



**USAID**  
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS  
UNIDOS DE AMÉRICA



PROTOCOLO DE ATENCIÓN  
PSICOSOCIAL PARA JÓVENES

EN CONDICIÓN DE  
VULNERABILIDAD SOCIAL

---

Este protocolo ha sido posible gracias al apoyo del pueblo de los Estados Unidos de América a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). Los puntos de vista de este protocolo son responsabilidad de DAI Global LLC y no reflejan necesariamente los de USAID o los del Gobierno de los Estados Unidos.



PROTOCOLO DE ATENCIÓN  
PSICOSOCIAL PARA JÓVENES  
EN CONDICIÓN DE  
VULNERABILIDAD SOCIAL



El otro habla en su rostro y esto es un lenguaje anterior a las palabras, inaudible, inaudito. Expresión desnuda de la vulnerabilidad del otro, epifanía o revelación o aparición. **El otro es un usted** que sorprende, sobrecoge y llama a la responsabilidad.

Emmanuel Lévinas  
Filósofo y escritor lituano, 2011.



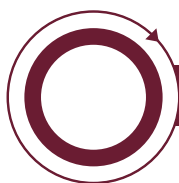
---

Emmanuel Lévinas (1907, en Giménez Giubbani, 2011).  
Lévinas fue un Filósofo y escritor lituano, conocido por trabajos relacionados con la Filosofía, la Ética y el Existencialismo.  
Sus principales obras fueron: De la existencia al Existente (1947) y El Tiempo y el Otro (1947).

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Lista de siglas y acrónimos	5
<b>I.</b>	Presentación	7
<b>II.</b>	El porqué y para qué de este Protocolo	9
<b>III.</b>	¿Cómo usar este Protocolo de atención?	10
<b>IV.</b>	Principios de la atención psicosocial	11
<b>V.</b>	Resultado N° 1. Juventud comprometida socialmente y partícipe de su propio bienestar integral	12
<b>VI.</b>	Resultado N° 2. Organizaciones comprometidas con la inclusión social y el desarrollo positivo de la juventud	13
	<b>A. Test de autodiagnóstico. ¿Trabajas para una organización socialmente inclusiva?</b>	13
	<b>B. Instrucciones para calificar el test de autodiagnóstico. ¿Trabajas para una organización socialmente inclusiva?</b>	15
<b>PASO 1.</b>	<b>NUEVOS CONCEPTOS. Aprendiendo cinco grandes enfoques en el trabajo con la juventud</b>	<b>17</b>
	<b>1.1 Cinco grandes enfoques</b>	19
	1.1.1 Enfoque de cultura de paz	19
	1.1.2 Enfoque basado en derechos humanos	22
	1.1.3 Enfoque de juventud	26
	1.1.4 Enfoque de género	27
	1.1.5 Enfoque de diversidades	29
<b>PASO 2.</b>	<b>INFORMACIÓN. Conociendo la situación actual de la juventud</b>	<b>31</b>
	<b>2.1 Situación actual de la juventud</b>	33
	2.1.1 Contexto regional	34
	2.1.2 Contexto nacional	36
	2.1.2.1 Entornos de violencia	38

	2.1.2.2 Violencia que afecta a la juventud	38
	2.1.2.3 Juventud y empleo	39
	2.1.2.4 Juventud en condiciones de vulnerabilidad	41
<b>PASO 3.</b>	CAMBIANDO PARADIGMAS. Un enfoque de desarrollo positivo	<b>43</b>
	3.1 Enfoque de desarrollo positivo de la juventud	45
<b>PASO 4.</b>	PASO 4. TOMANDO ACCIÓN. Claves para la atención psicosocial de la juventud	<b>49</b>
	4.1 ¿Qué es atención psicosocial?	51
	4.2 ¿Qué ganan las organizaciones al incorporar servicios de atención integral o atención psicosocial para personas jóvenes?	53
	4.3 ¿Cómo se pueden incorporar servicios de atención integral para personas jóvenes?	55
	4.4. Pasos para la atención psicosocial	57
	4.4.1 Primer paso: Entrevista inicial	57
	4.4.2 Segundo paso: Consolidación de la confianza	59
	4.4.3 Tercer paso: Diagnóstico psicosocial	63
	4.4.4 Cuarto paso: Construcción de una Ruta de Fortalecimiento Psicosocial	71
	4.4.5 Quinto paso: Atención o remisión	73
	4.5 Primeros Auxilios Psicológicos	76
	4.6 Pasos para aplicar Primeros Auxilios Psicológicos	79
<b>PASO 5.</b>	CUIDANDO A QUIENES CUIDAN. Claves para el autocuidado personal y colectivo	<b>81</b>
	5.1 La importancia del autocuidado personal y colectivo	83
	5.1.1 Pasos para mejorar nuestras creencias	83
	5.1.2 Pasos para mejorar nuestras acciones	84
	5.1.3 Pasos para mejorar nuestras relaciones	84
	5.1.4 Pasos para aprender ejercicios de meditación, respiración consciente y relajación	85
	5.2. El secreto del autocuidado y su relación con la atención psicosocial	88
<b>VII.</b>	Anexo	<b>89</b>
<b>VIII.</b>	Referencias bibliográficas	<b>91</b>



## LISTA DE SIGLAS Y ACRÓNIMOS

- ACNUDH** Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos
- ADEPRO** Asociación para el Desarrollo y la Promoción
- CA** Centroamérica
- CEPAL** Comisión Económica para América Latina y el Caribe
- CV** Currículum Vitae
- DDHH** Derechos Humanos
- EBDH** Enfoque Basado en Derechos Humanos
- EEOC** Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (por sus siglas en inglés).
- ERCA** Estado de la Región Centroamericana
- FUNDAUNGO** Fundación Dr. Guillermo Manuel Ungo
- IIDH** Instituto Interamericano de Derechos Humanos
- LGBTIQ** Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, Intersexuales y Queer
- NINI** Ni trabaja, Ni estudia, Ni recibe formación
- NNA** Niñas, niños y adolescentes
- OIM** Organización Internacional para las Migraciones
- ONU** Organización de las Naciones Unidas
- PAP** Primeros Auxilios Psicológicos
- PEA** Población Económicamente Activa
- PEI** Población Económicamente Inactiva
- PET** Población en Edad de Trabajar
- PIB** Producto Interno Bruto
- PNUD** Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
- RSE** Responsabilidad Social Empresarial
- SSPAS** Servicio Social Pasionista
- TEA** Trastorno de Estrés Agudo
- TEPT** Trastorno de Estrés Post Trauma
- UNESCO** Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (por sus siglas en inglés)
- USAID** Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (por sus siglas en inglés)







## PRESENTACIÓN



La preocupación por el bienestar del ser humano y por su destino debe ser el principal motivo de toda empresa técnica, a fin de que las creaciones de nuestra inteligencia sean beneficiosas y no una maldición para la humanidad. No olvidéis jamás eso en medio de vuestros gráficos y vuestras ecuaciones.

Albert Einstein

En los últimos años hemos visto cómo la realidad social se describe a partir de hechos como la globalización y los constantes cambios políticos, culturales y económicos. Es indiscutible la gran influencia de las nuevas tecnologías de la comunicación y otros vertiginosos avances científicos en la mejora de nuestra calidad de vida. Sin embargo, cada día hay desplazamientos de millones de personas en todo el mundo que buscan refugio de guerras o simplemente desean mejores oportunidades de desarrollo; hay comunidades interculturales en total desconexión; persisten los conflictos interraciales e interculturales; hay personas que son violentadas y excluidas solo por su identidad de género; mientras que otras viven en condiciones de vulnerabilidad, marginalidad, desigualdad, pobreza y exclusión social.



Todo esto nos dice que todavía hace falta mucho para alcanzar una verdadera inclusión social y una promoción del desarrollo humano sostenible.



En este escenario, excluyente y desigual, encontramos a muchas personas que se esfuerzan por construir sus proyectos personales y familiares, pero algunas condiciones hacen que esta tarea sea mucho más complicada para ciertas personas.

Por ejemplo, si eres una persona joven y estás en condición de vulnerabilidad por causas de discapacidad, pertenencia a la comunidad LGBTIQ (Lesbianas, Gay, Bisexuales, Trans, Intersexuales, Queer), eres una persona migrante retornada, madre joven/soltera o simplemente vives en ciudades rodeadas de contextos violentos, esas son condiciones que pueden dificultar el logro de tus metas personales y pueden producirte mucha frustración e incertidumbre, especialmente cuando buscas una oportunidad de trabajo y desarrollo.

El Gobierno Federal de Estados Unidos reconoce que existen al menos 11 formas de discriminación laboral que enfrentan las personas, estas son:



1. Discriminación por causa de la edad



2. Discriminación por una condición de discapacidad



3. Discriminación por desigualdad en la compensación económica de hombres y mujeres



4. Discriminación por razones médicas



5. Discriminación por el lugar de origen o residencia



6. Discriminación por causa de un embarazo



7. Discriminación basada en la raza, etnia o color de piel



8. Discriminación basada en motivos religiosos



9. Discriminación por represalias



10. Discriminación basada en género



11. Discriminación por causa de acoso o violencia sexual en el trabajo

Para lograr superar estas condiciones de discriminación y vulnerabilidad, como sociedad nos enfrentamos al desafío de reconstruir nuevas y mejores formas de pensar, sentir y actuar. Necesitamos con urgencia encontrar o producir nuevos “tejidos sociales”: espacios en donde nos sintamos protegidos y, especialmente, sintamos que existe una oportunidad o una posibilidad real para desarrollarnos en el ámbito personal, familiar y profesional. Cuando esta construcción de recuperación de tejido social se realiza de forma sistemática y deliberada, le llamamos: “ATENCIÓN PSICOSOCIAL”.

Este Protocolo de atención, elaborado en el marco de implementación del **Proyecto de USAID Puentes para el Empleo**, financiado por la **Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID)**, es un aporte para la construcción de capacidades de atención psicosocial en todas las personas que laboran en organizaciones que desarrollan programas y proyectos de empleabilidad para personas jóvenes en condiciones de vulnerabilidad.

Es importante señalar que a lo largo del Protocolo, la palabra “organización” hará alusión a instituciones de capital privado, público o de cooperación internacional, cuyo trabajo se vincula a los servicios de bolsas de empleo, intermediación sociolaboral, educación para el trabajo y la vida, formación técnica profesional, programas de emprendimiento juvenil y otros relacionados.

Hemos construido este material bajo los preceptos del enfoque de desarrollo positivo de la juventud, promoviendo la idea que las personas jóvenes son un importante capital social y humano con un potencial extraordinario para aportar a nuestra sociedad actual.



## EL PORQUÉ Y PARA QUÉ DE ESTE PROTOCOLO



### a) ¿QUÉ ES ESTE PROTOCOLO?

Es un documento práctico y de fácil comprensión para proporcionar servicios de atención psicosocial a jóvenes en condiciones de vulnerabilidad social que desean incorporarse a un empleo formal para mejorar sus condiciones de vida. Se consideran vulnerables por haberse deteriorado sus capacidades y opciones, al haber sido excluidas debido a su género, discapacidad, porque viven en contextos de violencia, o por ser migrantes retornados, entre otros. Esto desde un enfoque de desarrollo positivo que resalte las fortalezas y aportes de la juventud a las organizaciones.

### b) ¿CUÁL ES EL OBJETIVO DE ESTE PROTOCOLO?

Guiar paso a paso la atención integral a las personas jóvenes en condición de vulnerabilidad que están en proceso de formación e incorporación a un trabajo formal.



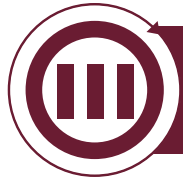
### c) ESTE PROTOCOLO NO ES...

Este modelo de atención psicosocial no sustituye a ningún servicio especializado de salud física y mental. Este no es un manual exclusivo para profesionales de psicología. Aunque fue diseñado para su aplicación en contextos de formación para el trabajo o recursos humanos, puede ser adaptado a otros ámbitos. Por último, no es una propuesta acabada, ya que siempre puede ser mejorada o complementada con otras herramientas o enfoques.

### d) ¿A QUIÉNES VA DIRIGIDO ESTE PROTOCOLO?

Dirigimos este documento a personas claves en organizaciones que trabajan con jóvenes en condición de vulnerabilidad social y que buscan integrarse al mercado formal de trabajo. Por ejemplo, personal que labora en bolsas de empleo, programas de intermediación socio laboral, educación para el trabajo y la vida, formación técnica profesional, programas de emprendimiento juvenil y otros relacionados.





# ¿CÓMO USAR ESTE PROTOCOLO DE ATENCIÓN?

Hemos construido este Protocolo de atención psicosocial en cinco sencillos pasos:

**PRIMERO:** vamos a conocer brevemente cinco enfoques claves para realizar un trabajo integral con la juventud, especialmente cuando se encuentran en procesos de formación para su incorporación al mundo laboral y provienen de entornos caracterizados por la violencia social.

**SEGUNDO:** vamos a analizar la situación de vulnerabilidad<sup>1</sup> en la que se encuentran las personas jóvenes no sólo a través de estadísticas relevantes, sino también compartiendo las voces de todas las personas jóvenes entre 16 y 29 años que fueron consultadas para la construcción de esta guía de trabajo.

**TERCERO:** hablaremos del enfoque de desarrollo positivo de la juventud, nuestra apuesta de un nuevo paradigma de trabajo.

**CUARTO:** se encuentran todas las herramientas para dar auxilios emocionales básicos y atención psicosocial a jóvenes en vulnerabilidad social.

**QUINTO:** proponemos una serie de acciones que nos permitan cerrar el ciclo de atención, apoyando al personal que trabaja el desarrollo social, mediante técnicas de autocuidado personal y colectivo.

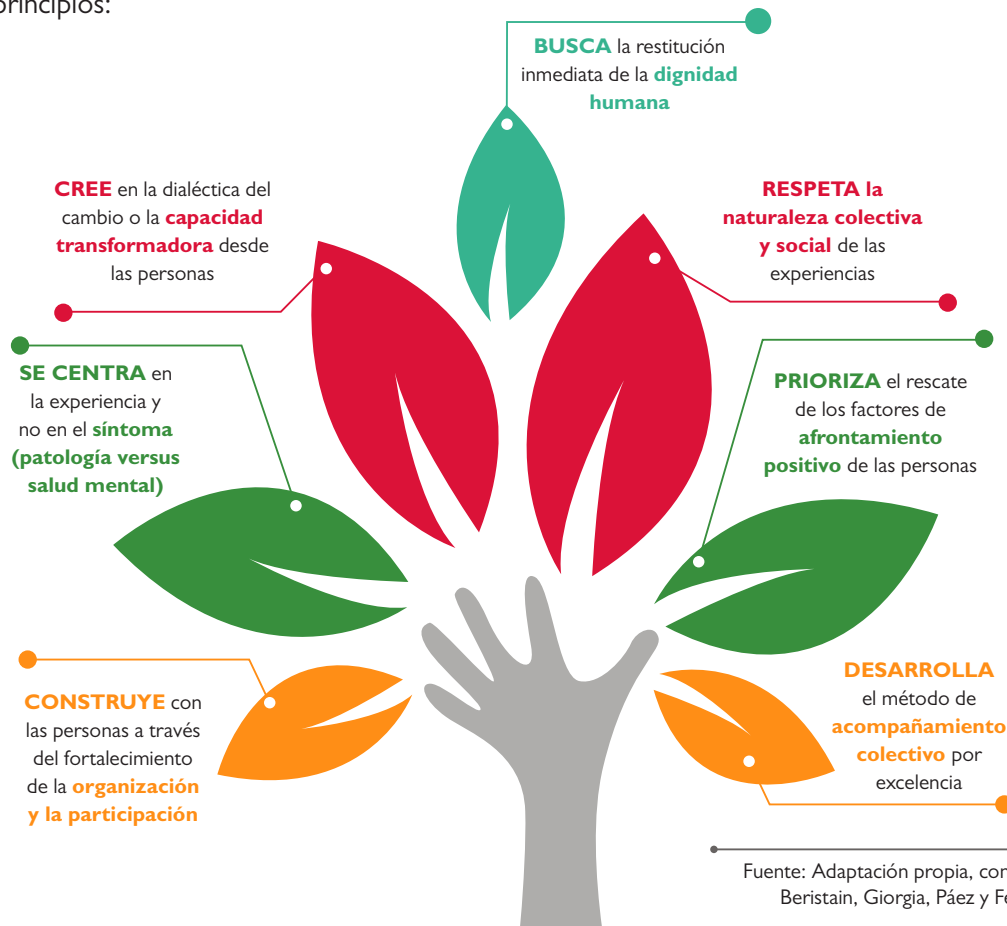


<sup>1</sup> “Tradicionalmente, el concepto de vulnerabilidad se utiliza para describir la exposición al riesgo y la gestión del mismo, incluidos el asegurarse contra un acontecimiento adverso y la diversificación de los activos e ingresos (...) pero cuando hablamos del concepto de vulnerabilidad humana, nos referimos al deterioro de las capacidades y opciones de las personas” (PNUD, 2014).

# IV

## PRINCIPIOS DE LA ATENCIÓN PSICOSOCIAL

Cuando hablamos de atención psicosocial lo que queremos hacer, en concreto, es brindar servicios psicológicos que incluyan un fortalecimiento de los entornos en los que vive la persona y las relaciones que establece en esos espacios. Entonces, la atención psicosocial es un proceso sistemático e interactivo que se basa en los siguientes principios:



Fuente: Adaptación propia, con datos de Martín Beristain, Giorgia, Páez y Fernández (1999).

### ENFOQUE PSICOSOCIAL

Es ver al ser humano como el resultado de la interacción entre su mente y la sociedad. Es analizar las emociones, comportamientos y pensamiento de las personas en el contexto social y cultural en el que se desarrollan (Organización Internacional para las Migraciones, OIM, 2018).

### APOYO PSICOSOCIAL

Son acciones que permiten que las personas y grupos desarrollen procesos de transformación personal, familiar y social en sus espacios cotidianos, propiciando la transformación de sus realidades sociales (OIM, 2018).

### ATENCIÓN PSICOSOCIAL

Es un proceso sistemático de acompañamiento personal, familiar y comunitario, que busca restablecer la integridad emocional de las personas, así como de sus redes sociales (OIM, 2018).



## RESULTADO N° I

### ▶ JUVENTUD COMPROMETIDA SOCIALMENTE Y PARTÍCIPE DE SU PROPIO BIENESTAR INTEGRAL

Este Protocolo de atención psicosocial y sus cinco guías de atención diferencial tienen como fin último **contribuir al logro de una generación joven que está comprometida con el cambio social y que es partícipe de su propio desarrollo y bienestar integral**. Comprendemos que esta meta es ambiciosa, pero no imposible.

En este documento, la palabra “bienestar integral” la entenderemos como la integración de un bienestar psicológico y uno social, descritos en los siguientes cuadros:

#### BIENESTAR PSICOLÓGICO

- a. **Autoaceptación:** es sentirse bien consigo mismo y tener actitudes positivas hacia uno mismo.
- b. **Relaciones positivas con otras personas:** es el mantenimiento de relaciones estables y confiables.
- c. **Autonomía:** es la capacidad de mantener nuestras propias convicciones (autodeterminación) y nuestra independencia y autoridad personal.
- d. **Dominio del entorno:** es nuestra habilidad personal para elegir o crear entornos favorables para satisfacer nuestros deseos y necesidades.
- e. **Objetivos vitales:** es definir objetivos que permitan dar un sentido a nuestra vida y alcanzar un desarrollo positivo.
- f. **Crecimiento personal:** es nuestro empeño por desarrollar nuestras potencialidades y seguir creciendo como personas.

#### BIENESTAR SOCIAL

- a. **Integración social:** es nuestro sentimiento de pertenencia y el establecimiento de lazos sociales positivos.
- b. **Aceptación social:** es tener confianza en las otras personas y la aceptación de los aspectos positivos y negativos de nuestra propia vida.
- c. **Contribución social:** se trata de experimentar un sentimiento de utilidad, de ser capaces de aportar algo a la sociedad en la que vivimos. Sentimiento de autoeficacia.
- d. **Actualización social:** es tener confianza en el futuro de la sociedad y en nuestra capacidad para producir condiciones que favorezcan nuestro bienestar y desarrollo.
- e. **Coherencia social:** es confianza en nuestra capacidad para comprender la dinámica y el funcionamiento del mundo y mantenernos congruentes con las ideas y valores orientados a un desarrollo positivo.

Fuente: Adaptación de las dimensiones del bienestar como meta de la atención psicosocial propuesta por Blanco y Valera (2007).





## RESULTADO N° 2

### ► ORGANIZACIONES COMPROMETIDAS CON LA INCLUSIÓN SOCIAL Y EL DESARROLLO POSITIVO DE LA JUVENTUD

La tarea de lograr una plena inclusión social y desarrollo positivo de la juventud puede ser entendido más como un anhelo y una aspiración que como una meta plenamente alcanzable; pero como decía Eduardo Galeano<sup>2</sup>, la utopía nos sirve para avanzar. Por eso, invitamos a las organizaciones a incorporar servicios de atención psicosocial y a promover

oportunidades de trabajo digno para mejorar la calidad de vida de las personas jóvenes. Para alcanzar este fin, hemos elaborado una lista de criterios que son característicos de organizaciones inclusivas: lee el siguiente test y reflexiona si en tu lugar de trabajo se cumplen estándares mínimos de inclusión social para personas jóvenes en condiciones de vulnerabilidad.

#### A. Test de autodiagnóstico: ¿trabajas para una organización socialmente inclusiva?

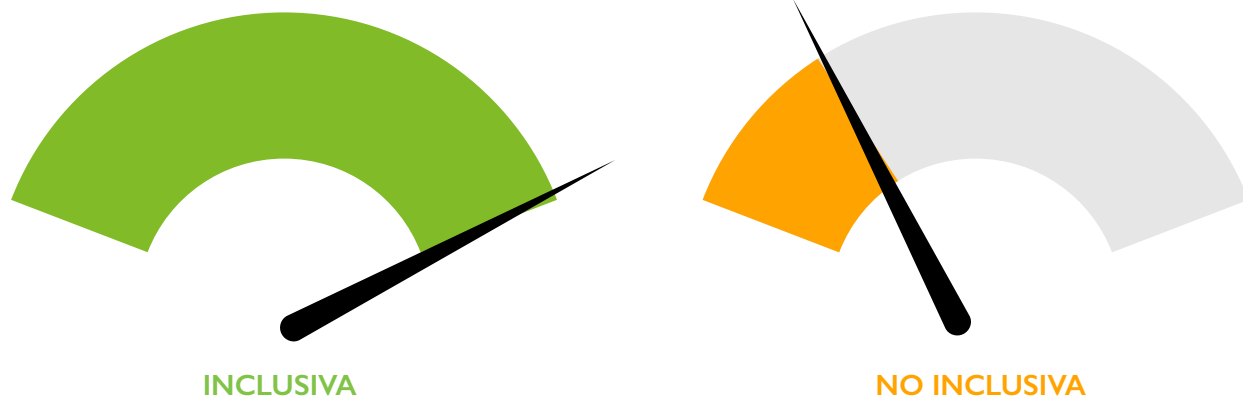
N°	CATEGORÍA / ÍTEM	SÍ	NO
<b>CATEGORÍA I. POLÍTICAS DE INCLUSIÓN</b>			
1	¿La organización cuenta con políticas de inclusión social?		
2	¿La organización cuenta con una política de equidad de género vigente y realiza acciones para promover la igualdad entre los géneros?		
3	¿La organización cumple con los criterios de un enfoque inclusivo para personas con discapacidad?		
4	¿La organización explicita formalmente sus políticas de apoyo para personas jóvenes que no trabajan ni estudian?		
5	¿Está escrito y se ha socializado entre su personal las ventajas de integrar personas jóvenes que desde sus particularidades pueden constituir la ventaja competitiva de la marca?		
6	¿La organización se flexibiliza y apoya a personas jóvenes que viven en contextos de violencia social?		
7	¿La organización realiza acciones afirmativas hacia personas migrantes retornadas?		
8	¿La organización tiene metas de género que incluyan el apoyo a mujeres madres jóvenes?		

