

## Original

### **Estrategia de intervención psicosocial para favorecer la resiliencia en atletas de Boxeo bajo factores de riesgo**

**Strategy of intervention psicosocial to favor the resilience in boxing short athletes risk factors**

Lisandra Loriga Madera. Policlínico “13 de marzo”. Bayamo. Granma. Cuba.  
[\[lisandra.madera@nauta.cu\]](mailto:lisandra.madera@nauta.cu)

Iliana Pérez Madera. Universidad de Ciencias Médicas. Bayamo. Granma. Cuba.  
[\[ilianaperezm@nauta.cu\]](mailto:ilianaperezm@nauta.cu)

Ana Ofelia Rodríguez Elías. Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.  
[\[arodrigueze@udg.co.cu\]](mailto:arodrigueze@udg.co.cu)

**Recibido:** 12 de diciembre de 2019      **Aceptado:** 12 de marzo de 2020

### **Resumen**

En la investigación se explicitan los fundamentos epistemológicos de la resiliencia teniendo en cuenta la necesidad de favorecerla en los atletas de Boxeo bajo factores de riesgo de la EIDE “Pedro Batista Fonseca” de la provincia Granma. Se aplicaron diferentes métodos y técnicas de investigación a nivel teórico y empírico. Se propone una estrategia de intervención psicosocial para favorecer la resiliencia. El estudio realizado permitió sistematizar y contextualizar los constructos de la resiliencia aportados por numerosos investigadores de la salud y la psicología a la esfera del deporte, lo que facilitó delimitar los factores protectores a nivel personal y social para desarrollar estilos de afrontamientos en situaciones difíciles en el entrenamiento, la competencia y otros contextos con el objetivo de formar atletas socialmente competente, productivos, conscientes de su identidad, que puedan tomar decisiones y establecer metas para la obtención de mejores resultados.

**Palabras claves:** resiliencia; factores de riesgo y factores protectores.

### **Abstract**

The research explains the epistemological foundations of resilience, taking into account the need to favor it in Boxing athletes under risk factors of the EIDE “Pedro Batista Fonseca” of the Granma province. Different research methods and techniques were applied at theoretical and empirical level. A psychosocial intervention strategy is proposed to promote resilience. The study made it possible to systematize and contextualize the constructs of resilience provided by

numerous health and psychology researchers to the field of sport, which facilitated the definition of protective factors at a personal and social level to develop coping styles in difficult situations in the training, competition and other contexts with the aim of training socially competent, productive athletes, aware of their identity, who can make decisions and set goals for obtaining better results.

**Key words:** resilience; risk factors and protective factors.

## **Introducción**

La resiliencia en el deporte constituye un área del conocimiento de gran importancia y relevancia social, especialmente en deportes de alto rendimiento. Las exigencias del deporte contemporáneo demanda de los atletas su óptima forma deportiva, pero también requiere de una personalidad que pueda resistir los problemas adversos de su entorno y los rigores de un entrenamiento que se ha complejizado con los adelantos de la ciencia y la tecnología y el esfuerzo que se necesita para ganar un campeonato y obtener una medalla en cualquiera de los niveles competitivos es cada vez mayor.

El Boxeo es un deporte de combate que requiere de los atletas mucha resistencia a la fatiga y al dolor, duras horas de entrenamiento en la que a veces el estrés y el miedo se apoderan de ellos si no lo afrontan de forma positiva y no tienen un recurso preparado y entrenado para hacerle frente y estimular la valentía, sobre todo para crecer como personas.

Es importante entender que estas son situaciones propias del entrenamiento, la competición, incluso de la propia vida, lo cual no es posible controlar, pero sí entrenar la habilidad para afrontarlos y salir fortalecidos, para ello es necesario potenciar la resiliencia.

En la actualidad las reglas del Boxeo se han modificado y reclaman de los atletas mayor esfuerzo físico, buenas cualidades físicas, técnicas y tácticas, pero también se requiere de recursos psicológicos para resistir el estrés que provoca la percepción de la amenaza de no alcanzar lo deseado, del conflicto y el fracaso que tienen lugar en las condiciones de competencia, razón por la cual desde las etapas iniciales de su formación deportiva es preciso construir la resiliencia que permita adecuados estilos de afrontamiento ante situaciones difíciles y prepararlos para la vida.

