



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Departamento de Estudios de Postgrados  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia

AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES  
VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL.

Delmi Maria Villatoro Villatoro

Guatemala de la Asunción, julio del año 2024

## **MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO**

Maestro Mynor Estuardo Lemus Urbina

**Director**

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal de León

**Secretaria**

M.A Karla Amparo Carrera Vela

M.Sc. José Mariano González Barrios

**Representantes de los Profesores**

Viviana Raquel Ujpán Ordóñez

Nery Rafael Ocox Top

**Representantes Estudiantiles**

M.A. Olivia Marlene Alvarado Ruíz

**Representante de Egresados**

## **MIEMBROS DEL CONCEJO ACADÉMICO**

Maestro Mynor Estuardo Lemus Urbina

**Director**

Maestro Ronald Amilcar Solís Zea

**Director Departamento de Postgrado**

Maestra Gabriela Alvarez García

Maestro Francisco José Ureta Morales

Maestro Miguel Alfredo Guillén Barillas

Maestro José Mariano González Barrios

**Docentes titulares**

Cc. Archivo

CODIPs. 2605-2024

**ORDEN DE IMPRESIÓN TRABAJO DE GRADUACIÓN**

24 de julio de 2024

Licenciado (a)  
**Villatoro Villatoro Delmi Maria**  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Maestrante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el **Punto DÉCIMO SEGUNDO** del **Acta TREINTA Y OCHO- DOS MIL VEINTICUATRO (38-2024)**, de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 24 de julio del año 2024, que copiado literalmente dice:

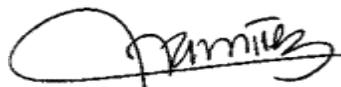
**“DÉCIMO SEGUNDO:** Se conoció el expediente que contiene el Trabajo de Graduación titulado: **“AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL”** de la maestría en **Psicología Clínica y Psicoterapia** realizado por:

**Villatoro Villatoro Delmi Maria**  
**Registro Académico: 202290686**  
**CUI: 3146135871301**

Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Trabajo de Graduación de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia 1ra. cohorte con categoría en artes.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**



**M.Sc. Julia Alicia Ramírez Orizábal de León**  
**SECRETARIA DE ESCUELA II**





Universidad De San Carlos De Guatemala  
Escuela De Ciencias Psicológicas  
Departamento de Estudios De Postgrado  
Centro Universitario Metropolitano -CUM-  
9ª. Avenida 9-45 zona 11 Edificio "A" Oficina 206  
Tel. 2418-7572 postgrado@psicousac.edu.gt

**D.E.P.Ps 166-2024**  
Guatemala 17 de julio de 2024

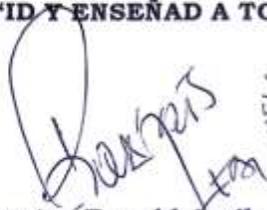
**Autorización para impresión trabajo de graduación  
Maestría en Psicología Clínica y  
Psicoterapia 1° cohorte**

Licenciado (a)  
Villatoro Villatoro Delmi Maria  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Maestrante:

**Después de saludarle cordialmente, transcribo a usted el Punto QUINTO del ACTA No. CADEP-Ps-08-2024 de fecha veinticuatro de junio del dos mil veinticuatro** El director del Departamento de Estudios de Postgrado presentó el informe de la Maestra Suhelen Patricia Jiménez Pérez, responsable del curso de Seminario III, de los trabajos finales de los maestrandos de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia 1era. cohorte. Este trabajo representa el último paso para culminar con los requisitos de graduación de la Maestría. Para tal efecto, los miembros del Concejo Académico del Departamento revisaron los documentos que fueron presentados y realizaron algunas preguntas sobre contenidos que fueron de interés debido a lo innovador del tema, la metodología utilizada, entre otros. Considerando, Reglamento del Sistema de Estudios de Postgrado, Capítulo III, Evaluación del Rendimiento Académico, Artículo 61. Atribuciones del Consejo Académico, literal b, Resolver los asuntos presentados por el Director de Estudios de Postgrado; sobre la Dirección del Departamento, Artículo 66. Atribuciones de la Dirección, literal f, Organizar y supervisar el funcionamiento del control académico basado en lo dispuesto por la Coordinadora General del Sistema de Estudios de Postgrado, n. Extender certificación de cursos, constancia de derechos de graduación y certificación de actas de graduación; sobre la evaluación del rendimiento académico de los estudiantes, Artículo 86. Graduación. Cumplidos los requisitos estipulados en este Reglamento y en el Normativo específico de la Unidad Académica, se le otorgará al profesional el grado que corresponda en acto público. Considerando, el Normativo del Departamento de Estudios de Postgrado de la Escuela de Ciencias Psicológicas, en el artículo 9, Funciones del Concejo Académico, literal g, Conocer sobre asuntos estudiantiles de los programas de estudios de postgrado, tales como proyectos de investigación, solicitudes específicas y otros asuntos no previstos, se **ACUERDA:** Autorizar, la impresión del trabajo final de graduación con título **"AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL"**

**"ID Y ENSEÑAD A TODOS"**



**Maestro Ronald Amilcar Solís**  
Director Departamento de Postgrados  
Escuela de Ciencias Psicológicas



**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala



Universidad De San Carlos De Guatemala  
Escuela De Ciencias Psicológicas  
Departamento de Estudios De Postgrado  
Centro Universitario Metropolitano -CUM  
9ª. Avenida 9-45 zona 11 Edificio "A" Oficina 407  
Tel. 2418-7561 postgrado@psicousac.edu.gt

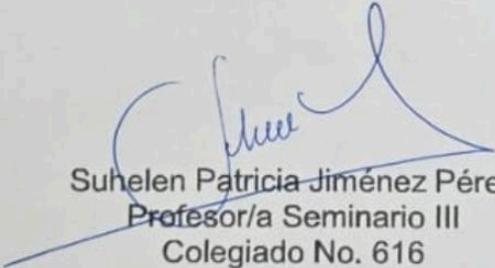
Guatemala, 25 de noviembre de 2023.

Maestro Ronald Solís Zea  
Director Departamento de Estudios de Postgrado  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Centro Universitario Metropolitano -CUM-  
Universidad de San Carlos de Guatemala  
Presente

Estimado Maestro Solís:

Reciba un saludo cordial. Por este medio hago de su conocimiento que emito **DICTAMEN TÉCNICO FAVORABLE** al trabajo de graduación del (de la) estudiante **DELMÍ MARIA VILLATORO VILLATORO** con **carné 202290686**, previo a optar al grado de Maestro(a) en Psicología Clínica y Psicoterapia, el cual acompañé durante su realización. Dicho trabajo de graduación lleva por título **"AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL"**.

Atentamente,

  
Suhelen Patricia Jiménez Pérez  
Profesor/a Seminario III  
Colegiado No. 616

Delmi Maria Villatoro Villatoro, Licenciada en Psicología  
Colegiado núm. 12,683

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
1. GENERALIDADES.....	3
1.1. Líneas de investigación .....	3
1.2. Planteamiento del problema.....	3
1.3. Justificación.....	6
1.4. Alcances y límites .....	7
1.5. Objetivos de investigación.....	7
1.6. Definición de variables.....	8
CAPÍTULO II.....	11
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	11
2.1. Afrontamiento.....	11
2.1.1. Definición.....	11
2.1.2. Factores que determinan el afrontamiento .....	11
2.1.3. Afrontamiento y apoyo social.....	13
2.1.4. Mecanismos de defensa .....	15
2.1.5. Afrontamiento ante el abuso sexual .....	17
2.1.6. Estrategias de Afrontamiento .....	18
2.1.7. Inteligencia emocional y afrontamiento.....	24
2.1.8. Estrategias de afrontamiento y problemas psicológicos.....	25
2.2. Bienestar psicológico.....	26
2.2.1. Definición.....	26
2.2.2. Dimensiones del bienestar.....	27
2.2.3. Tipos de bienestar psicológico .....	28
2.2.4. Bienestar psicológico y salud mental .....	30
2.2.5. Bienestar psicológico y factores de riesgo psicosocial .....	31
2.2.6. Bienestar psicológico y factores de Protección psicosocial.....	33
2.2.7. Bienestar psicológico en adolescentes.....	34
2.2.8. Problemas psicológicos en adolescentes.....	35
2.2.9. Riesgo psicosocial en adolescentes.....	39
2.2.10. Riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual.....	40

<b>CAPÍTULO III</b> .....	43
<b>3. MARCO METODOLÓGICO</b> .....	43
3.1. Diseño de investigación. ....	43
3.2. Sujetos.....	43
3.3. Instrumentos.....	44
3.4. Procedimiento de investigación .....	48
3.5. Diseño y metodología del análisis de la información recabada.....	50
<b>CAPÍTULO IV</b> .....	51
<b>4. RESULTADOS DEL TRABAJO DE CAMPO</b> .....	51
4.1. Análisis de resultados.....	51
<b>CAPÍTULO V</b> .....	64
<b>5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.</b> .....	64
5.1. Conclusiones.....	64
5.2. Recomendaciones.....	66
<b>CAPÍTULO VI</b> .....	67
<b>6. PROPUESTA DE PROGRAMA DE PSICOTERAPIA INTEGRATIVA.</b> .....	67
6.1. Fundamentación teórica del programa.....	67
6.2. Identificación y priorización de necesidades .....	69
6.3. Objetivos.....	70
6.4. Propuesta de Intervención .....	72
6.5. Presupuesto.....	129
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	130
<b>ANEXOS</b> .....	139

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación se basa en el estudio de dos variables, la primera de ellas es el afrontamiento el cual es definida como un mecanismo que en este caso los adolescentes utilizan para enfrentarse a una situación o evento estresante y la segunda es el bienestar psicológico que se define como el estado saludable, adecuado y funcional que el adolescente presenta en dimensiones como autoconcepto, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal, lo que se refleja en todas las áreas de desarrollo de los mismos adolescentes.

Cabe mencionar que estas variables en ocasiones resultan difíciles de sobreponer o mantener en un mundo cambiante y exigente, dados los cambios sociales y personales a los que los adolescentes se ven obligados a enfrentarse en la sociedad guatemalteca, sin embargo también existen factores de protección y riesgo que apoyan, mantienen o disminuyen el bienestar psicológico en adolescentes, tal y como lo es la delincuencia, consumo de sustancias, desintegración familiar, abuso sexual, violencia, entre otros.

Ante ellos es importante mencionar que actualmente en Guatemala el tema de abuso sexual es un tema recurrente y bastante estudiado, no solo por entes privados sino también por entes gubernamentales, sin embargo, no se le da la importancia necesaria al bienestar psicológico que las víctimas desarrollan a través del abuso; además de ello tampoco se prevé o identifica el tipo o estrategias de afrontamiento que las mismas poseen. Ya que a partir de ello se generan actitudes y conductas que dan lugar al desarrollo integral de cada individuo.

Al tomar en cuenta que estas son un mecanismo de respuesta con las que los individuos responden a partir de sus experiencias o contextos; por lo que la presente investigación pretende: identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual; y deriva sus ejes específicos en identificar las

estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de abuso sexual; establecer el Autoestima y bienestar psicológico de adolescentes víctimas de abuso sexual; identificar problemas psicológicos en adolescentes víctimas de abuso sexual y establecer el riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual.

La importancia de recae en varias áreas, ya que la misma establece su contribución en áreas como la ciencia al proporcionar un estudio de recopilación de datos y conocimientos científicos sobre el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes, a manera de que la sociedad obtenga no solo un compendio de información verídica de ambas variables sino también una recopilación investigada a través del estudio científico con pruebas psicométricas en adolescentes, por lo que a su vez establece un antecedente y guía para futuras investigaciones y aplicaciones en vía de crear una nueva perspectiva para futuros acompañamientos. En la misma vía esta investigación propone una intervención de psicoterapia integrativa para el abordaje, derivado de los resultados identificados y establecidos en el trabajo de campo con la población especificada con anterioridad.

# CAPÍTULO I

## 1. GENERALIDADES.

### 1.1. Líneas de investigación

El área y línea de investigación del tema de tesis es de suma importancia pues en él se clasifica y delimita la intervención y operacionalización de los objetivos que se tracen, cabe mencionar que la misma se ubica en el área de salud mental dentro del contexto de la realidad guatemalteca, específicamente en el área de condiciones en salud y estilo de vida, apoyo social y comportamiento de riesgo, al tomar en cuenta la necesidad actual que se evidencia y observa tras la violencia que lamentablemente cada día se vuelve más común en el desarrollo de la población guatemalteca, situación que ha afectado y ha dado lugar al deterioro de la salud mental y bienestar; la investigación de todo lo antes mencionado se realiza con la finalidad de crear una propuesta de intervención psicoterapéutica que se base en la realidad y contexto de la población evaluada.

### 1.2. Planteamiento del problema

Al tomar en cuenta que cada individuo vive, experimenta y se expone a diferentes situaciones, áreas de desarrollo y ambientes, en donde enfrenta dificultades, incertidumbres o cuestiones que lo llevan a tomar decisiones como líneas de acción a modo de respuestas en donde hace uso de los mecanismos de afrontamiento, contexto, formas de vida, experiencia, entre otros, resulta importante identificar las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico que posee un adolescente que ha sido víctima de abuso sexual; pues el abuso sexual es un evento traumático y estresante que deriva y afecta el desarrollo de la niñez y adolescencia en niveles no solo físicos sino también psicológicos, que pueden perdurar y tener consecuencias hasta la edad adulta.

Cabe mencionar que Cantón-Cortés y Cortes (2015) refieren que la población de víctimas de abuso sexual ha cobrado interés en la última década, esto como respuesta a la prevalencia de este fenómeno y a las consecuencias que el mismo puede generar a corto y largo plazo, ante ello los autores afirman que existen numerosos trabajos que indican y respaldan que el abuso sexual es una fuerte experiencia traumática que da lugar al desarrollo de diferentes problemas emocionales, sociales, conductuales y físicos, que tienden a aparecer o aumentar en función de factores ambientales pero especialmente aquellos cognitivos que se relacionan con la resiliencia, tales como las estrategias de afrontamiento, atribución de responsabilidades y sentimientos generados por el abuso.

Situación que no es ajena al desarrollo de adolescentes de América Latina, pues Bahamón et. al. (2019) En su análisis del bienestar psicológico en adolescentes exploró estrategias recurrentes para el desarrollo de adolescentes, demostró la existencia de estrategias de interacción social, hedonista, de control, redefinición y proyección subjetiva en los adolescentes evaluados; asimismo refirió que los jóvenes con mayor bienestar tienden a tener un desarrollo y transformación a partir de su entorno, sin dejar por un lado la capacidad de aumentar su experiencia de emociones positivas, elementos que dan lugar al bienestar.

Asimismo Morales y Díaz (2020) en su estudio Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo, con adolescentes de en situaciones vulnerables, la cual se realizó en Hidalgo, México, obtuvieron como resultado que la tercera parte de adolescentes presentan bienestar psicológico alto y a la vez indican que existe correlación entre el mismo y factores de protección como comunicación familiar, apoyo social y apoyo comunitario, por lo que se llega a la conclusión que independientemente de las condiciones y situaciones que los adolescentes enfrentan un porcentaje alto se siente satisfecho, al destacar que los factores y

redes de apoyo social en conjunto ejercen un efecto protector sobre dichas condiciones.

Ante la reiterada necesidad de identificar las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes es importante mencionar que Uribe, et al. (2018) en su estudio “La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico” identificaron una asociación significativa entre la variable de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de ciento cuatro adolescentes escolarizados de colegios públicos de Córdoba, Colombia, por lo que concluyeron que los adolescentes que usan estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución de problemas y a la búsqueda de apoyo social muestran niveles de bienestar psicológico en niveles mayores.

Ante ello surge el interés del estudio de las variables Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico, en una población de adolescentes víctimas de abuso sexual. Por lo que se da lugar a las preguntas ¿cuáles son las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual?; a través de la identificación de las estrategias de afrontamiento y establecimiento del bienestar psicológico.

Al considerar que Guatemala es un país en vía de desarrollo y que muchas áreas de desenvolvimiento de los adolescentes son ineficaz para responder a sus necesidades emocionales, conductuales, sociales, educativas, entre otras, es necesario evaluar estas variables, en adolescentes víctimas de abuso sexual, ya que son una población que se encuentra en un condiciones y estilo de vida que se caracteriza por la vulneración de derechos, situación que no es nueva en el país y que por ende repercute en el desarrollo integral de la misma población.

De manera que el trabajo de investigación se desarrolla en una Asociación privada de atención y apoyo integral del departamento y municipio de

Huehuetenango, que se enfoca a brindar dicho apoyo a niños, niñas, adolescentes y mujeres víctimas y sobrevivientes de violencia y negligencia.

Por lo que la línea de investigación se adecua a la población y temática, cabe mencionar que para responder a la pregunta general se investigaran cuatro líneas de investigación: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas con mucha frecuencia por las adolescentes víctimas de violencia sexual? ¿Cuáles es el nivel de bienestar psicológico de las adolescentes víctimas de abuso sexual? ¿Qué problemas psicológicos destacados presentan con mayor frecuencia las adolescentes víctimas de abuso sexual? ¿Cuál es el nivel de riesgo psicosocial de las adolescentes víctimas de abuso sexual?

### **1.3. Justificación**

Al tomar en cuenta que las estrategias de afrontamiento son una herramienta o mecanismos de apoyo que los individuos utilizan para enfrentarse a situaciones, eventos o condiciones estresantes o que de algún modo generan tensión; y el bienestar psicológico es un elemento de la salud mental que no solo puede definirse por la falta de problemas sino también por el equilibrio funcional de las emociones, sentimientos, conductas y herramientas que el ser humano utiliza para responder y desarrollarse psicosocialmente.

Cabe mencionar que la necesidad de evaluar, identificar y establecer dichas variables surge de la observación de la realidad y contexto de desarrollo de adolescentes víctimas y/o sobrevivientes de violencia sexual atendidas en clínica pues como se ha mencionado anteriormente la violencia es un tema al que la población guatemalteca se enfrenta día a día y que sin duda alguna afecta el desarrollo del bienestar psicológico y salud mental; por lo en esta investigación se pretende conocer las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual. Ante ello también surge la necesidad de realizar una propuesta de atención psicológica integrativa que

dé lugar al desarrollo estrategias de afrontamiento dirigidas a resolver el problema y también al desarrollo del bienestar psicológico.

#### **1.4. Alcances y limites**

El enfoque de esta investigación se dirige a identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual, de una Asociación privada de Huehuetenango, por medio de evaluaciones psicométricas a doce adolescentes que se encuentran en el perfil de investigación, las pruebas utilizadas fueron: Escala de Afrontamiento para Adolescentes y Cuestionario para la evaluación de problemas en adolescentes, entre las limitaciones presentadas se encuentra el tiempo de adquisición de pruebas y tiempo requerido para cada evaluación, al tomar en cuenta que la misma se realizó de manera individual por el perfil de cada evaluada.

#### **1.5. Objetivos de investigación**

##### **Objetivo general**

Identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual

##### **Objetivos específicos**

- Identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas con mucha frecuencia por adolescentes víctimas de abuso sexual
- Establecer el Autoestima y bienestar psicológico de adolescentes víctimas de abuso sexual

- Identificar problemas psicológicos destacados en adolescentes víctimas de abuso sexual
- Establecer el riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual

## 1.6. Definición de variables

**Tabla núm. 1**

*Definición Conceptual y operacional de variables*

<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>
<b>Afrontamiento</b>	Ramírez et al. (2023) Indican que el termino de afrontamiento es un conjunto de respuestas que se presentan ante un acontecimiento estresante, y que a partir de ellas se reducen las propiedades negativas de una situación, por lo que es una parte del estrés que implica intensidad de resistencia o superación antes diferentes amenazas.	Para fines de estudio se utilizará la escala de Estrategias de afrontamiento que tiene como objetivo identificar las estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de abuso sexual que se divide en diferentes ejes siendo estos: buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de

---

		<p>afrontamiento, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema, autoinculparse, reservarlo para sí, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y la distracción física.</p>
<b>Bienestar psicológico</b>	<p>Mingote y Requema (2013) menciona que el bienestar psicológico no solo es un eje de la salud mental positiva sino que también es un estilo de vida saludable, relacionada con la capacidad funcional para el afrontamiento, pues dispone de mecanismos adaptativos como la autoobservación, autoafirmación, recursos de autorregulación y control personal, afiliación, entre otros, pues para complementar también hace referencia a</p>	<p>Asimismo, se utilizará el Cuestionario para la evaluación de problemas en adolescentes, que tiene como objetivo en esta investigación: establecer el bienestar psicológico y autoestima de adolescentes víctimas de abuso sexual a través de la identificación de bienestar psicológico y autoestima; medir problemas psicológicos en adolescentes víctimas de abuso sexual específicamente en las áreas de insatisfacción corporal, ansiedad,</p>

---

---

quien indica que el depresión, abuso de bienestar psicológico sustancias, problemas constituye una expresión interpersonales, para la salud mental que problemas familiares e culmina en madurez incertidumbre sobre el psicológica entendida futuro; establecer el como el dominio del riesgo psicosocial en ambiente, mantener y adolescentes víctimas de adecuar la integración en abuso sexual a partir del el funcionamiento de la área de riesgo personalidad y percepción psicosocial. del mundo.

