

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y LABOR VOLUNTARIA:  
UN ESTUDIO EXPLORATORIO EN UN EQUIPO PSICOSOCIAL QUE  
TRABAJA EN GESTIÓN DEL RIESGO DE DESASTRES.

VALENTINA BERNAL PEREZ

Valen2804@hotmail.com

ASESORA: LINA ANDREA ZAMBRANO HERNÁNDEZ

Universidad de Manizales  
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.  
Programa de Psicología.  
Manizales, mayo 2014

## RESUMEN

El grupo de estudiantes vinculados a la línea de investigación promoción, prevención y redes en salud, (perteneciente al grupo psicología clínica y procesos de salud ) y el equipo de la Brigada Psicosocial, ambos de la Universidad de Manizales, han venido trabajando en el escenario de Psicología en emergencias y desastres desde la Gestión de Riesgo (GR) en cada una de sus etapas, y una de sus categorías de análisis en las investigaciones internas son las Estrategias de Afrontamiento (EA), entendidas como habilidades sociales o competencias psicosociales.

Lo que hizo pertinente explorar las estrategias de afrontamiento del equipo psicosocial, conociéndolas por medio del Instrumento de EA Coping-modificado con sus respectivos baremos. Los resultados mostraron que la variable tiempo está muy relacionada con el desempeño y las experiencias que han tenido los voluntarios en las etapas de la GR, lo que probablemente pueda tomarse como recomendación para la formación de los mismos.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, voluntariado, emociones, gestión de riesgo

## ABSTRACT

The student group linked to the research promotion, prevention and health networks, (belonging to the group) and the team of Psychosocial Brigade, both from the University of Manizales, have been working on the stage of Psychology in emergencies and disasters from Risk Management (GR) in each of its stages, and one of its categories of analysis in internal investigations are Coping Strategies (EA) as understood as social skills or psychosocial skills.

What made pertinent to explore the coping strategies of the psychosocial team, knowing them through Coping Instrument EA-modified. The results showed that the time variable is closely related to the performance and the experiences they have had in the steps of the GR. What can probably be taken as a recommendation for the training of volunteers.

Keywords: Coping, volunteering, emotions, risk management, risk management steps

## INTRODUCCIÓN

La psicología como ciencia, incursiona en un amplio número de escenarios y contextos que demuestran su quehacer científico. Y es deber del psicólogo de acuerdo a sus posturas, tanto epistémicas como ontológicas, la construcción de sus lentes con los cuales observa, analiza y actúa en el mundo. Adicional a estas posturas existen diferentes escenarios de actuación en donde la psicología promueve su desarrollo, siendo uno de ellos, el de las Emergencias y los Desastres, contexto que parece perfilarse como algo cotidiano en escenarios humanos y naturales.

Dentro del escenario de la psicología de emergencias y desastres existe en la Universidad de Manizales, adscrito al programa de psicología el grupo de investigación psicología clínica y procesos de salud con su línea de trabajo promoción, prevención y redes en salud. Es desde allí, donde se realizan procesos investigativos desde la academia, y desde el equipo de la Brigada Psicosocial, conformado por profesionales y estudiantes de psicología que se encargan de acciones relacionadas con la gestión de riesgo (en adelante GR).

Poca es la bibliografía que se encuentra sobre el área de psicología en emergencias y desastres, por tanto, la definición que se usara para este artículo será: “aquella rama de la psicología en general que estudia los distintos cambios y fenómenos presentes en una situación de peligro, sea esta natural o provocada por el hombre en forma causal o intencional. En términos concretos es el estudio del comportamiento humano antes durante y después de situaciones de emergencia” (Uribe, 2005, p.2)

De allí, que uno de los lineamientos para hablar de esta temática es la GR conocida como lo decreta la ley 1523 de 2012 como “un proceso social orientado a la formulación, ejecución, seguimiento y evaluación de políticas, estrategias, planes, programas, regulaciones, instrumentos, medidas y acciones permanentes para el conocimiento y la reducción del riesgo y para el manejo de desastres, con el propósito explícito de contribuir a la seguridad, el bienestar, la calidad de vida de las personas y al desarrollo sostenible”

El equipo psicosocial, o la brigada psicosocial realiza acciones, aportando su grano de arena para cumplir la ley y para el conocimiento, reducción y mitigación del riesgo en comunidades locales de la ciudad. También promueve acciones encaminadas a la prevención, y a la atención en emergencias.

Dichas líneas de actuación deben partir de la comprensión de que cada grupo social, tiene o tendrá sus propias prácticas y acciones frente a como da uso a las dinámicas de la naturaleza, y desde allí es donde el psicólogo debe enrutarse su quehacer, conociendo la cotidianidad de las personas, para activarlas en una participación eficaz en los procesos de gestión de riesgo, o de psicología en emergencias y desastres que se realicen y socialicen en dicha comunidad.

Dado lo anterior y en consonancia para que pueda cumplirse la ley, se hace pertinente desde la academia tener en cuenta los grupos o equipos que se encargan de dicha área, en este caso de la brigada psicosocial (en adelante BYS), de la universidad de Manizales. Y, en miras de poner en práctica el quehacer psicológico, frente a la gestión de riesgo se hace posible para la línea de investigación aportando a sus tres categorías teóricas (percepción riesgo, prácticas culturales y estrategias de afrontamiento), leídas como procesos psicológicos y sociales que ayudan a comprender la gestión del riesgo. Haciendo un aporte especial a la categoría estrategias de afrontamiento que usan los integrantes del equipo psicosocial de la universidad de Manizales.

Dicha organización voluntaria brigada psicosocial ha sido escenario de prácticas académicas, trabajos de seminario de grado y de artículos de investigación, los cuales hacen hincapié a diferentes interrogantes que se instauran al interior del equipo.

## ANTECEDENTES

Los antecedentes por motivos didácticos se encuentran en dos sentidos, el primero son los trabajos realizados al interior de la brigada como equipo, seguidos de los antecedentes internacional, nacional, local.