A nivel internacional se han realizado numerosas investigaciones que abordan la problemática de la resiliencia desde varias perspectivas y ofrecen importantes referentes teóricos y metodológicos a tener en cuenta, que pueden ser contextualizados en la esfera del deporte.

En Cuba el tema de la resiliencia en el deporte no ha sido suficientemente explorado, son muy escasas las investigaciones que tratan esta problemática y las que se han desarrollado han sido en el campo de la salud y la psicología, relacionada con eventos traumáticos por enfermedad, fundamentalmente en pacientes con cáncer, en adolescentes embarazadas y niños sin amparo filial, aunque recientemente se ha incrementado el interés y la necesidad de investigaciones en otras esferas, entre las que se encuentra el deporte.

El objetivo general del estudio radica en: Elaborar una estrategia de intervención psicosocial para favorecer la resiliencia en atletas de Boxeo bajo factores de riesgo de la EIDE Pedro Batista Fonseca.

**Materiales y métodos.** Del nivel teórico se emplearon el método histórico-lógico, analítico - sintético, hipotético - deductivo, sistémico-estructural-funcional. Del nivel empírico se utilizó la medición, el mapeo de la fuente de riesgo, la escala de resiliencia y el test de Grotberg, de los métodos estadístico - matemáticos se aplicó la estadística descriptiva.

### **Resultados y discusión**

La resiliencia se ha convertido en un tema de vital importancia para los estudiosos del comportamiento humano y ha sido objeto de muchas controversias y discusiones en los últimos tiempos por lo que resulta difícil encontrar una definición única, es un término que inicialmente aparece en la Física referido a la capacidad de un material de resistir a choques imprevistos sin quebrarse.

Este término trasladado al comportamiento humano significa según Grotberg (1997) la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas, salir de ellas fortalecidos o incluso transformado positivamente por ellas.

Para Vanistendael (1996) la resiliencia tiene dos componentes uno está dado en la capacidad de resistencia frente a la destrucción o sea la capacidad de proteger la identidad bajo presión y otro en la construcción positiva, es decir la capacidad para construir pese a las circunstancias difíciles.

En los inicios el interés de los investigadores sobre resiliencia se centró en el estudio de las cualidades personales que permitían superar la adversidad, como la autoestima y la autonomía; después se desplazó hacia el estudio de los factores externos al individuo, como el nivel socioeconómico, la estructura familiar y la presencia de un adulto cercano, posteriormente se tomó el concepto de resiliencia en dos aspectos: la noción de proceso, que sugiere la dinámica entre factores de riesgo y de resiliencia, los cuales posibilitan al individuo superar la adversidad

y la búsqueda de modelos para promover la resiliencia de forma efectiva a través de programas sociales.

Las investigaciones en este momento sobre la historia del desarrollo del concepto de resiliencia se concentra en especificar con detalle los factores tanto de riesgo como de protección que intervienen en el fenómeno de la resiliencia, buscando las diferencias individuales entre los sujetos que logran adaptarse y aquellos que no lo hacen tan satisfactoriamente. Elementos a tener en cuenta para la intervención psicosocial, los cuales se reflejan en el siguiente gráfico.



La propuesta de intervención se sustenta en fundamentos de otras ciencias como la Filosofía, Sociología, Pedagogía y Psicología, la misma se realiza a partir del enfoque de resiliencia, por lo que se pretende trabajar con las fortalezas que pueden estar presente en los atletas y no con los factores de riesgo o negativos, en el caso de que estas fortalezas no estén manifiestas se pueden fortalecer con la propia intervención, al utilizar las teorías del aprendizaje social como estrategia.

Teniendo en cuenta estos elementos se puntualiza **desde lo psicológico** en el enfoque histórico cultural de Vigotsky (1987) y desde **la resiliencia** en el modelo ecológico de Bronfrenbrenner y el de Grotberg por constituir el sustento fundamental de la propuesta que se realiza.