---

## CAPÍTULO II

### 2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

#### 2.1. Afrontamiento

##### 2.1.1. Definición

Ramírez, et al. (2019) mencionan que el afrontamiento es la habilidad para controlar o manejar situaciones o sucesos estresantes ante ello también refieren que Taylor 2003 expone que el afrontamiento no debe limitarse solamente a un conjunto de procesos que responden a un problema o estresor sino que debe definirse como una serie de esfuerzos que se encaminan a un objetivo o meta, que se establecen como tareas o actividades para afrontar, como por ejemplo, el poder disminuir las condiciones dañinas, el ajustarse a eventos o realidades, conservar o mejorar la autoimagen y el equilibrio emocional y poder mantener relaciones interpersonales sanas y satisfactorias, es decir elementos que den lugar al bienestar emocional adecuado para el individuo.

Bunster (2023) Refiere que Lazarus y Folkman refieren que el afrontamiento es la capacidad de adaptarse ante una situación abrumadora y no habitual, y que por ende requieren de recursos cognitivos y conductuales que permiten manejar o llevar de mejor manera las demandas externas o internas, es decir es la respuesta valorada y consciente ante una amenaza.

##### 2.1.2. Factores que determinan el afrontamiento

Young et al. (2015) indican que el afrontamiento está determinado principalmente por el temperamento, pues cada individuo o sujeto desarrolla o da lugar a estilos de afrontamiento, al tomar en cuenta que por ejemplo un individuo que posee temperamento de tipo pasivo en ocasiones tiene mayor tendencia a rendirse o evitar situaciones estresantes; en comparación a los

individuos que poseen un temperamento agresivo, pues ellos sobre piensan las situaciones. Asimismo, refieren que otro elemento fundamental para determinar el afrontamiento es la internalización selectiva o modelado que ha adquirido a través de sus experiencias, como por ejemplo de sus padres o figuras significativas.

Urra (2017) si bien es cierto el afrontamiento implica un proceso de desarrollo en el que se ejecutan actividades para la resolución de problemas, por lo que su determinación resulta compleja ya que en la elección de la misma se pone a prueba una serie de recursos de búsqueda salida, reintegro, exposición incluso ambivalencia al momento de enfrentar una situación, lo que da lugar a la reevaluación de cogniciones como estrategias de definición, visualización y búsqueda de soluciones que se dirigen al problema, por lo que no son uno ni dos los factores que determinan el afrontamiento; los mismos se derivan de una serie de procesos cognitivos pero también contextuales del individuo.

Ramírez et al. (2019) indican que en el afrontamiento permite a los individuos reaccionar de diferentes maneras y que implica habilidades de resolución ante situaciones estresantes, para ello refieren que Reynoso y Seligson 2005 mencionan que existen tres áreas o niveles de presentación o implicación.

- Biológico: el cual se refiere a elementos inmunológicos que minimizan elementos dañinos o perjudiciales para el individuo.
- Psicológico: el cual implica procesos individuales para enfrentar sucesos desafiantes o amenazantes.
- Social: el cual se refiere a las formas o estrategias que se tienen establecidas desde la comunidad o sociedad para solucionar una situación considerada problemática.

Perry et al. (2019) mencionan que los factores que influyen en el estrés y afrontamiento varían en las diferentes etapas de la vida y dependen de las experiencias del individuo, al resaltar que los factores situacionales y sociales ponen en mayor riesgo y estrés a las personas.

- Factores situacionales, al referir todos aquellos factores que generan estrés o inestabilidad a través de los cambios personales, laborales o familiares.
- Factores de maduración, al indicar que las etapas de la vida interfieren en el desarrollo físico, familiar, educativo, entre otros, como por ejemplo el divorcio, hospitalización, consumo de sustancias, pérdida de autonomía, envejecimiento, entre otros.
- Factores socioculturales, al mencionar que los factores estresantes del contexto, entorno y sociedad dan como resultado problemas de desarrollo en cualquier grupo de edad.

### **2.1.3. Afrontamiento y apoyo social**

Barcelata (2015) refiere que el estrés y el afrontamiento no puede valorarse de manera aislada, pues ante situaciones estresantes se debe identificar y considerar diversas variables tales como: sexo, nivel socioeconómico, académicos, entre otros; ya que el apoyo social involucra también hechos psicológicos y otros aspectos como el funcionamiento familiar.

Sendra (2018) refiere que el apoyo social es definido como afecto, ayuda, asistencia, imagen positiva e información necesaria brindada para el desarrollo adecuado de las personas, por lo que se considera que la misma es fundamental para el desarrollo y bienestar pues este juega un papel en el afrontamiento de situaciones o problemas que generan estrés y malestar

significativo, y da lugar en la recuperación de la salud al fortalecer el progreso en las diferentes áreas.

Lee e Irwin (2020) al hablar de apoyo social y afrontamiento se engloban acciones y recursos, que conforman un factor de protección ante la vulnerabilidad y promueven la salud mental y el ajuste psicológico, entre ellos se puede mencionar cinco tipos de apoyo.

- Apoyo emocional: el cual hace referencia al cuidado, interés y preocupación que el círculo social provee al individuo.
- Apoyo instrumental: al indicar todos aquellos recursos, medios o formas de ayuda directa para el individuo.
- Apoyo en estima: al integrar expresiones de validación, ánimo, exhortación, consolación y aliento para el individuo.
- Apoyo informativo, al proporcionar atención, consejo, orientación y asesoría necesaria.
- Apoyo en redes.

En relación con el afrontamiento y apoyo social referente al abuso sexual el cual es catalogado dentro de un evento potencialmente traumático o parte del trauma complejo según Beyebach y García (2022) quienes indican que el apoyo social es de gran importancia como factor previo, pues en él, la persona percibe y cuenta con una red social amplia que le proporciona recursos para afrontar y amortiguar el impacto de ciertos eventos y que a partir de ellos se tienen efectos positivos, lo que es importante para el afrontamiento y por lo tanto también para su resiliencia no solo de manera individual sino también grupal.

#### 2.1.4. Mecanismos de defensa

Rojas (2014) expone que el ser humano se enfrenta cada día a situaciones que le provocan estrés y en las que generalmente encuentra retos e inestabilidad emocional, por lo que recurre a estrategias de afrontamiento y mecanismos de defensa, que son procedimientos utilizados para reducir y responder ante la adversidad, es decir disminuyen ansiedad, miedo o sentimientos de incertidumbre; sin embargo existe una gran diferencia entre ellos ya que las estrategias de afrontamiento conllevan comportamientos y acciones voluntarias y conscientes ante las dificultades o problemas; a diferencia de los mecanismos de defensa que son respuestas involuntarias e inconscientes, por lo que se ponen en acción de manera automática y distorsionan nuestra realidad con el fin de poder asimilar o entender una situación o problema. Ante lo que se puede concluir que aunque ambas definiciones son mecanismos o estrategias con las que el ser humano toma y reacciona ante una situación ambas son diferentes pues su abordaje es diferente, ya que el mecanismo de defensa trata de proteger al individuo de una realidad que le está causando molestia y una estrategia de afrontamiento, son pensamientos y acciones que tratan de controlar y manejar la situación; en resumen el mecanismo de defensa trata de proteger al individuo de la realidad y la estrategia de afrontamiento hace frente a la misma.

Ahora bien, Muller (2015), los niños y niñas que son que son víctimas de abuso sexual presentan una serie de síntomas, conductas y actitudes, reflejadas a través de mecanismos de defensa que les permite vivir en contextos de abuso y en ocasiones también con el agresor.

- **Desmentida:** al creer realmente en la agresión y el considerar que el evento sucede.
- **Negación:** al negar la situación de abuso que se atraviesa.

- **Disociación:** para tratar de decir los contenidos y sucesos de su vida, para no ser conscientes de lo que pasa.

Batres (1997) menciona que existen conceptos psicodinámicos que explican y comprenden el proceso y mecanismos de defensa que las víctimas presentan.

- **Represión:** es un método utilizado por las sobrevivientes de abuso sexual e incesto, para alejar de la consciencia aquellos recuerdos y sentimientos, es decir es un mecanismo de protección de tipo olvido selectivo.
- **Disociación:** es un mecanismo utilizado por víctimas y sobrevivientes de abuso sexual e incesto que tienen lugar a partir de las perturbaciones de la memoria, consciencia e identidad, que suele aparecer de forma gradual.
- **Negación:** aparta y desvía el estrés y ansiedad, al tratar inconscientemente de negar los sentimientos, emociones y situaciones perturbadoras.
- **Proyección:** da lugar a que las víctimas y sobrevivientes de abuso sexual e incesto sientan menor perturbación al dirigir aquellas emociones, pensamientos y sentimientos personales que no aceptan en el momento que son experimentados.
- **Racionalización:** las sobrevivientes o víctimas de abuso sexual e incesto crean explicaciones falsas pero lógicas sobre su comportamiento y el de otras personas.

- Regresión: es un mecanismo infantil utilizados ante el estrés y confusión agudo, al sentirse abrumadas o ansiosas por sus enfermedades o secuelas.
- Actos autodestructivos: en estos refieren actos como intentos de suicidio, autogolpes y auto cortadas; como un mecanismo de alivio, al tomar en cuenta que, aunque en ocasiones no sienten dolor mientras realizan estos actos, otras alivian el miedo de los recuerdos intrusivos con ellos.

### **2.1.5. Afrontamiento ante el abuso sexual**

El abuso sexual infantil es definido por Intebi (2012) como cualquier actividad sexual en la que el niño o niña participa con un adulto o con otro niño, y en la que definitivamente no tiene la capacidad evolutiva ni madura para brindar su consentimiento, dentro de este mismo concepto se integran las acciones que transgreden su integridad y desarrollo o que infrinjan las leyes. Ante ello menciona que existe un impacto significativo del abuso sexual en los niños y niñas, ya que el simple hecho de que el agresor sea más poderoso que el niño es suficiente para imponer y manipularlo para realizar este tipo de acercamientos, lo que de cierto modo lo imposibilita para negarse a dichas conductas; el potencial daño emocional del que niño es víctima se presenta en comportamientos consensuados a no resistirse, emociones de dolor, temor y confusión, también da lugar a procesos inadecuados para su desarrollo evolutivo normal.

En la opinión de Barb (2021) existen consecuencias a corto y largo plazo ante una situación de abuso sexual en niños y adolescentes, sin embargo también menciona que existen factores de protección en relación al alcance de estas consecuencias y las mismas dependen de la actitud de los padres o cuidadores, estrategias y recursos de afrontamiento así como también del tratamiento psicológico y resiliencia; al tomar en cuenta que por ejemplo el pronóstico de a

afectación emocional se debe a factores propios del niño y factores ambientales que fortalecen su afrontamiento ya que del mismo depende el manejo de emociones como el miedo, enojo, culpa, entre otros.

Asimismo Beyebach y García (2022) refieren en cuanto al afrontamiento y factores de riesgo de los eventos traumáticos que el factor con mayor impacto posterior a un evento traumático son las estrategias de afrontamiento ya que el individuo a partir del evento pondrá en marcha una serie de estrategias que se verán influenciadas por su personalidad y su estilo de afrontamiento; pero su desarrollo dependerá de las circunstancias y del evento en concreto; sin embargo también existen evidencias que demuestran que las personas estables tienen a resolver o resignificar la situación al dar lugar a una forma de afrontamiento eficaz para su desarrollo; sin embargo también se observa que hay personas inestables que tienden a aislarse y a desear que el evento no hubiera ocurrido.

#### **2.1.6. Estrategias de Afrontamiento**

Frydenberg y Lewis (2000) mencionan que el ser humano atraviesa diversas fases de desarrollo y que la adolescencia es una en la que se presentan no solo retos sino también obstáculos ante los cuales el adolescente deben optar por mecanismos o estrategias conductuales y cognitivas para responder a las situaciones que enfrentan, pues las preocupaciones pueden ser abrumadoras e incluso incapacitantes pero también pueden llegar a ser en casos extremos depresión y suicidio, ante ello refieren 18 estrategias de afrontamiento.

- Buscar apoyo social (AS): al compartir el problema con otras personas y de cierto modo buscar el apoyo social para solucionarlo.

- Concentrarse en resolver el problema (RP): al dirigirse a resolver el problema de manera sistemática y analizada desde varios puntos de vista.
- Esforzarse en tener éxito (ES): la persona busca, se compromete, y dedica a encontrar la solución y tener éxito, se centra en conductas de trabajo.
- Preocuparse (Pr): se identifica por el temor al futuro de manera general.
- Invertir en amigos (Ai) al buscar conexiones, comunicación y relación con personas íntimas.
- Buscar pertenencia (Pe): al preocuparse e interesarse por su relación con los demás y enfatiza su preocupación por lo que otros piensan sobre él.
- Hacerse ilusiones (Hi): muestra elementos relacionados a la esperanza y anticipación al creer que todo saldrá bien.
- Falta de afrontamiento (Na): también llamada no afrontamiento y manifiesta la falta de estrategias y capacidades de individuo para tratar un problema, asimismo, indica el desarrollo de síntomas psicósomáticos.
- Reducción de la tensión (Rt): al evidenciar sentimientos e intenciones de sentirse mejor, mediante acciones que reduzcan su tensión.
- Acción social (So): al dejar que otras personas conozcan el problema y conseguir ayuda al organizar actividades y peticiones a su favor.
- Ignorar el problema (Ip): al tratar de ignorar, rehusar y rechazar conscientemente el problema o incluso desentenderse del mismo.

- Autoinculparse (Cu): al sentirse culpable y responsable de los problemas, situaciones o inquietudes que presenta.
- Reservarlo para sí (Re): al manifestar elementos y factores con los que el individuo huye o se aleja de los demás para aislarse y no querer que otros conozcan sus problemas.
- Buscar apoyo espiritual (Ae): reflejan elementos relacionados al buscar ayuda de un líder o de Dios, a través de conductas y actitudes como orar y rezar.
- Fijarse en lo positivo (Po): al buscar aspectos positivos y funcionales de situaciones, también trata de sentirse afortunado ante las situaciones, al tener una visión positiva.
- Buscar ayuda profesional (Ap): al buscar la opinión y ayuda de profesionales.
- Buscar diversiones relajantes (Dr): al buscar actividades relajantes y de ocio.
- Distracciones físicas (Fi): al dedicarse a actividades físicas, hacer deporte, mantenerse en forma.

Blanco et al. (2014) explican que según Frydenberg Y Lewis en 1997 existen tres estilos de afrontamiento, en los cuales se integraban otras estrategias de afrontamiento con las que el individuo puede enfrentar situaciones estresantes de su entorno.

- Dirigido a solucionar el problema, este estilo de afrontamiento integra estrategias como: resolución del problemas y esfuerzo.
- Afrontamiento basado en le relación con los demás, la cual se compone de estrategias como: búsqueda de apoyo social, búsqueda de pertenencia, recurrir a amigos íntimos y afrontamiento de problemas sociales; sin embargo, también refiere que para este estilo de afrontamiento es necesario que el adolescente sea capaz de desarrollarse en contextos sociales, es decir que posee competencia social.
- Afrontamiento improductivo, para este tipo de afrontamiento el adolescente hace uso de estrategias como: hacerse ilusiones, reducción de la tensión, ignorar el problema, preocupación y no afrontamiento, por lo que las mismas no llevan a ninguna solución el problema o situación que se está suscitando.

Uribe, et al. (2018) describen que Compas, Mallaren y Fanacaro en 1988; Frydemberg y Lewis en 1997, afirman que las estrategias de afrontamiento pueden asociarse para formar tres estilos de afrontamiento.

- Estilos dirigidos a solucionar el problema de forma individual, al ser estas las que dan lugar a superar y enfrentar el problema o evento estresante de manera funcional y satisfactorio, entre ellas se encuentran: concentrarse en resolver el problema, fijarse en lo positivo, diversiones relajantes, distracciones físicas, esforzarse y tener éxito.
- Acercarse a otros y obtener apoyo social: en este estilo se integran estrategias como apoyo social, relacionarse con amigos íntimos, acción social, buscar pertenencia, apoyo espiritual y buscar apoyo profesional;

mismas que el adolescente utiliza para enfrentar demandas del afrontamiento.

- Estilos improductivos: este estilo se caracteriza por no producir efectos positivos en el bienestar de los adolescentes ya que en las mismas se combinan acciones improductivas y evitativas que dan lugar a la incapacidad para enfrentar problemas, entre ellas se encuentra: preocuparse, hacerse ilusiones, reducción de la tensión, no afrontamiento, autoinculparse, ignorar el problema y resolverlo para sí.

Lorenzo et. al. (2018) indican que las estrategias de afrontamiento son herramientas que el ser humano observa y toma como una sensación o expectativa de control para alcanzar el éxito ante el próximo conflicto o situación, ante ello identifica diferentes tipos de estrategias de afrontamiento:

- Estrategias de afrontamiento ante situaciones externas: en las que el ser humano trata de evitar para no exponerse a un conflicto; el escape para huir del riesgo y la modificación de estímulos en la que se trata de integrar riesgos mínimos para desvalorizar el riesgo o conflicto actual.
- Estrategias de afrontamiento ante pensamientos asociados al problema: que se centra en identificar pensamientos irracionales o desadaptados a la realidad del sujeto y que lo llevan a tomar acciones inadecuadas y orientadas al desajuste o desadaptación de la realidad.
- Enfrentamiento a estados emocionales: lo que refiere estrategias de control emocional ante situaciones que producen mayor intensidad y que de algún modo pueden llevar a desestabilizar al individuo, entre ellas se puede mencionar, la respiración diafragmática, entrenamiento en relajación progresiva, entre otras.

Varona (2023) refiere que Echeburúa y Amor en 2019 indican que las estrategias de afrontamiento ante sucesos potencialmente traumáticos se dividen en dos, estrategias desadaptativas y estrategias adaptativas que a su vez se desarrollan a través de una serie de niveles en las que las personas se identifican o apoyan para atravesar circunstancias o sucesos de la vida.

A. Estrategias inadaptativas: al desglosar su desarrollo en cuatro de series o niveles de atención.

- Nivel conductual: que engloba evitación conductual, aislamiento social y acercamiento a personas inapropiadas, a la vez indica que pueden presentarse conductas autodestructivas como lo es la automedicación, conductas de riesgo, abuso de alcohol y drogas, así como también conductas violentas.
- Nivel cognitivo: al centrarse en situaciones traumáticas del pasado.
- Nivel emocional: al anclarse a sentimientos de nostalgia, venganza, culpa, ira, hostilidad, impotencia, rencor, entre otros.
- Regulación emocional cognitiva: al dar lugar a mecanismo de defensa como la negación, catastrofismo, rumiación, autoculpabilizarse o culpar a otras personas.

B. Estrategias adaptativas: asimismo, describe la división de las estrategias de afrontamiento adaptativo en cuatro series.

- A nivel conductual: al referirse a la búsqueda de apoyo social y familia, alejarse de personas que le dañan o interfieren en su bienestar, buscar apoyo profesional cuando es necesario, por ejemplo, buscar ayuda

terapéutica, así como también la creación de conductas constructivas y respetuosas con ella o el mismo y los demás.

- Nivel cognitivo: al focalizar su atención en situaciones o sucesos positivos de su presente y de metas y proyectos a futuro.
- Nivel emocional: al integrar sentimientos positivos como nostalgia positiva, perdón, compasión, deshago emocional con personas cercanas y queridas.
- Regulación emocional cognitiva: al aceptar, poner en perspectiva, reevaluar, fijarse en lo positivo y planificar.

### **2.1.7. Inteligencia emocional y afrontamiento**

Olvera, et al. (2002) Indica que generalmente el ser humano se enfrenta a diferentes situaciones de amenaza y conflicto y que ante ello realiza procesos que se denominan estrategias de afrontamiento, a la vez hace énfasis en que las mismas juegan un papel importante en la inteligencia emocional, ya que si posee estrategias de afrontamiento adaptativas el ser humano tiende a responder mejor a las situaciones estresantes o conflictivas, como por ejemplo tener pensamientos agradables, buscar soluciones a los problemas, relajarse, entre otros son estilos de afrontamiento adaptativos que fortalecen a la inteligencia emocional; en comparación a los que son menos adaptativos como la rumiación que tiende a alargar y dar mayor intensidad a los periodos depresivos, o el aislarse; esto solo genera menor probabilidad de resolver el problema o la situación de manera adecuada y exitosa.

