

Validación cognitiva de un protocolo instruccional de reexperimentación emocional en adultos víctimas de violencia política en Colombia

María Idaly Barreto-Galeano; Wenceslao Peñate-Castro; Leidy Johanna Rojas-Landinez; Diana Carolina Ardila-Cubillos; Diana Camila Garzón-Velandia; Sonia Zambrano-Hernández; Amalio Blanco-Abarca; José Manuel Sabucedo-Cameselle

Cómo citar este artículo:

Barreto-Galeano, M. I., Peñate-Castro, W., Rojas-Landinez, L. J., Ardila-Cubillos, D. C., Garzón-Velandia, D. C., Zambrano-Hernández, S., Blanco-Abarca, A., & Sabucedo-Cameselle, J. M. (2022). Validación cognitiva de un protocolo instruccional de reexperimentación emocional en adultos víctimas de violencia política en Colombia. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(2), 104-121. <https://www.doi.org/10.14718/ACP.2022.25.2.7>

Recibido, diciembre 11/2020; Concepto de evaluación, septiembre 27/2021; Aceptado, abril 8/2022

María Idaly Barreto-Galeano*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3677-852X>
Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia.

Wenceslao Peñate-Castro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9168-9920>
Universidad de La Laguna, La Laguna, España.

Leidy Johanna Rojas-Landinez

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3131-7516>
Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia.

Diana Carolina Ardila-Cubillos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7004-8144>
Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia.

Diana Camila Garzón-Velandia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9561-5021>
Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia.

Sonia Zambrano-Hernández

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6223-6671>
Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia.

Amalio Blanco-Abarca

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9395-2315>
Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.

José Manuel Sabucedo-Cameselle

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3002-851X>
Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, España.

Resumen

La reexperimentación emocional (RE) permite dar sentido a hechos traumáticos o estresantes mediante un proceso dirigido por instrucciones verbales o escritas, y por ello puede generar beneficios en el bienestar psicológico y la salud física autoinformada. El objetivo del presente estudio fue evaluar la comprensión de tres tipos de instrucciones experimentales (RE tradicional, RE con claves de aceptación y compromiso, y RE psicosocial) y una instrucción para el grupo control (RE trivial), mediante técnicas de validación cognitiva (pruebas centradas en el significado y verbalización de pensamiento) en personas expuestas a hechos de violencia política en Colombia. Para ello, se desarrolló un estudio de tipo cualitativo con corte instrumental, en el que se entrevistó a 42 colombianos víctimas de violencia política, en su mayoría mujeres, elegidos con un muestro por conveniencia. Las entrevistas fueron transcritas y codificadas mediante un análisis categorial mixto que tomó como referente procedimientos del Movimiento de Aspectos Cognitivos de la Metodología de Encuestas. Como resultado, los participantes comprendieron de manera diferencial las instrucciones dadas en cada protocolo, enfocándose en

* Centro de Estudios e Investigaciones en Psicología (CEIPS), Facultad de Psicología, Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia. mibarreto@ucatolica.edu.co

Esta investigación fue financiada por la Universidad Católica de Colombia, la Universidad de La Laguna, la Universidad Autónoma de Madrid y la Universidad de Santiago de Compostela (Proyecto de cooperación interinstitucional número 4110015).

aspectos como el contexto sociopolítico en el caso del protocolo psicosocial, y en respuestas asociadas a la aceptación en el protocolo con claves de aceptación y compromiso. Se identificaron dificultades en la comprensión de algunas secciones de los protocolos, las cuales fueron ajustadas. Finalmente, se enfatiza la importancia de implementar técnicas de validación cognitiva para verificar la comprensión de instrucciones, protocolos o instrumentos, dado que el desempeño de los participantes y la calidad de las medidas de las intervenciones pueden verse afectados por la comprensión e interpretación de las instrucciones propuestas.

Palabras clave: reexperimentación emocional, estrés postraumático, validación cognitiva, violencia política, trauma psicosocial.