## Antecedentes Internos

Se encontraron dos trabajos el primero titulado “*Narrativas y Metáforas de los Voluntarios de la Brigada Psicosocial- Universidad de Manizales*.” (Franco, 2011), constituye un trabajo de postura epistémica cuyo objetivo era el de identificar los factores que inciden en la decisión de vincularse y mantener como voluntario-(a) a la organización voluntaria BYS, su metodología estuvo acorde con sus objetivos, de corte cualitativo, específicamente investigación-participación usando técnicas como grupos focales, equipo reflexivo y entrevista semiestructurada.

Después de analizar los relatos y las dinámicas conversacionales que surgieron en el trabajo realizado con los voluntarios, la gran categoría que surge es “un movimiento energético”, y en esta, se reflejan las motivaciones para vincularse y permanecer en la organización. Dentro de dichas motivaciones resultaron comunes: (1) el servicio a los demás representado en la ayuda al otro de manera incondicional, crecimiento personal, académico y profesional que se va adquiriendo con la formación de nuevos conocimientos. (2) la construcción de redes de apoyo. (3) para permanecer en el equipo se encontró –apoyo a propuestas académicas y profesionales, también la satisfacción de poder ver y apoyar el crecimiento de la BYS.

En otro sentido tanto metodológico, como epistémico pero de igual importancia para la academia y la BYS se encuentra el trabajo titulado “*Desarrollo Resiliente Una Construcción Psicológica que Permite la Gestión de Riesgo Correctiva del Impacto Emocional en Equipos de Primera Respuesta*” (Zapata, 2011). Su objetivo era integrar la TREC (Terapia Racional Emotiva de Ellis), para potenciar la GR correctiva logrando una respuesta enfocada en particularidades cognitivas, comportamentales y emocionales.

Hace énfasis en el interés que los equipos de primera respuesta, entre ellos la BYS se exponen, constantemente a estímulos adversos y estresantes (atención a víctimas por emergencias socio-natural por ejemplo.) que pueden generar una serie de reacciones físicas que pueden generar una serie de reacciones físicas, cognitivas, emocionales, conductuales, convirtiéndose en mecanismos de alivio de dichas tensiones, pero cuando estos recursos no son suficientes en cada uno de los integrantes

del equipo, interfieren de manera negativa en el desempeño laboral y personal, asunto que da paso a la aparición de riesgo por impacto emocional. Es allí donde aparecen los recursos psicológicos, llamadas estrategias de afrontamiento o estilos de afrontamiento que usa cada uno para interactuar con dichos estímulos.

Dichos trabajos dan cuenta de que la BYS es un escenario propicio para crear propuestas académicas, el presente escrito es una muestra de ello, para además de responder a la pregunta (¿cuales son las estrategias de afrontamiento que usan 9 voluntarios de la BYS?), proponer acciones que potencien recursos al interior de la brigada no solo como equipo de respuesta ante emergencias y desastres, sino también, como promotora de acciones preventivas frente a riesgos de la ciudad de Manizales.

#### Antecedentes Externos

Se encontró como antecedente internacional (Costa Rica) un trabajo titulado “estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la cruz roja” (Chinchilla, 2011 vol. 30). Basada específicamente en el diagnóstico de las estrategias de afrontamiento utilizadas por un grupo de 11 técnicos paramédicos de la cruz roja Costarricense.

Tomaron como categorías principales, situaciones de emergencia, y estrategias de afrontamiento. Investigación de corte cualitativo donde se realizó la triangulación de los datos obtenidos de observaciones realizadas durante y posterior a las emergencias, además de la aplicación del instrumento estrategias de afrontamiento coping-modificado.

Los hallazgos del diagnóstico mostraron afectaciones en áreas conductuales, afectivas, somáticas, interpersonales y cognoscitivas. Las estrategias a pesar de ser funcionales, no resultaron ser las más saludables. La propuesta que otorgo este estudio fue la de elaborar y aplicar un programa de intervención psicológica para la promoción y puesta en práctica de nuevas estrategias de afrontamiento.

El anterior antecedente se asemeja al siguiente en cuanto a la contextualización del instrumento que utilizaron. “Propiedades Psicométricas y Validación de la Escala de

Estrategias de Afrontamiento de Coping Modificada EEC-M en una Muestra Colombiana” (Londoño, 2006). Es el título del antecedente nacional. Eligieron el instrumento de Charot y Sandin (como se cito en Londoño, 2006) realizaron una versión modificada y mejorada del WIC denominado Escala de Estrategias de Coping-Revisado ECC-R, este, compuesto por nueve estrategias.

De dicha modificación se crearon entonces 15 estrategias, pero posterior a la revisión, se quedó con 14 estrategias, (Búsqueda de alternativas, conformismo, control emocional, evitación emocional, evitación comportamental, evitación cognitiva, reacción agresiva, expresión emocional abierta, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social, búsqueda de apoyo profesional, religión, refrenar afrontamiento y espera). 98 preguntas lo conformaron, con 7 preguntas por cada estrategia. El tipo de respuesta fue likert con rangos entre 1 y 6.

Ligado a investigaciones y trabajos realizados frente al tema central: Estrategias de Afrontamiento, se encontró a nivel local la tesis: “*Salud Mental Positiva en el Personal Voluntario de la Cruz Roja Colombiana, Seccional Caldas-Sede Manizales*.” (Zambrano, 2005) Es un Estudio Descriptivo en 107 Voluntarios de la Cruz Roja Seccional Caldas. Se evaluaron aspectos sociodemograficos, culturales, la labor voluntaria, y la salud mental positiva mediante un cuestionario autodilenciado de 70 preguntas realizado bajo los parámetros de personalidad resistente y las estrategias de afrontamiento, para su procesamiento y análisis de información se empleó el paquete estadístico EPINFO 60.4d. Sus resultados muestran un perfil alto en salud mental positiva, nivel alto de personalidad resistente. En cuanto a las estrategias de afrontamiento y su relación con personalidad resistente indican niveles medios bajos en autocontrol, búsqueda de apoyo social y planificación de solución de problemas.

Relacionando los anteriores antecedentes, con el presente escrito, se vislumbra la pertinencia e interés de abordar las estrategias de afrontamiento, ya que una vez dada la respuesta a la pregunta inicial que se planteó, se brindan propuestas encaminadas a mejorar las acciones voluntarias, por medio de un plan que propenda las Estrategias de Afrontamiento como habilidad social de quienes realizan el trabajo relacionado con la gestión de riesgo de desastre como es el caso de la BYS.