<sup>2</sup> Escrito del periodista y escritor uruguayo Eduardo Galeano que se titula “Ventana sobre la Utopía”.

9	¿La organización cuenta con políticas de apoyo e integra sin problemas a personas LGBTIQ?		
<b>CATEGORÍA 2. RECLUTAMIENTO Y SELECCIÓN</b>			
10	¿La organización elabora los perfiles de un puesto desde un enfoque de inclusión?		
11	¿Las personas involucradas en la selección tienen la experiencia y las competencias requeridas para una efectiva selección de participantes?		
12	¿Las metodologías y herramientas de selección utilizadas son pertinentes para identificar los requerimientos del perfil de entrada?		
13	¿Los procesos de selección de personal son respetuosos del enfoque de derechos?		
<b>CATEGORÍA 3. VALORES INSTITUCIONALES</b>			
14	¿La organización premia la meritocracia, el compromiso y la responsabilidad?		
15	¿La organización respeta la ideología política y religiosa de sus empleados?		
<b>CATEGORÍA 4. FORMACIÓN CONTINUA</b>			
16	¿La organización cuenta con planes de desarrollo en formación humana complementaria al entrenamiento o capacitación en destrezas técnicas de un puesto?		
<b>CATEGORÍA 5. SERVICIOS INTEGRALES A PERSONAS JÓVENES</b>			
17	¿Se tiene el recurso humano con la dedicación, la experiencia y las competencias requeridas para los servicios integrales para personas jóvenes?		
18	¿La organización tiene asesores o especialistas en temas de inclusión social y desarrollo?		
19	¿Existen mecanismos flexibles que permitan integrar a las personas jóvenes, sin discriminación de género, religión, etnia, discapacidad o procedencia geográfica?		
20	¿La organización cuenta con una política de servicios inclusiva y respetuosa respecto a temas de identidad de género?		
21	¿Hay programas para la formación en habilidades para el empleo?		
22	¿Se dispone de un sistema para la consulta, el registro, el análisis y la producción de información sobre oferta y demanda la cual se actualiza periódicamente?		
23	¿Hay asesorías específicas para la elaboración de una hoja de vida y desempeño en entrevistas de trabajo?		
24	¿Existen datos de línea de base y datos de egreso y deserción de los programas, usando instrumentos validados y confiables?		
25	¿Existe un personal dedicado a identificar necesidades y definir planes de desarrollo individual integral?		
26	¿Hay servicios de atención psicosocial y referencia a otros servicios especializados de salud integral y apoyo social?		
27	¿Existen programas para el desarrollo de habilidades para la vida?		
28	¿Se establecen y utilizan canales y medios de comunicación con las familias para mantenerlas informadas, motivadas y apoyando la permanencia de la persona joven en el proceso de formación?		
29	¿Se crean y mantienen los vínculos con una red de entidades de apoyo para dar respuesta a las necesidades o los problemas identificados en las personas jóvenes?		
30	¿Existen lineamientos para dar un seguimiento efectivo a jóvenes?		



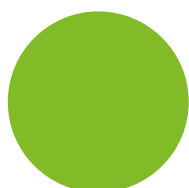
Antes de ver las respuestas, recuerda que la inclusión no es un estado absoluto o una meta definida por alcanzar, sino un esfuerzo constante donde cada pequeña acción es valiosa e importante.



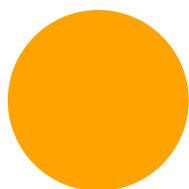
## B. Instrucciones para calificar el test de autodiagnóstico: ¿trabajas para una organización socialmente inclusiva?

Suma el total de puntajes positivos y negativos del test. Cada respuesta positiva vale un (1) punto. Cada respuesta negativa vale cero (0) puntos.

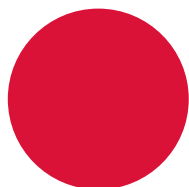
Valora si estás en alguno de los siguientes rangos de colores:



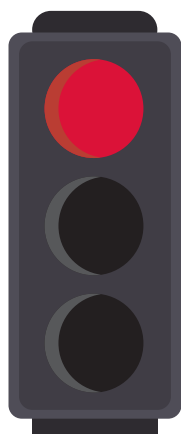
**VERDE (21 o más):** FELICIDADES, SIGAN ADELANTE.



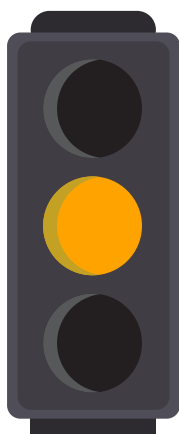
**AMARILLO (Entre 11 y 20):** ESTÁN EN EL CAMINO DE LA INCLUSIÓN.



**ROJO (Entre 0 y 10):** A TRABAJAR POR LA INCLUSIÓN.



Si obtienes 10 o menos en el total de puntos positivos, es importante que la organización para la que laboras reflexione de qué formas puede aportar a la inclusión social. La promoción de cambios internos siempre es una oportunidad de mejora.



Si el resultado de puntos positivos suma entre 11 y 20, puedes considerar que ya están en el camino de ser una organización inclusiva; quedan retos, pero los avances deben ser un motivo de celebración y un incentivo para continuar trabajando por el desarrollo social y humano.



Si la sumatoria de puntos positivos es igual a 21 o superior, significa que la organización para la cual laboras está verdaderamente comprometida con la inclusión social y el respeto a los derechos humanos. Sigue así.

**PASO**



**NUEVOS CONCEPTOS**

**APRENDIENDO CINCO GRANDES ENFOQUES  
EN EL TRABAJO CON LA JUVENTUD**



## ▶ I.1 CINCO GRANDES ENFOQUES

En este Protocolo de atención no queremos hacer una revisión exhaustiva de teoría, sino más bien ofrecer soluciones integrales y prácticas para el trabajo con la juventud. No obstante, creemos que estos cinco enfoques son de vital importancia para

desarrollar un trabajo exitoso, ya que nos permiten comprender cuáles son las mejores formas de intervención para promover el desarrollo de la juventud. Estos cinco enfoques son:



### I.1.1 ENFOQUE DE CULTURA DE PAZ

La única forma conocida para erradicar la profunda cultura de violencia que nos aqueja y que afecta especialmente a la juventud de la región, es la construcción progresiva de una cultura de paz, que no es más que el proceso gradual y permanente de las sociedades, en el que poco a poco se instaura la justicia social. Si bien existen muchos y extensos textos sobre la construcción de paz, de acuerdo a lo planteado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

(UNESCO), en esencia, la cultura de paz se puede definir como: **“El conjunto de valores, actitudes, tradiciones, comportamientos y estilos de vida basados en un rechazo total a la violencia y la prevención de los conflictos mediante el diálogo y la negociación entre las personas, los grupos y las naciones”**.

(Resolución A/53/243, UNESCO, 1999).

La cultura de paz tiene ocho ámbitos de acción muy concretos:

1. Educación para la promoción de la paz.
2. La promoción de un desarrollo económico sostenible e inclusivo.
3. El respeto de todos los derechos humanos.
4. Garantizar la igualdad de género (entre hombres, mujeres, personas LGBTIQ).
5. Promover la participación democrática y la ciudadanía.
6. Promover la comprensión, tolerancia y solidaridad.
7. Promover la libertad de expresión y el acceso al conocimiento.
8. Promover la paz y la seguridad.

Instaurar en las personas jóvenes un modelo de convivencia basado en la cultura de paz, es una de las formas más exitosas de promover un desarrollo positivo de la juventud.

**La inclusión social juvenil es una de las estrategias para crear una paz sostenible**





## Epígrafe I. Para aplicar el enfoque de cultura de paz, debes hacer lo siguiente:

- Trata a personas jóvenes con dignidad y respeto, estableciendo un entorno protector, seguro, integrador y estimulante para su aprendizaje.
- Realiza procesos formativos con personas jóvenes que incluyan un análisis crítico de la realidad histórica de la violencia social.
- Insta a las personas jóvenes a aportar soluciones personales y colectivas para la paz.
- Enseña a las personas jóvenes que el dialogo es el método preferencial para la resolución de los conflictos que surgen en las relaciones interpersonales.
- En los procesos de formación en habilidades para la vida y el trabajo, incluye temas de resolución alterna de conflictos y estudios para la paz.
- Promueve un aprendizaje cooperativo, utiliza dinámicas, juegos y deportes cooperativos para enseñar actitudes de ganar-ganar y trabajo en equipo.
- Promueve la comunicación asertiva y la expresión adecuada de emociones negativas y críticas constructivas.
- Realiza un modelaje activo y constante.
- Enseña a las personas jóvenes habilidades sociales como el autocontrol y la empatía.
- Nunca tomes decisiones sin consultar antes lo que piensan las personas jóvenes que serán afectadas por dichas decisiones.
- Ayuda a las personas jóvenes a desarrollar habilidades de escucha activa.
- Promueve el respeto a las opiniones divergentes y el derecho de libertad de pensamiento y de expresión.
- Defiende siempre el derecho a no estar de acuerdo.
- Cultiva la conciencia de una ciudadanía mundial, la interculturalidad y el respeto genuino y el aprecio por la diversidad humana.
- Realiza reflexiones diarias, conversatorios, lecturas reflexivas, cine fórum, conferencias o actos de conmemoración de fechas relevantes en temas de derechos humanos.
- Promueve el análisis de problemáticas globales como el cambio climático o la migración forzosa, entre otros temas.
- No impongas ideologías políticas o religiosas, sé conciliador y promueve reflexiones en un marco conceptual donde prevalezca la dignidad humana como el centro de todo.
- Incentiva a las personas jóvenes a desarrollar acciones de voluntariado social y compromiso por su comunidad.
- Educa para la promoción, respeto y protección de los derechos humanos.
- Cuando haya problemas, siempre aplica métodos de resolución alterna de conflictos o métodos de disciplina positiva, como un esfuerzo por promover la no violencia entre la juventud.



**Tu discurso nunca tendrá valor si no practicas lo que predicas.**

## 1.1.2 ENFOQUE BASADO EN DERECHOS HUMANOS

### ¿QUÉ ES EL ENFOQUE BASADO EN DERECHOS HUMANOS (EBDH)?

El EBDH no es más que una aproximación conceptual y metodológica basada en los estándares y principios de los derechos humanos (DDHH). Sostiene que el desarrollo debe orientarse a promover y proteger los derechos, para que sean ejercidos plenamente por TODAS las personas. Su propósito, por tanto, es analizar las desigualdades que se encuentran en el centro de los problemas de desarrollo y corregir las prácticas discriminatorias y el injusto reparto del poder que obstaculizan el progreso en materia de desarrollo (Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas [ACNUDH], 2006).

El Enfoque Basado en Derechos Humanos tiene tres principios claves:

#### 1 Principio de igualdad y no discriminación

Consiste en ver a todas las personas como iguales frente a la ley y con los mismos derechos. Esta igualdad no hace referencia a un criterio de semejanza, sino a un criterio de justicia. Esto significa que priorizas la situación de los grupos en condiciones de vulnerabilidad (humana) y brindas oportunidades específicas para cerrar las brechas en el ejercicio de sus derechos; así mismo, garantizas el acceso a la justicia, protección y reparación frente a una vulneración.

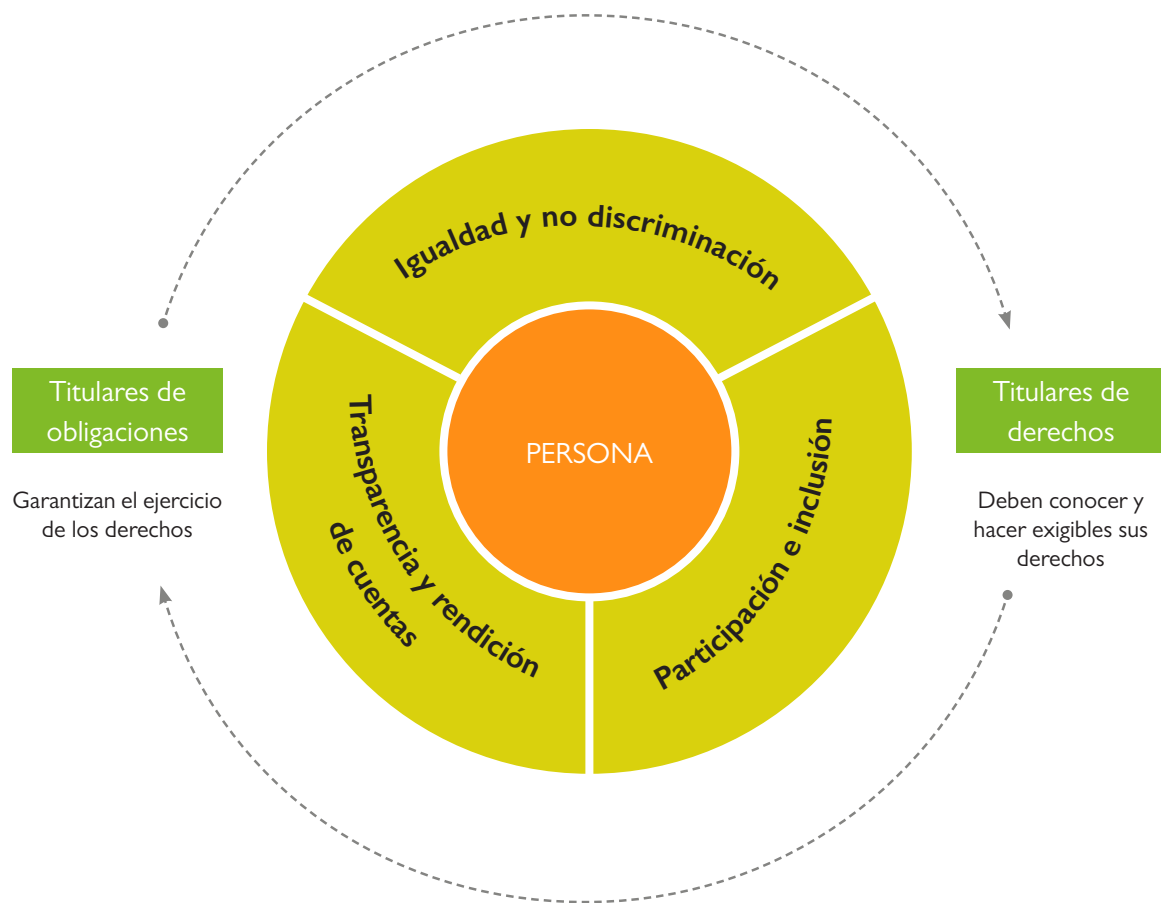
#### 2 Principio de participación e inclusión

Todas las personas y grupos involucrados son considerados en la definición de sus propios procesos de desarrollo y transformación. Esta participación es activa, libre y significativa en la toma de decisiones. La participación, además, será inclusiva solo si es accesible para todas las personas sin discriminación en base a las mejores prácticas de las 11 formas de discriminación de la Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (EEOC, por sus siglas en inglés), alguna por motivos de edad, discapacidad, condición de género, lugar de origen o residencia, religión, embarazo, raza, etnia o color de piel, o consideraciones médicas como ser portador de Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) o encontrarse en condiciones de embarazo, entre otras.

#### 3 Principio de transparencia y rendición de cuentas

Se proporciona acceso libre y total a información sobre el cumplimiento de las acciones, y además se desarrollan mecanismos para la retroalimentación de los procesos para su mejora continua.





**Epígrafe 2.** Para aplicar el Enfoque Basado en Derechos Humanos (EBDH) debes hacer lo siguiente:

- Piensa que las personas jóvenes deben ser protagonistas de su propio desarrollo y no simples receptores pasivos de bienes y servicios.
- Permite que las personas jóvenes opinen, analicen y tomen decisiones importantes, siempre que sea posible.
- Proporciona información clave para que las personas participantes conozcan el objetivo y alcance de cada actividad que se realiza (consentimiento informado).
- Respetar la participación voluntaria. Motiva a las personas jóvenes a participar, pero no los obligues ni los “utilices”. Recuerda que asistencia no es igual a participación.
- Desarrolla en las personas una visión crítica del mundo y motívalas a dar su opinión con libertad.
- Siempre solicita permiso para tomar fotografías o para divulgar información proporcionada por las personas jóvenes.
- Para tus vacantes laborales o procesos formativos realiza convocatorias abiertas, transparentes y participativas.

- Promueve la transparencia y la rendición de cuentas sobre las diversas actividades o procesos que se realizan.
- Sé asistencialista solo cuando sea necesario, pero orienta tus acciones siempre hacia el empoderamiento personal y colectivo de las personas con las que trabajas.
- Evalúa los resultados de las acciones que realizas, pero también evalúa los procesos.
- Siempre garantiza el acceso a vacantes, programas y servicios a personas de colectivos sociales que se encuentran en mayores condiciones de vulnerabilidad y viven en contextos de violencia. Por ejemplo, pagando viáticos, gestionando transporte, reservando cupos de participación, promoviendo becas y otras oportunidades de desarrollo.
- Nunca actúes solo. Comunícate con otras personas e instituciones claves que pueden potenciar cada una de las acciones que realizas.
- Establece metas de equidad para la participación de personas jóvenes, migrantes, LGBTIQ, mujeres, etc. en las acciones que realizas.
- Cuando tengas la oportunidad, haz “incidencia” con tomadores de decisión y trata de visibilizar las desigualdades sociales. Lucha por la equidad y no discriminación.
- Enfócate. Realiza todas tus acciones de acuerdo a tus planeaciones estratégicas.

Fuente: Elaboración propia con datos de ACNUDH (2006).



**El Enfoque Basado en Derechos Humanos (EBDH)** permite que trascendamos de una visión asistencialista y enfocada en las necesidades, hacia una visión de empoderamiento y emancipación liberadora.

Estos últimos son objetivos claves del trabajo psicosocial. En el siguiente cuadro te decimos cómo cambiar de enfoque:



Fuente: Elaboración propia con datos de ACNUDH (2006).

### 1.1.3 ENFOQUE DE JUVENTUD

El enfoque de juventud es una propuesta que surge desde el enfoque de derechos. Constituye una posición ideológica ante la vida y una propuesta de trabajo que reconoce a las personas jóvenes como seres humanos que recorren una etapa del ciclo vital de suma importancia, por lo que promueve la idea de su desarrollo positivo.



**Epígrafe 3.** Para aplicar el enfoque de juventud debes hacer lo siguiente:

- Piensa en la juventud como una etapa clave del desarrollo y considera a las personas jóvenes como titulares de derechos.
- Genera oportunidades para que las personas jóvenes conozcan y compartan con grupos de personas mayores, para el enriquecimiento mutuo. Es decir, realiza constantes intercambios generacionales.
- Trabaja por identificar y erradicar tus propios prejuicios, estigmas e ideas negativas sobre las personas jóvenes (evita utilizar expresiones como “problemáticos”, “apáticos”, “inseguros”, “en transición”, “seres incompletos”, “desinteresados”, “violentos”, entre otras).
- Visualiza a las personas jóvenes, no como personas “carentes”, sino como seres con vulnerabilidades, pero también con potencialidades y oportunidades de crecer.
- Exprésate adecuadamente sobre la juventud, ya que lo juvenil no es adjetivo, sino sustantivo. Por ejemplo, siempre habla de “violencia en la juventud” y no “violencia juvenil”.
- Promueve un desarrollo integral y constante de las habilidades destrezas y talentos de las personas jóvenes, a través de acciones diversas como arte, danza, deporte, música, lectura, audiovisuales, grupos de discusión, entre otras. No te limites sólo al desarrollo “intelectual” o “técnico”.
- Promueve que todos los programas, servicios, proyectos destinen presupuestos específicos para el desarrollo integral de las personas jóvenes, considerando sus particularidades y necesidades específicas.



## 1.1.4 ENFOQUE DE GÉNERO

El punto de partida para comprender a qué nos referimos con enfoque de género es diferenciar entre dos conceptos claves: sexo y género. El sexo designa las características biológicas de un cuerpo, mientras que el género, es la construcción social de lo que consideramos «femenino» o «masculino». En las últimas décadas se han realizado esfuerzos por reflexionar y transformar la «construcción de género» centrada en

el hombre como el paradigma del ser humano, enfatizando en la idea que las desigualdades no están basadas en diferencias biológicas sino sociales. Por tanto, pueden ser transformadas a formas más igualitarias de relación. A esta nueva herramienta de análisis se ha denominado perspectiva o enfoque de género (Instituto Interamericano de Derechos Humanos [IIDH], 2008).



Fuente: Elaboración propia con datos de IIDH (2008: 12).

La adopción de un enfoque de género es un proceso de construcción colectiva que se da de forma paulatina. Requiere de la voluntad, sensibilidad y compromiso de todos. Al ser un proceso no puede ser una

actividad aislada, ni un producto tangible. No obstante, proponemos una serie de claves que pueden guiar de forma más práctica la aplicación del enfoque de género.



#### Epígrafe 4. Para aplicar el enfoque de igualdad de género debes hacer lo siguiente:

- Promueve espacios de aprendizaje de tolerancia cero a la discriminación y la violencia contra las mujeres.
- Genera espacios de discusión sobre la situación de mujeres y hombres en todos los ámbitos de la vida, aportando elementos críticos ante situaciones discriminatorias.
- Utiliza lenguaje incluyente, neutro o que haga evidente el masculino y el femenino.
- No generalices el masculino para situaciones donde aparecen mujeres y hombres, y viceversa.
- Haz uso equilibrado de imágenes de mujeres y hombres en todo material que produzcas.
- Cuando evidentemente la participación de un sexo es inferior al otro en un espacio de toma de decisiones u otros espacio de discusión, muestra más imágenes de un sexo ya que es didácticamente oportuno.
- Refleja en tus materiales y vocabulario las diversidades de las personas, considerando la edad, la etnia, condición de discapacidad, sexo y otros.
- Haz evidente la participación y aportes de mujeres y hombres en el avance de los derechos humanos.
- En tus procesos de formación, siempre utiliza ejemplos inclusivos: destaca los aportes históricos y actuales de mujeres, y hombres en los derechos humanos.
- Utiliza ejemplos que promuevan la no discriminación, tolerancia cero a la violencia contra las mujeres, y que no reproducen estereotipos de género.



## I.1.5 ENFOQUE DE DIVERSIDADES

### ¿QUÉ ES EL ENFOQUE DE DIVERSIDADES?

Es importante hablar de diversidades antes que de diversidad, ya que el término en plural implica un enfoque mucho más amplio de diferentes situaciones y realidades y logra mayor impacto en la conciencia colectiva. El término en plural representa un salto cualitativo que pone en evidencia un dato incuestionable: las personas somos diferentes no homogéneas. El enfoque de diversidades propone esa visión amplia que nos permite hacer abordajes más integrales y justos, en lugar de pensar en estrategias estandarizadas para todas y todos (Lucas, Zapata-Barrero, Martínez, Pichardo, Arnau y Fleito, 2009).