Cognitive validation of an instructional protocol for emotional disclosure in adult victims of political violence in Colombia.

Abstract

Emotional disclosure (ED) allows making sense of traumatic or stressful events through a process guided by verbal or written instructions, and thus may generate benefits in psychological well-being and self-reported physical health. The aim of the present study was to evaluate the understanding of three types of experimental instructions (traditional ED, ED with acceptance and commitment cues, and psychosocial ED) and one instruction for the control group (trivial ED), through cognitive validation techniques (tests focused on meaning and verbalization of thought), in people exposed to events of political violence in Colombia. For this purpose, a qualitative study with an instrumental approach was developed, in which 42 Colombian victims of political violence, mostly women, were interviewed, chosen through convenience sampling. The interviews were transcribed and analyzed by means of a mixed categorical analysis that used as a reference procedures from the Cognitive Aspects of the Survey Methodology Movement. As a result, participants differentially understood the instructions given in each protocol, focusing on aspects such as the sociopolitical context in the case of the psychosocial protocol, and on responses associated with acceptance in the protocol with acceptance and commitment cues. Difficulties were identified in the understanding of some sections of the protocols, which were adjusted. Finally, the importance of implementing cognitive validation techniques to verify the understanding of instructions, protocols or instruments is emphasized, given that the performance of the participant and the quality of the measures of the experiments may be affected by the understanding and interpretation of the proposed instructions.

Keywords: emotional disclosure, post-traumastress, cognitive validation, political violence, psychosocial trauma.

Introducción

Las emociones y su impacto en la salud han sido estudiadas desde diferentes enfoques teóricos de la psicología. En los años 80, Pennebaker y Beall (1986) se enfocaron en el concepto de *reexperimentación emocional* (RE), bajo el postulado de que la expresión de emociones y pensamientos asociados a eventos estresantes mejora la salud física y la salud autoinformada. Con el propósito de evaluar las hipótesis sobre la efectividad de la RE, en 1986 se desarrolló el primer experimento, dirigido por Pennebaker y Beall (1986), en el que se solicitó a un grupo de estudiantes universitarios escribir pensamientos y emociones asociados a eventos estresantes durante 15 minutos por cuatro días consecutivos. Los participantes fueron asignados a cuatro condiciones experimentales según la escritura expresiva

de: (a) situaciones triviales; (b) eventos estresantes sin enfatizar en emociones; (c) emociones asociadas a un evento estresante, sin detallar el evento estresante; y (d) descripción del evento estresante junto con las emociones y pensamientos suscitados. Los resultados muestran que en la condición *b* no hubo reducciones de estrés, mientras que en las condiciones *c* y *d*, a medida que aumentaba el número de sesiones, los participantes disminuían la activación fisiológica y el estrés, con la mejora autoinformada de indicadores de salud. Estos beneficios se mantuvieron en la fase de seguimiento cuatro meses después.

Reexperimentación tradicional

Basado en los hallazgos anteriores, Pennebaker (1993) aplicó un protocolo instruccional para la reexperimentación emocional durante 20 minutos mediante la denominada

técnica de escritura expresiva, en la que se revelan los pensamientos, emociones y sentimientos vinculados a un evento estresante o traumático, con beneficios en el bienestar psicológico y la salud física, entre otros. En cuanto al bienestar psicológico, se asume que las personas a lo largo de las sesiones de escritura aumentan las explicaciones de las emociones vividas y los detalles en torno al trauma, lo cual genera que resignifiquen el evento, lo visualicen desde otra perspectiva e integren nuevamente el evento de manera organizada (Pennebaker, 1993). En la salud física, King y Miner (2000) encontraron que las personas que escribían o hablaban sobre eventos traumáticos reducían las consultas al médico relacionadas con problemas de salud. Estos beneficios son explicados por la exposición continua —durante las sesiones orales o de escritura— a los detalles, sensaciones, pensamientos y emociones que evitaron recordar previo a la reexperimentación, lo cual permite que las personas se habitúen al malestar generado por la vivencia traumática y reduzcan progresivamente pensamientos negativos o activaciones fisiológicas al hablar del tema (Lepore et al., 2000).