## REFERENTE TEÓRICO

### Gestión Riesgo (GR)

Como se nombró antes, la Gestión de Riesgo (en adelante GR) es un nuevo escenario en el cual la psicología está incursionando su quehacer científico, por tanto, apenas está dando cimientos de lo que este término significa desde dicha ciencia, sin dejar de lado el componente técnico de este término.

Una de las premisas fundamentales para entender la GR es el término de vulnerabilidad, concebido como la susceptibilidad de exponerse a amenazas, a situaciones complejas que pueden causar daño. En palabras de Narváez et al. (2009) se refiere a la predisposición de los seres humanos, sus medios de vida, sus mecanismos de soporte a sufrir daños y pérdidas frente a la ocurrencia de eventos físicos potencialmente traumáticos. Es decir, la vulnerabilidad es la predisposición a nivel individual o colectivo de un ser humano que posee frente a la posibilidad de sufrir daños.

Para que exista o se consolide el riesgo como tal, debe la vulnerabilidad estar acompañada de otro término: la amenaza, que es considerada como la existencia de fenómenos que pueden ocasionar daños, entre ejemplos puede encontrarse: erupciones, vientos fuertes, deslizamiento, sismos. “Las amenazas y las vulnerabilidades deben relacionarse para poder presentar un riesgo, y presentar aún más la probabilidad de que ocurra un desastre” (García Renedo, Gil Beltrán & Valero, 2007, p.37).

Comprendiendo los conceptos básicos, se define ahora, la gestión de riesgo (GR) como el proceso planificado, concertado, participativo e integral de la reducción de las condiciones de riesgo de desastres de una comunidad, región o país. Implica no sólo compromiso de las mismas comunidades, sino también, estrategias administrativas y políticas, que reduzcan vulnerabilidades dentro de la comunidad (PNUD, 2012).

Si, la GR implica un trabajo conjunto de diferentes instituciones tanto nacional, regional y local, también compromete un trabajo arduo de la comunidad, y es allí, donde el psicólogo realiza su quehacer científico; dado que la psicología tiene como objeto



brindar herramientas o contribuir al bienestar y propender mejoras para una vida digna y cálida, le compete incursionar en este medio de la GR.

Se considera que el riesgo es una construcción social, puesto que las amenazas se van a encontrar manifiestas, y es el ser humano quien toma la decisión de acuerdo a sus condiciones y contexto, sobre qué hacer frente a dichas amenazas, para disminuir su vulnerabilidad.

### *Etapas de GR*

Las etapas de la GR sobre las cuales deben trabajarse son: Prospectiva, Correctiva y Reactiva. PREDECAN<sup>2</sup>

GR Prospectiva: son las herramientas o características encaminadas a que el riesgo no se fortalezca ocasionando daños en el territorio. En palabras de Narvaez et al. (2009) “son las practicas enfocadas a garantizar que el riesgo y sus factores no se consoliden en el territorio, sobre la aparición de nuevos factores de riesgo. Los mecanismos disponibles para trabajar en esta etapa pueden encontrarse en plan de ordenamiento territorial, normas constructivas, y en consideraciones de análisis de riesgo” (Narváez, 2009,p.137). En pocas palabras la GR prospectiva son las acciones que “evitan” que en un futuro aparezca un riesgo. Psicológicamente se considera esta etapa como la toma de decisiones preventivas frente al riesgo. Gustavo Wilches Chau (como se citó en Narváez et al. 2009). Expresa en un fragmento la incidencia de la psicología en esta temática. su visión sobre el riesgo, propende que se le nombre, considerando una base para la psicología.

“La prospectiva es la ciencia que estudia el futuro para comprenderlo y poderlo influir, aunque de hecho es, paradójicamente, una ciencia sin objeto que se mueve en la necesidad de predecir lo que puede ocurrir, y el deseo de inventar el mejor futuro posible. Porque aunque el devenir no puede predecirse con exactitud, si podemos imaginar nuestro mañana preferido” (Narváez et al. 2009 p. 41).

GR Correctiva: trabaja o interviene frente a los riesgos presentes, es decir son las acciones que se toman para realizar mejoras, para mitigar el riesgo, para que este no se convierta en una emergencia o desastre. Su trabajo reside en disminuir la vulnerabilidad, tomando como base el análisis de riesgo que realicen los habitantes del territorio. (Zambrano 2014)<sup>1</sup>

GR Reactiva: es la denominada Administración de Desastres, se subdivide según el PREDECAN<sup>2</sup> en preparación para la Respuesta ante una emergencia por desastre, en la respuesta que se brinda a la comunidad y al territorio, y a la recuperación de los mismos.

### Estrategias de Afrontamiento

Como se nombró antes, las estrategias de afrontamiento, en adelante E-A, son recursos individuales que las personas usan para manejar demandas internas o externas que son calificadas como desbordantes, Lazarus y Folkman (como se citó en García, 2012).

Las Emergencias y Desastres son de hecho por su componente en ocasiones inesperado o por los factores como la interrupción de la cotidianidad comunitaria, acarrea la expresión de sentimientos, emociones desbordantes, o fuera de control. Dicha expresión, sumada a la capacidad de continuar con la vida propia y de la comunidad, va a estar determinada por las estrategias de afrontamiento.

Dichas reacciones según Frydenberg (como se citó Cannessa, 2003) las E-A motivan a su investigación porque se tiene la creencia de que determinan en cierto porcentaje el proceso de aprendizaje, el desarrollo individual y la calidad de vida de las personas. Ello, puede demostrar como dichos esfuerzos son los que permiten a las personas ubicarse en diferentes estilos de afrontamiento de acuerdo a las situaciones estresantes a las que pueden enfrentarse (por ejemplo un desastre).

---

<sup>1</sup> Clase psicología en emergencias y desastres 2014.