Sala y Morena (2020) refieren que la inteligencia emocional se observa en el afrontamiento como una responsabilidad, al considerar que “como se percibe la vida así se actúa” para ello hace mención de un estudio realizado por el grupo

de investigación en estrés y salud (GIES) del año 2019, en el que se evaluó tres diferentes dimensiones de la inteligencia emocional (atención, claridad y reparación emocional) por medio de cuatro tipos de afrontamiento (afrontamiento centrado en el problema, búsqueda de apoyo social, aceptación de las emociones y rechazo) en donde se concluyó que la inteligencia emocional mejora el bienestar emocional a través del afrontamiento adaptativo frente a situaciones estresantes; ya que las emociones positivas incrementan la flexibilidad mental y pensamiento, lo que facilita la resolución de problemas; a la vez recalca que llegar a un estado emocional positivo es un proceso de practica constante.

#### **2.1.8. Estrategias de afrontamiento y problemas psicológicos.**

Beyebach y García (2022) refieren que las estrategias de afrontamiento pueden dar lugar e incluso observarse como secuelas o consecuencias del estrés postraumático, por ejemplo las conductas autodestructivas como la automedicación, abuso del alcohol o drogas ilegales, autolesiones, atracones y otras conductas temerarias son soluciones ineficaces en las que la víctima trata de solventar su estado emocional y que permiten la perpetuación del trauma y el desgaste emocional, Por otro lado se encuentran las conductas adaptativas ante un evento traumático, que permiten y se manifiestan como: apoyo social, resolución de problemas, desahogo emocional, entre otras; mismas que posibilitan la aceptación de lo sucedido y dan lugar a una reinterpretación positiva de lo sucedido para recuperación gradual de las personas.

Varona (2023) indica que el factor más complicado de la recuperación de la víctima es la inestabilidad emocional anterior del suceso y que cuando ocurre una situación que puede generar trauma se da lugar a una serie de riesgos y cronificación de síntomas, sin embargo, también refiere que las estrategias |de afrontamiento que el individuo utilice para afrontar el trauma es de suma importancia ya que de ello depende el pronóstico de recuperación y para ello

refiere una serie de estrategias de afrontamiento ante sucesos potencialmente traumáticos, los cuales son referidos por Echeburúa y Amor en 2019 como estrategias inadaptativas y estrategias adaptativas y las divide en cuatro áreas.

- Nivel conductual
- Nivel cognitivo
- Nivel emocional
- Regulación cognitiva

## **2.2. Bienestar psicológico**

### **2.2.1. Definición**

Dalouh, et al. (2019) mencionan que para el bienestar psicológico existen diversas posturas y conceptualizaciones sin embargo García y Gonzales 2000 indican que el bienestar psicológico es un constructo que integra el experimentar y sentir de manera positiva así como también al hecho de pensar y razonar de forma constructiva y positiva acerca de sí mismo, por lo que se define desde una naturaleza subjetivamente vivencial y se vincula con aspectos físicos, psíquicos y sociales; en relación a lo mismo refiere a Díaz 2009 quien afirma que el bienestar psicológico se centra en situaciones no tanto inmediatas pero si trascendentales, el proceso y desarrollo de sus capacidades, sentido de la vida, identidad y crecimiento personal; por lo que son términos integrados y complejos para el desarrollo de perspectivas, aprendizajes y vivencias del individuo.

Según Mingote y Requema (2013) el bienestar psicológico se caracteriza por el dominio e influencia de las emociones positivas sobre aquellas que son negativas, por ejemplo las emociones como el placer, alegría y felicidad dan lugar a la vitalidad y aumentan el desarrollo individual, al establecer vínculos sociales y amorosas, mientras que las negativas como la desesperada y

hostilidad destructiva disminuyen la conducta creativa y el desarrollo personal; además indica que el bienestar psicológico se entiende de dos maneras:

- Satisfacción por la vida, la alegría y placer por vivir, mismas que se distinguen por ser mayormente emociones positivas sobre las negativas, que se asocian al sistema límbico y especialmente al sistema de recompensa y que consideran el bienestar desde un sentimiento sensorial del placer, al indicar que el fin u objetivo del ser humano es alcanzar el placer y la evitación del dolor.
- Bienestar vital, alegría de vivir y eudamonía de Aristóteles: la cual enfoca sus esfuerzos en sentirse satisfecho con los procesos y desarrollo personal, que ese implica a la autorrealización con recursos potenciales y personales; a la vez integra armonía, independencia y libertad interior y consciente a través del desarrollo personal.

### **2.2.2. Dimensiones del bienestar**

Moreno et al. (2020) Indican que según Veliz 2012 el bienestar psicológico se integra de diferentes factores o dimensiones que dan lugar una integración funcional para el desarrollo del individuo, entre ellas se encuentra.

- Autoconcepto, al referir el hecho de que el individuo se sienta bien con el mismo y sea consciente aceptando sus habilidades y limitaciones.
- Relaciones positivas, al indicar que las relaciones sociales deben ser estables y deben mantenerse con amigos y personas en las que puedan confiar.
- Autonomía, al evaluar la capacidad de mantener una individualidad y que puedan resistir a la presión social para recuperar su comportamiento.

- Dominio del entorno, al referir habilidades de elección y creación de entornos favorables para influir en contexto en los que se desenvuelve y con ello sentirse capaces de controlarlo.
- Propósito de vida, al mencionar que el individuo necesita tener metas, objetivos claros y definidos.
- Crecimiento personal, al evaluar las condiciones para generar y desarrollar habilidades, potenciales de crecimiento que ayude al individuo a mejorar su calidad de vida.

### **2.2.3. Tipos de bienestar psicológico**

Dalouh, et al. (2019) refieren que el bienestar psicológico desde perspectivas como las de Ryff en 1989 indican que existen diferentes dimensiones de estas,

- Autonomía, descrita como la fortaleza o resistencia ante la presión social, la regulación y control de comportamiento.
- Propósito de vida, al indicar que los seres humanos poseen metas y objetivos que dan lugar a su sentido de vida.
- Autoaceptación, al aludir a aquellas conductas y cogniciones que dan lugar a la apreciación adecuada y positiva de uno mismo.
- Relaciones positivas con otros, al explicar necesidad precisa que el ser humano posee de relacionarse con otros individuos.
- Dominio de los entornos, al indicar el deseo o la sensación de control que el ser humano posee de sus contextos.

- Crecimiento personal, al remitir al interés de crear y potenciar habilidades, actitudes y capacidades.

Urpí (2022) manifiesta que el termino de bienestar psicológico implica una serie de significados o acepciones al tomar en cuenta que puede ser visto desde diferentes conceptos, sin embargo, refiere puntualmente dos enfoques clásicos.

- Bienestar hedónico, el que produce sensación de placer o de satisfacción ante determinadas experiencias o vivencias en las que el ser humano se encuentra.
- Bienestar eudaimónico, este abarca conceptos y elementos profundos que se refieren al sentido de auto realización, potencial humano y virtud.

Sin embargo, también menciona que según la psicología positiva existe otro modelo que intenta definir y explicar el bienestar, al ser este el modelo PERMA.

- Emociones positivas, al señalar que las emociones positivas dan lugar al sentimiento de bienestar.
- Compromiso, al referir la concentración para realizar actividades.
- Relaciones positivas, al mencionar que el bienestar aumenta a partir de las cosas o situaciones positivas que surgen de las relaciones adecuadas y positivas.
- Propósito, al describir que existen elementos como sentido y significado de la vida, que dan lugar a la trascendencia o nuestros propósitos.

- Logro, al referir sentimientos de haber alcanzado objetivos, lo que genera de algún modo sentimientos y grado de autotomía y mayor competencia en las habilidades personales.

Cantera (2023) indica que existen dos tipos de bienestar psicológico, que cubren y dan lugar a cubrir necesidades básicas, pero también de crecimiento para el desarrollo general.

- Bienestar hedónico, al hacer referencia a la satisfacción de las necesidades básicas humanas, como el amor, salud, dinero, entre otras, asimismo incluye factores físicos, psíquicos, económicos y de conciliación.
- Bienestar de crecimiento, al referir la satisfacción de necesidad humanas de evolución personal, al indicar que todas las personas requieren ser importante en algún momento de sus vidas, por lo que incluye factores de autonomía, autoaceptación, relaciones positivas con los demás, control ambiental, crecimiento personal y propósito de vida.

#### **2.2.4. Bienestar psicológico y salud mental**

Garassini (2018) indica que se han identificado cinco modelos psicológicos del bienestar y que los mismos juegan un papel importante y progresivo en los factores de desarrollo, pues dentro de ellos se encuentra el modelo de Jahoda quien indica que la salud física es importante más no asegura la salud mental y recalca que las mismas son igual de importantes, para ello detalla y señala cinco ejes o criterios de atención para el desarrollo de la salud mental y del bienestar psicológico.

- Actitudes hacía él mismo
- Crecimiento, desarrollo y autoconceptualización

- Integración
- Autonomía
- Percepción de la realidad
- Control ambiental

Cubero (2019) refiere que la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como “el estado completo de bienestar psicológico y social” un concepto diferente al que se utilizó en su comienzo, pues el mismo hacía referencia a que la salud era simplemente la ausencia de enfermedad; por lo que este cambio sugiere un proceso dinámico en el que se integran factores de carácter interno pero a la vez externo y ambiental; no solo procura el bienestar físico sino también responde a la necesidad de mejorar habilidades personales y responde de mejor manera a las circunstancias o situaciones para el desarrollo saludable del individuo.

Ortiz y Miranda (2022) afirman que la salud mental es una meta y objetivo para el desarrollo de los adolescentes esto en derivado de que existen diferentes riesgos que los coloca en un estado de vulnerabilidad, a la vez expone que la salud mental es un estado adecuado con el que la persona hace frente al estrés de las diferentes áreas de su vida y que indiscutiblemente se relaciona con el bienestar físico, biológico, psicológico y social; al expresar que por los cambios físicos y de personalidad a los que los adolescentes se enfrentan en dicha etapa existen riesgos, hábitos, comportamientos y actitudes poco saludables o inadecuados para su desarrollo.

#### **2.2.5. Bienestar psicológico y factores de riesgo psicosocial**

Vega-Michel y Camacho (2018) indican que para entender los conflictos y problemas que un adolescente enfrenta en su desarrollo se debe entender que los mismos no se deben simplemente al hecho de la transición de desarrollo sino una serie de factores que le ponen en riesgo y le presentan obstáculos.

- Atributos individuales: que engloba aspectos como baja autoestima, inmadurez cognitiva, dificultad o problemas en la comunicación, enfermedades, abuso de sustancias.
- Circunstancias sociales: que incluye aspectos como, aislamiento social, procesos de duelo, problemas, conflictos y preocupaciones familiares, negligencia social, exposición a la violencia y abuso, nivel económico bajo, inconvenientes o fracaso escolar y estrés laboral o desempleo.
- Factores ambientales: que abarca aspectos como, poco acceso a servicios básicos, discriminación, inequidad, injusticia, exposición a guerras o desastres ambientales.

Bermúdez et al. (2017) refieren que el bienestar psicológico es un constructo complejo y multidimensional que se ve afectado por una serie de factores, entre los que se encuentran los estilos de personalidad, riqueza y relaciones interpersonales.

- Personalidad: al explicar que el bienestar y la felicidad no son determinados solamente por la genética sino también por las circunstancias, la personalidad y los factores temperamentales, los cuales juegan un rol imprescindible en los mismos.
- Riqueza: al comentar que el aumento de la riqueza y focalización de metas de una persona se asocia a aumento de la felicidad y bienestar; contrariamente con quienes no presentan logros de dinero, fama, autodesarrollo, entre otros.
- Relaciones interpersonales: al mencionar que el tener relaciones íntimas con personas es una necesidad humana que se relaciona estrechamente

con el bienestar ya la que las personas sienten apoyo de los demás no solo presentan mejor salud, sino que también se sienten más felices; de manera opuesta a aquellos que nunca se han casado, están divorciados o separados, ya que ellos presentan menor felicidad y bienestar según estudios realizados.

Intebi (2012) expone que el abuso sexual en adolescentes no juega un papel de protección sino más bien de riesgo, por lo que es necesario establecer recursos y estrategias adecuadas que controlen y disminuyan los factores de riesgo, y que a la vez favorezcan los factores de protección y den lugar a la reparación y promoción de efectos funcionales que la violencia sexual y desprotección provocaron; asimismo indica que para la que intervención sea eficaz es necesario incluir ejes individuales pero también familiares como dinámica subyacente.

#### **2.2.6. Bienestar psicológico y factores de Protección psicosocial**

Vega-Michel y Camacho (2018) refieren que según la Organización Mundial de la Salud OMS debe indicar que el bienestar psicológico debe de ser prioridad para los gobiernos, familia, escuelas y sociedad en general, al tomar en cuenta que con él se integran habilidades para desarrollar y mantener todo tipo de relaciones como lo es con la sociedad, educación, trabajo, entre otros; y con conlleva a la toma de decisiones sobre y para la vida plena. Para ello indica que existen factores de protección que fortalecen el desarrollo del adolescente.

- Atributos individuales, que integran aspectos como autoestima y confianza, habilidades sociales y de solución de problemas, así como también el manejo de estrés y situaciones adversas, habilidades de comunicación y salud física.

- Circunstancias sociales, al englobar situaciones y aspectos como apoyo familiar y de amigos, parentalidad e interacción familiar, nivel académico seguro, logros académicos y laborales.
- Factores ambientales, al referir aspectos de acceso a servicios básicos, justicia social, equidad sexual y social, seguridad física, entre otros.

Miranda y Galán (2021) indican que los factores de protección son factores que integran y se constituyen para el desarrollo psíquico equilibrado y autónomo, a través de condiciones personales y del entorno que mejoran y mantienen el desarrollo del individuo y grupos. a la vez mencionan que los factores de protección de la salud mental y de otros ejes inician desde el hogar, para luego fortalecerse y desarrollarse en la escuela, grupos de ocio y sociedad en general. Entre los factores indican.

- Personales, al indicar que son todos aquellos factores que integran la capacidad de gestionar y manejar emociones, salud física, tolerancia a la frustración, sentido del humor, resiliencia, entre otros.
- Del entorno, al referir hábitos adecuados, funcionales y saludables de gestión emocional para enfrentar situaciones, cambios y confusiones de la vida diaria.

### **2.2.7. Bienestar psicológico en adolescentes.**

Vega-Michel y Camacho (2018) mencionan que según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el término de bienestar psicológico es un estado funcional de bienestar en el que cada persona es consciente y responsable de sus capacidades, así como también es quien debe enfrentarse a situaciones que le generan tensión, y con ello debe trabajar de forma productiva y fructíferamente para contribuir a su desarrollo y al de su comunidad, es importante recalcar que

los mismos indican que durante la adolescencia cada individuo enfrenta problemas, condiciones y situaciones que lo transforman y determinan; por lo que la importancia del bienestar para esta etapa es de suma importancia pues de no contar con un bienestar adecuado el adolescente puede atravesar esta etapa de manera turbulenta.

En relación al bienestar psicológico ante el abuso sexual Vásquez (2020) indica que el abuso sexual genera un impacto psicológico que en su mayoría es determinado por condiciones como la frecuencia de la condición abusiva, duración, tipo de abuso, relación con el agresor, lugar del suceso, recursos de afrontamiento personal, amortiguadores emocionales como lo son las redes de apoyo, relaciones familiares, autoestima positiva, entre otros; pues de ello dependerá el desarrollo de la víctima al tomar en cuenta que las mismas reducirán el impacto con el que la víctima enfrentara la situación.

#### **2.2.8. Problemas psicológicos en adolescentes.**

Antes de definir algunos problemas psicológicos en adolescentes se debe definir el concepto de la adolescencia, ya que tal y como es indicado por Fandiño y Rodríguez (2021) la adolescencia es una etapa de la vida en la que se cambia y trasciende de la infancia a la vida adulta, y en la que se presentan no solo cambios corporales, de identificación, referentes, intereses y relacionales, sino también conllevan cambios emocionales e intelectuales que pueden dar lugar a desencadenar riesgos. Cabe mencionar que esta etapa implica un tiempo extenso y en diferentes esferas de la vida, en las que el adolescente generalmente se centra en y prepara para afrontar la autonomía de la vida adulta.

Fernández y Ramos (2016) mencionan que todo tipo de abusos produce reacciones o respuestas emocionales negativas, inadecuadas y disfuncionales, que dan lugar a desajustes, debido a que no asimilan la experiencia o evento

vivido, entre dichas reacciones se encuentran: miedo generalizado, hostilidad y agresividad, vergüenza, baja autoestima, culpa, estigmatización, desconfianza, rencor y rechazo al propio cuerpo; sin embargo exponen que también existen factores mediadores ante el abuso, entre ellos se encuentra: edad y madurez del niño, estrategias de afrontamiento, apoyo de la familia y amigos, entre otros que le ayudan a reducir y controlar emociones generadas por el abuso.

Urra (2014) indica que la víctima presentara una serie de síntomas negativos en su desarrollo al sufrir algún tipo de agresión sexual o violación, mismos que se pueden dividir en:

- Corto plazo, al englobar alteraciones de apetito y sueño, así como también ansiedad y miedo generalizado, que también da lugar al aislamiento, desorganización dificultad para seguir con la vida cotidiana, pues se tiende a presentar también (tendencias depresivas) tristeza, apatía, pensamientos suicidas (tendencia de estrés postraumática) pensamientos intrusivos, taquicardias, náuseas, ansiedad, tristeza, ira, entre otros. (conductas de evitación) que se manifiesta por miedo a estímulos de agresión. (reducción de capacidad de respuesta) al reducir la capacidad de disfrutar, acciones lentas y sin implicaciones diarias. (depresión originada por situaciones varias) baja autoestima, inculparse, miedo, sentimientos de indefensión, vulneración.
- Mediano plazo, al presentar sintomatología referente a depresión, pérdida de autoestima, disfunción sexual, problemas y dificultades para relacionarse socialmente.
- Largo plazo, ante ello refiere que hay mujeres víctimas que después de años no dejan de presentar sintomatología como irritabilidad, desconfianza, embotamiento efectivo, capacidad poca o nula para disfrutar, disfunción sexual y puede dar lugar al desarrollo de ansiedad

generaliza, trastornos fóbicos, depresión mayor, abuso de alcohol, estrés postraumático, entre otro.

Vásquez (2020) indica que al hablar de problemas psicológicos ante o asociadas al abuso sexual también hablamos de psicopatologías que se desarrollan como consecuencia del abuso sexual infantil, ya que dado el abuso que en mayor parte es repetitivo y acumulativo y en el que el menor es víctima no solo de abuso sexual sino también de violencia física y psicológica, lo que no le permite afrontar de manera adecuada las situaciones y eventos a los que se ve expuesto; ante ello es importante mencionar que la presencia de psicopatologías varía de caso a caso, sin embargo existen sintomatologías frecuentes tales como: conductas sexualizadas, estrés postraumático, trauma complejo, depresión, entre otros. A la vez hace mención que esto no quiere decir que todas las víctimas vayan a requerir atención o intervención clínica puesto que el tratamiento solo es adecuado para niños afectados por sintomatologías psicopatológicas intensas en ansiedad, depresión, pesadillas, alteraciones sexuales o algún problema en el que se determine inadaptabilidad con significación clínica.

Ahora bien, para Sica et. al. (2016) identifica siete grupos clínicos o trastornos importantes en adolescentes que define como problemas psicológicos.

- Insatisfacción corporal, al referirse al descontento del aspecto físico personal, y a la voluntad de reducir su propio peso, asimismo indica que los síntomas pueden estar acompañados de problemas emocionales, malestar en cuanto a su percepción corporal, entre otras; y recalca las implicaciones que la presencia extrema de estos síntomas dé lugar al desarrollo de algunos trastornos como: anorexia o bulimia.
- Ansiedad: al indicar que existen manifestaciones subjetivas de ansiedad, tensión, preocupación y síntomas fisiológicos de la ansiedad que inician en la preadolescencia y que pueden aumentar y con ello ocasionar

dificultades o problemas notables para su desarrollo diario, al convertirse en trastornos de ansiedad como: fobia social, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno obsesivo compulsivo y trastorno somatomorfo.

- Depresión: al hacer referencia a la presencia subjetiva de tristeza, melancolía anhedonia o desesperanza persistente y frecuente a través de una sintomatología cognitiva, afectiva y somática que interrumpe o dificulta el desarrollo diario del individuo y por ende tienen un impacto en el rendimiento escolar, familiar e interpersonal; el autor menciona que este tipo de síntomas pueden aparecer en los adolescentes con casos de violencia, abuso, acoso, dimorfobia, entre otros.
- Abuso de sustancias: al exponer que el abuso de sustancias condiciona el funcionamiento de los adolescentes al recalcar las consecuencias negativas directas y aquellas otras que están asociadas como colaterales, en diferentes espacios de desarrollo y contextos de su vida; como por ejemplo las implicaciones físicas y psicológicas en el rendimiento escolar, relaciones interpersonales y conductas de riesgo.
- Problemas interpersonales: la persona mantiene de manera persistente conductas y actitudes de oposición distanciamiento y desconfianza que pueden dar lugar a relaciones sociales conflictivas, conductas de riesgo o antisociales, marginación, problemas con la autoridad y estrategias de afrontamiento no adaptativas; con frecuencia suele experimentar intensamente emociones negativas que se le dificulta gestionar.
- Problemas familiares: al mencionar que los conflictos y experiencias de negligencia, incomodidad, descuido e incomprensión persistentes en la familia influyen en las conductas de los adolescentes, lo que se debe identificar y trabajar ya que este eje es un factor de protección ante el desarrollo y situaciones que puede enfrentar el adolescente.