El proceso de la RE usualmente se da mediante la escritura expresiva, aunque se han desarrollado alternativas como la modalidad oral y en lengua de señas (Moreno-Murcia & Medina-Arboleda, 2020). En el formato escrito, la persona examina a profundidad los sucesos, da sentido a las experiencias y organiza e integra los detalles del evento ocurrido; pero se ha encontrado que el formato oral resulta más sencillo para los participantes porque presenta menos demandas cognitivas y la RE se da de forma espontánea al aumentar la expresión emocional por medio de la expresión verbal (Frattaroli, 2006). La efectividad de estas modalidades también se ha replicado en contextos clínicos, en los que se han identificado reducciones en los indicadores de estrés postraumático, depresión y ansiedad (Chung & Pennebaker, 2008). No obstante, Sloan et al. (2011) señalan la presencia de evidencia contradictoria (nula) sobre la efectividad de la técnica de escritura expresiva, debido posiblemente a modificaciones en el procedimiento original de Pennebaker y Beall (1986), y subrayan la importancia de estudiar si las modificaciones al protocolo instruccional para la revelación escrita pueden afectar los resultados, dado que las conclusiones que se pueden derivar de los estudios con modificaciones al protocolo original son limitadas.

Reexperimentación con claves ACT

La evidencia sobre la efectividad del protocolo de Pennebaker en contextos clínicos también se compara con otras aproximaciones de intervención, como sucede con la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Tal es el caso del estudio de Zambrano (2015), en el que comparó la efectividad de dos protocolos de RE: el primero con el protocolo de Pennebaker (tradicional), y el segundo con la adición de claves en aceptación y compromiso al protocolo instruccional tradicional —como la toma de distancia psicológica de los eventos estresantes y las emociones o pensamientos asociados a estas situaciones—. Los resultados indicaron que los participantes que reexperimentaron sus emociones con el protocolo que incluía claves de ACT reportaron, de manera diferencial, mejoras en indicadores de bienestar físico y psicológico en comparación con el protocolo tradicional; en cuanto a la sintomatología ansiosa y depresiva, no hubo diferencias estadísticamente significativas. Estos resultados son consistentes con la efectividad de la ACT para la disminución de indicadores de depresión, dado que las personas observan, controlan y evalúan las emociones negativas, lo cual en el largo plazo genera un sentido de autoeficacia que acompaña a los procesos de regulación emocional (Barreto-Zambrano et al., 2021; Lepore et al., 2000; North et al., 2012).

Reexperimentación con claves psicosociales

La técnica de escritura expresiva también ha sido utilizada en contextos de violencia colectiva en los que el *trauma psicosocial* toma relevancia, dado que las condiciones de violencia política y los vínculos deshumanizantes en las sociedades tienen efectos que dejan una marca de sufrimiento tanto en los individuos como en los grupos sociales (Martín-Baró, 1988). Estas consecuencias pueden ser estudiadas y evaluadas a través de su carácter histórico, interpersonal, intergrupales y social, debido a que se enmarcan de forma sociohistórica en la interrelación de las personas y promueven emociones negativas que afectan de forma permanente la salud mental y las relaciones familiares y comunitarias de las personas que experimentan hechos violentos y, por tanto, traumáticos (Blanco et al., 2016; Blanco & Díaz, 2004; Jiménez-Molina et al., 2021; Villagrán Valenzuela, 2021).