<sup>2</sup> PREDECAN: proyecto apoyo a la prevención de desastres en la Comunidad Andina, iniciativa de países andinos representados por la comisión Europea y la Secretaria General de la Comunidad Andina para mejorar los servicios del área de Gestión de Riesgo (PREDECAN, 2014).

Los estilos de afrontamiento son tres, catalogados de acuerdo a las E-A que puedan encontrarse generalmente en las personas. El primero es el funcional o adaptativo (consiste en manejar las dificultades directamente), el segundo es el disfuncional (manejo de expresión de sentimientos), y por último el evitativo (rechazar las situaciones estresantes). Las E-A corresponden entonces a la forma de tomar lo que la persona considere importante de las situaciones para continuar con su vida.

## Habilidades Sociales

Las habilidades sociales, en adelante HS empapan las E-A, es decir, las E-A son de alguna forma una competencia social habilidosa que según Caballo (2005), generalmente sirven para resolver los problemas inmediatos de la situación minimizando probabilidades de problemas futuros. Expresando a su vez que las HS tienen aspectos humanos como lo son en actitudes, sentimientos y opiniones, ello debido a que los componentes de las mismas se encuentran en niveles conductuales (lenguaje no verbal, humor, movimientos, gestos), cognitivos (persona activa que interactúa con la situación), fisiológico (respiración, presión sanguínea).

Vale la pena anotar que tanto las HS como las E-A tienen sus variables identificadas en el contexto, en el ambiente y en las situaciones a sí mismo en las actitudes, valores y capacidades cognitivas que posean los seres humanos.

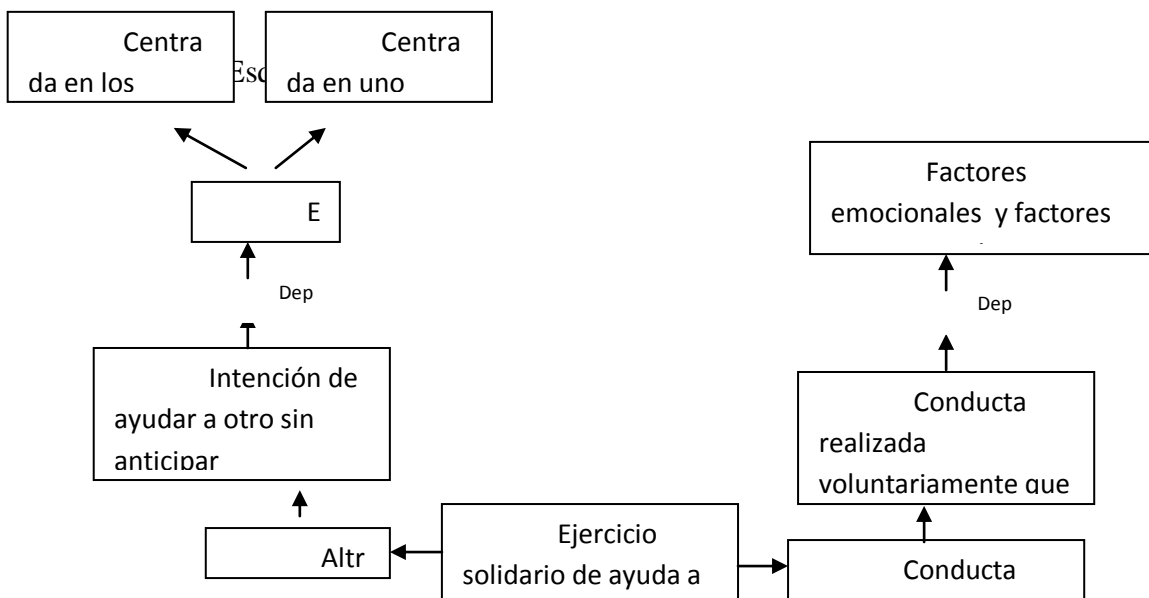
## Voluntariado

Las acciones voluntarias traducidas en la ayuda solidaria a los demás, han tomado fuerza en los últimos días, especialmente en países como España, donde dicho trabajo amerita posición social. Según Boza (2004), existen características que determinan la acción voluntaria y que de acuerdo al interés del escrito se van a explicar algunas.

En este sentido, cabe anotar que además del voluntariado como ejercicio solidario para con los demás, existen dos formas de participación reconocidas por la literatura. Estas son, la conducta prosocial y el altruismo. La primera es una conducta

voluntaria que se realiza con el fin de ayudar y beneficiar a otros, posee una estrecha relación con factores emocionales, y dependen de factores situacionales. Mientras el Altruismo también se considera una ayuda voluntaria sin anticipar las consecuencias, pero la diferencia radica en que su factor motivacional no es solo emocional, trae consigo un componente psicológico llamado la Empatía.

La empatía en la conducta altruista es considerada como la motivación para realizar dichas conductas, entre ellas las acciones voluntarias, con el fin de disminuir el malestar propio o con el fin de contribuir a que quien recibe la ayuda pueda sentirse bien, reduciéndole su malestar. El siguiente esquema que explica lo anteriormente dicho.



*Fuente: construcción personal*

## Bienestar Psicológico

Según (Salotti, 2006) el bienestar psicológico es la percepción que cada individuo, posea sobre las valoraciones positivas o negativas de sus acciones tanto presentes como pasadas. De este modo, se representan y configuran acciones, comportamientos.

El bienestar psicológico, de acuerdo a su connotación positiva o negativa obtiene repercusiones para las diferentes áreas del ser humano (social, física, salud mental). Aunque existan instrumentos para medir el grado o nivel de bienestar psicológico que cada persona posea, este generalmente, se mide por la subjetividad y como cataloga la persona los hechos que le acontecen.

“El bienestar psicológico es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de si mismo, que se define, por su naturaleza subjetiva y vivencial, y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento, físico, psíquico, social” Sarotti (2006)

## Emociones

Como dice la filósofa Martha Nussbaum, las emociones son juicios, o valores que se le pueden atribuir a las cosas o a las personas. Esta atribución contiene una característica importante, y es, que puede estar fuera de control en momentos o situaciones en los cuales la persona cognitivamente lo considere, es decir, las emociones tienen el poder de combinar las atribuciones y la información de sucesos externos, siendo esta la forma de dar una respuesta a los hechos del mundo. Según esta autora, las emociones son cognitivo-evaluadoras porque requieren de un proceso de procesamiento de información para realizar atribuciones, y tomar decisiones.