- Incertidumbre sobre el futuro: al indicar la presencia de preocupaciones en áreas educativas y laborales para tomar decisiones correspondientes a su desarrollo profesional, por lo que presenta un intenso estado de indecisión y preocupación sobre dichos temas.

### **2.2.9. Riesgo psicosocial en adolescentes.**

Schereck y Páramo (2015) refieren que la adolescencia integra diversos riesgos derivados de los impulsos, fuerza de regresión, el reto de diferenciarse y lograr la autonomía, aunque se ha generalizado el hecho de la rebeldía, también existen factores patológicos en el oposicionismo compulsivo; el adolescente se encuentra en una disyuntiva entre el aceptar o seguir órdenes y sentirse autónomo, es decir en esta etapa el adolescente relaciona la obediencia con el sometimiento e infantilización. Ante ello se debe resaltar que constantemente la violencia de los adolescentes es el resultado del abuso de poder de los adultos y su necesidad de negar la dependencia o al contrario tiende a relacionarse y apegarse a una persona por miedo al sufrimiento, al abandono o a la responsabilidad; lo que conlleva una serie de riesgos o factores inadecuados presentes para su desarrollo como lo es, adicción al alcohol u otras sustancias, compras compulsivas, acumulación de objetos, adicción a la televisión o teléfono, actividad física excesiva, escaparse de la escuela, realizar actividades delictivas, entre otras.

Albo et al. (2019) manifiesta que el riesgo psicosocial es definido como el conjunto de circunstancias, situaciones, ejes o factores familiares y sociales que integran una problemática, tales como maltrato, abuso, violencia, abandono, vínculos familiares bajos e inadecuados, entre otros, que ocasionan y aumentan la probabilidad de que el individuo presente malestar en su desarrollo integral o que sea víctima o autor de violencia. Para ello el autor también menciona algunos indicadores de riesgo psicosocial en niños, niñas y adolescentes.

- Individuales: este indicador integra factores como, trabajo infantil, ausentismo escolar frecuente, habilidades y capacidades diferentes, víctimas, influencia de personas cercanas que no tienen un desarrollo psicosocial adecuado ni funcional, poco control emocional, limitación para sus estudios, descuido personal y conductas no esperadas.
- Familia: el individuo agrupa indicadores como, maltrato psicológico de los padres, consumo de alcohol de los padres, ausencia emocional de los padres, falta de afecto o muestras de cariño en la familia, indiferencias y ausencia de algún miembro de la familia, progenitores jóvenes, situación económica inestables o precaria.
- Entorno social: presenta indicadores como, presencia de barrios en delincuencia, drogas, prostitución, pandillas; insuficientes estrategias de afrontamiento e intervención ante situaciones de riesgo psicosocial y contaminación ambiental.

#### **2.2.10. Riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual**

Como afirman Quezada, et al. (2006) el abuso sexual es una manifestación grave de maltrato en la infancia, cabe mencionar que la misma se perpetra y tiene lugar a través de conductas y actitudes de seducción, chantaje, amenazas o manipulación psicológica del agresor hacia el menor y que implica un problema social ya que el sufrimiento de la experiencia suscitada tanto para la víctima como para su familia es relevante, al tomar en cuenta que la misma da lugar a una amenaza o consecuencia potencial para el desarrollo psicosocial que impacta no solo en esta área sino que también da lugar al riesgo de integrar a sus desarrollo aquellos patrones de interacción abusiva para su presente y vida adulta.

Barb (2021) expresa que el abuso sexual presenta una serie de consecuencias en niños y adolescentes que son víctimas de dicho abuso y que las mismas representan un riesgo para su desarrollo, al dividir las en consecuencias a corto y largo plazo, la primera de ellas se distribuye en.

- Consecuencias emocionales, entre las que menciona: miedo generalizado, aislamiento, ansiedad, irritabilidad, depresión, desconfianza, agresividad, entre otras.
- Consecuencias conductuales, al integrar: hiperactividad, conductas autodestructivas, bajo rendimiento escolar, consumo de drogas, alcohol y fugas.
- Consecuencias sociales, al mencionar conductas como carencia de habilidades sociales, retraimiento y conductas antisociales.

Bajo las palabras del mismo autor también existen consecuencias a largo plazo que se identifican en diversas áreas de funcionamiento, cabe mencionar que al hablar de consecuencias a largo plazo se refiere aquellas que se vivencian a partir de los dos años del evento y que pueden permanecer y seguir desarrollándose a lo largo de la vida, por lo que pueden dar lugar a una cierta cronicidad.

- Consecuencias físicas, al indicar que la víctima puede sufrir dolores crónicos, fatigas, aumento en la presión arterial, trastornos de somatización, entre otros.
- Consecuencias conductuales: al mencionar que pueden presentarse trastornos cognitivos y conductuales caracterizados por intentos de suicidio, consumo de drogas y/o alcohol, trastorno disociativo, alteraciones de memoria, entre otros.

- Consecuencias emocionales: disforia que se distingue por emociones de tristeza, ansiedad, irritabilidad, así como también se presenta depresión, ataques de pánicos, entre otros.
- Consecuencias sexuales: al presentar conductas desde la hipersexualización compulsiva hasta el bajo deseo sexual.
- Consecuencias sociales: al destacar problemas relaciones, aislamiento, falta de control de impulsos y límites difusos, así como también estallidos de violencia y patrones de violencia inconscientes que se transmiten en un ciclo transgeneracional e intergeneracional.

## **CAPÍTULO III**

### **3. MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1. Diseño de investigación.**

Se trabajó bajo un enfoque cuantitativo el cual es descrito por Hernández (2017) como ese tipo de investigación que se encuentra vinculada a procesos numéricos y métodos matemáticos, con orden y secuencia, que buscan comprobar ciertas suposiciones, por lo que no se puede saltar pasos o fases sino que se sigue un orden riguroso para su desarrollo; para ello hace uso de una ruta apropiada que es identificar la idea, plantear el problema, revisar la literatura y desarrollo, visualiza el alcance del estudio, labora hipótesis y definición de variables, desarrollo de diseños de investigación, definición de muestra, recolecta datos, analiza los datos, y por último elabora un reporte de resultados.

A la vez se encuentra bajo un diseño descriptivo el cual es explicado por Hernández et al. (2014) como esa investigación que tiene como objetivo describir fenómenos, situaciones, contextos y sucesivos, ya que busca especificar las propiedades, características o perfiles de personas, grupos o comunidades a partir de un análisis; a partir de la medición o recolección de información de las variables de estudio. Es por ello que esta investigación es de tipo cuantitativo y diseño descriptivo pues, describe las estrategias de afrontamiento en adolescentes, establece el autoestima y bienestar, mide problemas psicológicos en adolescentes y establece el riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual.

#### **3.2. Sujetos**

Para la realización del presente trabajo con adolescentes mujeres, comprendidas entre las edades de 12 a 17 años de edad, guatemaltecas, y que

pertenecen a las etnias ladina e indígena, cabe mencionar que las mismas tiene como idioma predominante el español, la diversidad escolar es variable entre primaria, básico y diversificado; es importante indicar que dichas adolescentes se encuentran albergadas en las Asociación, del Departamento de Huehuetenango. Asimismo, es conveniente mencionar que los criterios de inclusión responden a la integración de objetivos por lo que se trabaja con adolescentes que son víctimas y/o sobrevivientes de abuso sexual; es relevante mencionar que en el desarrollo de la investigación se toman los sujetos en totalidad, siendo estas 12 adolescentes; que se encuentran dentro del albergue de la Asociación.

### **3.3. Instrumentos.**

Se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes, de Frydengerg y Lewis (2000) con procedencia en TEA ediciones, el cual está orientado para una aplicación en adolescentes de 12 a 18 años, puede ser de aplicación individual y colectiva, y tiene una duración aproximada de 10 a 15 minutos. Cabe mencionar que tiene como objetivo principal evaluar las estrategias de afrontamiento de adolescentes, de la misma manera tiene como característica evaluar 18 estrategias entre ellos se mencionan: buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir tiempo en amigos íntimos, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema, autoinculparse, reservarlo para sí, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracciones físicas.

Para su aplicación es imprescindible el uso de materiales como: manual y ejemplares, en las que el adolescente evaluado debe responder a cuestionamientos con la opción que mejor describa su forma de afrontar una situación en general al elegir entre una escala de: (A) estrategia no utilizada, (B) se utiliza raras veces, (C) se utiliza algunas veces, (D) se utiliza a menudo o (E)

se utiliza con mucha frecuencia; para su calificación y obtención de puntuaciones se recurre a sumatoria horizontal de cada elemento, al tomar en cuenta que cada respuesta: A,B,C, D y E corresponden respectivamente a 1,2,3,4 y 5, por lo que al sumar se obtiene la puntuación total de cada escala, la cual debe multiplicarse por el coeficientes de corrección establecidos por el manual; y este mismo se traslada al respectivo perfil.

Asimismo se utilizó el Cuestionario para la Evaluación en Adolescentes, de Sica, Chiri, Favilli y Marchetti (2016) de la editorial TEA ediciones, el cual puede utilizarse en adolescentes de 12 a 18 años, y puede aplicarse de manera individual y colectiva, cabe mencionar que le mismo tiene como finalidad el evaluar comprensivamente a adolescentes en nueve escalas específicas: ansiedad, depresión, problemas interpersonales, problemas familiares, insatisfacción corporal, incertidumbre sobre el futuro, abuso de sustancias, riesgo psicosocial y autoestima y bienestar;

Para su aplicación es imprescindible el uso de materiales como: manual, cuadernillo, hoja de respuestas y clave de acceso PIN para la corrección por internet; es importante mencionar que cuando se le entrega la hoja de respuestas al adolescente se le debe explicar que en la misma solo puede escribir y responder con lápiz; y que en el cuadernillo encontrará una serie de frases que contienen conductas, emociones y pensamientos, los cuales debe elegir en un rango de (A) no describe para nada mi situación (B) describe poco mi situación, (C) describe algo mi situación y (D) describe bien mi situación; también se debe hacer énfasis en que las respuestas no son buenas ni malas, sino que reflejan nuestra forma de pensar y actuar sin ningún juicio; para su corrección se debe ingresar a la página virtual de Tea ediciones, se debe introducir el código de tarjeta y acumular usos de aplicación con cada uno de los cuestionarios contestados por los adolescentes participantes en la investigación.

Cabe mencionar que al considerar que toda la población es menor de edad se realiza un consentimiento o asentamiento informado para la aplicación de la escala y cuestionario psicométrico, en el que se detallan aspectos que se evaluarán, esto con la finalidad no solamente de obtener la firma de aceptación del participante sino que sea el resultado de alcanzar acuerdos que respetan el deseo y dignidad de los participantes para evitar conflictos de intereses o incomodidades posteriores, es por ello que dicho consentimiento se elaboró con anticipación y se dio a conocer para dar la libertad de relación y comunicación entre el investigador y la población objetivo; el consentimiento informado se encuentra en el anexo núm. 1.

A continuación, se presenta una tabla en la que se expone la relación existente entre el objetivo de investigación, instrumentos e ítems o cuestionamientos que se evalúan en específico.

Tabla Núm. 2

*Relación entre objetivos e instrumentos de evaluación*

Categoría/variable	Objetivos de investigación	Instrumentos	Área de investigación
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	Identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas con mucha frecuencia por adolescentes víctimas de abuso sexual	Estrategias de afrontamiento para adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscar apoyo social</li> <li>• Concentrarse en resolver el problema</li> <li>• Esforzarse y tener éxito, Preocuparse</li> <li>• Invertir en amigos íntimos, Buscar pertenencia</li> <li>• Hacerse ilusiones</li> <li>• Falta de afrontamiento</li> </ul>

- Reducción de la tensión
- Acción social
- Ignorar el problema,
- Autoinculparse
- Reservarlo para sí
- Buscar apoyo espiritual
- Fijarse en lo positivo
- Buscar ayuda profesional
- Buscar diversiones relajantes
- Distracción física

<b>Bienestar psicológico</b>	Establecer el Autoestima y bienestar psicológico de adolescentes víctimas de abuso sexual	Cuestionario para la evaluación de problemas en adolescentes	Bienestar psicológico y autoestima
	Identificar problemas psicológicos destacados en adolescentes víctimas de abuso sexual	Cuestionario para la evaluación de problemas en adolescentes	Insatisfacción corporal Ansiedad Depresión Abuso de sustancias Problemas interpersonales Problemas familiares

		Incertidumbre sobre el futuro.
Establecer el riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual	Cuestionario para la evaluación de problemas en adolescentes	Riesgo psicosocial

Fuente: elaboración propia con base en Frydenberg y Lewis (2000) y Sica et. al. (2016)

### 3.4. Procedimiento de investigación

- Selección de temas: a partir de las consideraciones, ideas y perspectivas de interés presentadas por la investigadora para así orientar y centrar las mismas en una vía de desarrollo adecuada y funcional.
- Aprobación del tema de investigación: para luego proceder a la realización del estado del arte.
- Identificación de línea de investigación: en donde se selecciona el área y línea de investigación en el que se realizará.
- Realización de estado de arte: a través de la investigación y exploración de temas relacionados en revistas y tesis nacionales e internacionales, con la utilización del internet como medio de búsqueda.
- Planteamiento del problema: dirigido a la problemática identificada en el contexto de investigación, al integrar, justificación, alcances, objetivos de investigación y definición de variables.

- Selección de pruebas psicométricas, para la evaluación de población en base a los objetivos.
- Elaboración del método: mediante la delimitación de los sujetos e instrumentos, además del proceso estadístico para los procedimientos más adecuados.
- Elaboración del índice: se realiza el bosquejo de subtemas para fundamentar e integrar las dos variables de investigación.
- Realización de marco teórico: se explora e investiga a través de lectura de libros con la utilización de internet y libros en PDF.
- Aplicación de psicometría, a través del trabajo de campo con la población objetivo.
- Elaboración de análisis de resultados, en donde se tabulan datos y se realiza estudio de casos individuales para el análisis de los resultados.
- Realización de propuesta de intervención psicoterapéutica basada en los resultados.
- Redacción de conclusiones y recomendaciones.
- Realización de Propuesta de intervención psicológica integrativa derivada de los resultados obtenidos.
- Referencias bibliográficas: se realizan referencias de cada una de las citas del trabajo de investigación por medio de los lineamientos de normas APA 7ma. Edición.

- Realización de introducción: por medio de una síntesis de la realización de la investigación.

### **3.5. Diseño y metodología del análisis de la información recabada**

Como se mencionó anteriormente esta investigación es tipo descriptiva cuantitativa; asimismo tiene una metodología de análisis grupal; con fines de proporcionar información que permita un estudio adecuado y con ello dar lugar a la creación de una propuesta de intervención psicoterapéutica funcional y adaptada a la realidad contextual de las adolescentes; para ello es importante hacer mención de que se tiene una población de doce adolescentes víctimas de abuso sexual que se encuentran entre 12 y 18 años de edad; al ser esta la totalidad de población en el albergue en donde se realiza la investigación; Cabe mencionar que para dicho análisis de investigación se utilizaron técnicas como el uso de tablas para poder ordenar datos de manera visual, lo que es referido por Ormeño et. al. (2023) como un método para organizar y estructurar los datos de manera visual al constituirlo como una ayuda visual para entender y ubicar los datos de manera más rápida y funcional, pues en la misma se pueden ordenar en columnas y filas, a partir de criterios como textos, números, incluso para listas y formatos personalizados. Igualmente es importante mencionar que se hizo uso de esta al tomar en cuenta que la misma es parte de los formatos de presentación relativamente típicos y estándar para la presentación de resultados, según Hernández et al. (2014).

## **CAPÍTULO IV**

### **4. RESULTADOS DEL TRABAJO DE CAMPO**

#### **4.1. Análisis de resultados**

A continuación, se exponen los resultados obtenidos del trabajo de campo realizado con doce adolescentes víctimas de abuso sexual, de la Asociación de Desarrollo Integral y Beneficio Social para la Familia Guatemalteca, Mujer de Propósito ADIFAG; en los mismos se presentan tablas y gráficas en los que se observan los resultados derivados de identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual; a través de los objetivos específicos: identificar las estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de abuso sexual, establecer el Autoestima y bienestar psicológico de adolescentes víctimas de abuso sexual, medir problemas psicológicos en adolescentes víctimas de abuso sexual y establecer el riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual.

##### **4.1.1. Estrategias de afrontamiento**

Las estrategias de afrontamiento son definidas por Lorenzo et. al. (2018) como herramientas que el ser humano observa y toma como una sensación o expectativa de control para alcanzar el éxito ante un conflicto o situación estresante. Por lo que al tomar en cuenta que las adolescentes víctimas de abuso sexual se han enfrentado a una situación estresante e incluso considerada traumática surge la necesidad de identificar las estrategias con las que dichas adolescentes puedan afrontar una situación, para ello se aplicó la Escala de Afrontamiento en adolescentes de Frydenberg y Lewis (2000) en donde se obtuvieron los siguientes resultados.

**Tabla núm. 3**

*Estrategias de afrontamiento utilizadas “con mucha frecuencia” por adolescentes víctimas de abuso sexual*

SujetoAs	Rp	Es	Pr	Ai	Pe	Hi	Na	Rt	So	Ip	Cu	Re	Ae	Po	Ap	Dr	Fi
NGR												X					
NNV												X					
JMM											X	X	X				
CYL						X											
CCC		X	X									X	X				
FU	X	X	X		X	X	X	X		X			X	X	X	X	
GCC		X	X								X		X	X	X	X	
GJC																	X
VL		X										X	X	X		X	X
M																X	
ML							X				X		X	X	X		
YEL																	

Fuente: elaboración propia a través de trabajo de campo.

Como se puede observar en la tabla núm. 3 la estrategia utilizada “con mucha frecuencia” en primer lugar es “apoyo espiritual” la cual es definida por Frydenberg y Lewis (2000) como una estrategia en la que el individuo en este caso adolescentes víctimas de abuso sexual se acercan a un líder o a Dios en busca de ayuda, cabe resaltar que esta estrategia se caracteriza por integrar a su desarrollo actitudes o conductas como orar y rezar; así mismo se encuentra dentro de la clasificación de estrategias de afrontamiento de estilo acercarse a otros y obtener apoyo social según Uribe et al. (2018).

En segundo lugar se encuentra “reservarlo para sí” la cual es una estrategias que se distingue según Frydenber y Lewis (2000) a través del aislamiento y acciones de tratar de ocultar las preocupaciones propias del individuo, ante ello

es importante recalcar que la población evaluada tiene características emocionales y conductuales que dan lugar al aislamiento por lo que es de suma importancia el poder intervenir en ella para modificarla y con ello promover el bienestar psicológico de las mismas, ya que Varona (2023) también indica que aislarse es una estrategia inadaptativa a nivel conductual que puede repercutir en el desarrollo de las adolescentes, lo que refuerza la idea de promover y reconstruir la vía de desarrollo de esta estrategia.

En tercer lugar, están: “esforzarse y tener éxito”, “fijarse en lo positivo” y “buscar apoyo profesional”, al ser las primeras dos estrategias de estilo de resolución de problemas las que Uribe et al. (2018) caracteriza por superar y enfrentar el problema o evento de manera adecuada y satisfactoria; y la estrategia de “buscar apoyo profesional” como una estrategia adaptativa según Varona (2023) específicamente en el área conductual.

En cuarto lugar se sitúan “auto inculparse” la cual no es solamente una estrategia de afrontamiento inadaptada según Fernández y Ramos (2016) sino también un problema psicológico de que se produce a causa del abuso como una respuesta emocional debido a que el evento no se ha asimilado de manera adecuada, asimismo se encuentra la estrategia de adaptativo según Olvera, Domínguez y Cruz (2002), y las distracciones relajantes que además de ser parte del afrontamiento también es un factor que fortalece la inteligencia emocional.

En quinto lugar, se encuentra “hacerse ilusiones” que según Uribe et al. (2018) es un estilo de afrontamiento improductivo que se caracteriza por no causar efectos positivos en el bienestar, y “distracción física” la cual se caracteriza según Frydenberg y Lewis (2000) como conductas de esfuerzo y dedicación por actividades como deporte y mantenerse en forma, “preocuparse” que es una estrategia de tipo improductivo según Uribe et al. (2018). En sexto lugar refieren concentrarse en resolver el problema para tratar de manejar la situación o

evento de manera sistemática, también buscar apoyo social, pertenencia, reducción de la tensión, ignorar el problema y en algunas ocasiones no saben cómo afrontarlo por lo que no hacen nada.