En contraste con el contexto clínico, la aplicación de la RE en contextos de violencia colectiva implica el estudio de las emociones intergrupales, dado que la experiencia se evoca

como consecuencia de eventos estresantes vividos como miembros de un grupo o colectividad (Garzón-Velandia et al., 2020; Mackie & Smith, 2015). En este sentido, se espera que la expresión de emociones intergrupales y pensamientos ante situaciones de violencia colectiva faciliten la regulación emocional durante el proceso de reexperimentación, de manera que permita a las personas visualizar eventos traumáticos —como desapariciones forzadas, torturas y secuestros, entre otros— de forma controlable (Porat et al., 2020; Sloan et al., 2011; Zambrano, 2015).

En esta línea, Fernández y Páez (2008) evaluaron la efectividad de la técnica de RE mediante un estudio que comparó el protocolo tradicional de Pennebaker con un grupo control (escritura sobre situaciones triviales) en personas expuestas al atentado terrorista del 11-M sucedido el 11 de marzo de 2004 en Madrid, España. Los resultados mostraron que el grupo de RE disminuyó las emociones negativas, y que las positivas se mantuvieron estables después de la intervención. Al respecto, Fernández y Pennebaker (2011) plantearon que las instrucciones pueden ajustarse a las necesidades del estudio y mencionan la importancia de prestar atención a las causas y el contexto del hecho traumático en el contexto colectivo. Asimismo, indican que “es importante que el recuerdo y la narración impliquen no solo activación emocional, sino también una actividad cognitiva de elaboración, de atribución de significado y de reinterpretación” (p. 347), lo cual permite que las personas reflexionen sobre sus emociones intergrupales en el contexto de violencia política en que fueron vividas (Porat et al., 2020). A partir de dicha necesidad, surge la posibilidad de desarrollar un protocolo de reexperimentación enfocado en la expresión de las emociones intergrupales en el contexto socio-histórico en que el evento traumático ocurrió.

Metodología de validación cognitiva

De acuerdo con lo anterior, para que la técnica de escritura expresiva —aplicable en la modalidad oral— sea efectiva, es fundamental que los protocolos instruccionales que guían la expresión de emociones desde diferentes aproximaciones terapéuticas —p. ej., RE o ACT— sean precisos y comprensibles, tanto a nivel de análisis individual como colectivo, debido a que el uso de diferentes protocolos o instrucciones en el marco de las ciencias sociales —incluida la psicología— puede alterar los resultados de un

experimento, usualmente sesgándolos en favor de las hipótesis del estudio o de los intereses de los investigadores.

Este fenómeno, denominado *efecto de las características de la demanda* (Orne, 1962), refiere a la percepción de los participantes de un experimento sobre lo que se está tratando de investigar, y la tendencia a responder a las demandas de la investigación en función de esa percepción más que en función de sus preferencias de respuesta (Orne & Whitehouse, 2000). Tal es el caso de las instrucciones que se dan a los participantes para llevar a cabo una tarea experimental, cumplimentar protocolos o contestar cuestionarios, ya que el carácter persuasivo de las instrucciones puede orientar directa o indirectamente los resultados (Orne, 1962). Esto ha permitido que en los estudios de corte experimental traten de controlar este efecto, con la finalidad de mitigar las implicaciones en los hallazgos (McCambridge et al., 2012).

Ahora bien, las instrucciones verbales o escritas están a la base de muchas investigaciones en psicología y resultan esenciales cuando las instrucciones mismas contienen los elementos clave de los mecanismos que se pretende analizar. Este es el caso de los estudios en los que se pone a prueba una intervención psicológica o determinado tipo de manipulación experimental (Atylas, 2019; Braem et al., 2017; Mertens et al., 2018). No obstante, resulta paradójico que mientras que las instrucciones son controladas en el efecto de las características de la demanda para evitar sesgos, en el uso de las instrucciones como manipulación experimental apenas se ejerce un control para determinar en qué medida estas interfieren en el efecto del experimento. A partir de ello, previo a cualquier investigación basada en instrucciones resulta importante realizar su respectivo análisis de la validez interna (McDermott, 2011).