Por ejemplo, las políticas públicas de desarrollo social basadas en un enfoque de derechos están orientadas hacia la universalidad, pero de manera complementaria pueden utilizarse políticas focalizadas basadas en el enfoque de diversidades, para romper las barreras de acceso que enfrentan las personas en condiciones de pobreza o vulnerabilidad: las mujeres, los afrodescendientes, los pueblos indígenas, las personas que residen en áreas rezagadas, las personas con discapacidad, migrantes, la niñez, la juventud, personas de la tercera edad, así como las personas que provienen de lugares estigmatizados y sufren formas de violencia sutil y poco visibilizadas, como el acoso laboral,

discriminación por enfermedad o embarazo, así como otras formas de hostigamiento psicológico y sexual en sus entornos cotidianos (CEPAL, 2015).

Atender de manera diferenciada no contraviene el principio de igualdad y universalidad de los derechos humanos; al contrario, puede potenciar su ejercicio y disminuir la desigualdad, tal como ocurre con las políticas de acción positiva que se enmarcan en un “universalismo sensible a las diferencias” (Habermas, 1999; Hopenhayn, 2001).

El principio de igualdad y no discriminación de los DDHH permite la utilización de criterios de “diferenciación”. Es decir, otorgar un trato diferenciado a personas que se encuentran en una situación particular. Por ello, el concepto de igualdad no es un término de aplicación automática, sino que requiere de un constante análisis de justicia y equidad para su aplicación.

El enfoque de diversidades promueve “acciones afirmativas” o “discriminación positiva”, que no son otra cosa que generar mayores oportunidades de inclusión social a personas y colectividades que no disfrutaban del mismo nivel de ventajas que el común denominador de las personas por razones de género, edad o condición de vida.





### **Epígrafe 5.** Para aplicar el enfoque de diversidades debes hacer lo siguiente:

- Respetar a todas las personas por igual, sin ningún tipo de discriminación.
- Tratar a las personas como a ti te gustaría ser tratado.
- No comentar ni hacer algo que dañe la dignidad o integridad personal de alguien que es o luce “diferente”.
- No hacer bromas basadas en el aspecto o “diferencia” de una persona; y de igual manera, establecer un clima donde no se toleran las bromas o “burlas inocentes” que fomenten cualquier forma de discriminación actual.
- Promover la idea que, sin importar nuestras circunstancias sociales, todas las personas tenemos derecho a acceder a los mismos derechos.
- Sólo otorgar “privilegios” para personas que tienen alguna condición de vulnerabilidad, y sólo con el propósito de “equiparar” las oportunidades de acceso y desarrollo.
- Reconocer e incentivar el ejercicio del derecho a la libertad de expresión, religión, conciencia, pensamiento y reunión.
- Promover la importancia de celebrar la diversidad.
- Revisar exhaustivamente los planes y programas de formación que realizas, para erradicar el lenguaje sexista, racista y otras palabras o ejemplos basados en prejuicios e intolerancia.
- Solicitar estipendios y otros apoyos materiales, con el fin de facilitar el acceso de las personas jóvenes en condición de vulnerabilidad a todos los programas o proyectos que se desarrollen. Por ejemplo, madres solteras, personas víctimas o personas con discapacidad.
- En los programas, promover la importancia y necesidad de incluir a mujeres jóvenes, personas con discapacidad y otros grupos de poblaciones diversas.



**PASO**



**INFORMACIÓN**

**CONOCIENDO LA SITUACIÓN ACTUAL  
DE LA JUVENTUD**



## ▸ 2.1 SITUACIÓN ACTUAL DE LA JUVENTUD

Para poder generar opciones de inclusión social a la juventud que vive en condiciones de vulnerabilidad social, es importante que puedas comprender cuál es la realidad que les rodea. Por ello, en este segundo paso, vamos a analizar y a describir el contexto regional y nacional de la juventud salvadoreña.

**POBLACIÓN TOTAL EN CENTROAMÉRICA:**  
47,8 MILLONES DE HABITANTES (2016)

**49%**

HOMBRES

**51%**

MUJERES

**31.5%**

MENORES DE 15 AÑOS



### GASTO MILITAR

- Según el Instituto Internacional de Es-tocolmo de Investigaciones para la Paz, Centroamérica erogó \$800 millones de dólares en gasto militar en 2014.
- El gasto militar por persona aumento entre 2004 y 2014. El Salvador elevó su gasto de 26,8 a 41 dólares.

*Fuente:* Instituto Centroamericano de Estudios Fiscales (2016).

### VIOLENCIA HOMICIDA

- 17,344 homicidios se cometieron en Centroamérica en el 2016, un 9,9% menos que en 2015.
- El Salvador cerró 2016 con una tasa de homicidios de 80.9, ocho veces más alta a la del promedio mundial y más del doble que la regional.
- La tasa más baja la tiene Nicaragua con 7.5, tres puntos por debajo del promedio mundial.

*Fuente:* García y Segura (2018).

### NIÑEZ

- En 2011 el promedio de inversión en niñez en Centroamérica fue de 6.3% del PIB. En El Salvador se calculó en 4.4%.
- El Salvador es el país con la tasa más alta del mundo de homicidios en menores de 19 años.

*Fuente:* Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2014).

### POBLACIÓN MIGRANTE

- Un 9% de la población de Guatemala, Honduras y El Salvador ha decidido abandonar su hogar.
- Un 82% de esa población vive en EE.UU.
- Un 21,1% de la población migrante es salvadoreña.
- En 2014, más de 40,000 niñas, niños y adolescentes (NNA) provenientes de Guatemala, El Salvador y Honduras fueron detenidos por las autoridades fronterizas estadounidenses.
- Entre 2010 y 2013, los migrantes ingresaron \$53,601 millones de dólares a C.A. en concepto de remesas.
- Un 28% de las remesas ingresaron a El Salvador (representa un 16% del PIB).
- La violencia es la segunda principal causa de migración, después de la económica que es la primera causa.
- Un 13,2% de los migrantes son considerados desplazados.

*Fuente:* Instituto Centroamericano de Estudios Fiscales (2016).

## 2.1.1 CONTEXTO REGIONAL

En los últimos años, los países del istmo centroamericano han mejorado notablemente sus indicadores sociales. No obstante, el impacto significativo en la calidad de vida y en los índices de desarrollo humano sigue siendo insuficiente. Al hacer un análisis rápido de la realidad, vemos que aún persisten importantes rezagos económicos, sociales y políticos, situación que se agrava para ciertos grupos en condición de vulnerabilidad, al interior de cada uno de los países.

Entre el año 2010 y 2015 mejoraron los indicadores sociales como la cobertura educativa y la esperanza de vida, a la vez que la mayoría de los países iniciaron masivas movilizaciones a favor de la transparencia y la lucha anticorrupción. Sin embargo, estas acciones no han logrado generar cambios en la estructura productiva y en los patrones de distribución de la riqueza, así como impactar de forma sólida en procesos de profundización de una cultura democrática, trayendo como consecuencia que más de la mitad de la población de la región viva en condiciones de pobreza, exclusión y precariedad (Instituto Centroamericano de Estudios Fiscales, 2016).

Los niveles de desigualdad en la distribución de los ingresos continúan siendo los más altos de América Latina, que nuevamente se consolida como la región más desigual del mundo. Los Estados siguen mostrando una preocupante incapacidad para brindar servicios básicos a su población, y también para tener presencia y pleno control en sus territorios. La limitada capacidad de acción frente a la violencia, la criminalidad y el crimen organizado; la corrupción, la crisis fiscal y la frágil institucionalidad son sólo algunos de los factores que dificultan la calidad de vida y generan condiciones propicias para el surgimiento de la violencia social y la criminalidad. En los últimos años, de hecho, hemos visto un

preocupante incremento de flujos migratorio de personas, que al verse sin alternativas de desarrollo digno, o frente a las amenazas inminentes contra su vida, deciden abandonar sus territorios sin importar los riesgos de la migración irregular (Instituto Centroamericano de Estudios Fiscales, 2016).

La revista “The Economist”, en un artículo sobre violencia, dijo que más o menos el 33% de los homicidios registrados en todo el mundo ocurren en América Latina y el Caribe”. Esto significa que un tercio de las muertes violentas alrededor del mundo se registran ahí, aunque en esta región no vive ni siquiera un décimo de la población del planeta (The Economist, 2017).

En ese contexto descrito, la población más afectada son las personas entre 15 y 29 años que a menudo pertenecen a familias disfuncionales, de bajos niveles socioeducativos y que residen en áreas caracterizadas por la violencia social y los altos índices de criminalidad.

La educación y el empleo siempre han sido las claves para mejorar la calidad de vida de una persona, pero la violencia y la desigualdad han derivado en la construcción de rígidos sistemas de selección frente a un empleo formal. Estos sistemas, a menudo discriminan y estigmatizan a estas miles de mujeres y hombres jóvenes, sólo por vivir en áreas y condiciones de marginalidad y pobreza; como consecuencia, “la inclusión laboral limitada, las pocas habilidades profesionales, el estigma de la violencia y un mercado de trabajo muy pequeño hacen que las posibilidades de acceso al empleo se reduzcan a un pequeño número de actividades informales, o formales pero ubicadas en los niveles inferiores de la pirámide organizacional corporativa, sin ofrecer mayores

oportunidades de inclusión social juvenil para un desarrollo humano real”.

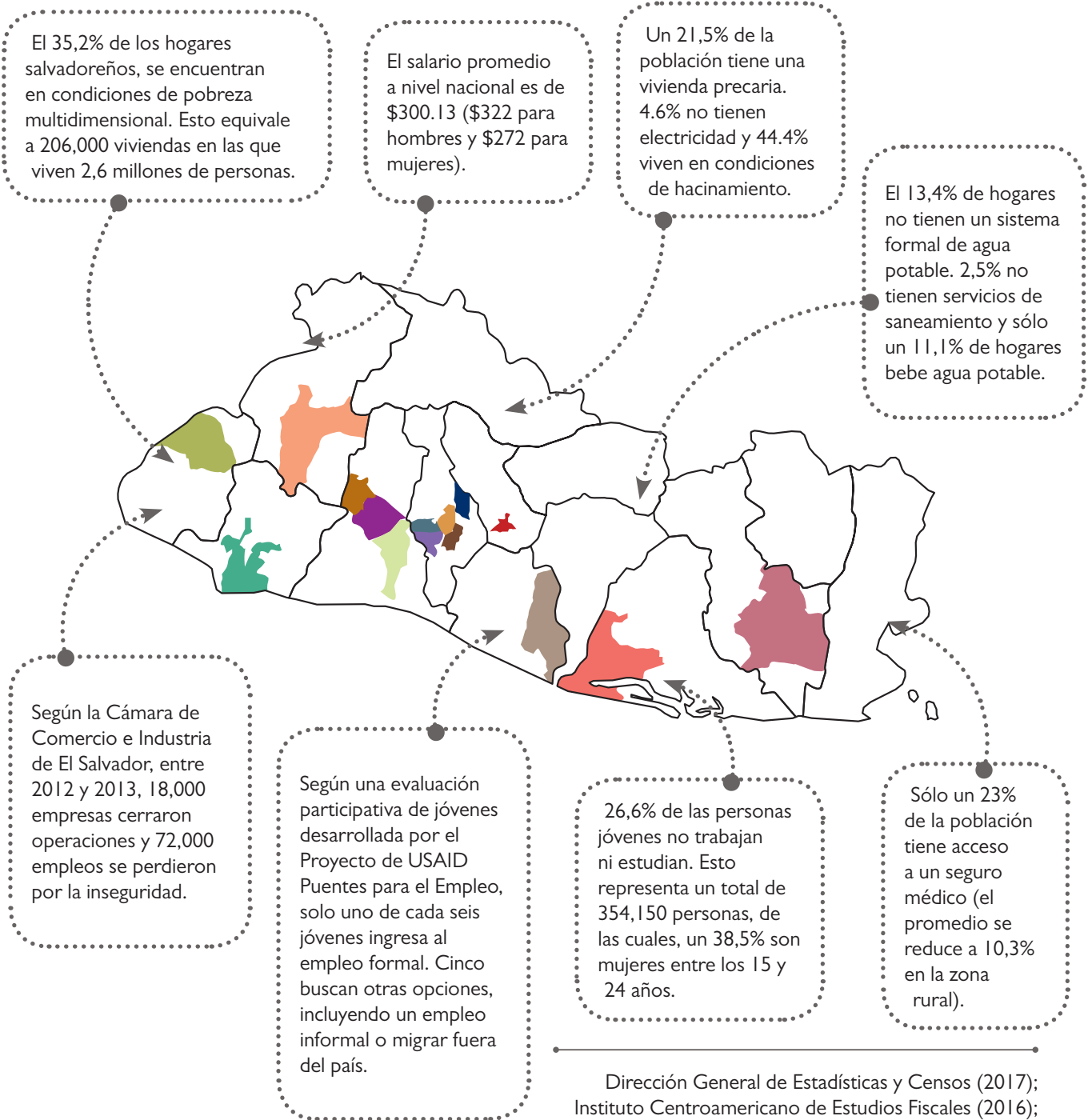
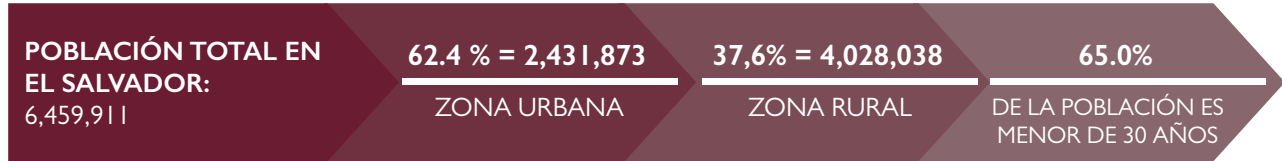
Por todo ello, en El Salvador, Guatemala y Honduras, un 9% de la población ha decidido abandonar sus países de origen y migrar. La mayoría de las personas migrantes son hombres y mujeres de entre 15 y 30 años de edad que buscan un mejor nivel

socioeconómico y mejores oportunidades de trabajo, educación y desarrollo para sus hijos.

Como reflejo de la relación entre violencia, exclusión y migración, estudios recientes muestran que un 90% de los homicidios ocurridos en El Salvador, Guatemala y Honduras, tuvieron lugar en los municipios con mayor número de migrantes.



## 2.1.2 CONTEXTO NACIONAL

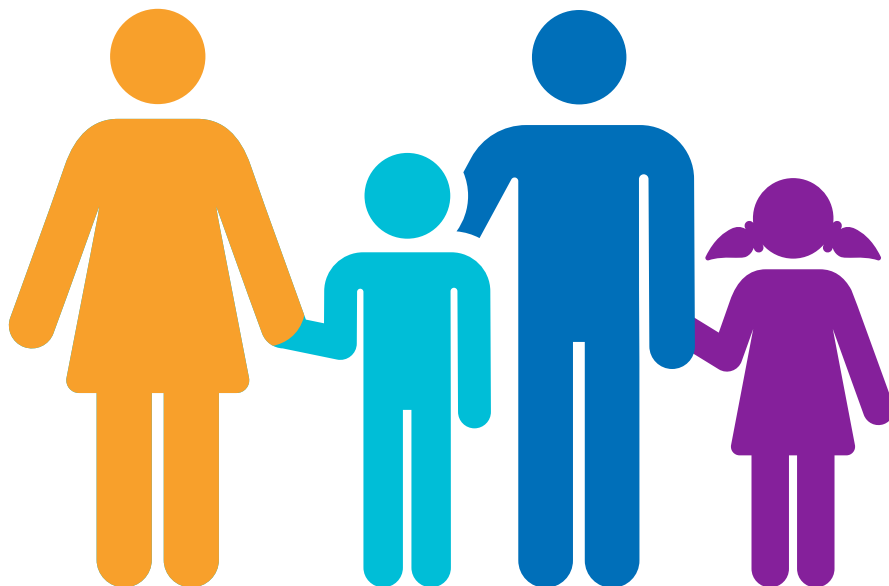


52.5%

MUJERES

47,5%

HOMBRES

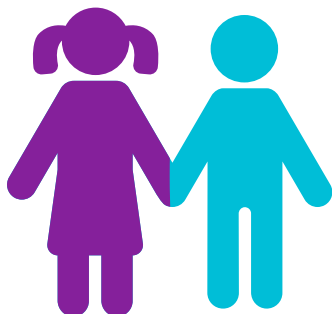


1,094,734

NIÑOS

1,030,761

NIÑAS



### TRABAJO INFANTIL

- 140,700 niñas, niños y adolescentes trabajando.
- De ese total, 91,257 lo hacen en las peores formas de trabajo infantil.
- 73,4% son niños.
- 66,6% tienen entre 14 y 17 años.

A nivel nacional, uno de cada cinco jóvenes de 18 a 24 años que busca activamente trabajo, no lo encuentra, debido a la falta de oportunidades y a la lenta generación de empleos en el país.

Uno de cada tres jóvenes de la PEA urbana en este rango de edad está en empleo inadecuado, ya sea por insuficiencia de horas de trabajo según lo establece la ley o porque obtiene ingresos por debajo del salario mínimo.

En 2012, del 100% de jóvenes entre los 16 a los 29 años: un 56.8% se encontraba incluida como parte de la Población Económicamente Activa (PEA) y un 43.2% formaba parte de la Población Económicamente Inactiva (PEI).

### 2.1.2.1 Entornos de violencia

En El Salvador, de acuerdo a los datos proporcionados por el informe conjunto del Instituto de Medicina Legal, Fiscalía General de la República y Policía Nacional Civil, en el período comprendido entre 2010 y 2015, fueron asesinadas un total de 24,027 personas en hechos violentos que incluyen actos de tortura, descuartizamiento y feminicidios cometidos con saña y casi siempre antecedidos de graves modalidades de violencia sexual. El año 2015, con 6,656 muertes, se registró como el año con mayor número de homicidios en la última década; mientras que 2016, pese a su significativa reducción, registró 5,278 muertes violentas que representan una tasa de homicidios de 80.9 por cada cien mil habitantes; ocho veces más alta que el promedio mundial y más del doble que la tasa regional en ese mismo año. Sólo el primer trimestre de 2017 había registrado ya un total de 819 muertes violentas (García y Segura, 2018).

### 2.1.2.2 Violencia que afecta a la juventud

De acuerdo a datos de la Policía Nacional Civil, sólo en el período comprendido entre 2015 y 2016, un 52.3% de los homicidios cometidos afectaron a la población joven, en una tendencia preocupante que ha derivado en la utilización del término “juvenicidio” entendido no sólo como el incremento de las muertes contra las personas jóvenes; sino también como un término que busca visibilizar las condiciones reales de precariedad económica, laboral, educativa, recreativa y social, en la que vive este segmento de la población (Observatorio de Derechos Humanos Rufina Amaya del Servicio Social Pasionista, 2016).

Si bien el problema de violencia y la criminalidad en el país no se circunscribe de forma exclusiva a los homicidios intencionales, estos resultan ser la manifestación de violencia más grave y visible que se puede producir en una sociedad. Por otro lado, estas cifras no toman en consideración otras formas de violencia social, simbólica y estructural, que afectan especialmente a las poblaciones más vulnerables.





### 2.1.2.3 Juventud y empleo

De acuerdo al Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2014), la juventud (que en El Salvador es el período comprendido entre los 15 a los 29 años) constituye un período crítico donde las personas aspiran a participar en la sociedad y el mundo laboral. Sin embargo, las personas jóvenes son especialmente vulnerables a la marginación en el mercado laboral “ya que carecen de experiencia profesional, redes sociales, habilidades para la búsqueda de trabajo y recursos financieros para encontrar empleo”. En consecuencia, tienen una mayor probabilidad de estar desempleados, subempleados o tener contratos más precarios (PNUD, 2014: 4). Una evaluación participativa de jóvenes elaborada en el marco del Proyecto de USAID Puentes para el Empleo, realizado en 2016, reveló que hasta un 60% de las personas jóvenes en riesgo social se

encuentran desempleadas o con empleos informales y con pocas oportunidades de ingresar al mercado de trabajo formal. Según este mismo estudio, las personas jóvenes identifican como acciones a tomar:

1. Encontrar un trabajo informal.
2. Poner un negocio personal.
3. Dedicarse a actividades ilícitas lucrativas (tales como tráfico de drogas, venta de armas, explotación sexual, tráfico humano, cobro de extorsión y otros).
4. Migrar hacia los EE.UU.

Así mismo, las personas jóvenes dicen vivir en un país donde difícilmente las familias, las comunidades, la sociedad en general apuestan por el desarrollo integral de la juventud.

Expresan lo siguiente:



### FAMILIAS DISFUNCIONALES

Nueve de cada 10 hombres y mujeres jóvenes atribuyen sus episodios de violencia (o admitieron convertirse en agentes de violencia) debido a la incapacidad de sus padres para asumir sus roles de control y orientación del comportamiento de sus propios hijos.

### RUPTURA DE TEJIDO SOCIAL

Los jóvenes no confían ni valoran el apoyo social que cualquier tipo de red social les puede ofrecer (vecinos, líderes religiosos, amigos, etc.).

### VIOLENCIA DE GÉNERO

Las mujeres jóvenes consideran que sus posibilidades reales de encontrar apoyo y solidaridad son extremadamente escasas y sus expectativas son extremadamente bajas. Como consecuencia, muestran poco interés en integrarse al resto de la sociedad.

### EXCLUSIÓN SOCIAL Y MARGINALIDAD

Algunas mujeres y hombres jóvenes consideran a las pandillas como un ejemplo a seguir. Las pandillas representan una oportunidad para recibir respeto y dar significado a sus vidas. También una posibilidad tangible de protección, compañía y dinero fácil, lo cual resulta atractivo frente a un entorno de pocas oportunidades.

Fuente: Elaboración propia con datos de la Evaluación Participativa de Jóvenes de USAID Puentes para el Empleo (2016).



Es importante que la juventud pueda ser formada para que sepa cómo superarse, cómo buscar un empleo. Hay que darles oportunidades a las personas jóvenes sin experiencia. Hay que motivarles, para que a pesar de las dificultades que enfrentan, puedan luchar por alcanzar sus sueños y anhelos, y puedan ser mejores personas y tener un mejor futuro.

(Participante de grupo focal con jóvenes entre 16 y 21 años)



La falta de acceso a empleos formales, establecidos y bien remunerados, se ha traducido en altas tasas de subempleo, afectando a un porcentaje considerable de la población en edad de trabajar. En El Salvador, según datos de la Evaluación Participativa de Jóvenes elaborada por el

Proyecto de USAID Puentes para el Empleo (2016), el porcentaje de jóvenes que no van a la escuela o al trabajo (NINI) ronda el 30% (uno de los más altos de América Latina), mientras que el porcentaje de la población que carece de empleo podría incrementarse hasta un 40%.

#### 2.1.2.4 Juventud en condiciones de vulnerabilidad

El Informe sobre Desarrollo Humano de 2014 denominado: “Sostener el progreso humano: reducir vulnerabilidades y construir resiliencia”, expresa que: “Tradicionalmente, el concepto de vulnerabilidad se utiliza para describir la exposición al riesgo y la gestión del mismo, incluidos el asegurarse contra un acontecimiento adverso y la diversificación de los activos e ingresos (...) pero cuando hablamos del concepto de **vulnerabilidad humana**, nos referimos al deterioro de las capacidades y

opciones de las personas” (PNUD, 2014). Las mujeres, las personas excluidas del trabajo formal, las personas migrantes, las personas jóvenes y otros colectivos sociales, se encuentran en condición de vulnerabilidad por causas de su desarrollo limitado de capacidades, su posición social, sus ciclos sensibles y críticos de desarrollo; pero especialmente lo son por causa de la poca inclusión social. En este Protocolo de atención, centramos el foco de interés en cinco grupos de personas especialmente vulnerables. Un análisis más profundo de cada población se encuentra en cada guía de atención parte de esta Caja de Herramientas.