Ante estos resultados se puede identificar que las adolescentes víctimas de abuso sexual utilizan diferentes estrategias de afrontamiento con mucha frecuencia pero que son las de apoyo espiritual, reservarlo para sí, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar apoyo profesional, autoinculparse, hacerse ilusiones y distracciones físicas las que más sobresalen, por lo que no se definen únicamente de un tipo o estilo. Esto puede deberse a que las mismas vivieron un evento o situación estresante que les hizo utilizar y aprender diferentes estrategias como mecanismos de protección y que a la vez pueden ser resultado o consecuencia del evento que vivieron ya que según Beyebach y García (2022) dichas estrategias pueden ser parte de la secuela y problemas psicológicos a los que dicha población se puede estar enfrentando.

#### **4.1.2. Autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual**

Antes de identificar el autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual es importante definir estas conceptualizaciones; según Dalouh, et al. (2019) el bienestar psicológico es un constructo que refleja la forma positiva y constructiva de experimentar, sentir, pensar y razonar acerca de sí mismo y de los demás, de igual manera exponen que Ryff en 1989 indicaba que existen diferentes dimensiones: autonomía, propósito de vida, autoaceptación, relaciones positivas con otros, dominio de los entornos y crecimiento personal.

Asimismo, Sica et al. (2016) menciona que el autoestima y bienestar psicológico constituyen un punto importante en el desarrollo y equilibrio psicológico de los adolescentes pues en los mismos se integran apreciaciones positivas de ellos

mismos, sus capacidades y cualidades, así como también el bienestar percibido. Es por ello por lo que se evaluó a doce adolescentes víctimas de abuso sexual con el cuestionario para la evaluación en adolescentes de Sica et al. (2016) por lo que resulta importante establecer el Autoestima y bienestar psicológico de adolescentes víctimas de abuso sexual, ante ello se obtuvieron los siguientes resultados.

**Tabla núm. 4**

<i>Autoestima y bienestar psicológico de adolescentes víctimas de abuso sexual</i>		
<b>P</b>	<b>Nivel cualitativo</b>	<b>Número de adolescentes en el nivel</b>
≥95	Precaución excesivo bienestar y autoestima	1
61-94	Buena	4
41-60	Normal	1
21-40	Precaución	3
11-020	Malestar	0
1-010	Malestar muy destacado	3

Fuente: elaboración propia con base en Cica et al. (2016) y trabajo de campo realizado.

En la tabla núm. 4 se puede observar que cuatro adolescentes se encuentran en un nivel cualitativo bueno con relación a su autoestima y bienestar psicológico, pues manifiestan un desarrollo adecuado en casi todos los ámbitos de su vida, se encuentran satisfechas con ellas mismas y sus relaciones y se enfrentan con seguridad a la mayoría de los desafíos y dificultades. Lo que para Ortiz y Miranda (2022) es un logro ya que los adolescentes enfrentan diferentes situaciones y se encuentran en diversos riesgos lo que los coloca en una zona

de vulnerabilidad ante situaciones que deben enfrentar además de los cambios físicos y emocionales que presentan, cabe mencionar que ante ello se puede considerar que dichas adolescentes poseen una autoestima y bienestar psicológico debido al contexto o desarrollo psicosocial que se determina por medio de factores de protección, al tomar en cuenta que si bien es cierto estuvieron expuestas a un evento o situación estresante las mismas tuvieron las estrategias o medios que les ayudaron a sobrepasar y sobrellevar dicha situación.

Asimismo tres adolescentes presentan malestar muy destacado puesto muestran bienestar y autoestima persistentemente negativa, inseguridad y evitan desafíos y problemas de su entorno al tomar en cuenta que continuamente se sienten insatisfechas, lo que da lugar a las explicaciones de Vásquez (2020) quien indica que el abuso sexual es un evento que genera impacto psicológico en los adolescentes derivado de las condiciones abusivas, duración, relación con el agresor, entre otros pero que también existen factores protectores que ayudan y que determinan el bienestar psicológico y desarrollo de las mismas, por lo que de no contar con ellas se da lugar un impacto y bienestar inadecuado en los adolescentes, lo que también puede explicar el hecho de que otras tres adolescentes presentan un nivel cualitativo de precaución dado que las mismas manifiestan una autoestima y bienestar ligeramente inferior; en consecuencia de ello es oportuno citar a Gonzales (2014) quien indica que aspectos como la aceptación a ellas mismas, control de situaciones, toma de decisiones, relaciones interpersonales, entre otras pueden catalogarse como alteraciones del bienestar psicológico generadas o en repercusión del abuso sexual en adolescentes.

Por otro lado, en la evaluación una de las adolescentes manifestó un nivel de bienestar y autoestima extremadamente alto y apenas muestra tener dudas sobre sí misma, por lo que minimiza cualquier tipo de problema o defecto, haciendo de ello un factor de vulnerabilidad puesto que dicha minimización no

la dejará ver más allá de la situación; por último, una adolescente manifiesta tener bienestar y autoestima normal, indica que generalmente se siente bien y confía en ella misma. Lo que según Mingote y Requema (2013) es un factor importante para el desarrollo de la adolescente ya que el dominio e influencia de sus emociones positivas aumentan su progreso individual, y le ayuda a establecer vínculos funcionales.

Dadas las observaciones y explicación de la tabla se pueden establecer que las adolescentes víctimas de abuso sexual evaluadas presentan en su mayoría buena autoestima y bienestar psicológico sin embargo también existe un grupo significativo de adolescentes que se encuentra en un rango de malestar muy destacado así como también de precaución, por lo que este grupo de adolescentes posiblemente no cuenta con redes de apoyo social ni otros factores de protección que le permitan establecer un desarrollo adecuado y funcional que dé lugar a su autoestima y bienestar psicológico adecuado.

#### **4.1.3. Problemas psicológicos destacados en adolescentes víctimas de abuso sexual**

El identificar problemas psicológicos en adolescentes víctimas de abuso sexual, surge de la necesidad de identificar y establecer aquellos problemas que dicha población puede enfrentar y que de cierto modo interfiere en su desarrollo psicológico; cabe mencionar que los problemas psicológicos son referidos por Fernández y Ramos (2016) como aquellos que son producto, reacciones o respuestas emocionales negativas, inadecuados y disfuncionales. Ante ello es importante mencionar que estos pueden presentarse como un desajuste debido a la asimilación ante eventos o situaciones que no son capaces de afrontar y que definitivamente afecta su bienestar psicológico, en respuesta de ello se realiza el análisis de la siguiente tabla “problemas psicológicos destacados en víctimas de abuso sexual”

**Tabla núm. 5**

<i>Problemas psicológicos destacados en adolescentes víctimas de abuso sexual</i>	
Sujeto	<b>Malestar y problemas clínicos destacados</b>
NGR	Ninguno
NNV	Ninguno
JMM	Insatisfacción corporal Depresión Problemas familiares
CYL	Ninguno
CCC	Ninguno
FU	Abuso de sustancias Problemas interpersonales Problemas familiares
GCC	Ninguno
GJC	Ansiedad Abuso de sustancias
VL	Abuso de sustancias
M	Ansiedad Depresión Abuso de sustancias Problemas interpersonales Problemas familiares
ML	Ansiedad Depresión Abuso de sustancias Problemas familiares
YEL	Ninguno

Fuente: elaboración propia con base en trabajo de campo realizado

En la tabla núm. 5 se puede observar que seis de doce adolescentes de la población presentan malestar y problemas clínicos destacados, es importante mencionar que el problema psicológico con mayor frecuencia según la escala clínica es el de “abuso de sustancias”, el cual condiciona y da lugar a consecuencias negativas en adolescentes, al tomar en cuenta que según Vega-Michel (2018) indican que este es un factor individual que pone en riesgo el bienestar psicológico, de los adolescentes. De igual manera se debe recalcar que el inicio de estos problemas psicológicos puede deberse a los mecanismos de afrontamiento que los mismos desarrollan al enfrentarse a un evento.

Asimismo, presentan “problemas familiares” lo que no solo se constituye como un problema de atención clínico sino que también es parte de su desarrollo psicológico, afrontamiento y apoyo social, que los adolescentes necesitan para enfrentar una situación estresante, en la misma vía es importante considerar que dichas adolescentes se encuentran actualmente institucionalizadas lo que nos deja claro que actualmente no cuentan con el apoyo emocional de un círculo familiar debido a varios factores, en consecuencia de ello y a la luz de los resultados se puede establecer e identificar que las mismas no poseen bienestar funcional en este eje lo que da lugar a un malestar y problema clínico destacado para su desarrollo; lo que concuerda con Vega-Michel y Camacho (2018) quien indica que un factor de protección para el bienestar psicológico son las circunstancias sociales que engloban situaciones y aspectos como apoyo familiar y de amigos así como también la parentalidad e interacción familiar.

De igual modo presentan manifestaciones subjetivas de tristeza y melancolía o desesperanza en un problema psicológico de depresión pues manifiestan síntomas cognitivos, afectivos y somáticos depresivos los cuales son persistentes y frecuentes, por ende, se puede deducir que dicha población no cuenta con las estrategias o mecanismos de afrontamiento adecuadas ni funcionales para responder y enfrentar situaciones a las que se enfrentan; sin

embargo según Barb (2021) está también pueden considerarse una consecuencia de tipo emocional de adolescentes que han sido víctimas de abuso sexual. Del mismo modo presentan síntomas emocionales y físicos referentes a “ansiedad” lo que les puede en algún momento evitar o interrumpir sus actividades diarias; el malestar es significativo. Lo que es referido por Urra (2014) como parte de una serie de síntomas negativos a consecuencias de alguna agresión o violencia sexual, lo que supone un riesgo establecido para las víctimas de abuso, puesto que en la presente investigación también aparecen riesgos de sintomatología clínica significativa. También presentan problemas interpersonales lo que puede ser producto de la convivencia abusiva en la que se han encontrado; y por último refieren insatisfacción corporal que se caracteriza por el descontento en relación con su aspecto personal.

Ante el análisis de la tabla “problemas psicológicos destacados en adolescentes víctimas de abuso sexual” se puede identificar que seis de doce adolescentes de la población presentan malestar y problemas clínicos destacados, siendo los que aparecen con mayor frecuencia: “abuso de sustancias” y “problemas familiares” por lo que se puede inferir que los problemas psicológicos de las adolescentes pueden reflejar las consecuencias y efectos que los eventos estresantes y ejes como estrategias de afrontamiento, mecanismos de defensa, factores de protección, así como también el tratamiento psicológico y resiliencia que las mismas utilizan dará lugar al pronóstico de resultados que tendrá el individuo para su desarrollo funcional.

#### **4.1.4. Riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual**

El Riesgo psicosocial en adolescentes es un tema importante de establecer ya que como menciona Vega-Michel y Camacho (2018) para entender los problemas, situaciones y conflictos de los adolescentes primero se debe entender que dichos conflictos son producto no solo de la transición de desarrollo sino también de obstáculos individuales, circunstancias sociales y

factores ambientales. A la vez es importante mencionar que la Albo et al. (2019) indica que la vivencia de abuso presenta en los adolescentes un malestar en su desarrollo integral que puede dar lugar a que sigan siendo víctimas o puedan ser autores de violencia; es por ello por lo que surge la necesidad de establecer el riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual.

**Tabla núm. 6**

<i>Riesgo psicosocial en adolescentes víctimas de abuso sexual</i>		
<b>Sujeto</b>	<b>Percentil</b>	<b>Nivel cualitativo</b>
NGR	63	Sin significación clínica
NNV	52	Sin significación clínica
JMM	88	Precaución, zona límite con presencia de malestar
CYL	55	Sin significación clínica
CCC	83	Precaución, zona límite con presencia de malestar
FU	21	Sin significación clínica
GCC	97	Malestar y problemas clínicos destacados
GJC	97	Malestar y problemas clínicos destacados
VL	98	Malestar y problemas clínicos destacados
M	99	Malestar y problemas clínicos destacados
ML	99	Malestar y problemas clínicos destacados
YEL	47	Sin significación clínica

Fuente: elaboración propia con base en Sica et al. (2016) y trabajo de campo realizado.

Como se puede observar en la tabla núm. 6, dentro del grupo de adolescentes evaluadas hay cinco participantes que muestran malestar y problemas clínicos destacados; en la prueba manifiestan dificultades para adaptarse a normas y reglas en diferentes ámbitos, posiblemente actúen de manera impulsiva,

desafiante o transgresora y pueden reflejar riesgo de unirse a grupos conflictivos, lo que da lugar a la construcción y análisis en el que se puede identificar que este grupo de adolescentes además de haber estado expuesto a una situación estresante o amenazante tampoco tuvo los métodos o estrategias de protección adecuadas para su desarrollo psicosocial pues tal y como nos menciona Barb (2021) las conductas y actitudes como: pesadillas, cambios en hábitos alimenticios, hiperactividad, bajo rendimiento escolar, conductas autodestructivas o suicidas, consumo de drogas, aislamiento, agresividad y conductas antisociales forman parte de las consecuencias a corto y largo plazo que los niños y adolescentes pueden presentar ante el abuso sexual.

Por otro lado otras cinco participantes no muestran ninguna alteración en el área de desarrollo psicosocial, reflejan estar bien adaptadas a su entorno, respetan reglas y no parecen tener conductas peligrosas, conductas y actitudes que reflejan el desarrollo oportuno y funcional de las redes y factores de protección y apoyo en el que las adolescentes tuvieron a bien contar como contexto de desarrollo, ya que como lo menciona Miranda y Galán (2021) los factores de protección integran y constituyen el desarrollo psíquico equilibrado y autónomo del individuo a través de sus condiciones y entornos próximos.

Dentro del mismo análisis de la tabla se puede identificar que dos participantes se encuentran en área de prevención o zona límite con presencia de malestar al tomar en cuenta que las mismas tienen dificultad para adaptarse a las normas y reglas de su entorno y es posible que actúen de forma conflictiva. Lo que también puede deberse al desarrollo de su inteligencia emocional y al afrontamiento que dichos sujetos pueden presentar, serán estos factores los que también intervengan en el desarrollo de las mismas; dadas las observaciones y análisis de la tabla se puede establecer que las adolescentes víctimas de abuso sexual pueden enfrentar problemas de conducta y actitudes que se caractericen por un malestar y problemas clínicos destacados y que el mismo puede deberse a los factores de protección personal, social, inteligencia

emocional, entre otras que las mismas posean como un eje mediador ante situaciones o eventos a los que se exponen.

## CAPÍTULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

#### 5.1. Conclusiones

- Las adolescentes víctimas de abuso sexual evaluadas presentan diferentes tipos de estrategias de afrontamiento y muestran en su mayoría una autoestima y bienestar psicológico adecuado o bueno para su desarrollo.
- Las doce adolescentes víctimas de abuso sexual evaluadas reflejan utilizar con mucha frecuencia estrategias de afrontamiento como apoyo espiritual, reservarlo para sí, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo y buscar apoyo profesional, autoinculparse y hacerse ilusiones, por lo que no definen únicamente una estrategia. (pág. 52)
- De las doce adolescentes, cuatro de ellas se establecen con una buena autoestima y bienestar psicológico, sin embargo, también existe un grupo de tres adolescentes que se encuentran en un nivel de malestar muy destacado en cuanto al desarrollo sano de su autoestima y bienestar psicológico, así como también tres que tiene un nivel con el que se debe tener precaución pues se encuentra en un límite significativo para desarrollar una autoestima y bienestar psicológico inadecuado y poco funcional; asimismo una se identifica dentro del área de precaución por un nivel excesivo de bienestar y autoestima y del mismo modo una se ubica dentro del rango normal. (pág. 55)
- La seis de las doce adolescentes evaluadas presentan sintomatología referente a problemas psicológicos con malestares destacados, entre los

que se encuentran: abuso de sustancias, problemas intrafamiliares, ansiedad y depresión. (pág. 58)

- Se establece que de las doce adolescentes evaluadas. cinco presentan malestar y problemas clínicos destacados referentes al riesgo psicosocial, pues presentan problemas para controlar su impulsividad, seguir las reglas y para adaptarse a su entorno; así como también existen cinco que no presenta significación clínica para este tipo de conductas y actitudes; las otras dos se ubican en un rango de zona límite con presencia de malestar, por lo que manifiestan dificultades para adaptarse a las normas y reglas del entorno y posiblemente puedan actuar de manera impulsiva. (pág. 61)

## 5.2. Recomendaciones

- Se recomienda que la población evaluada este dentro de un proceso de psicoterapia integrativa que le permita desarrollar estrategias de afrontamiento propias para su proceso.
- Se recomienda realizar una propuesta de abordaje dirigida al tratamiento psicológico integral que contenga el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento, promuevan el desarrollo del bienestar psicológico, disminuya síntomas y signos de problemas psicológicos y por ende fortalezca su desarrollo psicosocial.
- Se recomienda a la Asociación fortalecer redes de apoyo que promuevan el desarrollo funcional y empoderamiento emocional y psicológico de las adolescentes víctimas de abuso sexual.

## CAPÍTULO VI

### 6. PROPUESTA DE PROGRAMA DE PSICOTERAPIA INTEGRATIVA.

#### 6.1. Fundamentación teórica del programa.

La investigación de tipo cuantitativa y diseño descriptivo del Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Adolescentes Víctimas de Abuso Sexual, realizado en una Asociación privada de Huehuetenango, con el objetivo Identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual, evidenció la necesidad de crear un programa de intervención psicológica que promueva y mejore las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de violencia.

Al tomar en cuenta que estos factores no son solo parte del proceso de cada individuo, sino que también juegan un papel protector en el desarrollo de estos; pues tal y como lo menciona Intebi (2012) se debe controlar y disminuir los factores de riesgo y favorecer los factores de protección, así como también se debe restaurar las consecuencias y efectos que el abuso o desprotección pudieron haber creado en los niños y adolescentes.

Por lo expuesto anteriormente se propone el programa de intervención psicológica integrativa dirigido a adolescentes víctimas de abuso sexual, el cual debe ser impartido y desarrollado de manera individual y grupal según la modalidad de la sesión realizada, cabe mencionar que la misma esta planificada para ser ejecutada de manera presencial preferiblemente una vez por semana.

El tiempo de duración será de cuatro meses y que se dividirán tal y como se mencionó por sesiones que se deben realizar una vez por semana. Cabe

mencionar que para el desarrollo de dicha propuesta se utilizan técnicas de seis corrientes o áreas psicológicas.

- Cognitiva-conductual, que según Spencer (2022) basa su desarrollo en la relación existente entre las conductas y pensamiento para tratar de redefinirlos y dar lugar al cambio de la forma de pensar y por lo tanto del comportamiento de los individuos; asimismo, Colli (2019) refiere que la terapia cognitiva se desarrolla en base a la necesidad de los pensamientos automáticos, negativos disfuncionales que el paciente interioriza por lo que trata de potenciar la capacidad precisa, ajustada y correcta en la que el mismo debe interpretar los hechos, de igual modo la terapia conductual tiene como meta extinguir conductas, aprender acciones funcionales y establecer metas adecuadas para el desarrollo del paciente, que ha interiorizado conductas y comportamientos, entre las principales técnicas se encuentran: principio de reforzamiento positivo y negativo, desensibilización sistemática, inundación y terapia implosiva, terapia aversiva, condicionamiento encubierto, modelado, economía de fichas, biofeedback.
- Gestalt, Higy-Lang y Gellman (2017) refieren que Gestalt no es solo una terapia, sino que también es un arte de vivir, pues permite encontrar el camino, desde un enfoque filosófico existencial, a la vez integra formas de pensar, actuar y entender tanto a la persona como al entorno.
- Logoterapia, Frank (2012) menciona que dicha terapia tiene implicación clínica al tomar en cuenta que sigue su implicación antropológica y sus técnicas se apoyan de cualidades como la capacidad del ser humano de autotrascenderse y autodistanciarse.

- Programación neurolingüística, según Stahl (2014) la programación neurolingüística hace referencia que dicha terapia se enfoca en la relación, identificación y apropiación de componentes de un pensamiento y comportamiento por lo que resulta eficaz para la comunicación y transformación de una conducta, cabe mencionar que estas técnicas son producto del modelado.
- Psicoanálisis, al tomar en cuenta que según Colli (2019) dicha corriente basa su teoría en la inhibición de elementos de la vida que son duros y dolorosos, y los convierte en elementos inconscientes o psicotraumas ocultos por lo que causan malestares significativos, a la vez refiere que entre sus técnicas básicas se encuentran: asociación libre, análisis de sueños, análisis o atención a los actos fallidos, análisis de las resistencias al tratamiento y análisis de transferencias.
- Psicoeducación, que en la opinión de Torralva et. al (2021) es una orientación sistémica y didáctica en la que se promueve la comprensión y manejo autónomo de patologías, para un mejor pronóstico, calidad de vida y también da lugar a la disminución de sintomatología presente, al tomar en cuenta que la psicoeducación puede ampliarse no solo a pacientes sino también a familiares.

## **6.2. Identificación y priorización de necesidades**

La investigación sobre Afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual concluyó refiriendo que se identificó que las adolescentes evaluadas en su mayoría presentaban diferentes tipos de estrategias de afrontamiento y mostraban una autoestima y bienestar psicológico adecuado para su desarrollo. Cabe mencionar que las estrategias de afrontamiento utilizadas con mayor frecuencia son: apoyo espiritual,

reservarlo para sí, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo y buscar apoyo profesional, autoinculparse y hacerse ilusiones.