Teniendo en cuenta esta necesidad metodológica, se han realizado algunos esfuerzos por elaborar protocolos que permitan el análisis de los contenidos de las instrucciones verbales (Cabello-Luque & O’Hora, 2016). Desde la perspectiva de la entrevista cognitiva, el foco de análisis es en la comprensión de las instrucciones y en qué medida esas instrucciones estimulan los procesos psicológicos (Benitez & Padilla, 2013; Willis, 2005). Esta técnica se ha derivado de los trabajos que tienen como propósito identificar las dificultades relacionadas con la comprensión de las instrucciones en inventarios, cuestionarios y en las respuestas a sus ítems como posibles fuentes de invalidez (Caicedo & Zalazar-Jaime, 2018; Smith & Molina, 2011).

Al respecto, Padilla et al. (2007) proponen un procedimiento con varias técnicas para analizar la pertinencia de los contenidos verbales, y entre ellas destacan: (a) la *verbalización del pensamiento*, una técnica que indaga sobre el proceso de comprensión de las instrucciones y reactivos de un instrumento, que implica solicitar al evaluado que exprese en voz alta sus pensamientos y percepciones sobre los estímulos, así como la explicación del porqué de las respuestas; (b) las *pruebas centradas en el significado*, que enfatizan la búsqueda de errores en la comprensión de palabras que resultan clave, con la finalidad de investigar cómo el entrevistado ha entendido estas palabras; (c) el *parafraseo*, que implica solicitar al evaluado alternativas para preguntar el reactivo sin cambiar su significado, de forma tal que se evidencie la comprensión del ítem; (d) la *evaluación de preguntas*, donde se analizan aspectos particulares en los que el entrevistado ha tenido que pensar para elaborar su respuesta y determinar cuál ha sido el procesamiento necesario para producirla; y (e) la *clasificación de viñetas*, que busca conocer la respuesta que daría el entrevistado si fuera otra persona en una situación determinada.

Finalmente, de acuerdo con lo expuesto, la importancia de esta investigación se sustenta en que: (a) aunque la evidencia empírica es extensa sobre la efectividad de la RE en el contexto clínico, es escasa en el ámbito psicosocial, y por ello se requiere evaluar la precisión y comprensión de los protocolos instruccionales que guían la revelación emocional desde diferentes aproximaciones terapéuticas —p. ej., ACT— o distintos niveles de análisis —individual o colectivo—; (b) es necesario evaluar la validez interna de las instrucciones verbales o escritas que dirigen una intervención psicológica con manipulación experimental; (c) es necesario hacer uso de técnicas sistemáticas para identificar posibles fuentes de invalidez en los protocolos instruccionales; y (d) es oportuno contribuir al estudio sobre la efectividad de la RE con instrucciones orales que puedan ser aplicadas a población diferente a la universitaria. En Colombia, por ejemplo, una parte de personas afectadas por la violencia está incluida en el 5 % de personas con bajas competencias en lectoescritura (Ministerio de Educación Nacional, 2018) y, en general, Colombia se ubica entre los países con desempeños más bajos en pruebas estandarizadas de comprensión lectora (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OCDE], 2019).

En este contexto particular, la presente investigación tuvo como objetivo evaluar la comprensión de tres tipos de instrucciones experimentales (RE tradicional, RE con claves de aceptación y compromiso, RE psicosocial) y una instrucción para el grupo control (RE trivial), mediante las técnicas de prueba centrada en el significado y verbalización de pensamiento, en personas expuestas a hechos de violencia política.

Método

Diseño

Este estudio es de tipo cualitativo con corte instrumental (Montero & León, 2002), debido a que tiene como propósito el diseño y validación cognitiva de tres protocolos instruccionales experimentales de reexperimentación emocional y un protocolo para el grupo control.

Participantes

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia basado en dos criterios de inclusión: (a) ser mayor de edad y (b) reportar haber sido víctima directa o indirecta de la violencia política en el marco del conflicto armado colombiano. Como criterio de exclusión se consideró no presentar síntomas asociados a trastorno de estrés postraumático.