En correspondencia con lo planteado por Fuentes (1997) para la elaboración de la estrategia de intervención psicosocial se ha tenido en cuenta los siguientes elementos:

- Definición del objeto.
- Diagnóstico del estado inicial.
- Establecimiento del tipo de cambio que se quiere lograr.
- Relación de estrategias interventivas y técnicas a utilizar.
- Definición del tiempo de duración.
- Evaluación del resultado.
- 

El diseño de la misma se ha realizado en correspondencia con el modelo ecológico Bronfenbrenner (1987) y el modelo de Grotberg (1995) los cuales permiten entender cómo fomentar la resiliencia en los atletas teniendo en cuenta las actitudes necesarias que favorecen el desarrollo de las capacidades resilientes. La intervención psicosocial busca rescatar lo humano, desde lo subjetivo hasta lo intersubjetivo o relacional, desde allí ayudar a fortalecer los factores protectores de cada atleta de Boxeo bajo factores de riesgo en beneficio de mejorar o reconocer los estilos de vida cotidianos de una forma más beneficiosa.

La propuesta se configuró a partir de los siguientes **principios pedagógicos**: propuestos por García (2009), asumidos en la presente investigación: construcción participativa, contextualización, respeto por el otro, flexibilidad y apertura, aprendizajes significativos, reciprocidad, multidireccionalidad, creatividad, reflexión y equidad.

La estrategia de intervención psicosocial para favorecer la resiliencia en atletas de Boxeo bajo factores de riesgo, tiene como **objetivo**: promover la construcción de resiliencia fortaleciendo los recursos internos que favorecen el óptimo enfrentamiento a situaciones de crisis, adversidad o riesgo, al proporcionar las herramientas para desarrollar esas fortalezas internas.

La estrategia se ha elaborado teniendo en cuenta las consideraciones anteriores, su estructura está compuesta por tres fases interrelacionadas, entre las cuales existen relaciones de coordinación y subordinación. Estas fases son:

- Diagnóstico.
- Implementación.
- Evaluación.
- 

**El diagnóstico** constituye la primera fase en la concepción de la estrategia porque para su implementación es necesario conocer las condiciones reales existentes, hay que diagnosticar el nivel de resiliencia que poseen los atletas en el momento de su aplicación y determinar en qué aspectos necesitaría mejorar.

Para ello se requiere la aplicación de los siguientes métodos y técnicas de investigación: cuestionario de resiliencia, test de Grotberg, completamiento de frase (Rotter Infantil), técnicas narrativas composición, técnica de expresión gráfica dibujo de la casa, el árbol y la persona (HTP), entrevistas individuales y grupales para conocer el micro ambiente familiar.

**La segunda fase** corresponde a la **implementación**. Para ello es **importante tener en cuenta los siguientes elementos**:

1. Conocimiento del tema de resiliencia por parte del profesor deportivo.
2. Identificación con las tareas a desarrollar, las que deben ser comprendidas y asumidas no por imposición o de manera formal, si no a partir de su intervención en la propuesta y aprobación de estas.
3. Las actividades deben poseer carácter desarrollador, que implique movilizar el pensamiento creador tanto del profesor deportivo como de los atletas bajo factores de riesgo.
4. Desarrollar talleres de reflexión que contribuyan a elevar el nivel de preparación del profesor deportivo y de los demás factores implicados.

**La implementación de la estrategia** incluye tres momentos.

1. Planificación y organización de las actividades.
2. Orientación y preparación de los entrenadores.
3. Aplicación de las actividades propuestas.

**El primer momento** corresponde a La **planificación y organización de las actividades**, las cuales se han desarrollado desde la integración del juego y el agonismo, en tanto son componentes de cualquier actividad deportiva.

Por tanto deben estar en función de lograr:

- Fomentar el autoconocimiento y la introspección.
- Propiciar actitudes de respeto, solidaridad y comprensión.
- Fomentar las relaciones y el afecto entre todos los atletas y entre atletas y profesor deportivo.
- Desarrollar la moralidad.
- Mejorar la autoestima.
- Incrementar la creatividad.
- Desarrollar la empatía.

- Fomentar la autonomía y la independencia.
- Activar el sentido del humor.

En las actividades propuestas se ha recurrido al juego y al agonismo, para darle a estas actividades un carácter lúdico y competitivo donde el atleta actúe sin condiciones, sin otro fin que satisfacer la necesidad que le lleva a jugar, el cual se instala como soporte psicológico de la cognición, del desarrollo emocional y del relacionamiento social que evoluciona con el individuo. Construir con placer, crear las áreas lúdicas posibles, recuperar el goce de ser uno mismo, libre y espontáneo y desarrollar cualidades positivas, son aspectos importantes para la construcción de resiliencia y constituyen los fines que se persiguen con la propuesta.