Asimismo, se establece que en su mayoría las adolescentes presentan una buena autoestima y bienestar psicológico; no obstante, también existe un grupo significativo en un nivel de malestar destacado, así como también muestran sintomatología referente a problemas psicológicos destacados en abuso de sustancias, problemas intrafamiliares, ansiedad y depresión. De igual manera se establece que una parte significativa de las adolescentes muestran malestar y problemas clínicos destacados en el índice de desarrollo psicosocial el cual se caracteriza por poco control de impulsividad, seguir reglas y problemas para adaptarse a su entorno. Lo que refiere la necesidad de que las adolescentes evaluadas pueden integrarse a un programa de atención psicológica con intervención en áreas de:

- Estrategias de afrontamiento
- Bienestar psicológico
- Problemas psicológicos
- Riesgo psicosocial.

### **6.3. Objetivos**

#### **6.3.1. Objetivo general.**

Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual

### **6.3.2. Objetivos específicos**

- Promover estrategias de afrontamiento y mecanismos de defensa funcionales y adaptativas en adolescentes víctimas de abuso sexual
- Fortalecer el autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.
- Disminuir síntomas y signos de problemas psicológicos de adolescentes víctimas de abuso sexual.
- Fortalecer el desarrollo psicosocial y estrategias de autoprotección de las adolescentes víctimas de abuso sexual.

#### 6.4. Propuesta de Intervención

##### Sesión núm.1

<b>Objetivo General</b>	<b>Actividad</b>	<b>Objetivo de la actividad</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.	Actividad inicial.	Presentar a los participantes y crear reglas adecuadas para la interacción en grupo.  Dar a conocer el consentimiento informado.	Grupal

**Fuente: elaboración propia.**

## Actividad inicial

### Recursos por utilizar

- Computadora y cañonera
- Gafetes
- Papelógrafos
- Marcadores

### Instrucciones.

- Invitar al grupo a realizar un círculo
- Dar la bienvenida y presentarse como el psicólogo o psicoterapeuta que brindará el seguimiento.
- Entregar un gafete a cada individuo e indicarle que debe llenarlo con los datos de la persona de su derecha, luego de su presentación.
- Invitar al grupo a presentarse con la dinámica “me llamo, me gusta que me llamen por: \_\_\_\_\_, me gusta y no me gusta” por ejemplo me llamo Delmi Maria Villatoro, me gusta que me llamen por Delmi, me gusta leer y escuchar música y no me gusta lavar trastos.
- Luego de la presentación proyectar el video “¿Te han roto el corazón? De yesHEis Latin America”
- Después de haber visto el video anima a los participantes a crear reglas para el desarrollo de las actividades grupales.

**Fuente: elaboración propia**

**Consentimiento informado “Programa de psicoterapia integrativa para fortalecer estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico para Adolescentes Víctimas de abuso sexual”**

**Datos generales**

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ CUI: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

**Datos del tutor legal**

Nombre: \_\_\_\_\_

Parentesco/relación con la menor: \_\_\_\_\_

DPI: \_\_\_\_\_ Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Entiendo que el programa de tratamiento de Psicoterapia integrativa para fortalecer estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico para Adolescentes Víctimas de abuso sexual, tienen la finalidad de promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual, que se llevará a cabo de manera presencial, una vez por semana durante cuatro meses. Ante lo antes expuesto yo \_\_\_\_\_ representante legal de la Adolescente antes mencionada en pleno uso de mis facultades mentales, libre y con voluntad propia acepto que la misma sea parte del programa de intervención, por lo que firmo el presente consentimiento informado, en una hoja carta.

\_\_\_\_\_

Del mismo modo yo \_\_\_\_\_ adolescente de \_\_\_\_\_ años de edad, en pleno uso de mis facultades mentales, libre y con voluntad propia acepto ser parte del programa de intervención y me comprometo a asistir y participar en las diferentes sesiones programadas, colaborar con los procesos siguiendo las instrucciones de mi psicóloga/terapeuta, realizar las tareas que me sean solicitadas. por lo que firmo el presente consentimiento informado, en una hoja carta.

\_\_\_\_\_

Asimismo, yo \_\_\_\_\_ psicóloga/terapeuta con colegiado activo núm. \_\_\_\_\_ me comprometo a: cumplir con las sesiones programadas, proveer condiciones necesarias para la realización de las terapias, mantener la confidencialidad de los temas e información trabajados durante las sesiones y seguir procesos éticos que me corresponden como profesional de la psicología.

\_\_\_\_\_

**Sesión núm. 2 y 3**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover estrategias de afrontamiento y mecanismos de defensa funcionales y adaptativas en adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> <li>Disminuir síntomas y signos de</li> </ul>	Cognitivo conductual	Psicoeducación	Conocer e identificar las emociones.	Grupal
		Psicoeducación	Reconocer emociones.	Identificar las emociones y el impacto cognitivo y conductual que las mismas generan.	Grupal

	<p>problemas psicológicos de adolescentes víctimas de abuso sexual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecer el autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Gestalt	Tejiendo emociones.	Promover el manejo de emociones.	Grupal
		Terapia cognitiva	Errores cognitivos	<p>Reestructurar pensamientos y creencias disfuncionales que dan lugar a la culpabilidad.</p> <p>Crear un entorno en el que el paciente se sienta en la confianza de desenvolverse.</p>	Grupal

Fuente: elaboración propia.

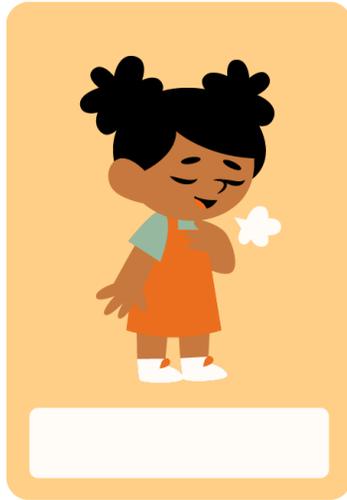
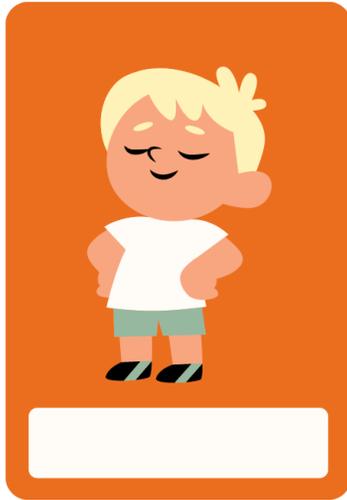
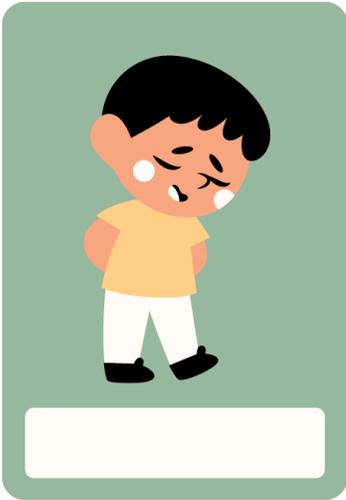
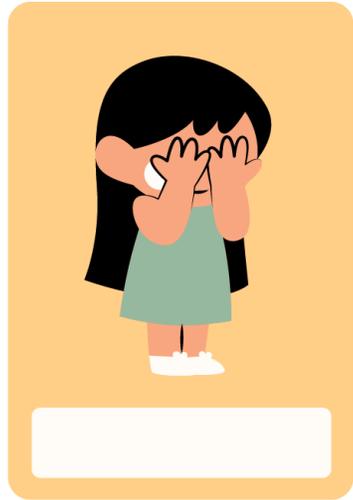
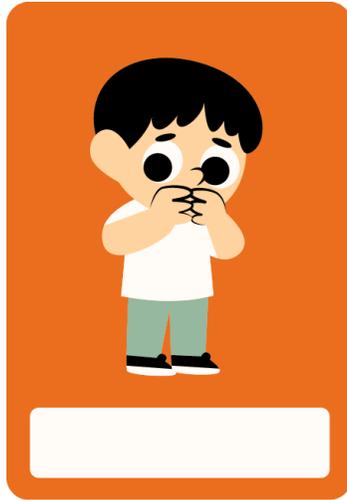
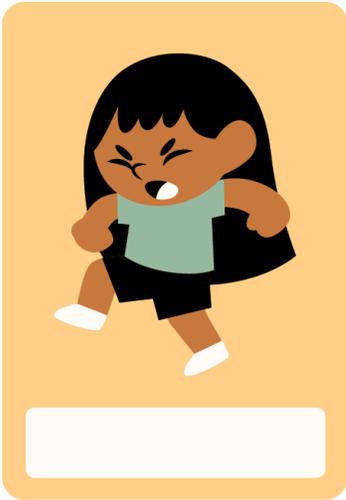
Sesión núm. 2

Psicoeducación

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una serie de emociones en niños, los cuales debes identificar y nombrar.



Fuente: elaboración propia.



Fuente: elaboración propia.

## Errores cognitivos

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debes completar, pon atención a las instrucciones.

Situación	V	F	¿Por qué?	Errores cognitivos	Emociones	Debate	Emoción final
Describe el pensamiento o creencia.				Error cognitivo que surge de la creencia.	Emoción que me provoca	Debata con un compañero sobre las ideas	Que emoción nace de su debate.
Los niños y niñas mienten sobre el abuso sexual							
El abuso sexual es parte de la vida.							
El abuso sexual solo le ocurre a la gente enferma en condiciones de pobreza extrema.							

El abuso no es grave, los niños no se dan cuenta y lo olvidan rápido.							
Los niños y adolescentes provocan el abuso sexual							
Otra:							

Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

## Tejiendo emociones.

### Recursos por utilizar

- 2 bolas de lana

### Instrucciones.

- Invitar al grupo a realizar un círculo
- Explica que cada uno debe pensar en la emoción con la que regularmente se identifiquen.
- Indica que cuando estén listos lanzaras la bola de lana a un compañero, mismo que dará a conocer la emoción y su intensidad en voz alta, sostendrá de una punta y lanzará de nuevo por el otro extremo.
- Invita al grupo a realizar este procedimiento hasta que todos ya hayan reconocido y nombrado la emoción
- Puedes invitarlo a observar como las emociones se entrelazan con la de las demás como una telaraña que va hacía diferentes direcciones, pero que ello no las hace menos importante sino más bien diferentes.
- Es importante mencionar que, aunque nuestras emociones tienen contacto con otras personas eso no quiere decir que van a interferir en el desarrollo de estas, sino más que tienen relación y eso no las hace malas.

Fuente: elaboración propia con base en Barb (2021)

### Sesión núm. 3

#### RECONOCER EMOCIONES

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta un cuadro en el que debe colocar tus emociones más frecuentes, identificando el nivel de intensidad, formas en las que las percibes o sientes y las conductas que realizas cuando te sientes de esa manera.

<b>Emoción</b>	<b>Intensidad 1 a 4</b>	<b>Como la percibo (signos)</b>	<b>Conductas</b>

Fuente: elaboración propia.

## Sesión núm. 4 y 5

Objetivo General	Objetivo Especifico	Corriente/área	Técnica	Objetivo de la técnica	Modalidad
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Disminuir síntomas y signos de problemas psicológicos de adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Psicoanálisis	Asociación libre	Identificar pensamientos y emociones que el paciente tiene interiorizadas.	Individual
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer el autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Logoterapia	Diálogo socrático	Dialogar y debatir pensamiento que el paciente interioriza ante el abuso sexual, específicamente el de culpa.	Individual

Fuente: elaboración propia.

## Asociación libre y Diálogo

### Recursos por utilizar

- Papelógrafo
- Crayones
- Marcadores

### Instrucciones.

- Invita al paciente buscar un lugar en el que se sienta cómodo para escribir.
- Indícale al paciente que utilizando el papelógrafo y marcador negro escriba todo lo que piensa de la situación que atraviesa, se debe hacer énfasis en que no debe existir un filtro en sus pensamientos ya que es parte del proceso.
- Al finalizar con ayuda del paciente se debe unir con un mismo color los pensamientos que están relacionados (utilizar los marcadores y crayones)
- Cuando se realice esta unión se debe realizar un dialogo socrático en el que el paciente identifique la relación y origen de sus pensamientos.
- Al finalizar se debe recalcar la importancia de nuestras emociones y como es que estas se relacionan con nuestros pensamientos.

Fuente: Elaboración propia con base en Colli (2019) y Martínez (2022)

**Sesión núm. 6 y 7**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer el autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> <li>Promover estrategias de afrontamiento y mecanismos de defensa funcionales y adaptativas en adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Cognitiva	Registro de errores cognitivos	Identificar los errores cognitivos que el paciente adquirió a través de la experiencia de abuso sexual	Individual
		Cognitiva	ABCDE	Racionalizar ideas y pensamientos de que el paciente tiene en relación con el abuso.	Individual
		Psicoanálisis	Persuasión	Reflejar aspectos referentes al análisis o reflexión a la que se llegó con técnicas anteriores.	Individual

Fuente: elaboración propia.

## Errores cognitivos

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debes completar, pon atención con tus pensamientos y las conductas que se generan por los mismos.

<b>Situación</b>	<b>Situación.</b>	<b>Errores cognitivos</b>	<b>Respuesta emocional</b>	<b>Resultado.</b>
Describe el acontecimiento que motivó el pensamiento.	Especifique la emoción.	Anote el error cognitivo o pensamiento que surge del acontecimiento.	Evalúe el nivel de malestar que la creencia genera en los pensamientos (1-100%)	Anote la respuesta racional a los pensamientos o errores cognitivos.

Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

## ABCDE

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debes completar lo que se solicita, pon atención a tus pensamientos y las conductas que se generan por los mismos.

Evento activante	Creencias	Consecuencias	Enseñanza para el afrontamiento	Efectos que produce la terapia.

Fuente: elaboración propia con base en Colli (2019)

## Sesión núm. 8

Objetivo General	Objetivo Especifico	Corriente/área	Técnica	Objetivo de la técnica	Modalidad
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.	Disminuir síntomas y signos de problemas psicológicos de adolescentes víctimas de abuso sexual.	Gestalt	Ronda de tengo un secreto	Liberar sentimientos de culpa y vergüenza	Grupal
		Gestalt	Ronda de te aprecio y admiro por	Promover la valoración del proceso individual de cada paciente a través del reconocimiento personal.	Grupal
		Conductual	Relajación	Aumentar la consciencia muscular y promover la relajación.	

Fuente: elaboración propia.

## Ronda de tengo un secreto y te aprecio y admiro por

### Recurso por utilizar

- Un papelógrafo con leyenda “(\_\_\_\_\_ entiendo que te sientas así, hoy **fecha** quiero decirte que eres una persona a la que quiero/admiro por: \_\_\_\_\_)”
- Marcador

### Instrucciones.

- Invita al grupo a sentarse en círculo
- Recuérdales a todos el acuerdo de confidencialidad y reglas de grupo.
- Invitar a los participantes a presentarse (un nombre, indicar que les gusta y lo que nos les gusta)
- Luego se debe invitar a los adolescentes a adoptar una posición en la que se sientan cómodos, pero con la espalda recta y ojos cerrados, seguidamente indícales que deben hacer lo que les indiques. (en un tono suave)
  - Hay que indicar que deben respirar de manera lenta y consiente, guía a los pacientes a inhalar y exhalar, por lo menos 5 veces.
- Seguidamente menciona “ sin perder la consciencia en nuestra respiración realizaremos una ejercicio, el mismo se llama tengo un secreto, en realidad todos tenemos secretos, cosas que nos hacen sentir culpables o avergonzados, situaciones que tal vez también nos hagan sentir tristes y enojados, pero que es importante poder mencionarlos para que salgan de nuestro interior, por lo que en ese momento realizaremos una ronda de secretos, **no es obligatorio decirlos**, sino te sientes listo todavía para decirlos, puedes mencionar te hace sentir”

- Luego de que el paciente exprese su secreto o cómo se siente invite a dos compañeros del grupo a utilizar la técnica te aprecio y admiro por qué... (guíese del cartel) con la finalidad de mejorar su estado emocional.
- Invita al grupo a realizar este procedimiento hasta que todos ya hayan realizado.
- Luego invita a los adolescentes que en la misma postura recordarles que deben sentirse cómodos, pero con la espalda recta y ojos cerrados, seguidamente indícales que deben hacer lo que les indique. (en un tono suave)
  - Imagina que una luz blanca entra a tu cuerpo, iniciando por la cabeza.
  - Respira de manera profunda, pídeles que imaginen que con cada respiración la luz se expande más en su cuerpo hasta llenarlo.
  - Imagina como la luz pasa por tu cabeza, hombros, estomago, piernas, rodillas, pies y dedos, “es como sentir que una luz blanca recorriera nuestro cuerpo, es una luz, sientes una sensación de paz y bienestar, sigue respirando de forma lenta y profunda, siente como todo cuerpo es luz”
  - Pídele que por unos segundos pueda seguir imaginándose así y que luego agregue las palabras con mayor significado del ejercicio “Yo te aprecio y admiro por” durante tres o cinco veces sin dejar de respirar profundo y lento.
  - Guía su respiración por unos segundos más e indícale “cuando te sientas listo puedes abrir los ojos, recuerda que tu cuerpo es luz, luz que está dentro de ti esperando brillar”
- Puedes invitarlos a la reflexión haciendo énfasis en la empatía y valor de las emociones que cada uno enfrenta.

- Es importante mencionar que nuestras emociones no son malas, sino que reflejan la situación actual de nuestro desarrollo, por lo que es importante reconocerlas y dar lugar a la aceptación.

Fuente: elaboración y adaptación propia con base en Barb (2021) y Martín (2006)

## Sesión núm. 9

Objetivo General	Objetivo Especifico	Corriente/área	Técnica	Objetivo de la técnica	Modalidad
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.	Disminuir síntomas y signos de problemas psicológicos de adolescentes víctimas de abuso sexual.	Programación neurolingüística	Nudos emocionales	Liberar el estrés o dolor emocional en puntos específicos mediante la visualización.	Grupal
		Gestalt	No soy responsable de	Liberar tensión de eventos o situaciones que causan estrés.	Grupal
		Conductual	Relajación	Aumentar la consciencia muscular y promover la relajación.	

Fuente: elaboración propia

## Nudos emocionales y ronda de no soy responsable de

### Recurso por utilizar

- Humificador
- Alfombra/silla

### Instrucciones.

- Invita al paciente a buscar una postura en la que se sienta cómodo o cómoda y a cerrar los ojos para evitar distracciones
- Seguidamente guíalo con las siguientes verbalizaciones.
  - Pon atención a tu respiración, inhala y exhala, respira profundo.
  - Date cuenta de lo profundo de tu respiración y de la frecuencia. Concéntrate completamente en ella y toma tu tiempo. Esto te ayudará a una relajación más profunda.
  - Puedes sentir la tensión acumulada, la puedes sentir en los hombros, en la garganta, abdomen, procura identificar los puntos donde se aloja, esto es, los nudos musculares y emocionales.
  - Una vez identificados los lugares donde tienes acumulado la tensión, imagínalos como nudos, por eso son tan molestos. Concéntrate en un nudo que te esté molestando e imagina que acercas tu mano (fría o caliente, como prefieras), y en cuanto lo tocas, se afloja con facilidad. Respira profundamente. Con suavidad deshaz el nudo y suelta la cuerda que te lastimaba. Siente el alivio de quitar el nudo y liberar la tensión. Mentalmente aplica un masaje a esa parte y disfruta lo

agradable de estar libre de tensión. No hace falta que lo toques realmente con tu mano. Respira profundamente.

- Ahora localiza otro nudo y de igual manera, mentalmente acerca tu mano. En cuanto lo tocas se afloja con facilidad. Suavemente deshaz el nudo y suelta la cuerda que te lastimaba. Siente lo agradable que es un masaje en la parte adolorida. La tensión se liberó. Respira profundamente.
- Si acaso tienes otro lugar donde los nudos te molesten, realiza la misma operación. Toca, desanuda y da un masaje. Siente la agradable sensación de alivio en esa parte. Puedes seguir tocando y dando masaje hasta que ya no haya ninguna tensión.
- Si es necesario, mueve cuello y hombros para verificar que ya no hay tensión, también comprueba que tu abdomen esté relajado y libre de estrés. Permite que fluya la energía en esa parte para revitalizar los músculos que han estado atrapados. Siente cómo se han aflojado y están relajados. Te sientes totalmente diferente y ahora puedes mover cuello y hombros y seguir la actividad en la que estabas.
- Ahora necesito que repitas en tu mente la frase “No soy responsable o culpable de este nudo”
- Repítelo dos veces más.
- No dejes de respirar profundo, inhala y exhala, a la cuenta de tres vas a repetir en voz alta “Yo no soy responsable o culpable de este nudo”

- Haremos este ejercicio dos veces más y en la tercera tienen que gritar lo más fuerte que puedan “Yo no soy responsable o culpable de este nudo” (pueden hacerlo hasta que la o el paciente se sienta mejor)
  - Inhala y exhala profundo, puedes sentir el aire correr por tu cuerpo, sientes la sensación de alivio con cada respiro.
  - A la cuenta de tres puedes abrir los ojos.
- Agradece a tus pacientes e indícales que son muy valientes por reconocer que hay situaciones que en su momento no pudieron manejar y que, aunque se convirtieron en nudos, aún pueden desatarlos.