La muestra se contactó a través de una comunidad de personas víctima que deseó participar en la investigación. El grupo de participantes quedó conformado por 42 víctimas, de las cuales el 78.5 % eran mujeres, con una media de edad de 47 años ($DE = 10.91$), y el 21.4 % eran hombres, con una media de edad de 56 años ($DE = 9.05$). En cuanto al nivel de escolaridad de los participantes, el 24.4 % cursó primaria completa, el 31.7 % no finalizó sus estudios secundarios, el 31.7 % completó sus estudios secundarios, y el 7.3 % cuenta con estudios técnicos incompletos —el 4.9 % no respondió a esta pregunta—. En cuanto a la procedencia de los participantes, si bien residen en la ciudad de Bogotá, provienen de distintos lugares del territorio nacional. Respecto a los hechos victimizantes, la totalidad de los participantes reportaron haber sido víctima del desplazamiento forzoso y de amenazas por parte de diferentes actores armados, aunque en menor medida reportaron presencia en combates en el marco del conflicto armado colombiano.

Procedimiento

El proceso de investigación inició con el acercamiento a la comunidad por medio de reuniones presenciales con los líderes comunales en las unidades residenciales otorgadas por el gobierno como forma de restitución de derechos. El propósito de las reuniones fue presentar los objetivos de la validación y extender la invitación a participar voluntariamente.

Luego de obtener las debidas autorizaciones, se recolectó los datos en una sesión, realizando entrevistas cognitivas de forma presencial en las áreas públicas de las unidades residenciales de la comunidad y asignando de forma aleatoria cada participante a las instrucciones experimentales. Las entrevistas se llevaron a cabo por psicólogos titulados y se grabaron en audio con previa autorización para ser transcritas de manera textual y analizadas mediante un análisis categorial con el software Atlas.ti, versión 8.4.

Aspectos éticos

Quienes aceptaron participar firmaron un consentimiento informado para dar cumplimiento a las condiciones éticas solicitadas por el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica de Colombia para dar aval al proyecto (Consejo Superior Universidad Católica de Colombia, 2015). Además, la investigación estuvo bajo condiciones de anonimato, uso de información para fines exclusivamente de investigación, y siguió los principios de respeto y dignidad establecidos tanto en la ley 1090 de 2006 como en los lineamientos de ética de la Asociación de Psicología Americana.

Cabe destacar que se contó con el apoyo de una psicóloga clínica en el equipo para brindar soporte emocional a los participantes en caso de ser necesario, así como con el apoyo de una entidad promotora de salud (Unidad de Servicios Psicológicos de la Universidad Católica de Colombia) para la atención o remisión de los casos identificados para intervención psicológica.

Instrumento

Se utilizó la *entrevista cognitiva* de Padilla et al. (2007), la cual “pretende conseguir información sobre las dificultades que se le han presentado al entrevistado en cuanto a la comprensión de las preguntas, las tareas de recuperación de información, la elaboración de la respuesta” (p. 120). Con esta técnica es posible identificar falencias en la formulación de preguntas en protocolos instruccionales y mejorar aspectos como la redacción y el léxico utilizado. Específicamente, se utilizaron dos de las técnicas cognitivas: (a) *verbalización del pensamiento*, que permite conocer qué piensa el participante mientras responde a cada una de las preguntas; y (b) *pruebas centradas en el significado*, que indaga cómo el participante entiende un término o palabra clave para comprender la pregunta. En la Tabla 1 se presentan las preguntas realizadas a los participantes en los distintos protocolos instruccionales según el propósito de cada técnica.