## MÉTODO

### Enfoque

La metodología que acoge este estudio es cuantitativa de carácter descriptivo.

### Análisis Información

En la presente investigación se usó la metodología descriptiva, que según Sampieri (2006), lo que busca la descripción como tipo de investigación es la de describir, fenómenos, situaciones, contextos y eventos.

## Población

La población objeto de este estudio descriptivo, estaba conformada por 8 integrantes voluntarios de la brigada psicosocial. Se tomaron características pertinentes como el tiempo que llevan dentro del grupo, y la experiencia sobre la cual han trabajado (etapa de gestión e riesgo).

## Instrumento

Se seleccionó y usó como instrumento la *Escala Estrategias de Coping-Modificada (EECM)* “fue construida con 98 ítems, con opciones de respuesta tipo likert, en un rango de frecuencia de 1 a 6, desde Nunca hasta Siempre. Toma en cuenta 14 escalas, cada una evalúa a partir de 7 enunciados” ( Londoño, 2006)

**Búsqueda de Alternativa:** Estrategia cognitiva en la que se busca analizar las causas del problema y generar alternativas de solución. Los ítems que la conforman son: 1, 15,29,43,57,71,85

**Conformismo:** Estrategia cognitiva que busca tolerar el estrés resignándose con la situación. Esta es evaluada por las preguntas: 2,16,30,44,58,72,86.

**Control Emocional:** estrategia cognitivo-comportamental con la cual busca tolerar la situación estresante a través del control de las emociones. Evaluada por las preguntas 3, 17, 31, 45, 59, 73,87.

**Evitación Emocional:** estrategia cognitivo-comportamental en la cual se evitan expresar las emociones, dada la carga emocional o la desaprobación social. Esta es evaluada por las preguntas 4,18, 32, 46, 60,74, 88.

**Evitación Comportamental:** estrategia comportamental en la que se llevan a cabo actividades o acciones o acciones que contribuyan a tolerar el problema o a eliminar o neutralizar las emociones generadas por las mismas. Esta es evaluada por las preguntas 5, 19,33,47,62,5,89.

**Evitación Cognitiva:** Estrategia Cognitiva en la que se busca eliminar o neutralizar los pensamientos valorados como negativos o perturbadores, a través de la distracción o la negación. Esta es evaluada por las preguntas 6, 20, 34, 48, 62, 76, 90.

**Reacción Agresiva:** Estrategia comportamental en la que se expresa la ira y la hostilidad abiertamente como consecuencia de la frustración y la desesperación,

reaccionando de manera agresiva hacia los demás, hacia si mismo o hacia los objetos. Evaluada por las preguntas: 7,21,35,49, 63, 77, 91.

Expresión emocional Abierta: Estrategia comportamental en la que se expresan las emociones abiertamente como una manera de neutralizar las mismas. Esta es evaluada por las preguntas: 8, 22, 36, 50, 64, 78, 92.

Reevaluación positiva: Estrategia cognitiva que busca aprender de las dificultades, identificando los aspectos positivos del problema. es evaluada por las preguntas: 9,23, 37, 51, 65, 79, 93.

Búsqueda Apoyo Social: Estrategia comportamental en la cual se expresa la emoción y se buscan alternativas para solucionar el problema con otra u otras personas. 10,24,38,52,66,80,94

Búsqueda de apoyo Profesional: Estrategia comportamental en la cual se busca el recurso profesional para solucionar el problema o las consecuencias del mismo. Evaluada por las Preguntas 11,25,39,53,67,81,95

Religión: estrategia comportamental

Unidad de Trabajo

La comunidad con la cual se aplicó el instrumento a 8 voluntarios de la Brigada Psicosocial, siendo el 27% de 30 voluntarios inscritos en la Organización.

Procedimiento

En una reunión periódica que realiza la BYS se otorgó el permiso para poder aplicar el instrumento, a dicha reunión asistieron 9 voluntarios, quienes contestaron el instrumento, se tuvo en cuenta y se les indicó a los voluntarios que no era necesario su nombre, bastó con la etapa de Gestión de Riesgo que más se ha desempeñado su trabajo, y cuánto tiempo lleva siendo miembro activo de la brigada psicosocial de la Universidad de Manizales.

Posteriormente con los instrumentos que se contestaron, se prosigue al análisis de los mismos, dado que el instrumento ya está validado, sólo bastó con sumar la puntuación directa de cada uno de los ítems que conforman cada una de las estrategias. Luego, con esta puntuación se buscaron en los baremos correspondientes al percentil.

Es necesario aclarar que después de calificar los instrumentos, se observó la necesidad de invalidar una prueba, puesto que la persona que la respondió, no integraba el grupo de la BYS, solo estaba de paso realizando su pasantía internacional.

Se realizó una tabla por cada uno de los voluntarios, donde se expresaba el percentil de cada estrategia, para poder visualizar de mejor manera cuales serían los percentiles mayores de 60 según el instrumento, para poder ser interpretados. Los resultados interpretados se expresan en una campana de Gauss.

## Resultados

Los resultados obtenidos del instrumento aplicado, se agruparon según las etapas de la gestión del riesgo y los estilos de afrontamiento según Frydenberg 1997 (como se citó en Cannessa 2002).

### Agrupación por etapas de la Gestión del Riesgo

Como se puede observar en el diagrama 1, quienes se han centrado en la etapa de GR Reactiva obtuvieron en promedio alto entre 80-99 de percentil en E-A como la Solución de Problemas (SP), Búsqueda de Apoyo Profesional (BAP), y Reevaluación Positiva (RP) Perteneciendo al grupo de quienes llevan mayor tiempo en la brigada, es decir, quienes llevan entre 5 y 10 años.

Es decir, los 4 voluntarios que han tenido experiencia en el escenario reactivo, entre 5 y 10 años, presentan un nivel promedio alto en E-A, especialmente en (SP), (BAP) y (RP).