Fuente: elaboración propia con base en Martín (2006), y Armas y Ruster (2009)

**Sesión núm. 10**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	Disminuir síntomas y signos de problemas psicológicos de adolescentes víctimas de abuso sexual.	Cognitiva	Registro de errores cognitivos	Identificar errores cognitivos que el paciente aún presenta.	Individual
		Cognitiva	ABCDE	Racionalizar ideas y pensamientos de que el paciente aún tiene en relación con el abuso.	Individual
		Psicoanálisis	Persuasión	Reflejar aspectos referentes al análisis o reflexión a la que se llegó con técnicas anteriores.	Individual

Fuente: elaboración propia.

## Errores cognitivos

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debes completar, trata de estar atento a tus pensamientos y las conductas que se generan por los mismos.

<b>Situación</b>	<b>Situación.</b>	<b>Errores cognitivos</b>	<b>Respuesta emocional</b>	<b>Resultado.</b>
Describe el acontecimiento que motivó el pensamiento.	Especifica la emoción.	Anota el error cognitivo o pensamiento que surge de la emoción.	Evalúa el nivel de malestar que la creencia genera en los pensamientos (1-100%)	Anota la respuesta racional a los pensamientos o errores cognitivos.

Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

## ABCDE

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debes completar lo que se solicita, pon atención a tus pensamientos y las conductas que se generan por los mismos.

Evento activante	Creencias	Consecuencias	Enseñanza para el afrontamiento	Efectos que produce la terapia.

Fuente: elaboración propia con base en Colli (2019)

**Sesión núm. 11**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	Promover estrategias de afrontamiento y mecanismos de defensa funcionales y adaptativas en adolescentes víctimas de abuso sexual	Cognitiva	Identificación y refutación de errores cognitivos	Identificar y racionalizar pensamientos que dan lugar a estrategias de afrontamiento inadecuadas.	Individual
		Conductual	Resolución de problemas.	Racionalizar ideas y pensamientos de que el paciente aún tiene en relación con el abuso.	Individual
		Conductual	Apoyo social	Identificar errores cognitivos que el paciente aún presenta.	Individual

Fuente: elaboración propia.

## Identificación y refutación de errores cognitivos

**Instrucciones:** Cuando estés frente a un problema o pensamiento que se mantiene pese a tus intentos por solucionarlo, hazte tres preguntas:

Pregunta	Respuesta
¿Qué hago yo para que esto sea así?	
¿He influido en los resultados negativos?	
¿Cómo puedo modificar este pensamiento y cómo me ayudaría?	

Elaboración propia.

## Resolución de problemas

**instrucciones:** a continuación, se te presenta un cuadro con auto instrucciones que debes seguir cuando se te presente un problema, con ello llevará tus problemas a una solución. Recuerda que este cuadro también te será funcional para llevar un registro de las estrategias cognitivas que utilizas al momento de solucionar problemas.

<b>Aspecto</b>	<b>Proceso personal</b>
1) Ver la situación estresante como un problema concreto a resolver	
2) Analizar los requisitos que son necesarios para abordar el problema	
3) Dividir la situación estresante en unidades más pequeñas y manejables	
4) Solucionar el problema estableciendo un plan de acción en función de la meta establecida.	

Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

## Apoyo Social

**Instrucciones:** Disponer un apoyo social adecuado es imprescindible para poder afrontar las circunstancias adversas de la vida. Para conseguirlo puede ser necesario llevar a cabo un entrenamiento en habilidades sociales que facilite la comunicación, y ayude a la persona a aprender a hacer explícitas sus necesidades y a realizar estimaciones adecuadas sobre las ayudas que le pueden ofrecer las personas que le rodean, para ello es importante que lleve un registro de esto para cuando le sea necesario.

Fecha	Situación que le provoca malestar	Lugar al que recurrió	Experiencia	Observaciones

Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

**Sesión núm. 11**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer el desarrollo psicosocial y estrategias de autoprotección de las adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Conductual	Sobrecorrección Moldeamiento (utilizar la que corresponda según el caso)	Corregir o moldear una conducta inadecuada en él o la paciente.	Individual
		Conductual	Registro de conductas	Disminuir conductas inadecuadas a partir de su identificación.	Individual

Fuente: elaboración propia.

## Sobrecorrección

**Instrucciones:** la sobrecorrección es una penalización por llevar a cabo una conducta o acción inadecuada que tiene dos componentes: 1) restitución y 2) práctica positiva, la cual deberá llevar a cabo cuando aparezca una conducta indeseable y llenar el siguiente formato para llevar un registro de estas.

Fecha	Restitución	Practica positiva
	consiste en corregir los efectos negativos causados por la conducta inadecuada. Por ejemplo, en el caso de la conducta vandálica, pagar los desperfectos ocasionados.	implica llevar a cabo repetidamente, incluso de forma exagerada, una conducta adaptativa apropiada. En el caso anterior sería limpiar las calles que han ensuciado y las adyacentes durante varios días.


Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

**Nota:** En algunas ocasiones, sólo se utiliza uno de los dos componentes de la sobrecorrección o se utiliza el moldeamiento. Por ejemplo, cuando no es posible corregir las consecuencias sociales o ambientales, sólo se utiliza la práctica positiva.

## Moldeamiento

**Instrucciones:** el moldeamiento es una técnica que refiere el reforzamiento de los pequeños pasos o aproximaciones que conducen hacia una conducta meta, para ello es importante llevar un registro de dichas conductas para observar el avance durante el proceso.

Aspectos	Proceso propio
1) seleccionar conducta meta y definir de forma objetiva, clara y completa todos los elementos que forman parte de ella.	
2) Evaluar el nivel de ejecución real	
3) seleccionar la conducta inicial que servirá de punto de partida	
4) seleccionar los reforzadores	

Fuente: elaboración propia con base en Ruiz, Díaz y Villalobos (2012)

### Economía de fichas.

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debe llevar registro de sus conductas, procura registrar todas las que pueda, recuerda que no existe ningún juicio en este espacio, pues es el mismo es de aprendizaje y al final tendrá una recompensa.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1.							
2.							
3.							
Emociones que predominaron.							

Fuente: elaboración propia

**Sesión núm. 12**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer el desarrollo psicosocial y estrategias de autoprotección de las adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Cognitivo	Descubrimiento guiado.	Identificar pensamientos y conductas inadecuadas para promover un cambio o modificación de estas a partir de la identificación y reestructuración.	Individual
		Conductual	Registro de conductas	Disminuir conductas inadecuadas a partir de su identificación. (registro a partir de la técnica anterior)	Individual

Fuente: elaboración propia.

## Razonamiento diferencial

**Instrucciones:** después de identificar la conducta, acción o idea que te causa desequilibrio o problema, completa el cuadro que se te presenta a continuación.

<b>Aspecto.</b>	<b>Antes de la conducta</b>	<b>Durante la conducta</b>	<b>Después de la conducta</b>
<b>Situación</b> ¿qué estaba haciendo en el momento?  ¿en dónde estaba?  ¿con quién estaba?			
<b>Pensamiento</b> ¿Qué vino a mi mente en ese momento?			

<b>Emociones</b> ¿Qué emoción sentí?  ¿qué tan intensa fue la emoción en una escala de 1 a 10?			
<b>Observación</b>			

Fuente: elaboración propia

### Economía de fichas.

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una tabla en la cual debe llevar registro de sus conductas, procura registrar todas las que pueda, recuerda que no existe ningún juicio en este espacio, pues es el mismo es de aprendizaje y al final tendrá una recompensa.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1.							
2.							
3.							
Emociones que predominaron.							

Fuente: elaboración propia

**Sesión núm. 12-14**

<b>Objetivo General</b>	<b>Objetivo Especifico</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fortalecer el autoestima y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual.</li> </ul>	Cognitiva	Psicoeducación	Fortalecer el bienestar a partir de los ejes de la autoestima.	Grupal

Fuente: elaboración propia.

## Guía para el abordaje de la autoestima.

Antes de abordar la autoestima es importante mencionar que la misma es un término que según Riso (2013) juega un papel importante pues actúa como un factor de protección de trastornos psicológicos y a la vez es un componente que promueve el bienestar y calidad de vida del individuo, por lo que considera que el primer paso para el crecimiento psicológico es la activación de la autoestima, desde la capacidad de reconocer las fortalezas y virtudes para integrarlas a la vida; a la vez es importante mencionar para el desarrollo de la misma señala que existen cuatro pilares o elementos fundamentales.

- Autoconcepto, al hacer referencia que a los pensamientos que el individuo posee de si mismo.
- Autoimagen, al hacer énfasis en lo que cada individuo se agrada así mismo.
- Autorefuero, al destacar lo que cada individuo llega a premiarse o darse gusto.
- Autoeficiencia, pues hace indicar cuánta confianza tiene un individuo en si mismos.

Ante estos cuatro pilares el mismo autor indica que son el soporte sólido y saludable en el que el individuo se apoya para desarrollarse de manera funcional, por lo que de faltar o disminuir alguno los demás ejes o pilares se verían afectados y generarían cambios inadecuados en el desarrollo del mismo.

**Instrucciones:** a continuación, se te presenta una guía de abordaje para la autoestima, favor completar todos los espacios, en el orden y tiempo que su psicólogo o psicoterapeuta le indique.

# Autoconcepto



¿Quién soy?

Entiendo que soy una persona....

---

---

---

---

---

---

Lo que pienso de mi

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quién quiero llegar a ser?

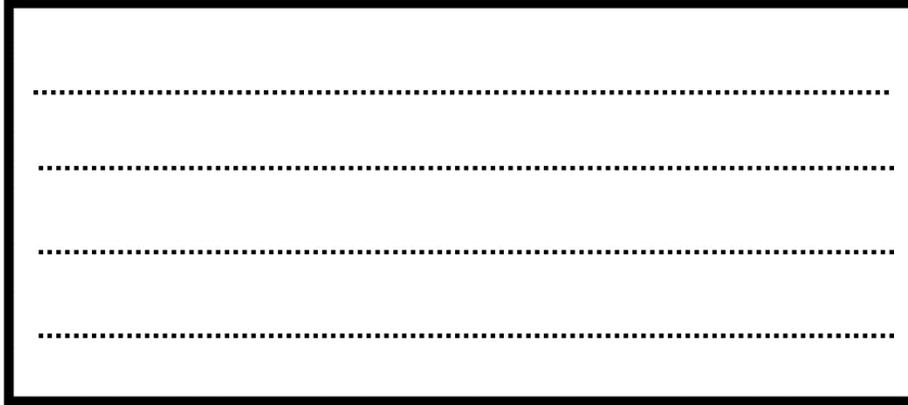
---

---

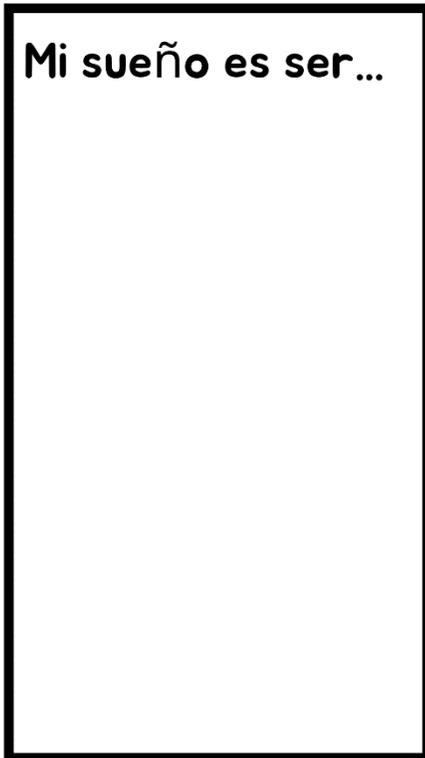
---

---

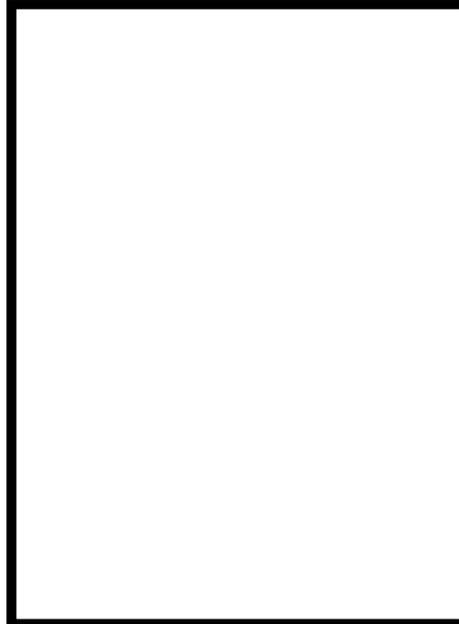
**Te aprecio por...**



**Mi sueño es ser...**



**Dibuja algo que te represente...**



Fuente: elaboración propia.

# **Cómo creo que soy**

**En mi casa**

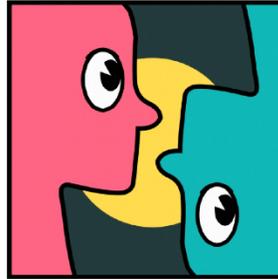
**En el albergue**

**En la escuela**

**En el patio**

Fuente: elaboración propia.

# Autoimagen



Lo que me gusta de mi es...

Físicamente soy...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fuente: elaboración propia.

# Soy...



Mi personalidad es...

Lo que más me gusta  
hacer es...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# Autoreforzo



Me defino por mis habilidades

**Cualidades**

---

---

---

---

---

---

---

**Habilidades**

---

---

---

---

---

---

---

**Fortalezas**

---

---

---

---

---

Fuente: elaboración propia.

# Autoreforzo



Cosas que no hago tan bien

Aspectos a mejorar

---

---

---

---

---

---

---

Debilidades

---

---

---

---

---

---

---

Me siento culpable por...

---

---

---

---

---

Fuente: elaboración propia.

**Soy...**



**Afirmaciones positivas frente al espejo**

Fuente: elaboración propia

# Autoeficiencia



Mis metas...

Habilidades que me ayudarán  
a alcanzar mis metas.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

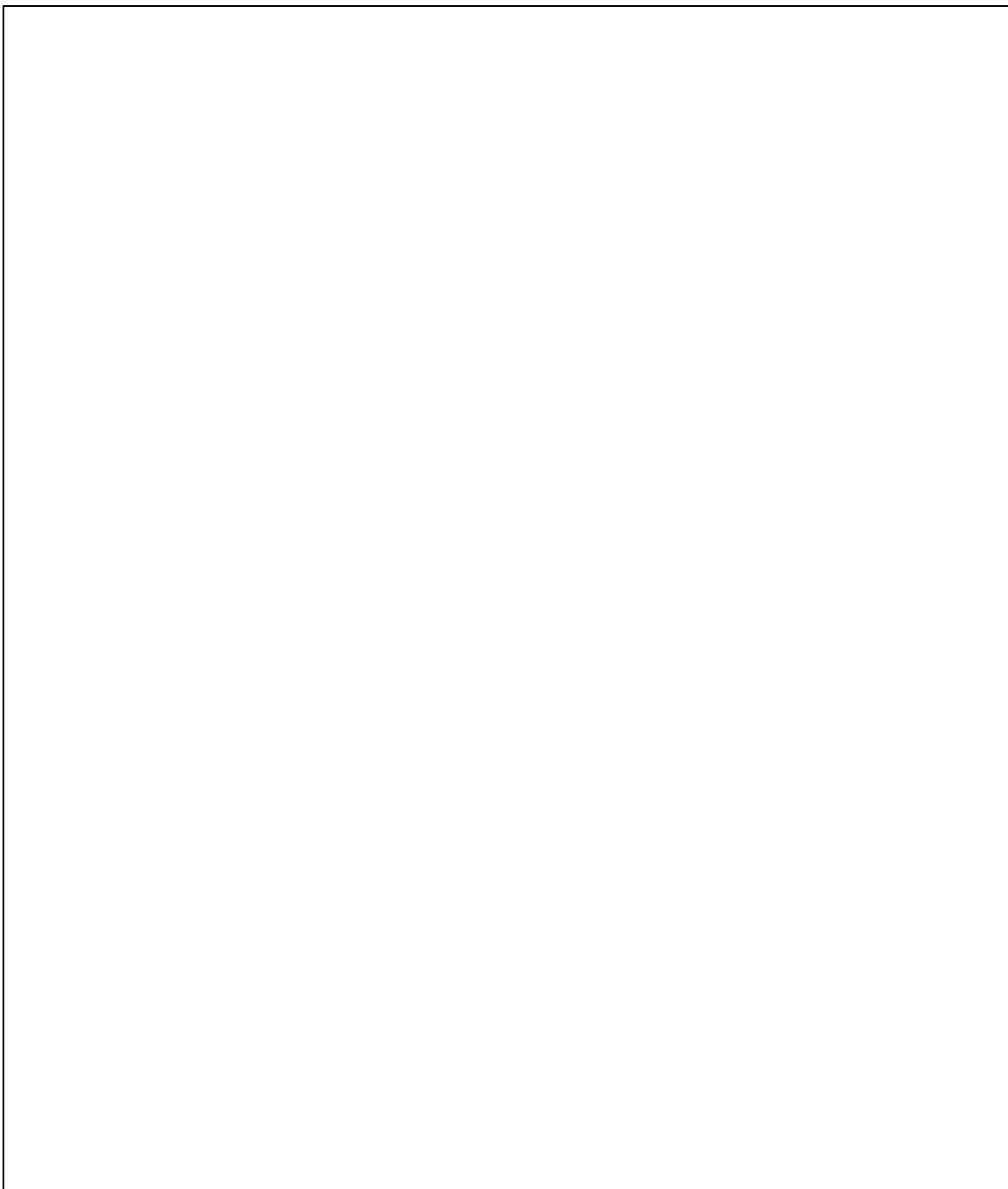
.....

.....

.....

Fuente: elaboración propia

**Un dibujo que me representa en este momento.**



Fuente: elaboración propia.

**Sesión núm. 15 y 16**

<b>Objetivo General</b>	<b>Corriente/área</b>	<b>Técnica</b>	<b>Objetivo de la técnica</b>	<b>Modalidad</b>
Promover estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual	<b>Gestalt</b>	Carta para mí	Promover la integración de todo el proceso psicoterapéutico con el que el o la paciente pueda ver su transformación.	Individual
		La ronda	Brindar un cierre grupal adecuado para los y las participantes.	Grupal

Fuente: elaboración propia.

# Carta para mi...



A large, empty rectangular box with a black border, intended for writing a letter.

Fuente: elaboración propia.

## Sesión núm. 16

### La ronda

#### Recurso por utilizar

- N/A

#### Instrucciones.

- Realiza un círculo y brinda la bienvenida al grupo, mencionando a cada uno por nombre, indicando una habilidad que pudiste identificar en ellos.
- Indícales que esta será la última sesión, muestrales tu agrado por haberlos acompañado durante este proceso.
- Pídeles a los participantes que en el mismo círculo den menciones a cada miembro del grupo u mencionen aspectos de cada uno.
  - Tu nombre es:
  - Te admiro por:
  - Te respeto por:
  - Creo que eres una persona:
  - Espero que en esta nueva etapa puedas:
  - Algunas palabras de motivación y resiliencia para cada uno.
- Seguidamente agradecer a los mismos por el espacio y permiso que te brindaron para ser parte de este proceso.
- Finaliza entregando los certificados de finalización del proceso, (se adjunta en la siguiente hoja)



“PROGRAMA DE PSICOTERAPIA INTEGRATIVA  
PARA FORTALECER ESTRATEGIAS DE  
AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO”

# DIPLOMA

---

¡ENHORABUENA, GRACIAS POR TU  
PARTICIPACIÓN Y ESFUERZO!

“CADA DÍA ES UNA OPORTUNIDAD PARA APRENDER ALGO NUEVO.”