“

Soy una persona con discapacidad y sí es cierto que se puede salir adelante, pero siempre y cuando contemos con ayuda de otras personas. Necesitamos motivación y afecto de las personas. Hay que trabajar más por la inclusión social.

(Participante de grupo focal con personas jóvenes entre los 16 y 21 años)

”

**1 PERSONAS JÓVENES EN CONDICIONES DE EXCLUSIÓN SOCIOLABORAL**

- El Salvador tiene una alta tasa de desempleo y uno de los porcentajes más altos en toda Latinoamérica y el Caribe de personas que no estudian ni trabajan o NINIs.
- Por otro lado, las oportunidades laborales formales son escasas, por lo que la mayoría de las personas jóvenes deben optar por empleos poco remunerados, sin prestaciones, o por alternativas remuneradas en el sector informal.

**2 PERSONAS JÓVENES AFECTADAS POR VIOLENCIA SOCIAL Y DELITOS**

- Las personas jóvenes que viven en contextos de violencia creciente no sólo sufren las consecuencias directas de la criminalidad, sino que también son automáticamente excluidos de oportunidades laborales o educativas.
- Las personas jóvenes sufren persecuciones de parte de grupos delictivos, así como represión policial y, además, rechazo social por el estigma y la criminalización de la juventud que vive en condiciones de pobreza y exclusión.
- Tipos de violencia: Verbal, sexual, emocional, física, económica, doméstica, entre otras.

**3 PERSONAS JÓVENES MIGRANTES RETORNADAS**

- La falta de oportunidades para incorporarse a un trabajo formal lleva a muchas personas jóvenes a valorar la migración como una forma de buscar oportunidades económicas en otro país. No obstante, al ser retornados, las personas jóvenes se enfrentan a la reconstrucción de sus proyectos de vida en medio de condiciones aún más críticas de vulnerabilidad. Así mismo, otro gran porcentaje de personas se encuentran en condición de desplazamiento interno.

**4 PERSONAS JÓVENES CON DISCAPACIDAD**

- El Salvador no cuenta con un registro estadístico de cuántas personas con discapacidad hay en el país.
- Existen avances legislativos en materia de inclusión, pero su implementación es un desafío frente a los prejuicios y el estigma social asociado a la discapacidad.
- Las personas con discapacidad enfrentan serios problemas de inserción laboral por causa del prejuicio de “discapacidad igual a incapacidad”.

**5 PERSONAS JÓVENES VÍCTIMAS DE DISCRIMINACIÓN LABORAL**

- Las personas pueden ser discriminadas para optar a un empleo debido a su edad, discapacidad, lugar de origen o residencia, información genética, raza o color, religión, sexo, embarazo, entre otros.
- El mayor porcentaje de personas que no estudian ni trabajan son mujeres.
- Las mujeres siguen percibiendo un salario más bajo, aún cuando realizan las mismas funciones que un hombre, incluso si poseen un grado académico igual o superior. Además, son discriminadas si se encuentran en estado de gravidez o embarazo y es más común que sufran acoso sexual.
- Los puestos de trabajo directivos son ocupados, en su mayoría, por hombres.
- Hombres y mujeres pueden ser víctimas de acoso o conductas ofensivas o no deseadas que se basan en la raza, color, religión, sexo, lugar de origen, edad, discapacidad o información genética, creando un ambiente de trabajo que una persona razonable consideraría intimidante, hostil o abusivo.
- Por último, muchas personas son discriminadas por expresar una identidad de género diferente de la masculina o femenina.

PASO



CAMBIANDO PARADIGMAS  
UN ENFOQUE DE DESARROLLO  
POSITIVO



## ▸ 3.1 ENFOQUE DE DESARROLLO POSITIVO DE LA JUVENTUD



En el mundo hay más personas en la etapa de la juventud que en cualquier otra etapa del desarrollo.

Organización de las Naciones Unidas (ONU)



La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, por sus siglas en inglés) define a la juventud como un período de transición de la dependencia de la niñez a la independencia de la adultez, con conciencia de la interdependencia como miembro de la comunidad (Sardiñas et al., 2017).

Durante este período de transición, es relevante que los diversos actores articulen esfuerzos para brindar oportunidades de inclusión a las personas jóvenes, para que puedan desarrollarse y promover experiencias positivas desde sus fortalezas y habilidades, utilizando el **Enfoque del Desarrollo Positivo de Jóvenes**.

El Desarrollo Positivo de Jóvenes es un enfoque que se centra en la potencialización de todas las fortalezas, habilidades y posibilidades de las personas jóvenes, a través de la promoción de recursos claves (o de competencias) y la provisión de experiencias de aprendizaje y oportunidades para el crecimiento y el bienestar integral. Este enfoque no pasa por alto los problemas y las necesidades, sino que adopta una actitud positiva con respecto a ellos, en lugar de enfocarse en lo negativo: los comportamientos riesgosos, antecedentes o entornos adversos en los que viven las personas jóvenes (Instituto Search).

El enfoque de desarrollo positivo surge como una contra respuesta a un modelo social instaurado, basado en una concepción negativa de la juventud. Según el modelo tradicional de factores de riesgo, las personas que son víctimas o se encuentran en condiciones de vulnerabilidad, son colectivos con carencias, problemas, vacíos y aspectos deficitarios. Ante ello, se promueve un modelo basado en una concepción positiva, donde las personas poseen una gran cantidad de “activos” o recursos, que pueden ser potencializados (Instituto Search).

Desde esta perspectiva, queremos hacer énfasis en las siguientes premisas:



En El Salvador la juventud puede ser percibida de forma negativa, especialmente cuando enfrentan situaciones que inciden en su desarrollo como deserción escolar, desempleo, pobreza, exclusión social por su lugar de residencia, violencia intrafamiliar, violencia social, entre otras.

El desarrollo positivo de la juventud es un proceso que prepara a las personas jóvenes para enfrentar los desafíos de la adolescencia y la adultez a través de una serie coordinada y progresiva de actividades y experiencias que les ayuden a ser social, moral, emocional, física y cognitivamente competentes.

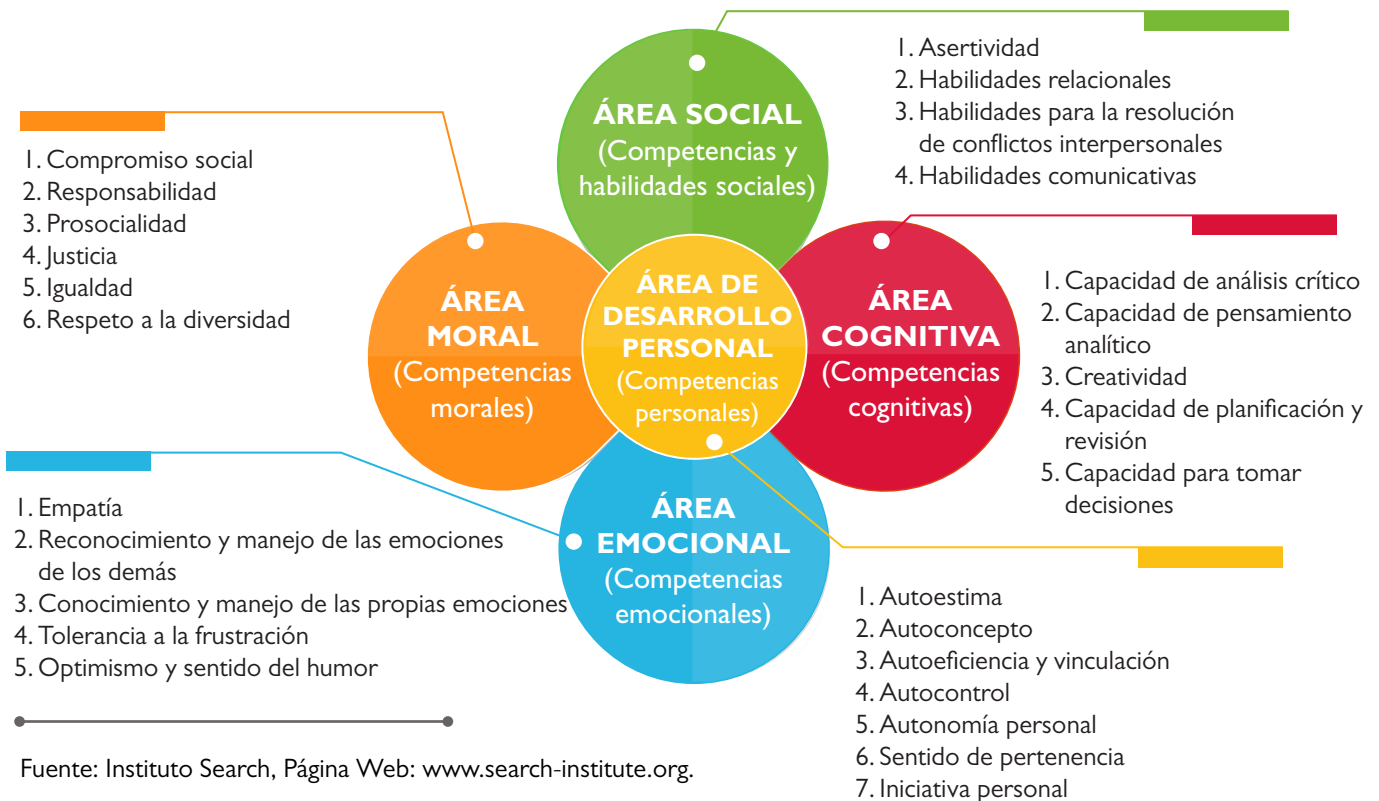
**Tiene como objetivo directo que las personas jóvenes aprendan a ser productivas, a conectar con las demás personas y a navegar su entorno; y como objetivo indirecto, que se conviertan en personas adultas que sean económicamente autosuficientes, tengan familias saludables, mantengan excelentes relaciones sociales y contribuyan a sus comunidades.**

Es un enfoque basado en una visión acogedora y afirmativa de la juventud, visualizándola como el

recurso primordial para resolver los problemas de la comunidad. Los programas con esta perspectiva enfatizan la provisión de oportunidades para brindar apoyo y atención a la juventud y fomentar el desarrollo de sentido de competencia, pertenencia, utilidad y empoderamiento. El enfoque concentra sus esfuerzos en la creencia que **toda persona joven tiene el potencial para ser exitosa y tiene la capacidad para desarrollarse positivamente** (Sardiñas, Padilla, Aponte, Boscio, Pedrogo, Santiago, Morales, Dávila, y Cesáreo, 2017).

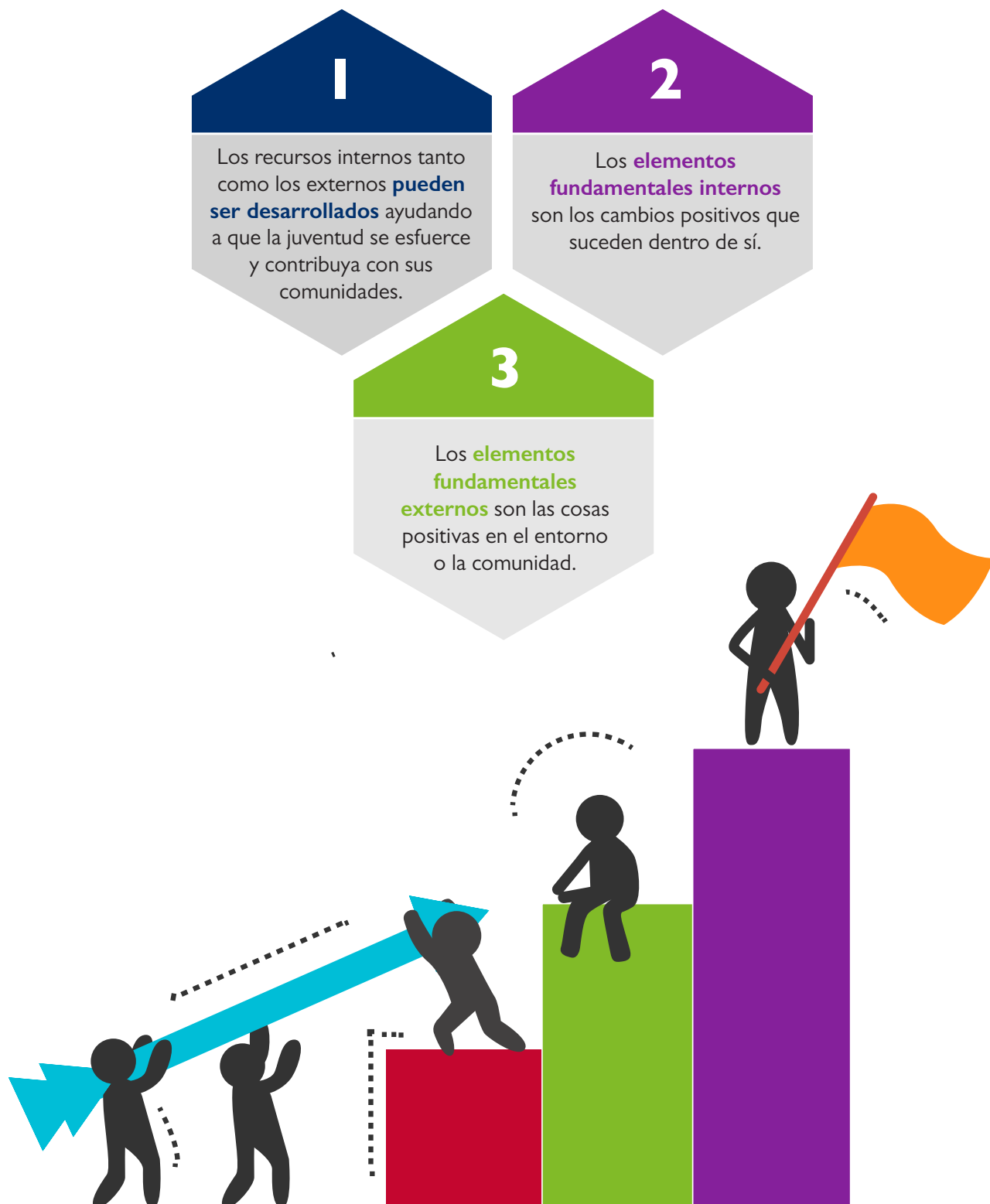
El Instituto Search ha construido un exhaustivo Marco de Elementos Fundamentales del Desarrollo (Framework of Developmental Assets) con el propósito de ayudar a la juventud a desarrollarse. Estas competencias específicas se agruparon en cinco bloques o áreas: emocional, social, cognitiva, moral y de desarrollo personal. Se detallan a continuación:

## Modelo de Florecimiento o Desarrollo Positivo





Los Elementos Fundamentales del Desarrollo (internos y externos) son 40 experiencias positivas de sentido común y cualidades que influyen en las elecciones de las personas jóvenes y les ayudan a convertirse en personas adultas más cuidadosas, responsables y exitosas.





A través de diversas investigaciones, se definieron 40 elementos que se denominaron “recursos o activos para el desarrollo”. Este concepto, propuesto por el Instituto Search se refiere a los **recursos personales, familiares, escolares o comunitarios que proporcionan el apoyo y las experiencias necesarias para la promoción del desarrollo positivo durante la niñez, adolescencia y juventud.**

De estos 40 recursos o activos, 20 son externos y se refieren a características de la familia, la escuela o la comunidad, tales como la existencia de apoyos y límites; la seguridad, la presencia de modelos adultos positivos o la influencia positiva del grupo de iguales. Los otros 20 recursos son internos; es decir, son características psicológicas o comportamentales de las personas jóvenes, como una autoestima saludable, responsabilidad personal, expectativas de futuro o la capacidad para tomar decisiones (Instituto Search).

Los estudios llevados a cabo por el Instituto Search muestran cómo adolescentes que gozan de un mayor número de recursos o activos presentan un desarrollo más saludable y positivo. Este desarrollo positivo se pone de manifiesto en algunos indicadores como el éxito escolar, las conductas prosociales, el interés por conocer personas de otras culturas, el cuidado del cuerpo y la salud, la evitación de los riesgos, la demora de las gratificaciones o la superación de adversidad. Cuando estos activos no están presentes será menos probable alcanzar el desarrollo positivo y serán más frecuentes los trastornos emocionales y comportamentales.

Por lo tanto, de acuerdo con este modelo, algunas características de los contextos de desarrollo tales como el apoyo y afecto en la familia, la disponibilidad de programas o actividades extraescolares o la presencia de modelos adultos positivos en familia, escuela y comunidad, facilitarán que las personas puedan resolver de forma satisfactoria las tareas evolutivas propias de la juventud.

PASO



TOMANDO ACCIÓN

CLAVES PARA LA ATENCIÓN  
PSICOSOCIAL DE LA JUVENTUD



## ▸ 4.1 ¿QUÉ ES LA ATENCIÓN PSICOSOCIAL?



Intervenir es cambiar procesos internos, cambiar el medio o cambiar las maneras como las personas se relacionan con su medio; intervenir es ayudar a que la gente participe en el cambio; intervenir es hacer que la gente retome el control sobre su propia vida.

Amalio Blanco  
Doctor en Psicología, español



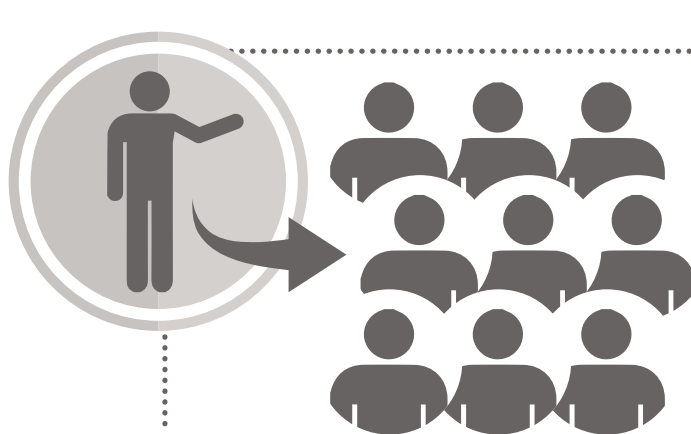
Para que puedas comprender mejor en qué consiste la atención psicosocial, es importante hacer referencia ciertos conceptos claves:

Primero, la **PSICOTERAPIA** es un tratamiento de colaboración basado en la relación directa entre una persona y su terapeuta. Busca el fortalecimiento de la salud mental a través de la aplicación de determinados procedimientos psicológicos.

Frente a esto, la **psicología social** hace una propuesta más integral de abordaje, afirmando que se


deben sanar también a las relaciones sociales, es decir, los vínculos que establecemos en cada uno de nuestros entornos vitales, ya que considera que **la salud mental no se encuentra en la persona, sino “entre” las personas.**

La atención psicosocial aborda la salud mental y sus determinantes sociales. Propone que el ser humano no puede ser intervenido solo en individual, ya que sus relaciones sociales inciden en sus formas de pensar, sentir y actuar.



En palabras más sencillas: **si la herida psicosocial se produce en lo social, sólo puede ser sanada en lo social.**

Entonces, para efectos de este Protocolo de atención, llamaremos **ATENCIÓN PSICOSOCIAL** a:

 **Todas las acciones planificadas de forma sistemática para fortalecer integralmente a una persona o grupo, tomando en cuenta el fortalecimiento de las relaciones que establece y los contextos en los que se desenvuelve.**

Recomendamos realizar abordajes integrales en al menos cuatro áreas:



## ▸ 4.2. ¿QUÉ GANAN LAS ORGANIZACIONES AL INCORPORAR SERVICIOS DE ATENCIÓN INTEGRAL O ATENCIÓN PSICOSOCIAL PARA PERSONAS JÓVENES?



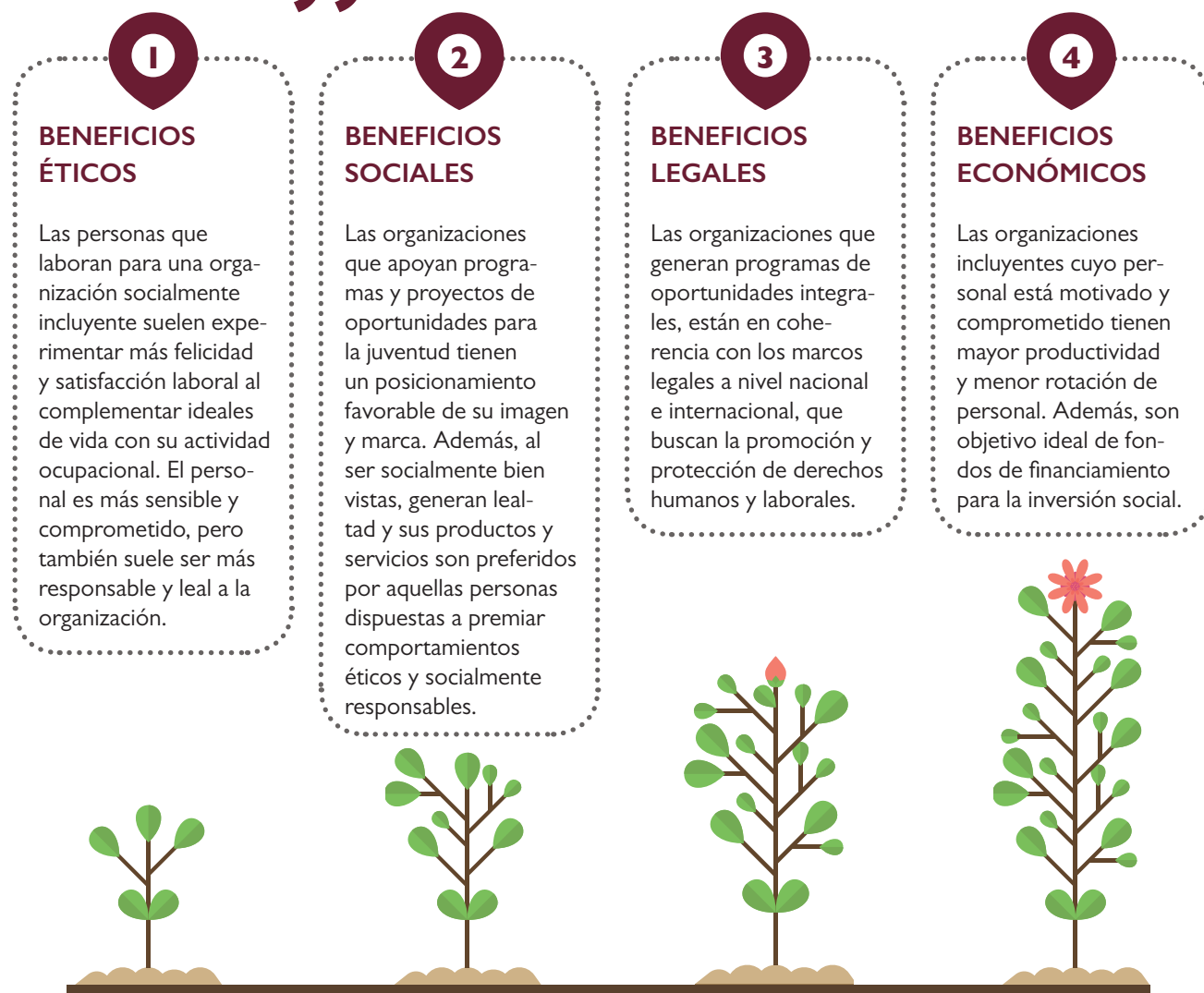
Cuando la organización asume un enfoque de potencial y no de limitación, se enriquece.