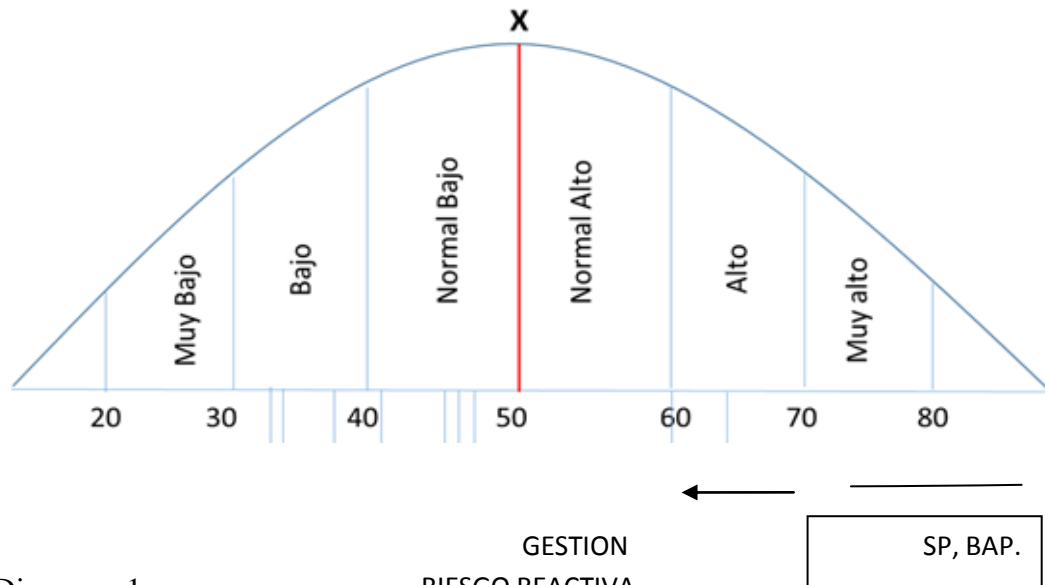


Diagrama 1

En cambio, como se observa en el diagrama 2, quienes se han centrado en la etapa de GR prospectiva se han obtenido discrepancias de acuerdo al tiempo, pues este segundo grupo se encuentra liderado por percentiles entre 65 y 90 correspondientes a estrategias de afrontamiento como Búsqueda de Apoyo Social, (BAS), negación, (NEG), Religión (REL) y Expresión de la Dificultad de Afrontamiento (EDA).

Los otros 4 voluntarios, a diferencia de los anteriores, presentan niveles altos en (BAS), (NEG), (REL) y (EDA).

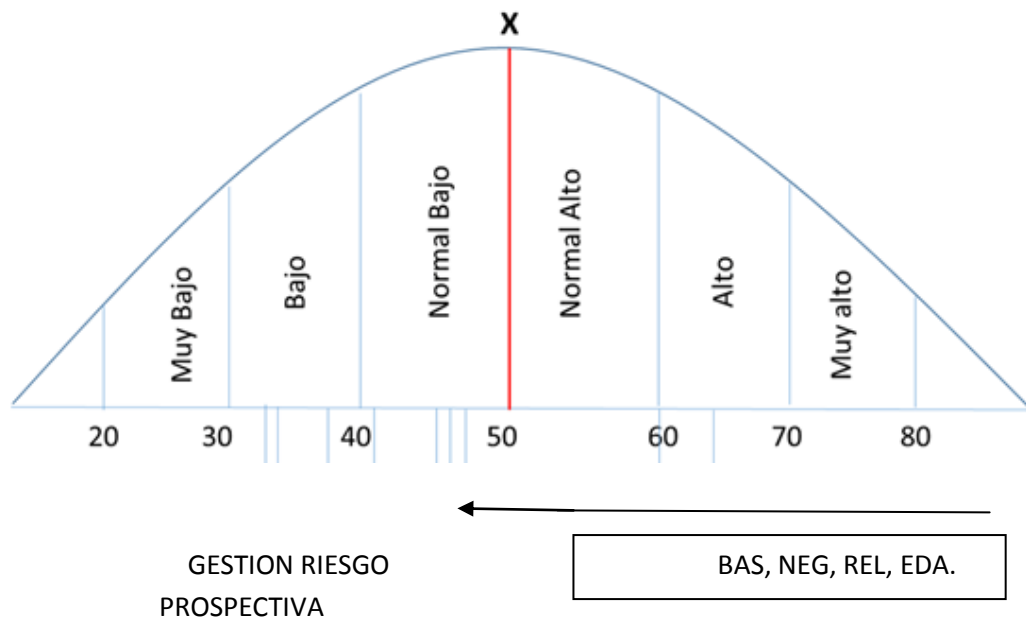


Diagrama 2

Dentro de los voluntarios que hicieron parte del estudio, sólo uno de ellos ha trabajado en el tema correctivo, el cual también se interpretó y se calificó de acuerdo a los estilos de afrontamiento.

Los resultados arrojados después de la calificación del instrumento otorgan diferencias debido a la etapa de Gestión de Riesgo sobre la cual han trabajado los voluntarios.