En la planificación de las actividades también se recurre al agonismo deportivo que significa competición, desafío, lucha, una actitud de superación permanente del individuo, orientada en dos direcciones bien diferentes. La superación de sí mismo y la superación de un oponente. Las actividades propuestas en este sentido están dirigidas a que los atletas a través de ellas canalicen sus energías y emociones.

Desde el punto de vista de la resiliencia esto permite aprender a superar las dificultades, a ser responsable ante los resultados competitivos, promover la cooperación, a decidir ante las diferentes situaciones que se puedan presentar en el momento de la competición, a asumir conductas positivas elemento esencial para la promoción de resiliencia

De manera general las actividades propuestas están en función de:

- ✓ Fortalecer las redes sociales y las competencias individuales en los atletas.
- ✓ Dar conocimientos sobre el desarrollo de la resiliencia.
- ✓ Estimular los factores protectores intentando ofrecer vinculaciones afectivas seguras, fiables y continuas al menos con un adulto significativo.
- ✓ Facilitar los procesos relacionales que permitan dar un sentido a las experiencias.
- ✓ Facilitar la toma de conciencia y simbolización de la realidad familiar y social por dura que sea.
- ✓ Brindar apoyo social: redes psico-socio-afectivas para los atletas.

- ✓ Promover y participar en procesos educativos que potencien el respeto de los derechos humanos y de la naturaleza.
- ✓ Participar en actividades que por su contenido ético y espiritual les permite acceder a una visión trascendente de lo humano y a un compromiso social altruista para lograr mejores resultados deportivos.
- ✓ Favorecer experiencias que promuevan alegría y humor.
- ✓ Favorecer el desarrollo de la creatividad.

**El segundo momento** está dirigido hacia **la orientación y preparación del entrenador** es donde se le brindan las herramientas tanto teóricas como prácticas para desarrollar las actividades propuestas y dar salida al componente resiliencia.

Para ello se ha diseñado un programa de superación que incluye

- Conferencias.
- Talleres.
- Seminarios.
- Charlas educativas.

La escuela en general y el entrenamiento en particular son espacios por excelencia para educar personas resilientes, de ahí la importancia de la preparación del entrenador por ser el más cercano al atleta y conocer sus situaciones personales y familiares, el cual debe tener vocación, dedicación especial y de acercamiento a ellos, escucharle, animarle y ayudarlo a descubrir sus fortalezas, en la medida que el entrenador esté más preparado, mayor será el apoyo social que pueda brindarles.

**El tercer y último momento** de esta fase corresponde a la **aplicación de las actividades** propuestas.

La intervención se llevó a cabo durante el 2do semestre escolar, en un periodo de cinco semanas, de abril a mayo del 2019, con una frecuencia de 2 sesiones semanales (martes y jueves) de 50 minutos cada una.

El lugar seleccionado para desarrollar las actividades fue la EIDE Pedro Batista de Granma, es importante aclarar que aunque tributa a la preparación psicológica de los atletas, su aplicación no se realiza en el propio entrenamiento sino fuera de este, generalmente antes, porque las

características de las actividades propuestas requieren de tiempo y entornos adecuados que posibiliten el desarrollo placentero de los atletas para poder canalizar sus energías y emociones a fin de que fluyan los factores resilientes.

Para la aplicación de la propuesta hay que partir del enfoque de resiliencia de ahí que en su concepción se haya tenido en cuenta que las actividades estén dirigidas al desarrollo de habilidades sociales para la vida, que permitan asumir una actitud optimista y esperanzadora frente a los resultados deportivos, pero también ante la vida y el futuro, apoyándose en las fortalezas que poseen y desarrollando las que no poseen.

Las investigaciones efectuadas en esta materia ponen en evidencia que el comportamiento de la resiliencia se compone de competencias particulares, de comportamientos identificables. Todo comportamiento puede enseñarse, demostrarse y aprenderse. Por eso al aplicar la propuesta de actividades los entrenadores y psicólogos deben tener presente que se trata de un proceso formativo.