(Participante de grupo focal con organizaciones del Estado)



Creemos que cuando las organizaciones deciden incorporar programas o proyectos de atención psicosocial, no sólo se enfrentan a la oportunidad de mejorar sus servicios o diversificar su oferta programática, sino que en última instancia están aportando a la construcción de una sociedad más democrática, igualitaria y justa.

Diversificar los servicios de atención integral, implica al menos cuatro tipos de beneficios:

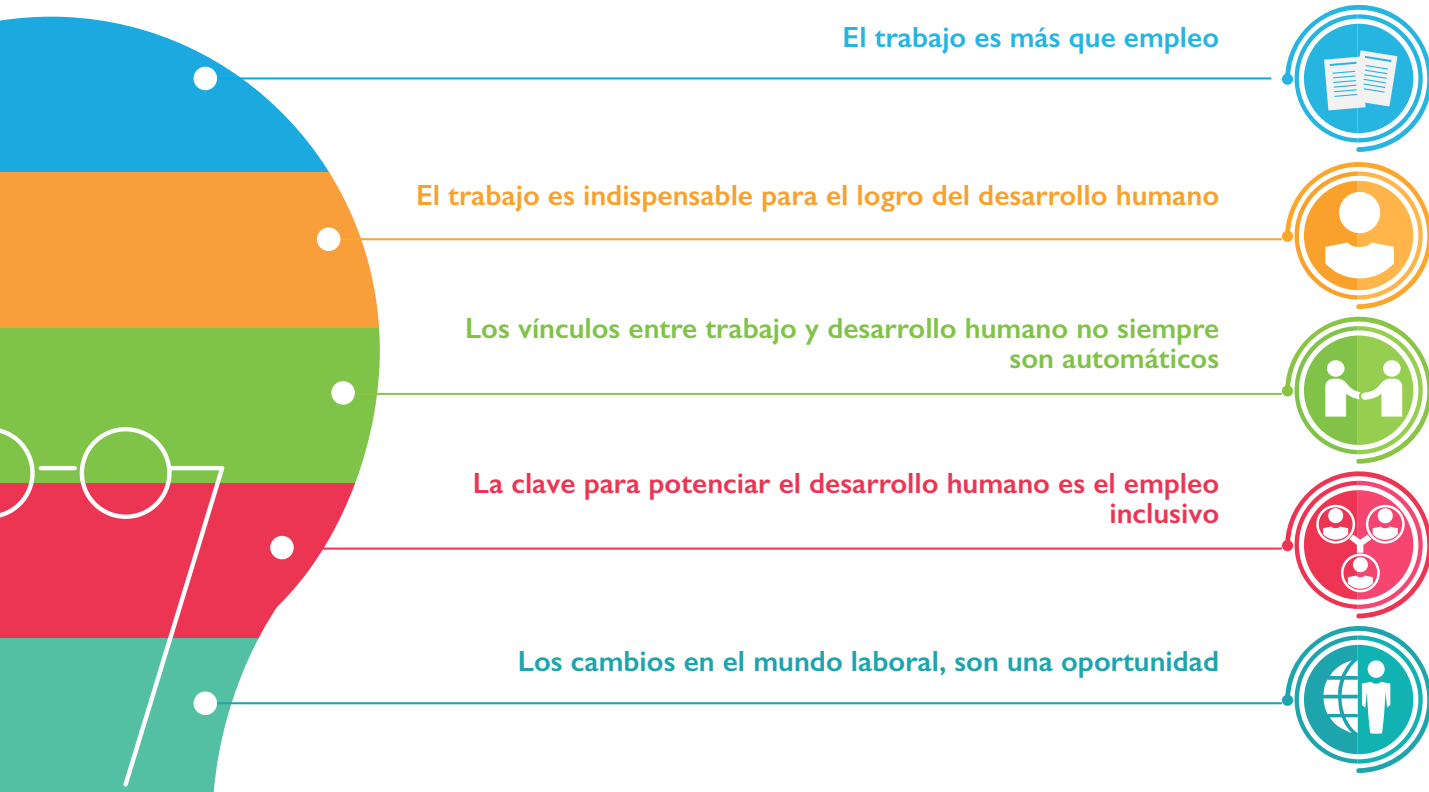


Para la psicología social: “El trabajo constituye la actividad humana primordial y el marco de referencia crucial que define el sentido de la existencia de los seres humanos (...) constituye su molde esencial de posibilidades y de significación histórica (...) El trabajo constituye la principal atalaya desde donde las personas adquirimos la perspectiva sobre lo que somos y lo que son los demás, sobre nuestros derechos y deberes sociales, sobre el mundo y nuestra incardinación en él” (Martín-Baró, 1985).

El trabajo, por tanto, cuando es digno y decente, es la máxima oportunidad de desarrollo personal y profesional para un ser humano.

Planteamos esta idea porque generar oportunidades de inclusión laboral para las personas jóvenes que enfrentan condiciones de vulnerabilidad, no sólo es una mejora del posicionamiento estratégico de la organización, su eficiencia, sostenibilidad y prosperidad financiera, sino que realmente añade un valor agregado de respeto a la diversidad, la igualdad de oportunidades, tolerancia y convivencia social.

## El Informe de Desarrollo Humano del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2015), titulado “El trabajo a favor del desarrollo humano”, señala cinco premisas esenciales:



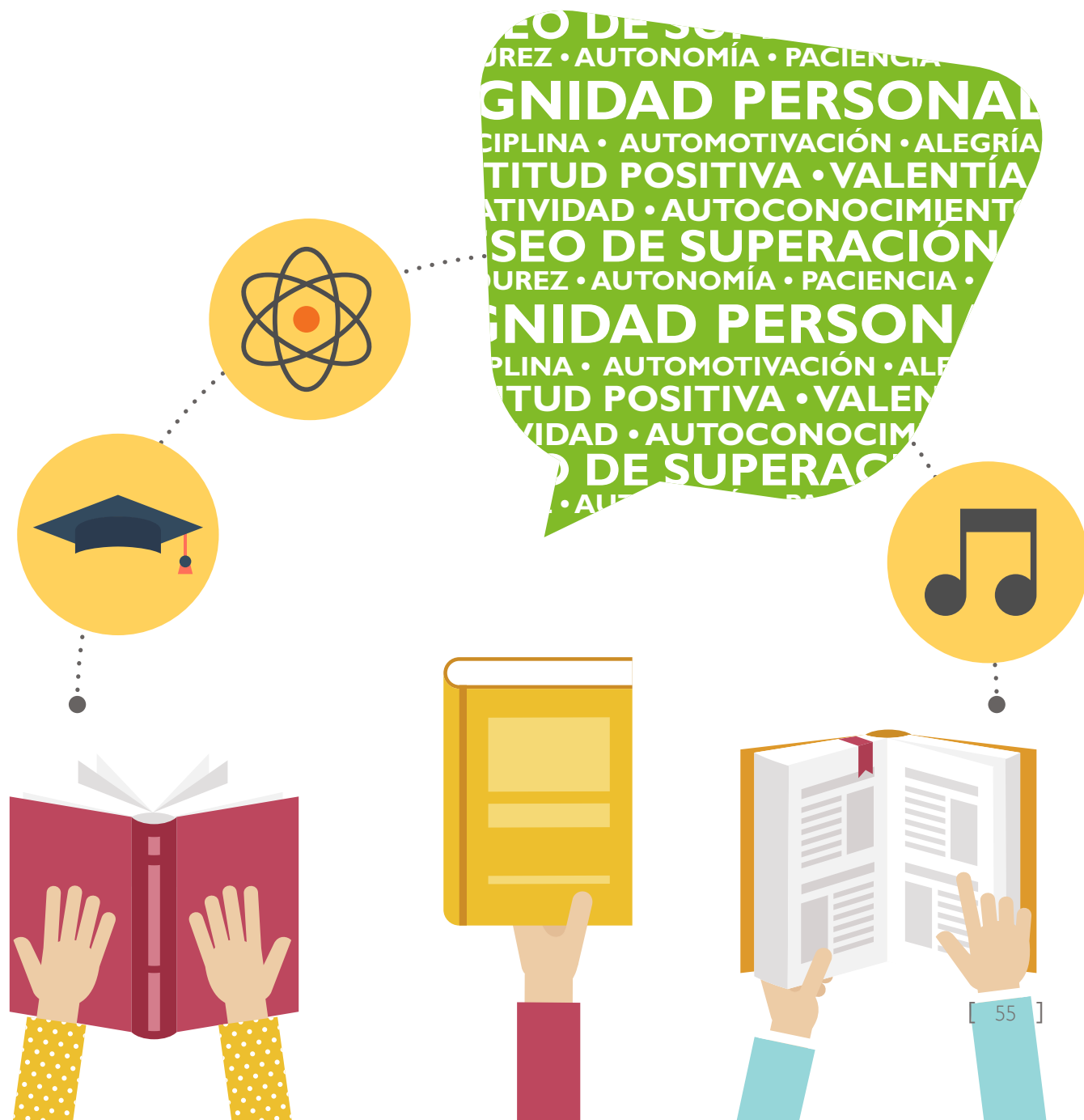
Las personas jóvenes se enfrentan a un mundo cada vez más globalizado y desafiante que exige cada día más de sí mismos. En contraste, las brechas para acceder a oportunidades de desarrollo integral son cada vez más grandes. Las organizaciones inclusivas acogen a la persona joven y la preparan para estos desafíos. Esta labor no sólo contribuye al crecimiento y desarrollo económico y territorial, sino que en última instancia, impacta proyectos de vida y permite a las personas jóvenes sentirse involucrados, motivados y comprometidos, viviendo vidas con significado y propósito.



## ► 4.3 ¿CÓMO SE PUEDEN INCORPORAR SERVICIOS DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA PERSONAS JÓVENES?

Durante el proceso de construcción participativa de esta guía hicimos la misma pregunta a representantes de organizaciones de sociedad civil y del Estado. De acuerdo a todas las personas consultadas, lo más importante para generar oportunidades de atención integral es querer hacerlo y tener la certeza de

saber qué es lo correcto. Las personas respondieron repetitivamente: empatía, tolerancia a la diversidad, compromiso, respeto, políticas de inclusión, formación constante, compromiso social, formación integral y sensibilización. En las respuestas, es muy relevante mencionar que nadie respondió “dinero” o “recursos”.



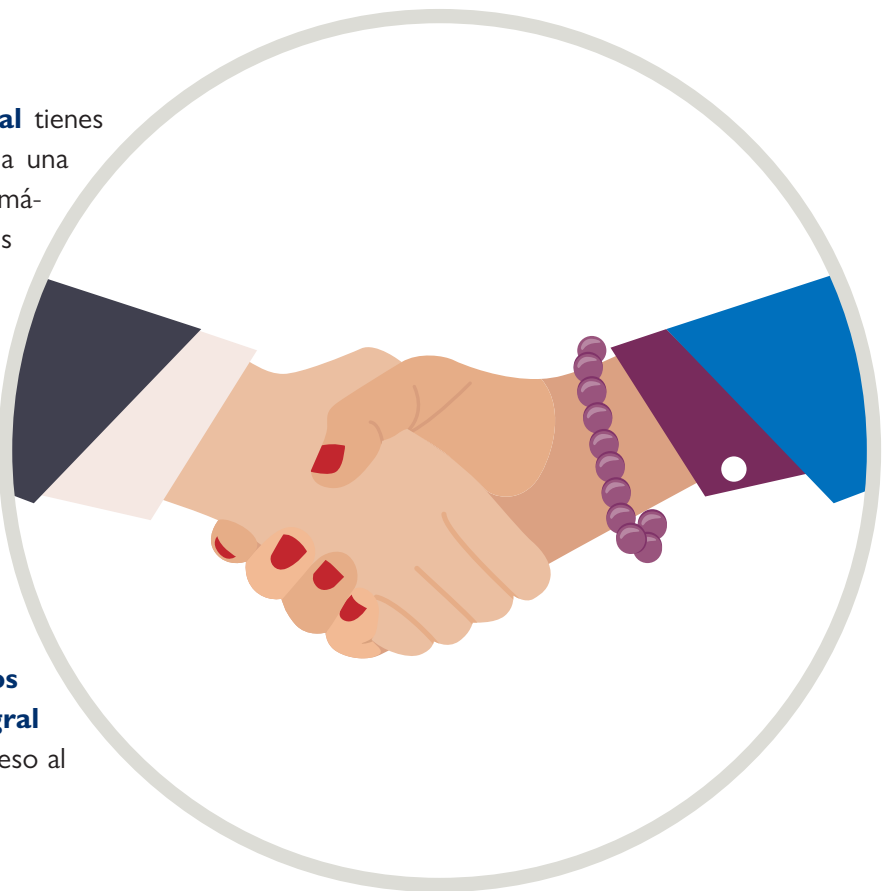
**De manera muy sintética, proponemos las siguientes siete alternativas de acción social, aunque el contenido de este Protocolo de atención, profundiza en la atención psicosocial de forma muy específica.**



## ► 4.4 PASOS PARA LA ATENCIÓN PSICOSOCIAL

Para poder dar **atención psicosocial** tienes que estar dispuesto a ofrecer ayuda a una persona que ha padecido hechos traumáticos o que se encuentra en condiciones de vulnerabilidad por causa de su orientación sexual, identidad de género, lugar de residencia, apariencia física, discriminación por su edad, religión, discapacidad, embarazo o porque vive en contextos de violencia social. La atención psicosocial implica a dos personas: una que necesita ayuda y otra que quiere ayudar (ésa eres tú).

En este Protocolo, hay **cinco sencillos pasos para dar esa atención integral** a personas jóvenes que buscan su ingreso al mundo del trabajo formal:

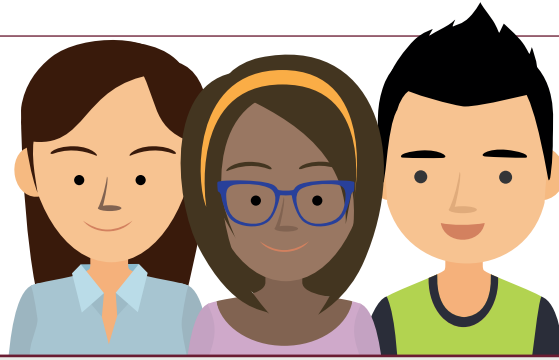


### ► 4.4.1. PRIMER PASO: ENTREVISTA INICIAL

La entrevista inicial puede parecer un paso obvio de la atención psicosocial, no obstante, este primer encuentro puede ser determinante para el éxito o fracaso del proceso.

Recuerda que las personas jóvenes que potencialmente se van a beneficiar de los servicios de atención psicosocial se encuentran en condiciones de vulnerabilidad y viven en contextos de violencia, así que es posible que hayan sido víctimas de alguna forma de violencia o criminalidad o formen parte de alguna colectividad en desventaja social, tales como las

personas con discapacidad física o personas migrantes retornadas. En ese sentido, toma en consideración que las personas pueden mostrarse reticentes o tímidas, ya sea por alguna experiencia traumática que hayan vivido, o simplemente por el bajo desarrollo de sus habilidades sociales. La empatía y la comprensión te ayudarán a encontrar los mejores métodos para el desarrollo de este primer encuentro. Las personas que establecen el contacto inicial deben mostrarse siempre amables, abiertas y accesibles, y especialmente utilizar en todo momento un lenguaje totalmente operativo.



### Antes de la entrevista, no olvides generar las siguientes condiciones:

- Busca un espacio privado y bien ventilado.
- Garantiza un ambiente de tranquilidad, de preferencia con algunas plantas y decoración que haga el lugar más acogedor.
- Lo ideal es trabajar en una mesa redonda. Si esto no es posible, usa un escritorio que esté despejado de papeles y objetos, ya que éstos acentúan la barrera creada por el mismo escritorio.
- Haz un plan de entrevista que incluya primero la realización de preguntas para establecer empatía.
- La persona entrevistadora siempre es la primera en presentarse. Es tu obligación hacer sentir cómoda y en confianza a la persona joven.
- Posteriormente, promueve que la persona joven se presente y comparta contigo sus expectativas e intereses.
- Pregunta a la persona cómo le gusta que le llamen.
- Llama siempre a las personas por su nombre.
- Primero, haz las preguntas menos comprometedoras a la persona, en deferencia a su condición de vulnerabilidad, y progresivamente puedes ir profundizando.
- Permite una narración libre sobre los intereses y motivos por los cuales la persona pretende ingresar a la organización, ya sea a formarse profesionalmente o como parte del personal.

Cuando hablamos de **lenguaje operativo** nos referimos a un lenguaje muy claro, detallado, basado en la premisa de proporcionar información adicional y no dejar lugar a interpretaciones. Si las personas jóvenes tienen dificultades para expresarse, ¡ayúdalas! Hay una pedagogía silenciosa en el modelaje de la persona facilitadora, pero también se puede estimular de forma intencional el desarrollo de estas habilidades, desde la relación cara a cara, con mucha paciencia y comprensión.

Si a lo largo del trabajo con la juventud encuentras a personas que se muestran incómodas, recuerda que esto solo es el resultado de una incapacidad para relacionarse con asertividad y la manifestación exterior de sentimientos internos de angustia, vergüenza o culpa. Conocer lo que subyace a un comportamiento

poco asertivo nos ayuda a establecer estrategias para comunicarnos de una forma más efectiva.

Algo importante a la hora de establecer un contacto con personas jóvenes que tengan un bajo desarrollo de habilidades sociales, es que la conducta interpersonal se aprende; por tanto, podemos aprender cómo mejorarla.



**NO OLVIDES**

Si hay nervios, prepara un cuestionario previo con la información que necesitas conocer y siéntete en la confianza de decir: “tengo en mis manos un formulario con información clave que deseo conocer sobre ti”. Realiza preguntas textuales y poco a poco puedes irte abriendo a nuevos temas de conversación.

## ► 4.4.2. SEGUNDO PASO: CONSOLIDACIÓN DE LA CONFIANZA

Una de las principales características de las personas que se encuentran en condiciones de vulnerabilidad o viven en contextos de violencia es la presencia de algo que los psicólogos llaman “herida psicosocial”. Esta herida se hace evidente en el establecimiento de relaciones basadas en la desconfianza (Martín-Baró, 1990 en UNICEF 2017). Por eso, una de tus principales tareas durante la entrevista, y durante todo el proceso de atención psicosocial, es la generación y recuperación de la confianza.

Para el establecimiento de la confianza, realiza dos estrategias claves:

### ¡MIMETIZA!

El mimetismo, también llamado *mirroring* “consiste en una coordinación voluntaria de la persona facilitadora para adaptarse al ritmo de la otra persona. Esto incluye: **a) gestos:** captando el lenguaje no verbal y replicándolo de modo parecido; **b) palabras:** adaptar el tono de voz y el ritmo del habla al de la otra persona; y **c) emociones:** reflejando uno mismo el estado emocional de la otra persona para empatizar y a la vez hacer manifiesta esa empatía” (Casella, S. M. 2015).

### ¡ESCUCHA ACTIVAMENTE!

Cuando entrevistas, aún cuando debas permanecer en silencio, especialmente cuando una persona joven comparte su historia de vida, debes enviar constantes señales que realmente estás escuchando a la otra persona y debes reaccionar ante lo que dice. Para Virginia Satir (2002), la escucha activa se define como: “apagar las voces en nuestro interior y prestar total atención a la persona que está frente a mí”. Una forma sencilla de hacer saber que escuchamos activamente es el uso de paráfrasis de retroalimentación, reformulaciones, preguntas de aclaración, refuerzos positivos y un *feedback* (retroalimentación) no verbal, tal como asentir levemente con el rostro o acompañar con la mirada.





## Tips para el establecimiento de la empatía

La empatía no depende únicamente de la capacidad para identificar las emociones de alguien más, sino también de la propia capacidad para ponerse en el lugar de la otra persona y experimentar una respuesta emocional apropiada (Morris, 1997).

Para desarrollar esta habilidad ten siempre presente las siguientes claves:

1. Acentúa la cabeza hacia delante de forma leve y de ser posible haz verbalizaciones como: “Lo entiendo”, entre otras.
2. Mueve tus manos de manera tenue, apoyando lo que se te está diciendo.
3. Mantén contacto visual de forma permanente sin que la persona se sienta invadida.
4. Proporciona tranquilidad de forma verbal. Por ejemplo: “Debes saber que entendemos que tu situación es difícil”.
5. Inclínate levemente hacia delante demostrando proximidad.
6. Pregunta sin juzgar las respuestas sobre las preferencias, proyecciones y sueños.
7. No demuestres reacciones ni positivas ni negativas ante la confesión de situaciones adversas.

En el siguiente cuadro encontrarás una lista de cosas básicas que son **recomendables para el establecimiento y mantenimiento de la confianza**; y una lista de lo que no deberías hacer.

### LO QUE DEBES HACER PARA ESTABLECER UNA BUENA RELACIÓN BASADA EN LA CONFIANZA Y EL RESPETO

1. Debes tener un **interés sincero** por las personas y su bienestar.
2. Debes **saber y aceptar** que hay estilos de vida diferentes y creer en que todas las personas tienen aspectos positivos que pueden desarrollar (recuerda siempre aplicar el enfoque de desarrollo positivo).
3. El **autoconocimiento** es importante, se trata de conocer tus propios recursos y limitaciones.
4. Pon en práctica la **autorregulación** para que tus problemas y dificultades personales no interfieran en la entrevista o en cualquier proceso con personas jóvenes. Si piensas que no te es posible actuar con objetividad, es mejor que refieras el caso para que otra persona le dé respuesta. Esto no significa en absoluto una amenaza a tus capacidades; todo lo contrario, requiere mucho coraje reconocer nuestras limitaciones y esta aceptación nos ayuda a ser cada día mejores.
5. Procura tener un buen **ajuste psicológico general**. Una buena salud mental de parte de quien realiza el proceso psicosocial mejora los resultados.
6. Permanecer **abierto** a cada experiencia es vital. Una amplia experiencia vital facilita la comprensión de los sentimientos y vivencias de las personas a las que atendemos y mejora la búsqueda de soluciones a estos problemas.

### LO QUE NO DEBES HACER

1. **Juzgar o criticar** las conductas o situaciones expresadas por las personas que buscan ayuda.
2. **Opinar** sobre campos que no son tu especialidad. Por ejemplo: si una persona joven manifiesta indicadores de problemáticas relacionadas con su salud mental, lo ético es derivar a profesionales con especialidad para atender el caso, en lugar de emplear expresiones como “no creo en la depresión” o “sólo estás triste y pasará pronto”.
3. Hablar sobre **vivencias personales**. Está bien que al trabajar con personas jóvenes puedas recurrir a ejemplos de situaciones similares que otras personas han vivido. Ahora bien, no es correcto que hables de tus experiencias personales y menos en exceso. Supera la tentación de exponer tus propios logros frente a las adversidades de otras personas.
4. Tener **poca asertividad**. Poseer mucho conocimiento técnico sobre juventud no es garantía para establecer relaciones efectivas con las otras personas. Es primordial que la persona facilitadora domine habilidades conversacionales y de comunicación; y escucha activa que le permitan no solo expresarse con efectividad, sino también enseñar a las personas jóvenes a ser asertivas.

### LO QUE DEBES HACER PARA ESTABLECER UNA BUENA RELACIÓN BASADA EN LA CONFIANZA Y EL RESPETO

7. Incrementa tus capacidades a partir de **formación** teórica y práctica en temas de derechos, género y juventud.
8. Sé **enérgico y persistente**. Es probable que una persona con poca energía inspire poca confianza y seguridad a los que demandan su ayuda. Además, el logro de resultados requiere tiempo, por lo que se necesita paciencia y persistencia.
9. Sé **flexible**. Una persona facilitadora de procesos con juventud, debe saber adaptar sus métodos y técnicas a los problemas y características de cada persona. Además, debe estar abierto a la adquisición de nuevas competencias.
10. Finalmente, no olvides el cumplimiento de **principios** éticos y profesionales.