#### *Agrupación por estilos de afrontamiento*

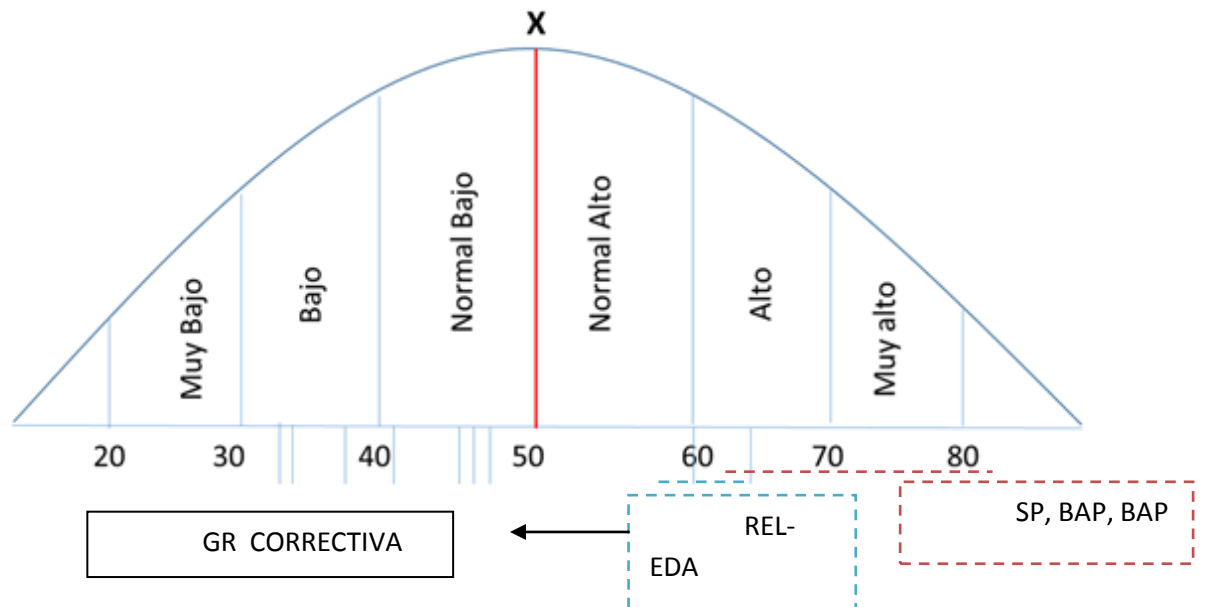
De acuerdo a los resultados obtenidos y a la teoría de Frydenberg 1997 (como se citó en (Canessa, 2002) se pudieron clasificar las estrategias de afrontamiento que usan 8 voluntarios de la BYS, en los tres estilos de afrontamiento de los cuales muestra dicho autor. A saber:

El primer estilo de afrontamiento es el *funcional adaptativo* enfatizadas a resolver el problema y manejar las dificultades directamente, aquí se encontraría el primer grupo, donde su experiencias se han focalizado en la GR Reactiva acciones que requieren de mayor búsqueda de apoyo profesional y solucionar problemas, para poder interactuar y contribuir con las acciones solidarias y voluntarias, y así aportar, de forma ética y profesional, al mejoramiento de la calidad de vida de las comunidades afectadas.

El segundo grupo, lidera los siguientes estilos de afrontamiento: *el disfuncional*, que se refiere a la dificultad en el manejo de emociones y expresión de sentimientos (EDA, dificultad expresión de afrontamiento). Y *la evitación* como tercer estilo de afrontamiento se encuentran quienes usan la Estrategia de Afrontamiento como Negación. Lo que demuestra que este grupo tiene menos estrategias de afrontamiento que el primero.

El tercer grupo, quienes son las personas que han trabajado en la gestión de riesgo correctiva (2) poseen estrategias de afrontamiento con puntajes altos en búsqueda de apoyo profesional, con percentiles entre 90 y 95, seguidos de búsqueda de apoyo social y solución de problemas entre 70-80, posteriormente entre percentiles de 65 y 70 se encuentran las estrategias de religión, y dificultad de expresión de afrontamiento. Ello puede dar cuenta de que quienes trabajan en la etapa de gestión de

riesgo correctiva poseen estrategias con puntajes altos en BAP; BAS; SP; REL y EDA, ubicándose en los dos extremos de los estilos de afrontamiento: el adaptativo, y el disfuncional.



Teniendo en cuenta las estrategias de afrontamiento como una habilidad social, que se miden por el esfuerzo, mas no por el éxito de la respuesta ante dichas situaciones, y que son las mismas las cuales configuran el norte de la respuesta, dependiendo del carácter de las mismas, se puede dar respuesta a la pregunta inicial de este artículo de investigación.

Las estrategias más usadas por los voluntarios de la brigada psicosocial, son por un lado las relacionadas con la solución de problemas y búsqueda de apoyo, tanto social como profesional, y por otro, las relacionadas a la dificultad de expresión del afrontamiento, religión y negación. Dichas estrategias tienen diferencias están relacionadas con las experiencias obtenidas y el tiempo de trabajo de los voluntarios en cada una de las etapas de gestión de riesgo.

## DISCUSION

Desde Lazarus y Folkman (como se citó en García, 2012) se puede evidenciar que, la forma como se responden a ciertas situaciones en la vida van a depender del ambiente, y de las condiciones del contexto. Ello se evidencia en las estrategias de afrontamiento que usan cada uno de los voluntarios de la Brigada, otorgando crédito y

valor a las diferentes experiencias obtenidas en cada una de las etapas de gestión de riesgo.

Dichas diferencias pueden concordar y explicarse desde el bienestar psicológico. Según Saloti (2006), considera bienestar psicológico como la percepción que cada individuo posee de varios aspectos, entre ellos, los logros alcanzados en su vida, el grado de satisfacción personal con lo que hizo, hace o puede hacer.

La percepción de las experiencias positivas, de las capacidades y de la proyección de futuro que obtenga cada persona, configuran un componente subjetivo del bienestar psicológico; mientras que los aspectos objetivos están determinados por factores socio-políticos, culturales y ambientales. El equilibrio entre estos dos componentes, determina un bienestar psicológico satisfactorio.

Enfocando dicha idea a la pregunta que orientó este escrito, puede inferirse que las estrategias de afrontamiento que usan los voluntarios aportan a un bienestar psicológico óptimo, especialmente las relacionadas con el estilo de afrontamiento funcional o adaptativo.

El bienestar psicólogo posee a su vez, un componente afectivo, que puede relacionarse con las diferentes emociones que se expresan en cada una de las etapas de gestión de riesgo y en las acciones voluntarias que realiza el equipo psicosocial. Dichas emociones determinan quizás el hecho de que las estrategias de afrontamiento sean diferentes, y dependan del contexto en el que se vivencian.