Por las características y complejidad del tema el facilitador de la aplicación de las actividades en este primer momento fue la psicóloga, autora de esta investigación, acompañada por el entrenador, para que pueda vivenciar en la práctica lo aprendido en el curso de superación y aplicarlo posteriormente en el entrenamiento y darle continuidad.

El Boxeo es un deporte que demanda de los atletas mucha energía ya que están sometidos a un constante estrés resultado de las situaciones difíciles a las que se enfrentan en el entrenamiento, en la competencia y en su vida personal, máxime cuando son atletas bajo factores de riesgo. Por tal razón es importante que aprendan a explorar sus emociones y los conceptos de manejo de energía pues al tener más energía significa que tendrá mayor capacidad para autorregularse y tomar el control ante las situaciones adversas.

De manera general con la aplicación de la propuesta se persigue:

- Proporcionar situaciones que favorezcan la autoestima como base importante de las relaciones personales y sociales.
- Propiciar situaciones que favorezcan la comunicación y convivencia con el interior y el exterior de los contextos.
- Fomentar la reflexión, el intercambio de opiniones y la argumentación como defensa.

Estimular la comprensión de los puntos de vista de los atletas mediante diversas acciones que lo propicien.

Fomentar el trabajo en grupo y la cooperación mediante las actividades propuestas.

Fomentar el desarrollo de habilidades y capacidades motrices a través de determinados ejercicios físicos.

Utilizar técnicas de reflexión y desarrollo moral: debates sobre experiencias, clarificación de valores, discusión de dilemas, resolución de conflictos, dramatizaciones, juegos de simulación, entre otros.

Las actividades que se han elaborado se orientan sobre aspectos generales de la resiliencia. Por razones de espacio no se puede reflejar de manera íntegra la propuesta de actividades, solo se hará referencia al tema de cada actividad y el objetivo que se persigue. Se incluyen 7 actividades organizadas de lo simple a lo complejo.

### **Actividad 1. Introdutoria**

**Título.** "Conócete a ti mismo".

**Objetivo:** fomentar el autoconocimiento y el conocimiento de los atletas participantes teniendo en cuenta sus intereses e inquietudes que permita favorecer el autoconocimiento y la introspección, descubrir y potenciar las cualidades individuales, desarrollar la escucha y las habilidades comunicativas.

### **Actividad 2. Exploración.**

**Título.** "¿Tú qué Opinas? ¿Quién dice qué?"

**Objetivo:** explorar los conocimientos que tienen los atletas sobre el tema de resiliencia, contrastando la información ofrecida por diferentes medios.

### **Actividad 3. Resiliencia y energía.**

**Título.** "Manejando mi energía"

**Objetivo:** mostrar cómo se relaciona el concepto de resiliencia con la energía, el estrés y el desempeño y aplicar las habilidades de manejo de energía para incrementar las reservas de ella, fomentando a su vez la capacidad de resiliencia.

#### **Actividad 4. Construir y mantener la resiliencia**

**Título.** “Buscando coherencia en mi interior”.

**Objetivo:** enseñar algunas técnicas para construir y mantener la resiliencia que permitan lograr estar en coherencia el corazón, la mente, las emociones y el cuerpo trabajando juntos en armonía, haciendo uso adecuado de su energía al enfrentar un día dificultoso y estresante.

#### **Actividad 5. Reacción y respuesta.**

**Título.** “Canalizando mis emociones”.

**Objetivo:** reconocer e identificar a través de las expresiones faciales las distintas emociones a trabajar poniendo palabras asertivas que permitan desarrollar la capacidad de auto observación y validar las diversas emociones como legítimas y propias de todos.

#### **Actividad 6. Acentuando lo positivo.**

**Título.** “El tesoro que hay en mí”.

**Objetivo:** fomentar la autoestima tomando en cuenta el concepto que tienen de sí que les permita mejorar la imagen de ellos mismos mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales.

#### **Actividad 7. Características y conductas resilientes**

**Título.** “¿Soy resiliente?”

**Objetivo:** escribir las principales características que identifican las posibilidades de resiliencia en los atletas teniendo en cuenta la influencia que tienen las acciones de los adultos como generadores de resiliencia.