Respecto a las instrucciones, se aplicaron cuatro protocolos. El primero corresponde a la instrucción tradicional del protocolo de reexperimentación emocional (RE tradicional)

Tabla 1.
Técnicas de la entrevista cognitiva

Técnica	Objetivo	Preguntas
<i>Verbalización del pensamiento</i>	Conocer los pensamientos del entrevistado cuando responde a la pregunta.	a. ¿Qué sintió cuando estaba recibiendo las instrucciones? b. ¿Cree que el cerrar los ojos le ayuda a concentrarse? c. ¿Considera que 20 minutos son tiempo suficiente para contar lo que se le indica? d. ¿Qué sugerencia o recomendaciones nos haría para realizar esta actividad?
<i>Pruebas centradas en el significado</i>	Investigar cómo el entrevistado ha entendido una palabra o término del ítem clave para la comprensión de la pregunta.	a. Cuénteme, por favor, ¿qué entendió que debía hacer? b. ¿Qué entiende por “hecho molesto, estresante o traumático”? c. ¿Qué son para usted las sensaciones? d. ¿Qué son para usted las emociones? e. ¿Qué entendió cuando le mencioné que no se preocupara por “la ortografía, la sintaxis o la gramática”?

elaborado por Pennebaker et al. (1988), que se muestra a continuación:

Los seres humanos estamos expuestos a una serie de hechos que no podemos controlar y que nos han resultado dolorosos. Por ejemplo, secuestros, desaparición forzada, tortura, extorsión, pérdida de la propiedad, desplazamiento forzado, muertes de seres queridos, sufrir abusos sexuales, violaciones, amenazas...

Ahora, por favor, trata de recordar un hecho que te haya ocurrido o que hubieras presenciado y que te haya resultado altamente molesto, muy estresante o traumático.

Concéntrate en los detalles de ese hecho que ocurrió en el pasado (dónde fue, quién estaba contigo, sonidos, olores, personas, lugares, colores...), cierra los ojos si ello te ayuda a concentrarte. Haz pasar esa historia por tu mente.

A continuación, por favor, cuéntame durante 20 minutos todos los detalles que recuerdes, acompañados de tus sensaciones y tus emociones. Habla sobre lo que pasó antes, lo que ocurrió en el momento y lo que pasó después. *Empieza aquí por favor...*

El segundo protocolo corresponde a las instrucciones de RE con claves de la terapia de aceptación y compromiso (RE-ACT) diseñado por Zambrano (2015), que incluye elementos clave para el distanciamiento de emociones y pensamientos, así como para la aceptación de las experiencias traumáticas.

El tercer protocolo fue diseñado expresamente para esta investigación y contiene claves de relaciones intergrupales (RE psicossocial), dado que incluye elementos asociados a la diferenciación grupal. Este protocolo contó con la validación de un grupo de cinco jueces expertos, entre quienes se encontraban dos psicólogos clínicos y tres psicólogos sociales.

El cuarto y último protocolo (RE trivial) indaga sobre eventos rutinarios de la cotidianidad del participante, y corresponde al grupo control (Pennebaker et al., 1988).

Análisis de datos

Se realizó un análisis de contenido mixto deductivo-inductivo (Guix Oliver, 2008), en el que se trianguló la información obtenida de los cuatro protocolos instruccionales

de forma integrada para posteriormente diferenciar sus características a partir de las respuestas de los participantes.

