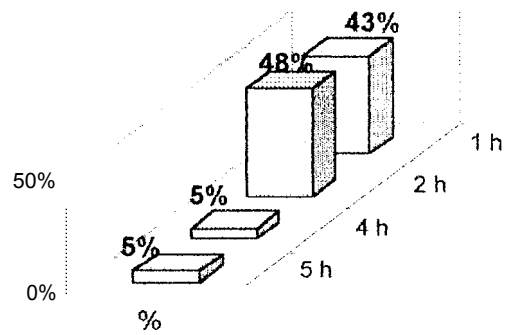
CUADRO N° 14		
INGRESOS PERCIBIDOS		
INGRESOS	N°	%
50 Bs.	2	14%
150 Bs.	2	14%
200 Bs.	2	14%
300 Bs.	3	21%
400 Bs.	2	14%
500 Bs.	1	7%
700 Bs.	1	7%
3000 Bs.	1	7%
Total	14	100%



Los ingresos económicos de las personas que asistieron a consulta psicológica oscilan entre: 300 Bs. el 21%, 50,150, 200, 400 Bs. el 14%,y por último 500, 700 y 3000 Bs. el 7%.

<b>CUADRO N° 15</b>		
<b>NÚMERO DE HIJOS</b>		
<b>HIJOS</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
1 h	9	43%
<u>2h</u> -----	10	48%
4h	1	5%
5h	1	5%
Total	21	100%

**GRÁFICO N° 15**  
**NÚMERO DE HIJOS**



De los casos atendidos se observó que el 48% tiene 2 hijos; el 43% tiene 1 hijo; 5% 4 y 5 hijos.