Hablando de emociones y aspecto afectivo, se encuentra la teoría de Martha Nussbaum (2008) quien postula las emociones como un marco analítico, defendiendo su teoría cognitivo-evaluadora de las emociones. Según Nussbaum “las emociones son levantamientos geológicos del pensamiento, ya que son cognitivas por una parte, pues, se encuentran imbuidas de inteligencia y discernimiento sobre los objetos que nos rodean”( Nussbaum 2008 p.38) Dichos objetos de los que ella hace alusión puede ser un objeto, una persona, un animal o simplemente un hecho. En este sentido y contexto, podría relacionarse con las personas, las comunidades y los hechos que suceden allí por medio de las acciones que la BYS realiza, ya sean prospectivas, reactivas y correctivas

pues las emociones que pueden generarse son diferentes, y van a requerir de estrategias de afrontamiento diferentes.

Las emociones también son evaluadoras ya que requieren en ocasiones toma de decisiones, ello podría explicar cómo sobresale la estrategia de búsqueda de apoyo profesional, quizás para sentir confianza en el quehacer psicológico, contribuyendo a la solución de problemas de la comunidad. Otra característica de las emociones en la apreciación de las estrategias de afrontamiento que usan los voluntarios, esta relacionada con el impulso de realizar acciones con fuerza arrolladora, lo que reafirma los niveles altos en estrategias de afrontamiento como solución de problemas y búsqueda de apoyo.

La trascendencia de esta investigación fue el haber descubierto, que si bien, dentro del proceso de formación académica de los voluntarios de la brigada psicosocial, no existe evidencia de sesiones o de espacios que fortalezcan las estrategias de afrontamiento, el mismo proceso de experiencias y acciones vivenciales han permitido que estas se fortalezcan. Por tanto, no se hace de más, que se incluya dichos escenarios en la formación de los voluntarios, de esta manera, puede hacerse más consciente, y hacerse su respectivo seguimiento, para que posteriormente la organización pueda contar con un programa propio que demuestre las estrategias de afrontamiento en relación con las labores voluntarias del equipo psicosocial que labora en la gestión de riesgo.

De esta manera, podría colaborar y contribuir al bienestar psicológico de los voluntarios activos, como de los candidatos que deseen ingresar a formar parte del equipo psicosocial.

## CONCLUSIONES

De acuerdo a todo lo observado durante el ejercicio descriptivo sobre clases de estrategias de afrontamiento que usan los voluntarios de la BYS de la Universidad de Manizales, puede encontrarse que la teoría es válida al decir, que las E-A como habilidades sociales están determinadas por varios factores como: el proceso de

aprendizaje, las características de la situación, y las diferentes experiencias sobre gestión de riesgo que cada integrante del equipo ha obtenido.

Se obtienen diferencias significativas que conllevan a implantar un plan de desarrollo para las estrategias de afrontamiento, que promuevan espacios propicios para entrenarse en estrategias que comprometan el estilo de afrontamiento adaptativo o funcional, para que el ejercicio de acciones voluntarias que realiza el equipo psicosocial puedan reflejarse desde el quehacer ético y psicológico.

## REFERENCIAS

Boza, C. N. (2004). *Las razones del voluntariado. Sociedad organizada en las capitales Andaluzas*. Andaluza. España: agencia Andaluza del Voluntariado. Consejería de Gobernación.

Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de Habilidades Sociales*. España: Paracuellos de Jarama.

Canessa, B. (2002). adaptaciones psicometrica de las escalas de afrtonamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Universidad de Lima*, 191-233.

Chinchilla, M. J. (2011 vol 30). Estrategias de Afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramedicos de la Cruz Roja. *Revista Costaricense de Psicologia*, 17-33.

Franco, L. M. (2011). *Narrativas y Metaforas de los Voluntarios de la Organizacion Voluntaria Brigada Psicosocial*. Manizales. Universidad : Seminario de Grado Especializacion en Consultoria Sistematica.

Garcia Renedo, M., Gil Beltran, J. M., & Valero, V. M. (2007). *Psicologia y Desastres: Aspectos Psicosociales*. Castello de la Plana: Universitat Jaume.

Garcia, M. F. (2012). *estrategias de afrontamiento al estres en una poblacion juvenil*. Manizales : ensayo grado. universidad Manizales.

Londoño, G. C. (2006). Propiedades Psicometricas y validacion de la Escala de Estrategias de coping modificada ECC-M en una muestra Colombiana. *Universitas Psychologica* vol 5, 327-349.

Narvaez, A. L. (2009). *La Gestion de Riesgo de Desastres:Un enfoque basado en procesos*. Lima Peru: Comunidad Andina Secretaria General.

Nora Elena Londoño, G. C. (2006). Propiedades Psicometricas y validacion de la Escala de Estrategias de coping modificada ECC-M en una muestra Colombiana . *Universitas Psychologica* vol 5 , 327-349.

Nora Londoño, G. C. (Mayo-Agosto de 2006). Propiedades Psicometricas y validacion de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EE-M) En una muestra Colombiana. *Universitas Psychologica*, 5 numero 002, 327-349.

Nussbaum, M. (2008). *Paisajes del Pensamiento. la inteligencia de las emociones*. Barcelona.: Paidos.

PNUD. (2012). *Cuadernillos de Gestion de Riesgo de desastres a nivel regional, local*. Chile: PNUD chile.

Roriguez, R. B. (2010). Martha Nussbaum: Emociones, mente y cuerpo . *Universidad Zaragoza* , 591-598.

Salotti, P. (2006). *estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicologico en una muestra de adolescentes de buenos aires*. Buenos Aires: Universidad de Belgrano .

Sampieri, R. H. (2006). *Metodologia de la Investigacion. Quinta Edicion*. Mexico : Mc graw hill.

Uribe, H. M. (2005). *psicologia de la emergencia: comportamiento humano antes, durante y despues de la emergencia* . Ulla Madrid España: II Congreso de Salud Mental y Asistencia Primaria en Catastrofes Hospital Central de la Defensa.

Zambrano, L. A. (2005). *Salud Mental Positiva en el Personal Voluntario de la Cruz Roja Colombiana Seccional Caldas -Sede Manizales*. Manizales: Tesis : Especialista en Salud Publica. Universidad Autonoma de Manizales.

Zapata, L. C. (2011). *Desarrollo Resiliente: Una construccion Psicologica que permite la Gestion de Riesgo Correctiva del Impaccto Emocional en equipos de primera respuesta*. Manizales: Linea Investigacin Promocion Prevencion y Redes en Salud.