Fuente: Elaboración propia con datos Cormier y Cormier (1991).

### LO QUE NO DEBES HACER

5. **Cruzar la línea**. Evita comportamientos como abrazos inapropiados, caricias o cualquier contacto físico innecesario. Este comportamiento es siempre inaceptable, pero es aún más grave y revictimizante cuando trabajas con personas jóvenes que han sido víctimas de violencia sexual, acoso u otras formas de violencia.
6. **Subvalorar** las problemáticas de las personas jóvenes. Comparar, minimizar y juzgar las problemáticas de la juventud con base a tu propia jerarquía de prioridades es un error. Cada persona enfrenta dificultades muy particulares y merece respeto y todo el apoyo posible.
7. **Faltas éticas**. Si existe una sola violación a las normas éticas de confidencialidad, todo el proceso de confianza se pierde. Esto no solo afecta el trabajo personal y profesional, sino también institucional. Cada vez que, teniendo como única justificación el resguardo a la integridad personal, te sientas obligado a compartir información con un agente externo, debe ser con total participación de la persona involucrada, conocimiento de causa y consentimiento informado, comunicando solo lo que sea pertinente al caso.

Fuente: Adaptación propia con datos de Corbin (2007).



Para desarrollar la empatía puedes realizar un ejercicio llamado **“mágico si...”**. Sólo piensa: Y si yo fuera la persona joven frente a mí, ¿cómo me gustaría que me trataran?





### ► 4.4.3. TERCER PASO: **DIAGNÓSTICO PSICOSOCIAL**

Como tercer paso, debes realizar un diagnóstico para determinar las áreas a fortalecer a través de la atención psicosocial. Sin embargo, antes de continuar piensa en dos criterios claves:

#### **CRITERIO LEGAL**

No hay indicios de un delito grave, vulneración o inminente amenaza.

En cambio, si logras identificar que la persona joven ha sufrido o sufre de alguna situación que vulnera gravemente sus derechos, ofrece protección, alivio, contención y, posteriormente, busca asesoría o asistencia legal: **SUSPENDE LA EVALUACIÓN PSICOSOCIAL** (ver Epígrafe 6 en página 68).

#### **CRITERIO DE SALUD MENTAL**

La persona tiene algún nivel de afectación emocional, pero no hay una alteración grave y los síntomas se explican por un hecho traumático reciente.

En cambio, si logras identificar un nivel de afectación emocional más grave, debido a un hecho traumático que no ha sido superado luego de seis semanas, es posible que la persona presente un Trastorno de Estrés Post Trauma (TEPT). En este caso se requiere referir a un especialista en salud mental: **SUSPENDE LA EVALUACIÓN PSICOSOCIAL** (ver Epígrafe 7 en página 70).

Si no te encuentras frente a ninguno de estos dos escenarios, sigue adelante con el diagnóstico psicosocial.

Realiza una evaluación integral tomando como marco las cinco áreas del desarrollo positivo de la juventud, propuestas por el Instituto Search.

Para facilitar este diagnóstico, utiliza la lista de criterios de valoración de cada área de desarrollo, construido a partir del Modelo de Florecimiento Personal.



## Guía para la elaboración del Diagnóstico Psicosocial

Para cada área se realizan 10 preguntas. Cada pregunta cuenta como 1 punto al ser respondida afirmativamente y 0 puntos al ser respondida negativamente. Posteriormente, se suma el total de puntos por cada una de las áreas y se escribe en el final de cada columna. Los puntajes van de 0 a 10 en cada área.

	ÁREA MORAL	PUNTAJE	ÁREA SOCIAL	PUNTAJE	ÁREA COGNITIVA	PUNTAJE	ÁREA EMOCIONAL	PUNTAJE	ÁREA PERSONAL	PUNTAJE
1	¿Participa en actividades de voluntariado social comunitario u otra acción positiva?		¿Muestra habilidades básicas de interacción social tales como saludar, sonreír, presentarse?		¿Es consciente de sus propias estrategias mentales y recursos cognitivos (metacognición)?		¿Muestra habilidad para reconocer sus propias emociones (autoconocimiento)?		¿Hay una actitud positiva y de satisfacción personal?	
2	¿Los referentes o modelos a seguir son personas adultas de su entorno social, caracterizadas por su liderazgo y responsabilidad?		¿Es una persona cortés y amable, se ofrece a realizar favores y apoyar a otras personas?		¿Posee habilidades para analizar la información que recibe, de forma crítica y objetiva?		¿Muestra empatía, comprensión y consideración hacia otras personas?		¿Hay una conciencia realista de los logros personales y una sensación saludable de orgullo personal?	
3	¿Expresa interés y compromiso en el cumplimiento de sus metas personales, académicas o profesionales?		¿Muestra habilidades para hacer amigos y amigas y se ajusta con facilidad a situación de cooperación y colaboración mutua?		¿Desarrolla con facilidad estrategias mentales de solución efectiva de problemas cotidianos?		¿Piensa antes de actuar, aunque esté bajo una emoción intensa (autocontrol)?		¿Hay una conciencia clara de sus cualidades personales positivas?	
4	¿Expresa un sistema de valores personales tendiente a la prosocialidad, la responsabilidad y la ética personal?		¿Posee habilidades para iniciar, mantener y finalizar una conversación de forma asertiva?		¿Es una persona ordenada, organizada y lógica en la exposición de sus ideas?		¿Muestra entusiasmo en sus proyectos y trabaja de forma disciplinada pese a las dificultades (automotivación)?		¿Hay una actitud saludable de autocrítica y una conciencia realista de las cualidades que falta por desarrollar?	
5	¿Tiene definido un sistema filosófico para dar sentido a la vida?		¿Tiene iniciativa para ofrecer su ayuda y unirse a la conversación de otras personas?		¿Tiene ideas innovadoras, creativas y divergentes?		¿Identifica sus emociones negativas y desarrolla acciones voluntarias y positivas para gestionarlas?		¿Hay un sentimiento positivo y realista de la propia capacidad personal (autoeficacia)?	
6	¿Muestra una actitud de reflexión crítica hacia el contexto social que le rodea?		¿Sabe solicitar favores con asertividad y sabe aceptar ayuda?		¿Muestra riqueza interior, entusiasmo e imaginación?		¿Tiene tolerancia frente a la frustración y adversidad?		¿Hay una actitud de autodeterminación personal?	
7	¿Muestra una actitud crítica y abierta hacia formas de pensar distintas a las suyas?		¿Tiene capacidad de decir "no" y establecer límites asertivos?		¿Tiene habilidades para establecer comparaciones y analogías rápidas?		¿Tiene la habilidad de procesar el estrés emocional (autocuidado personal)?		¿Hay un procesamiento positivo de las situaciones adversas que se han enfrentado en la vida?	
8	¿Da importancia a temas de participación democrática y fortalecimiento de la institucionalidad?		¿Puede expresar sentimientos positivos y negativos con facilidad, sin herir a las personas?		¿Hay destreza para realizar una síntesis crítica de pensamientos o procesos?		¿Tiene la habilidad de "conectarse" con las demás personas?		¿Existe conciencia de que los errores son una parte natural del proceso de aprendizaje?	
9	¿Es consciente y cuestiona de forma positiva y constructiva temas relacionados a la desigualdad de género?		¿Posee habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales, identificando problemas y facilitando soluciones?		¿Tiene capacidad de realizar preguntas críticas y ofrece explicaciones causales y lógicas?		¿Muestra optimismo y esperanza hacia el futuro?		¿Le resulta fácil tomar la iniciativa?	
10	¿Muestra una actitud de respeto y tolerancia hacia la diversidad?		¿Posee destrezas para conocer a las demás personas y anticipar consecuencias?		¿Tiene curiosidad intelectual y deseo por aprender y desafiar sus propias habilidades mentales?		¿Tiene buen sentido del humor?		¿Hay claridad de sus objetivos vitales (o proyecto de vida)?	
	<b>TOTAL</b> <b>ÁREA MORAL</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA SOCIAL</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA COGNITIVA</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA EMOCIONAL</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA PERSONAL</b>	

Una vez que has realizado el diagnóstico de los criterios descritos en el cuadro anterior, ya sea mediante observaciones, entrevistas u otras técnicas, coloca los resultados obtenidos en cada área en el cuadro siguiente. Este te proporciona un parámetro para evaluar si los puntajes obtenidos corresponden a un nivel de desarrollo bajo, medio o alto de las habilidades fundamentales del desarrollo.

Abajo, verás un ejemplo de cómo debe quedarte el **perfil**.

	DESARROLLO BAJO (0-4)	DESARROLLO MEDIO (5-6)	DESARROLLO ALTO (7-10)
ÁREA MORAL			
ÁREA SOCIAL			
ÁREA COGNITIVA			
ÁREA EMOCIONAL			
ÁREA PERSONAL			

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Institución: \_\_\_\_\_

	DESARROLLO BAJO (0-4)	DESARROLLO MEDIO (5-6)	DESARROLLO ALTO (7-10)
ÁREA MORAL	4		
ÁREA SOCIAL		6	
ÁREA COGNITIVA	4		
ÁREA EMOCIONAL			8
ÁREA PERSONAL		6	



El modelo de evaluación que te proponemos no es una lista exhaustiva, sino una propuesta de ítems básicos a considerar durante las entrevistas o sesiones de trabajo inicial con las personas jóvenes, para el desarrollo del diagnóstico. Tu objetivo siempre será **DETERMINAR EL NIVEL DE DESARROLLO POSITIVO PARA EL DISEÑO DE UNA RUTA DE ACCIÓN QUE PERMITA EL FORTALECIMIENTO PSICOSOCIAL**. Para realizar el diagnóstico, además de la entrevista, utiliza siempre una o más de las siguientes técnicas:

**A**

### OBSERVACIÓN CONDUCTUAL

Si existe la posibilidad de observar la conducta de la persona joven en sus entornos cotidianos, es ideal prestar atención a la forma en la que sus activos de desarrollo se manifiestan:

- ¿Tiene liderazgo?
- ¿Toma la iniciativa?
- ¿Se expresa con facilidad?, etc.

Para realizar estas observaciones, lo ideal es que puedas crear una pequeña herramienta de observación conductual y plasmar tus resultados de la manera más objetiva posible.

Recuerda no hacer conclusiones antes de verificar y contrastar los datos de tus observaciones.

**NOTA:** Aplicar la guía de observación conductual en diferentes momentos del proceso de atención psicosocial también es una forma sencilla de obtener datos que te permitan evaluar los cambios visibles en el comportamiento de una persona joven que está en proceso de fortalecimiento.

**B**

### ANÁLISIS DE LA HISTORIA DE VIDA

Revisa y analiza con detenimiento el Currículum Vitae (CV) de la persona joven que estás evaluando:

- ¿Qué opinión te merece su perfil de presentación?
- ¿Vive en una zona conflictiva?
- ¿Observas actividades de voluntariado?
- ¿Es un joven que se ha formado mucho o le falta desarrollar competencias profesionales?
- ¿Cuál es su experiencia académica? ¿Qué habilidades ha desarrollado? ¿El CV refleja algún apartado de logros académicos o profesionales?
- ¿Quiénes son sus referencias?
- ¿Hay algo que te llame la atención o tienes dudas sobre algún aspecto de su CV?

**NOTA:** El CV de una persona joven puede decirnos mucho sobre ella, pero no siempre logramos reflejar todas nuestras habilidades en un documento, así que evita hacer supuestos y no te dejes llevar por prejuicios. Espera a la entrevista y haz una lista de tus preguntas, permitiendo que la persona profundice sobre su desarrollo actual.



## RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN COLATERAL

Si tienes la posibilidad de entrevistar a docentes, referentes familiares o referentes institucionales de cada persona joven es una excelente oportunidad para recabar datos colaterales, especialmente del desarrollo de activos externos. Un dato es más objetivo, si diversas fuentes reafirman la veracidad de un hecho.

**NOTA:** La recolección de esta información debe realizarse de manera formal, transparente, explicando el objetivo de la misma. Permite que cada joven te proporcione referencias personales, familiares, académicas, profesionales o laborales. Esto es especialmente importante en contextos de violencia creciente, donde cualquier data personal puede colocar a la persona joven en una condición de vulnerabilidad y amenaza.



## ENTREVISTA GRUPAL

Una forma de evaluar otras habilidades (como el liderazgo, la iniciativa, etc.) es la realización de entrevistas grupales, donde un máximo de tres o cinco aplicantes pueden responder diferentes preguntas sobre su formación y experiencia.

**NOTA:** Ten cuidado de complementar esta técnica siempre con una entrevista individual, especialmente si hay jóvenes en condiciones de extrema vulnerabilidad, ya que pueden sentirse expuestos y amenazados en un escenario colectivo, quedando en desventaja en relación al resto; por lo tanto, aplica esta técnica con mucho cuidado y solo para los casos que sean pertinentes.



## ENTREVISTA INDIVIDUAL

La propuesta de los 40 activos de desarrollo te puede ayudar para diseñar una guía de entrevista e indagar cuál es el nivel de desarrollo de cada joven. Procura hacer preguntas abiertas y permite que la persona joven te cuente en confianza cuáles son sus logros y aspiraciones.



## DINÁMICAS GRUPALES

Realizar ciertas dinámicas grupales, te puede servir para identificar la capacidad de las personas para resolver problemas de forma creativa, tomar decisiones, trabajar en equipo, asumir liderazgo y otras habilidades claves. Además, la metodología lúdica le resta ansiedad al proceso de evaluación de competencias.



## TALLERES

Si bien la función de los talleres de desarrollo de habilidades es primordialmente formativa, el escenario es propicio para que puedas analizar el desarrollo de activos de las personas jóvenes que participan. Esta actividad tiene el carácter dialéctico de ser diagnóstico e intervención, al mismo tiempo.



**IMPORTANTE**

Esta evaluación debe proporcionarte un escenario claro del:

- a. Daño psicosocial (nivel de deterioro personal a causa de un hecho determinado).
- b. Impacto psicosocial (efectos del evento en la vida personal, familiar y social).

Las áreas puntuadas en los niveles más bajos pueden ser indicadores de daño o impacto. Constituyen una prioridad para el diseño de acciones de fortalecimiento psicosocial.

Además, recuerda que esta evaluación no es exclusiva de un profesional en psicología. Lo más recomendable es que puedan colaborar diferentes profesionales.

## Epígrafe 6. Criterios para referir a asistencia jurídica

**DERECHOS AMENAZADOS, VULNERADOS Y DELITOS:** En cualquiera de estos tres escenarios, la evaluación de las cinco áreas de florecimiento personal deben posponerse para dar lugar a la atención prioritaria de medidas para resguardar la integridad personal de la juventud. De acuerdo a la Ley General de Juventud (Instituto Nacional de la Juventud [INJUVE], 2013), jurídicamente se establece que la juventud incluye a personas entre los 15 y 29 años de edad, por lo que el Protocolo de actuación variará si estamos frente a personas menores o mayores de edad.

PASOS	PARA PERSONAS MENORES DE EDAD	PARA PERSONAS MAYORES DE EDAD
1. INFORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Explica a la persona menor de edad que la acción que te describe es una amenaza, vulneración o delito y estás obligado a reportarlo en aras de su bien superior.</li> <li>b. Explica a la persona adolescente a grandes rasgos (sin crear estrés adicional) cuál es el proceso jurídico (administrativo o judicial) que se llevará a cabo.</li> <li>c. Responde a las dudas, ofreciendo información pertinente y objetiva.</li> <li>d. Sé realista y ético. No prometas nada que no puedas cumplir. No digas “todo estará bien” si no puedes garantizarlo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Explica a la persona que la acción que te describe es una amenaza, vulneración o delito y que sugieres que denuncie la situación ante una instancia legal correspondiente.</li> <li>b. Responde a las dudas, ofreciendo información pertinente y objetiva.</li> <li>c. Sé realista y ético. No prometas nada que no puedas cumplir. No digas “todo estará bien” si no puedes garantizarlo.</li> </ul>
2. ANÁLISIS	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Busca inmediatamente que un especialista en protección de derechos analice cuál es la mejor forma de proceder frente al caso. Este análisis debe ser rápido, especialmente si lo que se busca es resguardar la integridad de la persona.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Busca asesoría legal inmediata (con el consentimiento previo de la persona afectada).</li> <li>b. Si la persona no desea interponer denuncia, busca acciones de apoyo psicosocial que disminuyan la amenaza o situación de vulnerabilidad actual (puedes retornar al paso tres del Protocolo de atención).</li> <li>c. Si la persona desea denunciar, analice la mejor ruta de acción y prepara a la persona para su ingreso a los sistemas formales de justicia.</li> </ul>
3. ACCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Contactar a la familia o a un referente familiar de apoyo cuando los perpetradores están en el núcleo familiar.</li> <li>b. Hacer la denuncia en la instancia correspondiente: Fiscalía, Policía Nacional Civil, Junta de Protección.</li> <li>c. Si la persona adolescente (o su familia) no desea denunciar, esta acción se puede hacer institucionalmente, en aras de garantizar la protección y el interés superior de la persona afectada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Realicen la denuncia en la instancia o instancias más pertinentes (Fiscalía General de la República; Consejo Nacional de la Niñez y de la Adolescencia (CONNA); Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos (PDDH); Procuraduría General de la República (PGR); Policía Nacional Civil (PNC); Ciudad Mujer; entre otras.).</li> </ul>



**PASOS PARA PERSONAS MENORES DE EDAD PARA PERSONAS MAYORES DE EDAD**

<p>3. ACCIÓN</p>	<p>d. Por último, si la institución no desea denunciar o no puede hacerlo, el sistema de protección especial de niñez facilita la opción de denuncias anónimas. “NO DENUNCIAR, NUNCA ES UNA OPCIÓN”.</p>
<p>4. ACOMPañAMIENTO</p>	<p>a. <b>Acompañamiento psicológico:</b> procura que siempre haya alguien que acompañe a la persona en el desarrollo de todas las pericias médicas, jurídicas, administrativas o judiciales necesarias. La persona que asuma el acompañamiento debe estar preparada para responder ante las dudas o crisis que vivan las personas afectadas. Si debes asumir este rol, recuerda los pasos para aplicar Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), disponibles en esta guía. b. <b>Asistencia legal:</b> garantiza que la persona cuente con una representación legal y un defensor asignado al caso.</p>
<p>5. RESPUESTA INTEGRAL</p>	<p>Al momento de interponer una denuncia, si no se cuenta con una capacidad de respuesta adecuada, la situación de vulnerabilidad de la persona se puede profundizar. Por tanto, es vital contar con la capacidad de dar un servicio mínimo o contar con las coordinaciones necesarias para gestionarlo de forma efectiva. Una respuesta integral incluye la posibilidad de dar o gestionar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguridad física (resguardo o vivienda temporal).</li> <li>• Asesoría legal y asistencia (acompañamiento).</li> <li>• Atención médica, psicológica o psiquiátrica.</li> <li>• Atención psicosocial.</li> <li>• Orientación familiar.</li> <li>• Servicios educativos o socio laborales.</li> </ul>
<p>6. SEGUIMIENTO</p>	<p>Realiza pequeñas reuniones de verificación, llamadas telefónicas de seguimiento, solicitud de informes, etc.</p>

## Epígrafe 7. Criterios para referir a especialista en salud mental

El efecto inmediato, posterior a una crisis significativa, suele llamarse: **Trastorno de Estrés Agudo (TEA)**. Aunque este sea desagradable, constituye una reacción **NORMAL** que nos ayuda a adaptarnos a una experiencia traumática que ha puesto en riesgo nuestra vida. Un TEA dura regularmente de cuatro a seis semanas. Si los síntomas de afectación se extienden por más tiempo, ya no hablamos de un TEA, sino de un **Trastorno de Estrés Post Trauma (TEPT)**. Esta es una reacción de ansiedad **GRAVE** que no puede ser superada sin ayuda especializada. En nuestro país, y de acuerdo a los hallazgos encontrados en el proyecto realizado por la Universidad Médica del Sur de Carolina (s.f.) en el que participaron casi 1,300 estudiantes, se reportó que más del 90% habían experimentado más de un evento traumático a lo largo de sus vidas, entre las experiencias más comunes estaban la pérdida traumática, abuso físico o sexual o el haber presenciado violencia doméstica. Además se reportó que al momento de la realización del Proyecto, una de cada tres personas jóvenes reportaban síntomas elevados de TEPT<sup>3</sup>. **Si debes atender a una persona en crisis, haz lo siguiente:**

3 Medical University of South Carolina (s./f.). Desarrollo de un Enfoque de Sistemas Informado por Trauma en El Salvador: Prueba Piloto Abierta de la Terapia Cognitivo Conductual Enfocada en Trauma (en sus siglas en inglés TF-CBT). Documento en revisión.