**La Evaluación** constituye la **3ra fase** de la estrategia. Tiene como objetivo evaluar el grado de apropiación de los recursos personológicos inherentes a la resiliencia en los atletas de Boxeo de la categoría 13-14 años, a partir de la implementación de las sesiones de trabajo.

Para evaluar los resultados de la aplicación se tendrá en cuenta el desarrollo progresivo que se alcanza en los atletas en relación a los factores resilientes teniendo como punto de partida los

elementos asumidos en el diagnóstico inicial y los cambios ocurridos a partir de la ejecución de la propuesta.

La evaluación se realizará en dos planos.

1. Plano interno-reflexivo-valorativo-vivencial. Este se expresa a través del análisis de los juicios y criterios valorativos, donde se manifieste la elaboración personal del atleta respecto a sus tareas y funciones y a sus roles en las actividades.
2. Plano comportamental: se manifiesta en el proceso de ejecución del sistema de acciones a desarrollar y el desarrollado de factores resilientes.

De manera general los criterios a evaluar son los siguientes:

1. Protagonismo.
2. Participación.
3. Conocimiento de resiliencia.
4. Nivel de desarrollo de sus fortalezas internas.
5. Satisfacción en el cumplimiento de las actividades.
6. Responsabilidad asumida en el entrenamiento y fuera de este, así como en el desarrollo de las actividades.
7. Cambios en los modos de actuación.

## **Conclusiones**

El estudio de los presupuestos epistemológicos permitió determinar la coincidencia en las investigaciones sobre resiliencia en cuanto a que constituye una capacidad universal resultado de la interacción con otros, y en la existencia de tres fuentes de factores que en su calidad de protectores promueven comportamientos resilientes: los atributos personales, las fuentes de apoyo familiar y las del entorno, así como la consideración de que factores que actúan en calidad de riesgo en cierto momento se transforman en protectores.

Se evidenció cambios significativos con la aplicación de la estrategia de intervención psicosocial que se reflejan en los niveles de resiliencia alcanzados por los atletas que de un 28,7 de bajo nivel de resiliencia se pasó a un 71,4, los cuales se encuentran en una etapa de resiliencia floreciente.

## Referencias bibliográficas

- Grotberg, E. (2002). Nuevas tendencias en resiliencia. En: Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires: Paidós.
- Grotberg, E. (1997). "La resiliencia en acción", trabajo presentado en el Seminario Internacional sobre Aplicación del Concepto de Resiliencia en Proyectos Sociales, Universidad Nacional de Lanús, Fundación Van Leer.
- Vanistendael, Stefan y otros. (1994). Familia y resiliencia del niño. La infancia en el mundo. Volumen 5. No. 3.
- Vigotsky, L. (1987). Historia del Desarrollo de las Funciones Psíquicas Superiores. La Habana: Editorial Científico Técnica.
- Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Barcelona. Paidós.
- Grotberg, E. (1995). Una guía para promover la resiliencia en niños: fortaleciendo el espíritu humano, proyecto internacional de la resiliencia. La Haya: Bernard Van Leer Fundación.
- Grotberg, e. (2006). La resiliencia en el mundo de hoy. Como superar las adversidades. Barcelona: Gedisa.
- Fuentes, m. (1997). La intervención psicosocial: su implementación a través de programas de entrenamiento en el ámbito grupal. Universidad de la habana.
- Colmenares, M. (2002). Resiliencia: sus valores psicológicos y socioculturales. En: Resiliencia: responsabilidad del sujeto y esperanza social. Cali: CEIC – Casa Editorial RAFUE. Segunda reimpresión.
- Henderson, N. y Milstein, M. 2003). Resiliencia en la escuela, Buenos Aires, Paidós.
- Infante, F. (2002). La resiliencia como proceso. En: Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires: Paidós.
- Suárez, N. (2001). Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas, Buenos Aires, Paidós,
- Vanistendael, Stefan y otros. (1994). Familia y resiliencia del niño. La infancia en el mundo. Volumen 5. No. 3.
- Vanistendael, Stefan. (1996). Cómo crecer superando los percances. Ginebra: Oficina Internacional Católica de la Infancia (BICE). Segunda edición.
- García, J. (2009). Metodología de intervención psicosocial.