---

PSICÓLOGA



---

DIRECTORA DEL HOGAR

## 6.5. Presupuesto

Núm.	Descripción.	Precio por unidad	Cantidad.	Precio total
1.	Impresión de programa de intervención.	Q. 30.00 (unidad)	12 unidades	Q. 360.00
2.	Gafetes	Q. 3.00 (unidad)	13 unidades	Q. 39.00
3.	Papelógrafos	Q. 1.00 (unidad)	36 unidades	Q.36.00
4.	Lapiceros	Q. 10.00 (caja)	1 caja.	Q. 10.00
5.	Lápiz	Q. 12.50 (caja)	1 caja	Q. 12.50
6.	Borrador	Q. 12.50 (caja)	1 caja	Q. 12.50
7.	Sacapuntas	Q. 5.00 (unidad)	6 unidades	Q. 30.00
8.	Lana	Q. 5.00 (unidad)	2 unidades	Q. 10.00
9.	Marcadores	Q. 25.00 (caja)	12 unidades	Q. 300.00
10.	Crayones	Q. 15.00 (caja)	12 unidades	Q. 180.00
11.	Marcadores permanentes grandes	Q. 15.00 (caja)	2 cajas	Q. 30.00
12.	Espejo	Q. 20.00 (unidad)	12 espejos	Q. 240.00
Total				Q.1,260.00

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albo, P. Calderón, G. Molina, V. Padial, E. Romero, A. Carrasco, H. Noriega, T. Mendoza, C. Sánchez, M. Temoche, H. Silva, L. Castillo, D. Villegas, P. Silvano, R. Lozano, R. Donayre, J. Sandoval, Y. Rojas, J. Saavedra, J., ... Ortega, J. (2019). *Guía para la intervención integral en prevención de los riesgos psicosociales en niños, niñas y adolescentes*. FAD. Recuperado en: <https://www.fad.es/wp-content/uploads/2019/05/Gu%C3%ADa-para-una-intervenci%C3%B3n-integral-en-prevenci%C3%B3n-de-los-riesgos-psicosociales-en-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-y-adolescentes.pdf>
- Alique, M. (2019). *Competencia clave en matemática, nivel 2*. RA-MA Editorial. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/FCOV23\\_Compentencia\\_Clave\\_en\\_Matem%C3%A1ticas/Jc64EAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/FCOV23_Compentencia_Clave_en_Matem%C3%A1ticas/Jc64EAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)
- Armas. L. y Ruster, C. (2009) Manual de técnicas de PNL de Estrategias de PNL.
- Bahamón, M. Alarcón, Y. Cudris, L. Trejos, A. Campo, L. (2018). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Revista AVFT*, 38(5), 519-523. Recuperado en: [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/17404](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/17404)
- Barb, J. (2021). *Manual para el tratamiento de niños, niñas y adolescentes víctimas sobrevivientes de agresiones sexuales*. Gafimundo Panamá.
- Barcelata, B. (2015). *Adolescentes en riesgo una mirada a partir de la resiliencia*. Manual Moderno. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Adolescentes\\_en\\_riesgo/S65YCgAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Adolescentes_en_riesgo/S65YCgAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

- Batres, G. (1997). *Del ultraje a la esperanza: tratamiento de las secuelas del incesto* (2da. ed.). Ilanud. Recuperado en: <https://giocondabatres.com/descargas/libro%20Del%20Ultraje%20a%20la%20Esperanza.PDF>
- Bermúde J. Pérez, A y Sanjuán, P. (2017). *Psicología de la Personalidad: Teoría E Investigación. Volumen II*. España: UNED. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/PSICOLOG%C3%8DA\\_DE\\_LA\\_PERSONALIDAD\\_TEOR%C3%8DA\\_E/XfZVDgAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&kptab=overview](https://www.google.com.gt/books/edition/PSICOLOG%C3%8DA_DE_LA_PERSONALIDAD_TEOR%C3%8DA_E/XfZVDgAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&kptab=overview)
- Beyebach, M. y García, F. (2022). *Superar experiencias traumáticas: una propuesta de intervención desde la terapia sistemática breve*. Herder Editorial. Recuperado en: [https://books.google.com.gt/books?id=5A5uEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=5A5uEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Blanco, J. López, A. y Ortega, T. (2014). *Estilos de afrontamiento en cuanto a los factores familiar, social, escolar y salud en niños y niñas de 6º de bachillerato de la institución educativa Fulgencio Lequerica Velez*. (Tesis de licenciatura, Universidad Sanbuena Ventura). Recuperado en: <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/2760d826-1a94-485c-bf82-87d3780dfc15/content>
- Bunster, C. (2023). *Creciendo en la adversidad, un camino de autoconocimiento, confianza y resiliencia*. Nueva patris. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Creciendo\\_en\\_la\\_adversidad/f0HOEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Creciendo_en_la_adversidad/f0HOEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Cantera, J. (2023). *La salud mental en la empresa*. Almuzara. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/La\\_salud\\_mental\\_en\\_la\\_empresa/3RnEEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/La_salud_mental_en_la_empresa/3RnEEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Cantón-Cortés y Cortés (2015). Consecuencias del abuso sexual infantil: una revisión de las variables intervinientes. *Anales de psicología*, 31(2) mayo. 552- 561. Recuperado en: <https://doi.org/10.6018/analesps.31.2.180771>

Colli, M. (2019). *Teorías de la Psicoterapia: conceptos, ejercicios y casos. Manual para estudiantes, consejeros y psicólogos clínicos*. Editorial Brujas.

Cubero, I. (2019). *Análisis y actuaciones en diferentes contextos de intervención (salud y sexual, educación, ocio, deporte, conciliación de la vida personal, familiar y laboral, movilidad y urbanismo y gestión de tiempos)*. IC. Recuperado en: <https://elibro.net/es/ereader/uscg/106139>

Dalouh, R. González, A. Ayala, P. (2019). *Re-inventando la investigación en salud y educación para una sociedad transcultural: Propuesta de Acción*. Editorial Universidad de Almería. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Re\\_inventando\\_la\\_investigaci%C3%B3n\\_en\\_salud/bj-wDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=Dimensiones+del+bienestar+psicol%C3%B3gico&pg=PA29&printsec=frontcover](https://www.google.com.gt/books/edition/Re_inventando_la_investigaci%C3%B3n_en_salud/bj-wDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=Dimensiones+del+bienestar+psicol%C3%B3gico&pg=PA29&printsec=frontcover)

Fandiño, R. y Rodríguez, V. (2021). *Ser adolescente: ¿transición o destino?* Editorial UOC, SL. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Ser\\_adolescente/-hpUEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Ser_adolescente/-hpUEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Fernández, P. y Ramos, N. (2016). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Kairos.  
Recuperado en:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/Desarrolla\\_tu\\_inteligencia\\_emocional/  
7u2bDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Desarrolla_tu_inteligencia_emocional/7u2bDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Frank, V. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. Herder Editorial.  
Recuperado en:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/Fundamentos\\_y\\_aplicaciones  
de\\_la\\_logoter/uAKIDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&printsec=frontcover](https://www.google.com.gt/books/edition/Fundamentos_y_aplicaciones_de_la_logoter/uAKIDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&printsec=frontcover)

Frydenberg, E. y Lewis, R. (2000). *Escala de afrontamiento para adolescentes*. Madrid,  
España: TEA Ediciones.

Garassini, M. (2018). *Psicología positiva y comunicación no violenta*. Manual Moderno.  
Recuperado en: <https://elibro.net/es/ereader/uscg/128411>

Hernández, R. (2017). *Metodología de la investigación: rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: Graw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*.  
Graw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Higy-Lang, C. y Gellman, Ca. (2017). *Terapia Gestalt: inteligencia relacional para vivir mejor*. Profit Editorial I. S.L. Recuperado:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/Terapia\\_Gestalt/dq8-  
DwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=terapia+gestalt&printsec=frontcover](https://www.google.com.gt/books/edition/Terapia_Gestalt/dq8-DwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=terapia+gestalt&printsec=frontcover)

Intebi, I. (2012). *Estrategias de Afrontamiento y Modalidades de intervención en abuso Sexual Infantil intrafamiliar*. Colección de documentos técnicos.

Lee, A e Irwin, R. (2020). *Psicopatología, una perspectiva neuropsicológica social*.  
Manuel Moderno. Recuperado en:

[https://www.google.com.gt/books/edition/Psicopatolog%C3%ADa/8Ly\\_DwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Psicopatolog%C3%ADa/8Ly_DwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Lorenzo, P. Ladero, J. Leza, J. Lizasoain, I. (2018). *Drogodependencia: farmacología, patología, psicología y legislación*. (3ra. edición). Panamericana.

Martín, A. (2006). *Manual práctico de psicoterapia Gestalt*. Desclée Brouwer.

Martínez, E. (2022). *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. Manual moderno.

<https://www.google.com.gt/books/edition/Manual de psicoterapia con enfoque logot/LFyCEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1>

Mingote, C. y Requena, M. (2013). *Bienestar – Malestar de los jóvenes*. Díaz de Santos. S.A. Recuperado en:

<https://www.google.com.gt/books/edition/El bienestar malestar de los j%C3%B3venes/EoW8-oyuqssC?hl=es&gbpv=1>

Miranda, M. y Galán, F. (2021). *Lo social en la salud mental, Trabajo Social en Psiquiatría II*. Universidad de Zaragoza. Recuperado en:

<https://www.google.com.gt/books/edition/Lo social en salud mental Trabajo social/ a9FEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1>

Morales, M. y Díaz, D. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*. 7(14), 253-278. Recuperado en: <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/225/442>

Moreno, J. Salas, W. Valenzuela, E. (2019). *En el iris de los in-visibles: una mirada al bienestar psicológico, calidad de vida y apoyo social de población víctima del*

*conflicto armado*. Universidad cooperativa de Colombia. Recuperado en:  
<https://elibro.net/es/ereader/uscg/127557>

Muller, M. (2015). *Abuso sexual en la infancia: mitos, construcciones e injusticias: el falso síndrome de alienación parental*. Maipue. Recuperado en:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/Abuso sexual en la infancia/gr8rEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Abuso_sexual_en_la_infancia/gr8rEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Olvera, Y. Domínguez, B. y Cruz, A. (2002). *Inteligencia emocional*. Plaza y Valdés, S.A. Recuperado:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/Inteligencia emocional/irw3FVPVNXAC?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Inteligencia_emocional/irw3FVPVNXAC?hl=es&gbpv=1)

Ormeño, J. Carvajal, L. y Sanz, L. (2023). *Aplicaciones básicas de ofimática*. Editex. Recuperado en:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/CFGB Aplicaciones b%C3%A1sicas de ofim%C3%A1tica/t0HGEEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&kptab=overview](https://www.google.com.gt/books/edition/CFGB_Aplicaciones_b%C3%A1sicas_de_ofim%C3%A1tica/t0HGEEAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&kptab=overview)

Ortiz, R. y Miranda, P. (2022). *Comportamientos en estados crónicos y salud mental en grupos vulnerables*. (coordinadores) Universidad Autónoma de Sinaloa. Recuperado en:  
[https://books.google.com.gt/books?id=e7LdEAAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=true](https://books.google.com.gt/books?id=e7LdEAAAQBAJ&newbks=0&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=true)

Perry, A. Potter, P. Stockert, P. (2017). *Fundamentos de enfermería*. (9a ed.) Elsevier. Recuperado en:  
[https://www.google.com.gt/books/edition/Fundamentos de enfermer%C3%ADa/ILWXdWAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Fundamentos_de_enfermer%C3%ADa/ILWXdWAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Quezada, V. Neno, R. y Luzoro, J. (2006). *Abuso sexual infantil: ¿cómo conversar con los niños?* Universidad Internacional SEK.

Ramírez, A. Bravo, M. y Vaquero, J. (2023). *Estrés laboral: síndrome de Burnout, estrategias de afrontamiento en docentes universitarios*. UNAM, Facultad de Estudios superiores Iztacala. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Estr%C3%A9s\\_laboral\\_S%C3%ADndrome\\_de\\_Burnout\\_Est/iTSzEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Estr%C3%A9s_laboral_S%C3%ADndrome_de_Burnout_Est/iTSzEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Riso, W. (2013). *Guía práctica para mejorar la autoestima*. Phronesis SAS.

Rojas, L. (2014). *La Familia, de relaciones tóxicas a relaciones sanas*. Penguin Random House Grupo Editorial. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/La\\_familia/q\\_LmBAAAQBAJ?hl=es&gbpv=0](https://www.google.com.gt/books/edition/La_familia/q_LmBAAAQBAJ?hl=es&gbpv=0)

Ruiz, M. Díaz, M. y Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales*. Desclée De Brouwer, S.A

Sala, G. y Morena, A. (2020). *Secretos de tu cerebro, claves para la neurofelicidad y el neurocoaching* Kairós S.A. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Secretos\\_de\\_tu\\_cerebro/Q6ndDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Secretos_de_tu_cerebro/Q6ndDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Schreck, A. y Páramo, M. (2015). *Misión imposible: como comunicarse con los adolescentes*. Penguin Random House Grupo Editorial. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Misi%C3%B3n\\_imposible\\_c%C3%B3mo\\_comunicarnos\\_con/fAEUBwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Misi%C3%B3n_imposible_c%C3%B3mo_comunicarnos_con/fAEUBwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Sendra, J. (2018). *Apoyo psicosocial, atención relacional y comunicativa en instituciones*. (2 ed.), Ideas propias editorial Vigo. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/MF1019\\_2\\_Apoyo\\_psicosocial\\_atenci%C3%B3n\\_rel/inDhDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/MF1019_2_Apoyo_psicosocial_atenci%C3%B3n_rel/inDhDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Sica, C., Chiri, L. R., Favilli, R. y Marchetti, I. (2016). *Q-PAD. Cuestionario para la Evaluación de Problemas en Adolescentes*. (P. Santamaría, adaptador).

Spencer, E. (2022). *Terapia Cognitivo Conductual: ¡técnicas de TCC simplificadas para superar la ansiedad, la depresión y miedo, libre su mente de pensamientos intrusivos, aprenda sobre inteligencia emocional y mucho más!* PublishDrive. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Terapia\\_Cognitivo\\_Conductual/wKBwEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Terapia_Cognitivo_Conductual/wKBwEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Stahl, T. (2014). PNL. *Introducción a la programación neurolingüística: para qué sirve, cómo funciona y quienes pueden diferenciarse de ella*. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/PNL\\_Introducci%C3%B3n\\_a\\_la\\_programaci%C3%B3n\\_neu/LysnZ9J39oEC?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/PNL_Introducci%C3%B3n_a_la_programaci%C3%B3n_neu/LysnZ9J39oEC?hl=es&gbpv=1)

Torrvalva, T. Roca, M. y Bruno, D. (2021). *Rehabilitación Cognitiva. Casos Clínicos*. Editorial El Ateneo. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Rehabilitaci%C3%B3n\\_cognitiva\\_Casos\\_cl%C3%ADnico/5OAbEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Rehabilitaci%C3%B3n_cognitiva_Casos_cl%C3%ADnico/5OAbEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Uribe, A. Ramos, I. Villamil, I. Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Revista electrónica: Psicogente*. 21(40). 440-457. Recuperado en: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3082/3807>

Urpí, C. (2022). *Creatividad y bienestar en contextos educativos y sociales*. Narcea ediciones. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Creatividad\\_y\\_bienestar/bRmMEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Creatividad_y_bienestar/bRmMEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Urra, J. (2014). *SOS Víctima de abusos sexuales*. Ediciones Pirámide.

Urra, J. (2017). *La huella del dolor, estrategias de prevención y afrontamiento de la violencia de género*. Ediciones Morata, S.L.

Varona, G. (2023). *Victimología y Violencia, Conectar con las víctimas*. Aranzadi S.A.U. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Victimolog%C3%ADa\\_y\\_violencia/Y7u6EAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=estrategias+de+afrontamiento+varona&pg=PT104&printsec=frontcover](https://www.google.com.gt/books/edition/Victimolog%C3%ADa_y_violencia/Y7u6EAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=estrategias+de+afrontamiento+varona&pg=PT104&printsec=frontcover)

Vásquez, J. (2020). *Alas rotas, cómo prevenir la violencia sexual infantil y ayudar a las víctimas*. Penguin Random House grupo editorial México. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Alas\\_rotas/cicMEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Alas_rotas/cicMEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

Vega-Michel, C. y Camacho, E. (2018). *Autocuidado de la Salud II*. Manual Moderno. Recuperado: [https://www.google.com.gt/books/edition/Autocuidado\\_de\\_la\\_salud\\_II/NR59DwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=bienestar+psicol%C3%B3gico&pg=PT39&printsec=frontcover](https://www.google.com.gt/books/edition/Autocuidado_de_la_salud_II/NR59DwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=bienestar+psicol%C3%B3gico&pg=PT39&printsec=frontcover)

Young, J. Klosko, J. Klosko. J. y Weishaar, M. (2015). *Terapia de esquemas*. Desclee de Brouwer. Recuperado en: [https://www.google.com.gt/books/edition/Terapia\\_de\\_esquemas/wcDyDQAAQBAJ?hl=es&gbpv=1](https://www.google.com.gt/books/edition/Terapia_de_esquemas/wcDyDQAAQBAJ?hl=es&gbpv=1)

## ANEXOS

### Anexo núm. 1

#### Asentimiento informado



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Centro Universitario Metropolitano  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Maestría en Psicología Clínica y  
Psicoterapia



#### Oficio de autorización

Mi nombre es Delmi Maria Villatoro Villatoro, Licenciada en Psicología, colegiado activo núm. 12,683; y actualmente soy estudiante de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia.

Me es grato informarle que por el momento realizó una investigación sobre el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual; y me gustaría que las adolescentes de la Asociación de Desarrollo Integral y Beneficio Social para la Familia Guatemalteca, Mujer de Proposito ADIFAG, que dignamente dirige puedan participar en la misma.

Por lo que doy a conocer algunos datos con los que usted podrá entender un poco más referente a ella; su objetivo general es identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual; es una investigación de tipo cuantitativa con diseño descriptivo, lo que quiere decir que identificará y establecerá la presencia de estas dos variables en el desarrollo general de las adolescentes; a través de dos pruebas psicométricas.

De la misma manera resalto que toda esta información es totalmente confidencial y se realizarán los procedimientos con el debido resguardo de la identidad; no se revelará ninguno de los datos personales, no sufrirá ningún daño ni se expondrá a ningún tipo de riesgo.

Por lo que todo documento de evaluación se entregará para archivo en expedientes de las adolescentes de la Asociación de Desarrollo Integral y Beneficio Social para la Familiar Guatemalteca, Mujer de Proposito ADIFAG y no se entregará a terceras personas, pues su fin es solo de investigación.

Sí su respuesta es positiva le solicito pueda completar los datos de este consentimiento que se describe en estas 2 hojas bond tamaño carta, confirmando que:

Ha recibido la información suficiente sobre el estudio

Ha entendido por completo el propósito del estudio

Está de acuerdo con que la adolescente: \_\_\_\_\_

de: \_\_\_\_ años de edad; participe en la investigación, entendido que la misma puede retirarse sin explicaciones al momento que lo desee.

Siendo yo \_\_\_\_\_ representante legal de la Asociación de Desarrollo Integral y Beneficio Social para la Familia Guatemalteca, Mujer de Propósito ADIFAG. Quien pongo mi entera voluntad para que se realice dicha investigación, siendo esta mi autorización firmando y sellado el día \_\_\_\_\_.

Firma y sello: \_\_\_\_\_

Confirmando que he explicado la naturaleza de este estudio con detalles y he resuelto dudas en base a la investigación.

Lcda. Delmi María Villatoro Villatoro

Licenciada en Psicología



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Centro Universitario Metropolitano  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Maestría en Psicología Clínica y  
Psicoterapia



## **Asentimiento informado**

Mi nombre es Delmi Maria Villatoro Villatoro, Licenciada en Psicología, colegiado activo núm. 12,683; y actualmente soy estudiante de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia.

Me es grato informarle que por el momento realizó una investigación sobre el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual; y me gustaría pueda participar en la misma.

Por lo que doy a conocer algunos datos con los que usted podrá conocer un poco más referente a ella; su objetivo general es identificar el afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes víctimas de abuso sexual; es una investigación de tipo cuantitativa con diseño descriptivo, lo que quiere decir que identificará y establecerá la presencia de estas dos variables en su desarrollo general; a través de dos pruebas psicométricas.

De la misma manera resalto que toda esta información es totalmente confidencial y se realizarán los procedimientos con el debido resguardo de su identidad; no se revelará ninguno de sus datos personales, no sufrirá ningún daño ni se le expondrá a ningún tipo de riesgo al participar en la misma.

Por lo que todo documento de evaluación se archivará en la Asociación de Desarrollo Integral y Beneficio Social para la Familiar Guatemalteca, Mujer de Propósito ADIFAG y no se entregará a terceras personas, pues su fin es solo de investigación.

Sí su respuesta es positiva le invito pueda completar los datos de este asentamiento en el que usted como menor de edad expresa su consentimiento y voluntad a cooperar

en la investigación que se describe en estas 2 hojas bond tamaño carta, confirmando que:

Ha recibido la información suficiente sobre el estudio

Ha entendido por completo el propósito del estudio

Asentimiento informado para:

Mi nombre es: \_\_\_\_\_

Tengo la edad de: \_\_\_\_\_ me encuentro actualmente en la Asociación de Desarrollo Integral y Beneficio Social para la Familia Guatemalteca, Mujer de Propósito ADIFAG y estoy de acuerdo en poder ser parte de esta investigación.

\_\_\_\_\_

Confirmando que he explicado la naturaleza de este estudio con detalles y he resuelto dudas en base a la investigación.

Lcda. Delmi Maria Villatoro Villatoro

Licencia en Psicología