TRASTORNO DE ESTRÉS AGUDO (TEA)	TRASTORNO DE ESTRÉS POST TRAUMA (TEPT)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ocurre como respuesta a un estrés excepcional.</li> <li>Es transitorio.</li> <li>Es de gravedad importante.</li> <li>Ocurre en un lapso no mayor a las seis semanas posterior al evento.</li> <li>REGULARMENTE SE SUPERA EN UN PLAZO DE SEIS MESES SIN NECESIDAD DE AYUDA PROFESIONAL.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ocurre como respuesta a un estrés excepcional.</li> <li>Es ocasionado por un hecho traumático.</li> <li>Se experimenta de nuevo el hecho traumático.</li> <li>Es un trastorno crónico muy grave que afecta significativamente la vida cotidiana.</li> <li>Puede ser la cronificación de una TEA mal gestionado.</li> <li>NO SE SUPERA SIN AYUDA PROFESIONAL POR LO QUE HAY QUE REMITIR.</li> </ul>
<p><b>SÍNTOMAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Insomnio, sobresaltos, irritabilidad, ansiedad.</li> <li>Pensamientos intrusivos, flashback, pesadillas.</li> <li>Conducta evitativa, la persona parece “sin emociones”.</li> <li>Desapego, el evento parece difuso, como “un sueño”, hay amnesia.</li> <li>Malestar, sufrimiento, disminución de las capacidades.</li> </ul>	<p><b>SÍNTOMAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Insomnio, sobresaltos, hipervigilancia, irritabilidad, ansiedad, episodios de rabia, dificultad de concentración.</li> <li>Pensamientos intrusivos, flashback, pesadillas recurrentes, malestar psicológico al exponerse a estímulos relacionados al suceso, respuestas fisiológicas consecutivas ante dichos estímulos (llanto, ira, desmayos, etc.).</li> <li>Conducta evitativa, la persona no muestra emociones, amnesia, deterioro funcional significativo en su pareja, familia, trabajo, comunidad.</li> <li>Dificultad para ver a futuro.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"></p> <p><b>Si hay un TEA:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplica Primeros Auxilios Psicológicos (si aplica).</li> <li>2. Aplica los cinco pasos de la atención psicosocial.</li> </ol> <p>Los síntomas más intensos de un TEA desaparecen en seis semanas regularmente, sin ningún tipo de ayuda.</p>	<p style="text-align: center;"></p> <p><b>Si hay un TEPT:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplica Primeros Auxilios Psicológicos (sólo si es posible hacerlo).</li> <li>2. Explica a la persona que requiere atención especializada para superar su afectación.</li> <li>3. Refiere a servicios especializados en salud mental.</li> </ol> <p><b>Un TEPT no puede ser superado sin ayuda profesional.</b></p>



## ► 4.4.4. CUARTO PASO: CONSTRUCCIÓN DE UNA RUTA DE FORTALECIMIENTO PSICOSOCIAL

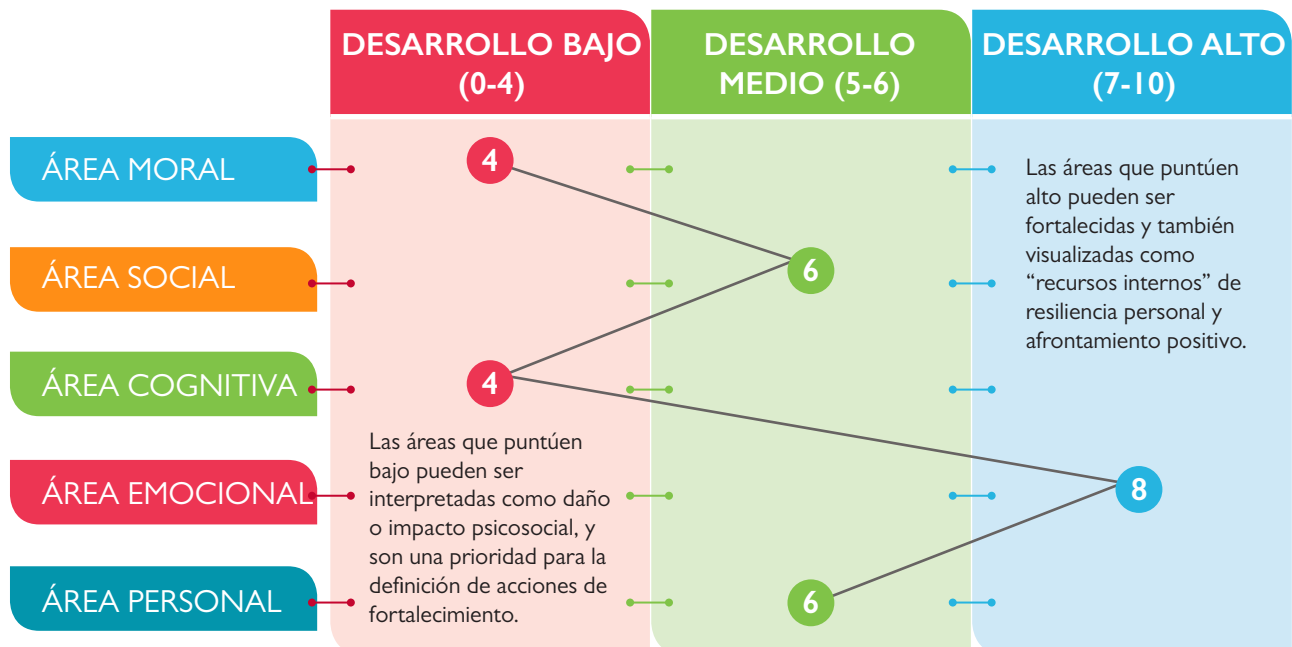
La Ruta de Fortalecimiento Psicosocial se refiere a todas las acciones de potencialización y desarrollo de habilidades que se puedan planificar.

Como ya dijimos antes, la ruta de acción incluye la atención psicológica; pero no se limita a esto, sino que contempla como “mínimo” los cuatro tipos de servicios propuestos en el modelo de atención psicosocial de este protocolo.

Un ejemplo de plan de acción podría ser:



Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Institución: \_\_\_\_\_



Retomando el ejemplo anterior, en él se muestran algunas de las acciones posibles de atención psicosocial:

- a. **Incorporar a la persona joven a un programa de formación de derechos humanos y género, para incrementar sus activos de desarrollo moral.** La persona joven puede ser referida a cursos de formación interna que estén disponibles, o se pueden gestionar procesos con organizaciones como la Procuraduría de Derechos Humanos u Organizaciones de Sociedad Civil. La formación en derechos humanos promueve la humanización y el crecimiento moral de la persona al promover la práctica de valores y crear conciencia del respeto a la diversidad. Además, empodera a la persona haciéndole consciente de su valor, su dignidad y del respeto que merece.
- b. **Incorporar a la persona joven como participante, observadora o voluntaria en acciones de incidencia política para la inclusión social juvenil a fin de incrementar sus activos de desarrollo moral, personal, cognitivo y social.** Estas acciones incluyen foros, conversatorios, diálogos políticos y otros. La sensación de vulnerabilidad disminuye cuando la persona se siente incluida en los procesos reflexivos o de toma de decisión en aspectos que considera relevante para su vida, específicamente para la juventud. Así mismo, la posibilidad de aportar desde sus propias experiencias de adversidad desde un sentido positivo o propositivo (sin necesidad de revelar su historia personal) potencializa la resiliencia.
- c. **Promover la incorporación de la persona joven en acciones de recreación, arte**

**social o deporte, para impulsar sus activos de desarrollo social y personal.**

La práctica de un deporte o arte social no sólo beneficia la salud, sino que promueve el desarrollo de talentos y, por tanto, la sensación de satisfacción, autoconfianza, autoeficacia y autoestima personal. Además, proporciona un entorno seguro y positivo para el desarrollo de habilidades sociales. Finalmente, facilita el autocontrol emocional y manejo positivo del estrés.

- d. **Incorporar a la persona joven a servicios de atención psicológica para el fortalecimiento de sus activos de desarrollo cognitivo, emocional y personal.** Los procesos de atención psicológica permitirán superar las secuelas de la victimización, discriminación o estigma que haya vivido la persona joven, permitiendo el florecimiento de sus capacidades personales y resiliencia. Este proceso de forma ideal puede complementarse con la incorporación de la persona, a grupos de crecimiento personal o autoayuda, y otros de fortalecimiento familiar.

En este punto es crítico comprender que las personas jóvenes que se encuentran en condiciones de vulnerabilidad o viven en contextos de violencia **requieren un apoyo adicional para el desarrollo óptimo de habilidades para la vida y habilidades para el trabajo.**

Incluso si no es posible seleccionar a la persona para una vacante de un empleo o de un curso de formación técnica o profesional, si es posible referirla a servicios integrales de atención psicosocial que le ayuden en el proceso de fortalecimiento de habilidades personales y faciliten su posterior incorporación a un empleo formal.



En la diversidad de la juventud, las personas migrantes retornadas, las personas víctimas de violencia social o delitos, víctimas de violencia de género, con discapacidad y las personas que no están trabajando o estudiando, y buscan incorporarse a un empleo formal, son poblaciones que merecen especial atención en cualquier programa de atención psicosocial.

#### ► 4.4.5. QUINTO PASO: ATENCIÓN O REMISIÓN

Si los servicios de atención están disponibles en tu organización, das inicio a la implementación de la ruta y elaboras un plan de seguimiento. Pero si no cuentas con atención directa, debes remitir a la institución correspondiente.

Para ello, toma en consideración lo siguiente:

1. Asegúrate tener toda la información pertinente para tomar una decisión relacionada al caso.
2. Ten a la mano un directorio de servicios y procura actualizarlo constantemente.
3. Llama a la institución y verifica previamente la pertinencia del servicio y la disponibilidad de ayuda.
4. Compara opciones de servicios y toma una decisión junto a la persona joven, ayúdala a valorar los pros y los contras de la situación. En caso que la atención se brinde a una persona menor de edad, consulta si hay algún referente familiar u otra persona de confianza a quien se le pueda comentar la situación, para que le acompañe en el proceso.
5. Acompaña a la persona joven. Realiza un recordatorio previo a la persona que le atenderá y

recuerda sensibilizarla sobre las condiciones de vulnerabilidad en las que se encuentra la persona usuaria.

6. En los procesos de remisión es importante que cuentes con un expediente ordenado con información pertinente sobre cada joven, para que puedas hacer una carta de remisión y/o recuperar información relevante de forma cronológica en caso de ser requerida.
7. Da seguimiento y establece comunicación regular con cada joven. Una llamada o un correo son formas sencillas de establecer comunicación, enviando un mensaje de interés genuino y preocupación por su situación.

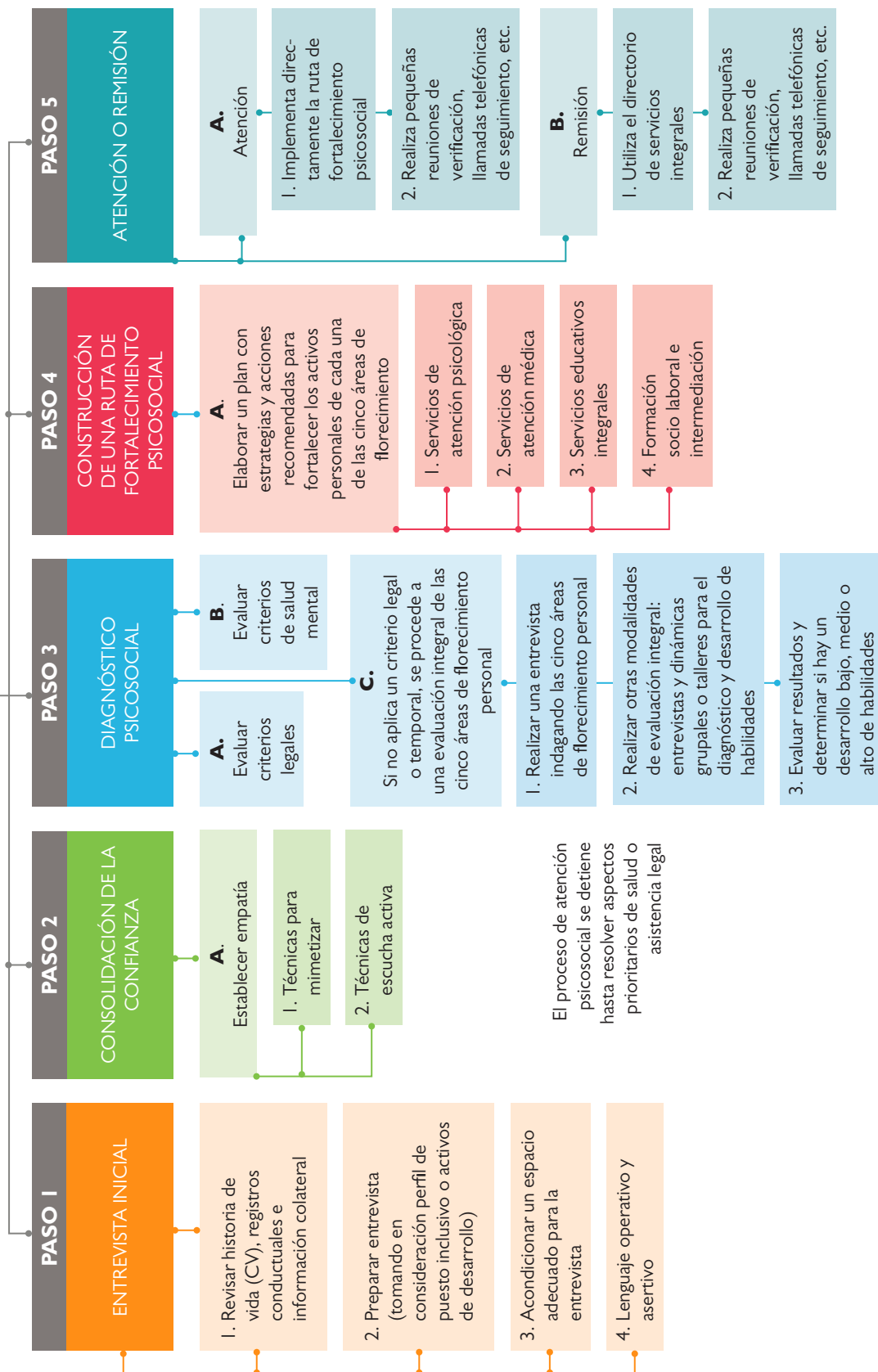


**RECUERDA**

Estos cinco pasos son sólo una propuesta. El trabajo de atención psicosocial requiere de visión estratégica y creatividad para alcanzar mejores resultados de los que se proponen inicialmente.



## 5 PASOS PARA LA ATENCIÓN PSICOSOCIAL



## En la aplicación de los cinco pasos, tomar en consideración

- **Acción sin daño:** todas las medidas tomadas deben tomar en consideración un profundo análisis de todas las consecuencias y riesgos de la acción.
- **Participación:** las personas deben ser consultadas e involucradas en el proceso de toma de decisiones, incluidas las personas adolescentes, siempre en consideración del ejercicio progresivo de sus facultades.
- **Tomar en cuenta la fragilidad institucional:** la referencia a sistemas estatales disfuncionales no es una respuesta adecuada. En este caso, especialmente en contextos frágiles, se debe prestar atención especial a los elementos informales del sistema de protección.
- **Integralidad:** las instituciones que promueven la denuncia de casos no solo deben promover asesorías que muestren a las personas las rutas de denuncia, sino que idealmente deben acompañar todo el proceso de atención a través de medidas de asistencia integral, que incluyan la asistencia legal, orientación familiar, atención psicosocial, atención médica, etc. La situación de vulnerabilidad incrementa posterior a la denuncia, y en muchas ocasiones hasta la propia familia es un entorno de riesgo.
- **Redes de apoyo:** ninguna organización tiene la habilidad de asumir completamente la atención integral de una persona; por lo tanto, resulta clave el establecimiento de alianzas institucionales para la remisión y atención conjunta.
- **Siempre denuncia las vulneraciones a derechos:** especialmente cuando se trate de adolescentes vulnerados. “NO hacer nada, NUNCA es una opción”.





## ▶ 4.5 PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

En el trabajo con la juventud es vital que conozcas un proceso básico para responder a crisis eventuales que las personas jóvenes puedan experimentar a lo largo del proceso. Para ello, te ofrecemos ocho sencillos pasos para dar auxilios emocionales básicos.

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) pueden ser desarrollados por cualquier persona que tenga

conocimientos básicos en el tema, ya que se trata de un acompañamiento básico; pero si logras identificar que las situaciones que originan la crisis son más complejas, lo más recomendable es que remitas a un profesional de la salud mental o un referente institucional clave, para que dé un seguimiento especializado del caso. En este punto, dos criterios son claves para referir:

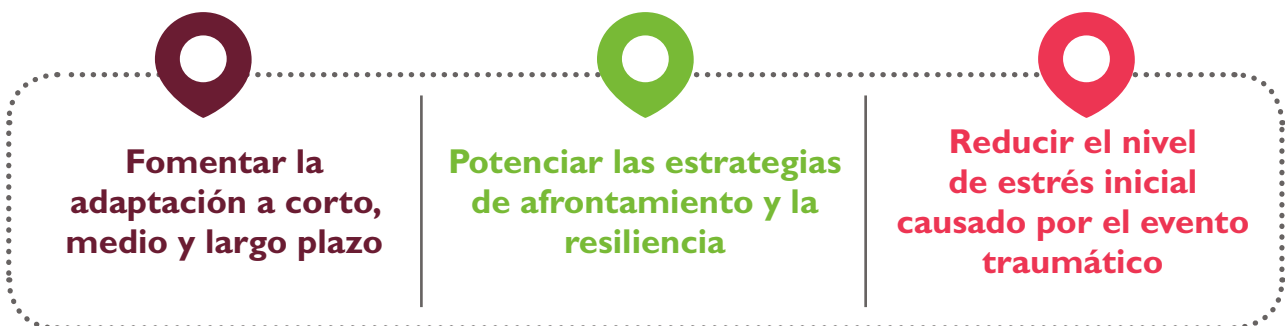
### CRITERIO TEMPORAL

La situación que desencadenó la crisis ocurrió hace más de seis semanas. Cuando vivimos una situación de crisis, es normal sentirse afectado emocionalmente. Este período de “adaptación” puede durar unas seis semanas; pero posterior a este tiempo, la persona afectada requiere ayuda especializada para superar la crisis que vive.

### CRITERIO LEGAL

Hay indicios de un delito grave, vulneración o inminente amenaza. Si logras identificar que la persona joven ha sufrido o sufre de alguna situación que vulnera gravemente sus derechos, ofrece protección, alivio, contención y, posteriormente, busca asesoría o asistencia legal.

La aplicación de los PAP está diseñada para lograr tres objetivos muy importantes:



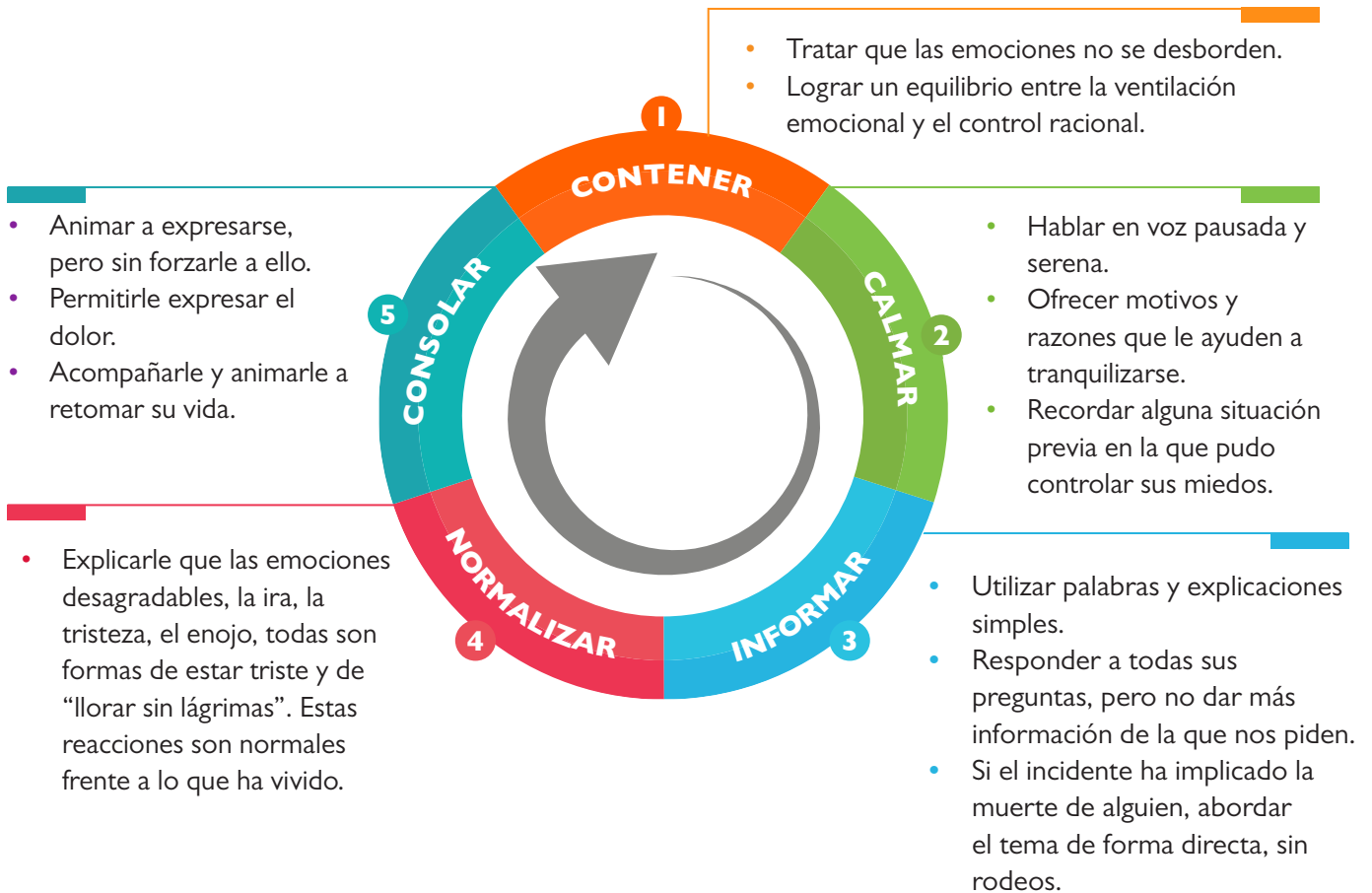
Fuente: Adaptación propia de los contenidos de Adaptación propia de los contenidos de Álvarez, Cruz y Porcar (2015).



Las reacciones más frecuentes ante una crisis son:

SÍNTOMAS COGNITIVOS	SÍNTOMAS FÍSICOS	SÍNTOMAS EMOCIONALES	SINTOMAS CONDUCTUALES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dificultad para tomar decisiones.</li> <li>• Confusión y desorientación.</li> <li>• Falta de concentración.</li> <li>• Dificultad para pensar con claridad.</li> <li>• Incapacidad para recordar órdenes.</li> <li>• Incapacidad para recordar momentos del incidente.</li> <li>• Dificultad para realizar tareas encadenadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudor excesivo.</li> <li>• Temblores musculares.</li> <li>• Dolor de cabeza.</li> <li>• Mareos.</li> <li>• Falta de coordinación.</li> <li>• Náuseas.</li> <li>• Estómago revuelto.</li> <li>• Dolor de pecho.</li> <li>• Hiperventilación.</li> <li>• Taquicardia.</li> <li>• Presión arterial alta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Insensibilidad.</li> <li>• Agobio.</li> <li>• Shock.</li> <li>• Ansiedad.</li> <li>• Miedo.</li> <li>• Disociación.</li> <li>• Desrealización.</li> <li>• Cólera y resentimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aislamiento o evitación del contacto con otros.</li> <li>• Incapacidad para realizar tareas que antes dominaba.</li> <li>• Explosiones emocionales.</li> <li>• Humor excesivo.</li> <li>• Verborrea.</li> <li>• Hiperactividad.</li> <li>• Silencios prolongados.</li> </ul>

## Frente a estas reacciones, las estrategias básicas de los PAP son:



### CONDICIONES ÓPTIMAS PARA APLICAR PAP

- Un lugar seguro.
- Con buena temperatura.
- Alejado de la vista y los sonidos del incidente, pero no demasiado.
- Un lugar grande, con subdivisiones.
- Bien comunicado.
- Con disponibilidad de comida y bebida.
- Protegido de otras personas o medios de comunicación.
- Con posibilidad de garantizar la privacidad de las familias, ofreciendo espacios pequeños (cubículos) para cada familia (si es el caso).



### CONDICIONES MÍNIMAS DE APLICACIÓN

- Un lugar seguro.
- Con posibilidad de tapar la vista del escenario.
- Con opciones de impedir la entrada y la visión de otras personas o los medios de comunicación, aunque sea mediante personal de seguridad.
- Con biombos que garanticen la privacidad.



## ▶ 4.6 PASOS PARA APLICAR PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS





**PASO**



**CUIDANDO A QUIENES CUIDAN**  
**CLAVES PARA EL AUTOCUIDADO**  
**PERSONAL Y COLECTIVO**



## ► 5.1 LA IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO PERSONAL Y COLECTIVO



El autocuidado es TODO aquello que hacemos para mejorar nuestro BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL y poder regular en el tiempo la presión a la que estamos expuestos en la cotidianidad laboral y personal.

La gestión de personas requiere habilidades emocionales tanto en nuestras interacciones cara a cara como en la implementación de políticas que inciden directamente en el proyecto de vida de cada integrante o aspirante a pertenecer a la institución, razón por la cual nuestro autocuidado cobra vital importancia.

El autocuidado hay que procurarlo en tres ámbitos: creencias, acciones y relaciones. A continuación te proporcionamos algunas claves para desarrollar cada uno de ellos.

### 5.1.1. Pasos para mejorar nuestras creencias

- Cuestiona las creencias que generan limitaciones como culpa, vergüenza, desesperanza.
- Genera creencias que posibiliten crecimiento.
- Ve en cada problema una oportunidad.
- Trabaja en redes y cree en su poder.
- Cree que si se divide en pasos una meta, se puede llegar a ella sin agobio.



## 5.1.2. Pasos para mejorar nuestras acciones

- Inicia con una acción nueva y concreta por semana: realiza pequeñas pausas durante la jornada (10 minutos) para estiramientos físicos y dedica espacios para despejar la mente.
- Incrementa o inicia, aunque sea por períodos cortos de descanso, pausas activas, ejercicio, alimentación balanceada, hobbies y desarrollo espiritual acorde con tus preferencias personales.



## 5.1.3. Pasos para mejorar nuestras relaciones

- En primer lugar, es clave entender que cada persona representa un proyecto en desarrollo, que se nutre con cada palabra y actitud que recibimos, y que esta nutrición es recíproca.
- Debemos aprender a escuchar las críticas como una oportunidad de mejora.
- Siempre es mejor preguntar en lugar de asumir.
- Hay que comprender en lugar de juzgar.
- Es importante reconocer el valor, la actitud positiva, la acción y la capacidad de las personas que nos rodean en nuestro trabajo, familia y comunidad.

## 5.1.4. Pasos para aprender ejercicios de meditación, respiración consciente y relajación

En la respiración se oculta una increíble fuerza vital y necesaria para revitalizar el cuerpo y alcanzar el bienestar integral. La respiración adecuada constituye por sí sola un fuerte reductor de estrés. ¡Y esto es clave!, pues el estrés en exceso impacta en el sistema inmunológico debilitándolo y dejando al cuerpo vulnerable ante cualquier enfermedad. Como la mayor parte del tiempo no somos conscientes de nuestra respiración y dejamos que nuestro organismo se controle solo, la oxigenación es insuficiente. Debes saber que es posible ordenar a nuestro cuerpo el modo en que debe respirar, para garantizar una oxigenación completa. El cuerpo necesita oxígeno para llevar a cabo sus

funciones naturales: pensar, resolver problemas, aprender, tomar decisiones, etc. Cuando estamos estresados respiramos con rapidez: tomamos aire en menor cantidad, más deprisa y con menor profundidad. Seguimos tomando el oxígeno que necesitamos, pero de este modo el organismo consume más energía de lo que haría normalmente. En una situación de estrés, es mucho mejor consumir la energía en pensar en el modo de resolver el problema que desperdiciarla en una respiración ineficaz. Por eso te proponemos unas sencillas técnicas de relajación basadas en la meditación y la respiración consciente.



### PROCEDIMIENTO 1. MEDITACIÓN CONSCIENTE

- Colócate sentado en el suelo, con las piernas cruzadas.
- Las manos entrelazadas sobre tus pies.
- Inicia una respiración profunda.
- Puedes cerrar tus ojos o dejarlos abiertos. Haz lo que a ti te facilite reducir el ruido interior.
- Respira profundo y repite.

### PROCEDIMIENTO 2. CHEQUEO DE LA RESPIRACIÓN

- Siempre sentado con las piernas cruzadas, dirige la atención a tu respiración.
- Colócate una mano sobre el pecho y otra sobre la parte baja del abdomen y observa.
- El “chequeo” de la respiración permite identificar si la respiración es profunda: cuando se mueven el pecho, diafragma y la parte baja del estómago (pulmones), podemos afirmar que hay una respiración profunda.





Coloca las manos sobre las rodillas, las plantas de los pies totalmente sobre el suelo; la espalda totalmente recta y empieza a respirar profundo por varias repeticiones. Puedes mantener los ojos cerrados o abiertos. Elige un objeto de tu entorno para fijar tu atención.



**No es necesario estar en el suelo, para realizar respiraciones profundas o meditar. Este ejercicio puede ser realizado en el trabajo, la casa, etc.**

### PROCEDIMIENTO 3. RESPIRACIÓN CONSCIENTE

- Sentado con las piernas cruzadas, dirige la atención hacia un punto fijo frente a ti y concéntrate en tu respiración.
- Respira profundo por la nariz y exhala por la boca, muy suavemente.
- Realiza este ejercicio con varias repeticiones, buscando realizar una respiración completa y profunda.
- Si pensamientos intrusos vienen a tu mente, vuelve a comenzar el conteo.
- **¡Respira!**

### PROCEDIMIENTO 4. CICLO DE RESPIRACIONES

- Tiéndete de espalda sobre el suelo.
- Dirige la atención a tu respiración.
- Respira profundo por la nariz y exhala por la boca, muy suavemente.
- Haz este ejercicio durante varias repeticiones, buscando realizar una respiración completa.
- Este ejercicio es muy recomendable para comenzar a relajarte.



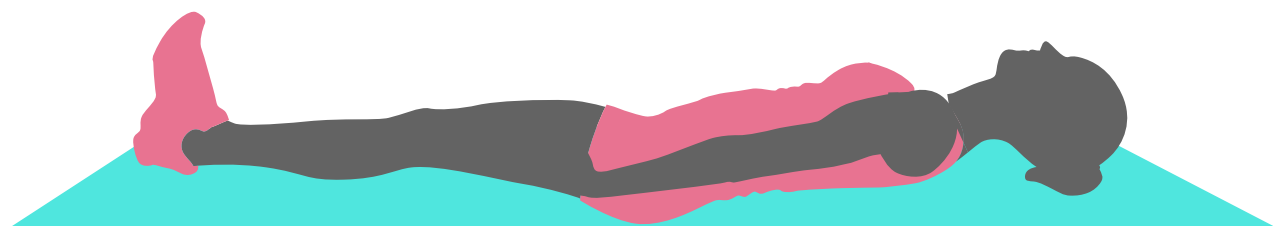
## PROCEDIMIENTO 5. RESPIRACIÓN PROFUNDA

- Tiéndete de espalda sobre el suelo.
- Dirige la atención a tu respiración. Explora tu cuerpo en busca de zonas de tensión.
- Toma aire, lenta y profundamente, por la nariz y hazlo llegar hasta el abdomen. El tórax se moverá solo un poco al mismo tiempo que el abdomen.
- Cuando te hayas relajado, sonríe un poco, inhala aire por la nariz y sácalo con la boca, haciendo un ruido suave y relajante, como el que hace el viento cuando sopla ligeramente. Con ello, tu boca y tu lengua se relajarán. Puedes mejorar tu postura usando toallas o cojines en el área de las rodillas o en alguna parte de la espalda. Haz respiraciones, largas lentas y profundas que eleven y desciendan el abdomen. Fíjate en el sonido y en la sensación que te produce la

respiración a medida que te relaja un poco más. Continúa por varias repeticiones. Respira durante algunos minutos.

## PROCEDIMIENTO 6. RELAJACIÓN CON IMAGINACIÓN

- Colócate de espalda sobre el suelo, luego inspira y mantén una respiración profunda.
- Coloca las manos suavemente, sobre el plexo solar, por encima del abdomen, donde las costillas empiezan a separarse.
- Imagina que con cada bocanada de aire que inspiras, entra en sus pulmones una gran cantidad de energía, que almacenas inmediatamente en tu plexo solar. Imagina que cuando expiras, la energía fluye a raudales, hacia todas las partes de tu cuerpo. Imagina que la energía aleja cualquier molesta o dolor.



### IMPORTANTE

Estas técnicas de relajación, meditación y respiración, las puedes realizar en la privacidad de tu hogar; pero también se pueden programar jornadas de autocuidado colectivo con tus compañeros y compañeras de trabajo y/o con las personas jóvenes con los que trabajas. Será útil combinarlas con otras técnicas de autocuidado y bienestar, como masajes, juegos de cohesión grupal, entre otros.

## ► 5.2 EL SECRETO DEL AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON LA ATENCIÓN PSICOSOCIAL

Debes saber que renombrados neurocientíficos en todo el mundo han descubierto que una persona sometida a un proceso de estrés crónico (especialmente relacionado al hecho de vivir o ser espectador de hechos violentos) tiene afectadas sus funciones de pensamiento, toma de decisiones, análisis, síntesis, planificación, memoria y lenguaje. Esto ocurre porque el cerebro está enfocado y en alerta máxima frente al miedo o las amenazas; además, el estrés debilita el sistema de defensas y se producen constantes enfermedades. Finalmente, estas personas suelen tener “apagadas” sus funciones de empatía básica. Por todo esto, una persona estresada necesita mucha comprensión y urge activar su empatía para empezar a sanar. Los programas de atención psicosocial incluyen necesariamente líneas de autocuidado personal. En todo el mundo estos programas se orientan a promover cinco acciones básicas:

**1. DORMIR.** La meta es un descanso reparador a nivel físico y mental.

**2. MEDITACIÓN/RESPIRACIÓN.** La meta es generar a voluntad estados de calma y bienestar, especialmente aprender a “recuperar el control” frente a situaciones de estrés o emociones tóxicas.

**3. EJERCICIOS FÍSICOS.** La meta es eliminar el cortisol (hormona del estrés) y producir bienestar físico fortaleciendo nuestros sistemas de defensa internos.

**4. NUTRICIÓN.** La meta es nutrir y sanar integralmente el cuerpo. Recuerda que somos lo que comemos.

**5. RELACIONES SALUDABLES.** ¿Recuerdas la esencia de la atención psicosocial? La herida que se produce en lo social sólo puede ser sanada en lo social. Ser asertivo y enseñar a otros a serlo es clave esencial de una salud integral y bienestar social.



### IMPORTANTE

El trabajo que realizas a favor de la juventud es muy noble, pero nunca olvides tu propio bienestar.

El primer responsable de tu cuidado personal eres tú mismo.



# ANEXO

## Guía para la elaboración del Diagnóstico Psicosocial

Para cada área se realizan 10 preguntas. Cada pregunta cuenta como 1 punto al ser respondida afirmativamente y 0 puntos al ser respondida negativamente. Posteriormente, se suma el total de puntos por cada una de las áreas y se escribe en el final de cada columna. Los puntajes van de mínimo 0 a 10 en cada área.

	ÁREA MORAL	PUNTAJE	ÁREA SOCIAL	PUNTAJE	ÁREA COGNITIVA	PUNTAJE	ÁREA EMOCIONAL	PUNTAJE	ÁREA PERSONAL	PUNTAJE
1	¿Participa en actividades de voluntariado social comunitario u otra acción positiva?		¿Muestra habilidades básicas de interacción social tales como saludar, sonreír, presentarse?		¿Es consciente de sus propias estrategias mentales y recursos cognitivos (metacognición)?		¿Muestra habilidad para reconocer sus propias emociones (autoconocimiento)?		¿Hay una actitud positiva y de satisfacción personal?	
2	¿Los referentes o modelos a seguir son personas adultas de su entorno social, caracterizadas por su liderazgo y responsabilidad?		¿Es una persona cortés y amable, se ofrece a realizar favores y apoyar a otras personas?		¿Posee habilidades para analizar la información que recibe, de forma crítica y objetiva?		¿Muestra empatía, comprensión y consideración hacia otras personas?		¿Hay una conciencia realista de los logros personales y una sensación saludable de orgullo personal?	
3	¿Expresa interés y compromiso en el cumplimiento de sus metas personales, académicas o profesionales?		¿Muestra habilidades para hacer amigos y amigas y se ajusta con facilidad a situación de cooperación y colaboración mutua?		¿Desarrolla con facilidad estrategias mentales de solución efectiva de problemas cotidianos?		¿Piensa antes de actuar, aunque esté bajo una emoción intensa (autocontrol)?		¿Hay una conciencia clara de sus cualidades personales positivas?	
4	¿Expresa un sistema de valores personales tendiente a la prosocialidad, la responsabilidad y la ética personal?		¿Posee habilidades para iniciar, mantener y finalizar una conversación de forma asertiva?		¿Es una persona ordenada, organizada y lógica en la exposición de sus ideas?		¿Muestra entusiasmo en sus proyectos y trabaja de forma disciplinada pese a las dificultades (automotivación)?		¿Hay una actitud saludable de autocritica y una conciencia realista de las cualidades que falta por desarrollar?	
5	¿Tiene definido un sistema filosófico para dar sentido a la vida?		¿Tiene iniciativa para ofrecer su ayuda y unirse a la conversación de otras personas?		¿Tiene ideas innovadoras, creativas y divergentes?		¿Identifica sus emociones negativas y desarrolla acciones voluntarias y positivas para gestionarlas?		¿Hay un sentimiento positivo y realista de la propia capacidad personal (autoeficacia)?	
6	¿Muestra una actitud de reflexión crítica hacia el contexto social que le rodea?		¿Sabe solicitar favores con asertividad y sabe aceptar ayuda?		¿Muestra riqueza interior, entusiasmo e imaginación?		¿Tiene tolerancia frente a la frustración y adversidad?		¿Hay una actitud de autodeterminación personal?	
7	¿Muestra una actitud crítica y abierta hacia formas de pensar distintas a las suyas?		¿Tiene capacidad de decir "no" y establecer límites asertivos?		¿Tiene habilidades para establecer comparaciones y analogías rápidas?		¿Tiene la habilidad de procesar el estrés emocional (autocuidado personal)?		¿Hay un procesamiento positivo de las situaciones adversas que se han enfrentado en la vida?	
8	¿Da importancia a temas de participación democrática y fortalecimiento de la institucionalidad?		¿Puede expresar sentimientos positivos y negativos con facilidad, sin herir a las personas?		¿Hay destreza para realizar una síntesis crítica de pensamientos o procesos?		¿Tiene la habilidad de "conectarse" con las demás personas?		¿Existe conciencia de que los errores son una parte natural del proceso de aprendizaje?	
9	¿Es consciente y cuestiona de forma positiva y constructiva temas relacionados a la desigualdad de género?		¿Posee habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales, identificando problemas y facilitando soluciones?		¿Tiene capacidad de realizar preguntas críticas y ofrece explicaciones causales y lógicas?		¿Muestra optimismo y esperanza hacia el futuro?		¿Le resulta fácil tomar la iniciativa?	
10	¿Muestra una actitud de respeto y tolerancia hacia la diversidad?		¿Posee destrezas para conocer a las demás personas y anticipar consecuencias?		¿Tiene curiosidad intelectual y deseo por aprender y desafiar sus propias habilidades mentales?		¿Tiene buen sentido del humor?		¿Hay claridad de sus objetivos vitales (o proyecto de vida)?	
	<b>TOTAL</b> <b>ÁREA MORAL</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA SOCIAL</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA COGNITIVA</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA EMOCIONAL</b>		<b>TOTAL</b> <b>ÁREA PERSONAL</b>	

Una vez que has realizado el diagnóstico de los criterios descritos en el cuadro anterior, ya sea mediante observaciones, entrevistas u otras técnicas, coloca los resultados obtenidos en cada área en el cuadro siguiente. Este te proporciona un parámetro para evaluar si los puntajes obtenidos corresponden a un nivel de desarrollo bajo, medio o alto de las habilidades fundamentales del desarrollo.

Abajo, verás un ejemplo de cómo debe quedarte el **perfil**.

	DESARROLLO BAJO (0-4)	DESARROLLO MEDIO (5-6)	DESARROLLO ALTO (7-10)
ÁREA MORAL			
ÁREA SOCIAL			
ÁREA COGNITIVA			
ÁREA EMOCIONAL			
ÁREA PERSONAL			

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Institución: \_\_\_\_\_

	DESARROLLO BAJO (0-4)	DESARROLLO MEDIO (5-6)	DESARROLLO ALTO (7-10)
ÁREA MORAL	4		
ÁREA SOCIAL		6	
ÁREA COGNITIVA	4		
ÁREA EMOCIONAL			8
ÁREA PERSONAL		6	



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, A., Cruz, E., & Porcar, I., (2015) Definición y condiciones de aplicación [Contenidos de curso] Primeros Auxilios Psicológicos (PAP). Universidad Autónoma de Barcelona y el Centro de Crisis de Barcelona, España.
- Baralt Briceño, F.J. (2015). Reconocimiento y protección de la diversidad en la unidad del género humano. *Revista IIDH*. (2015)62, 11-30.
- Blanco, A. & Valera, S. (2007). Los fundamentos de la intervención psicosocial. En Blanco, A. & Rodríguez Marin, J. (Eds), *Intervención Psicosocial* (p.3-44). Madrid, España: Pearson Educación.
- Bolaños Cámbara, F. & Rivera M. (2016). Los jóvenes nini en El Salvador. Fundación Dr. Guillermo Manuel Ungo [FUNDAUNGO], El Salvador.
- Casella, S. M. (2015). Therapeutic rapport: The forgotten intervention. *Journal of emergency nursing*, (41)3, 252-254.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL] (2015). *Juventud: Realidades y retos para un desarrollo con igualdad*. Naciones Unidas: Chile.
- Comisión para la Igualdad de Oportunidades de Empleo [EEOC] (2007). *Tipos de discriminación*. Recuperado en: <https://www.eeoc.gov/spanish/types/>
- Cormier, W. H. & Cormier, L. S. (2000). *Estrategias de entrevista para terapeutas*. 3ª ed. España: Desclée De Brouwer Biblioteca de Psicología.
- Dirección General de Estadística y Censos [DIGESTIC] (2017). Encuesta de hogares y propósitos múltiples 2016. Ministerio de Economía: El Salvador.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2014). Ocultos a plena luz. Un análisis estadístico de la violencia contra los niños. Recuperado de [http://www.unicef.org/ecuador/ocultos\\_a\\_plena\\_luz.pdf](http://www.unicef.org/ecuador/ocultos_a_plena_luz.pdf)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2014). Informe de situación de la niñez y adolescencia en El Salvador: Transformar inequidades en oportunidades para todas las niñas, niños y adolescentes. El Salvador.
- Fondo de Población de Naciones Unidas. Ministerio de Cultura y Juventud. Viceministerio de Juventud y el Consejo de la Persona Joven. Consejo Nacional de la Política Pública de la Persona Joven. (2009). *Enfoque de juventudes, hacia una visibilización positiva de las personas jóvenes*. Costa Rica.
- García, G. & Segura, E. (03 de enero de 2018). El Salvador es el país con más homicidios en Centroamérica. *La Prensa Gráfica*. Recuperado de <https://www.laprensagrafica.com/elsalvador/El-Salvador-es-el-pais-con-mas-homicidios-de-Centroamerica-20180102-0444.html>
- Habermas, J. (1999). La inclusión del otro: Estudios de teoría política. [Die Einbeziehung des Anderen]. Paidós Básica: España.
- Hopenhayn, M. (2001). Viejas y nuevas formas de la ciudadanía. *Revista de la CEPAL*. 2001(73), 117-128.
- Instituto Centroamericano de Estudios Fiscales [ICEFI] (2016). Quinto informe estado de la región en desarrollo humano sostenible. Programa Estado de la Nación: Costa Rica.
- Instituto Interamericano de Derechos Humanos [IIDH]. (2008). Herramientas básicas para integrar la perspectiva de género en instituciones que defienden derechos humanos. IIDH: Costa Rica.
- Instituto Search (s/f). Developmental Assets Framework. Recuperado de <https://www.search-institute.org/our-research/development-assets/developmental-assets-framework/>

- La Prensa Gráfica Datos [LPG Datos] (06 de enero de 2017). Centroamérica con más de 17 mil homicidios en el 2016. Recuperado de <https://www.laprensagrafica.com/lpgdatos/Centroamerica-con-mas-de-17-mil-homicidios-en-el-2016-20170106-0082.html>
- Giménez Giubbani, A., (2011). Emmanuel Lévinas: Humanismo del rostro. *Escritos*. 19(43), 337-349.
- Lucas, J., Zapata-Barrero, R., Martínez, M., Pichardo, J. I., Arnau, M. S. & Feito, R. (2015). Reflexiones sobre la diversidad(es). Centro de Educación para la Paz (CIP-Ecosocial): Madrid.
- Martín-Baró, I. (1985). Acción e ideología (2ª ed.). San Salvador: UCA Editores.
- Martín-Baró, I. (1986). Hacia una psicología de la liberación. *Boletín de psicología*. 22(1), 219.
- Martín-Baró, I. (1990). Psicología social de la guerra. El Salvador: UCA Editores.
- Martín Beristain, C., Giorgia, D., Páez, D., Pérez, P. & Fernández, I. (1999). Reconstruir el tejido social. Un enfoque crítico de la ayuda humanitaria. Icaria editorial/Antrazyt: Barcelona.
- Medical University of South Carolina (s./f.). Desarrollo de un Enfoque de Sistemas Informado por Trauma en El Salvador: Prueba Piloto Abierta de la Terapia Cognitivo Conductual Enfocada en Trauma (en sus siglas en ingles TF-CBT). Documento en revisión.
- Observatorio de Derechos Humanos Rufina Amaya del Servicio Social Pasionista (2017). Inseguridad y violencia en El Salvador: El impacto en los derechos humanos de adolescentes y jóvenes del municipio de Mejicanos. El Salvador.
- Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas [ACNUDH] (2006). Preguntas frecuentes sobre el enfoque de derechos humanos en la cooperación para el desarrollo. Ginebra, Suiza.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] (1999). Declaración y programa de acción sobre una cultura de paz. Resolución A/53/243. Recuperado de [http://www.fund-culturadepaz.org/spa/DOCUMENTOS/DECLARACIONES,%20RESOLUCIONES/Declaracion\\_CulturadPaz.pdf](http://www.fund-culturadepaz.org/spa/DOCUMENTOS/DECLARACIONES,%20RESOLUCIONES/Declaracion_CulturadPaz.pdf)
- Organización Internacional para las Migraciones [OIM] (2018). Guía para la atención psicosocial a personas migrantes en Mesoamérica. Recuperado de [https://publications.iom.int/system/files/pdf/guia\\_atencion\\_psicosocial.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/guia_atencion_psicosocial.pdf)
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD]. (2014). Resumen. Informe sobre Desarrollo Humano 2014. Sostener el Progreso Humano: reducir vulnerabilidades y construir resiliencia. Recuperado de <http://hdr.undp.org/sites/default/files/hdr14-summary-es.pdf>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD]. (2015). Trabajo al servicio del desarrollo humano. Nueva York, Estados Unidos.
- Proyecto de USAID Puentes para el Empleo. (2016). Evaluación participativa de jóvenes en 15 municipios en donde interviene el Proyecto de USAID Puentes para el Empleo. El Salvador.
- Salinas, G. & Zambrano, G. (2013). Formulación de políticas públicas y proyectos de desarrollo: Guía para aplicar el enfoque basado en derechos humanos. Sub Grupo de Derechos Humanos de la Cooperación Internacional, Perú.
- Sardiñas, L. M., Padilla, V., Aponte, M., Boscio, A. M., Pedrogo, C. P., Santiago, B., Morales, Á.P., Dávila, P.T. & Cesáreo, M. S. (2017). Identificación de Intervenciones para el Desarrollo Positivo de la Juventud [Identification of Positive Youth Development Interventions]. *Revista Puertorriquena de psicología*, 28(1), 14–32.
- Satir, V. (2002). Relaciones humanas en el núcleo familiar. [The New Peoplemaking]. Pax: México.
- The Economist. (26 de julio de 2017). San Salvador la ciudad más violenta del mundo por dos años consecutivos. Recuperado de <http://diario1.com/nacionales/2017/07/economist-san-salvador-la-ciudad-mas-violenta-del-mundo-por-dos-anos-consecutivos/>





**USAID**  
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS  
UNIDOS DE AMÉRICA

  
**injuve**  
INSTITUTO  
NACIONAL  
DE LA JUVENTUD

  
GOBIERNO DE  
EL SALVADOR