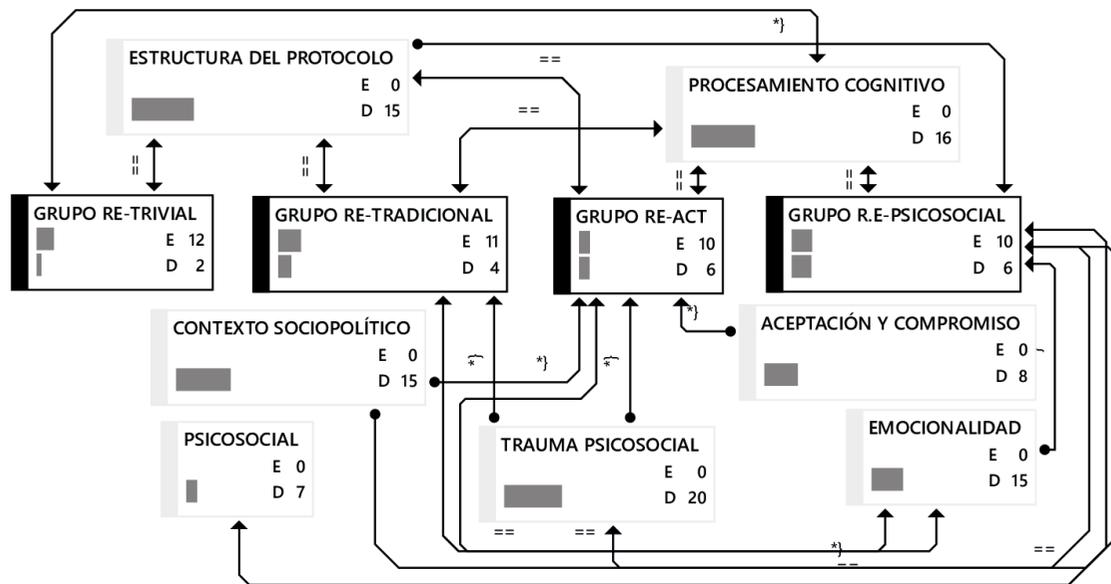
La naturaleza del análisis mixto permitió que, en su fase inductiva, se obtuvieran categorías emergentes provenientes de las respuestas de los participantes con respecto a cada instrucción; así, a partir de las preguntas, se codificaron las respuestas de los participantes con el fin de identificar fallas en la comprensión de los protocolos de reexperimentación emocional. Por su parte, en la fase deductiva se ordenaron las categorías a partir del modelo de validación cognitiva de Padilla et al. (2007), es decir, las categorías de *verbalización del pensamiento y pruebas centradas en el significado*. De esta manera, se evidencia la saturación del análisis, dado que a través de la codificación y la categorización se resumen tanto el nivel de comprensión de las instrucciones como las respuestas de los participantes.

Resultados

De acuerdo con los análisis realizados a partir de las entrevistas cognitivas, se observaron dos clases de respuesta en los participantes: una dirigida a recordar el evento traumático, producto de la lectura de las instrucciones, y otra dirigida a entender las instrucciones y abstraer la información relevante. Respecto a la comprensión de las instrucciones, los resultados se presentan mediante mapas de relaciones categoriales. Los valores presentados en las figuras corresponden a la *densidad* (D), que refiere al número de relaciones entre categorías, y al *enraizamiento* (E), que refiere al número de citas textuales mencionadas en las entrevistas, es decir, la frecuencia en la que un contenido asociado a una categoría fue mencionado directamente en las entrevistas. Por ejemplo, en la Figura 1 se evidencia que la categoría "Trauma psicossocial" tiene la mayor densidad (20), lo que indica que está relacionada con 20 categorías. Estos datos son útiles para identificar la saturación de los datos y las relaciones categoriales entre los distintos procesos psicológicos que subyacen a la comprensión de las instrucciones. En este caso, no se presentan frecuencias de enraizamiento, dado que los resultados muestran categorías que agrupan códigos que no se asocian directamente con las citas textuales, por ello, de forma complementaria, los resultados incluyen citas que ejemplifican las categorías mediante narrativas en contexto.

Figura 1.

Comparación de cuatro protocolos instruccionales de RE



Como se puede observar, en la Figura 1 se presenta el comparativo de los tres protocolos instruccionales experimentales y el correspondiente al grupo control. El diagrama muestra, en el primer nivel, categorías centrales asociadas a las técnicas de validación cognitiva, a saber: (a) *estructura del protocolo*, en la cual se codificaron narrativas de los participantes que reportaron una estructura coherente y condiciones adecuadas —tiempo— para la comprensión de los diferentes apartados del protocolo instruccional; y (b) *procesamiento cognitivo*, en la cual se codificaron las respuestas que evidencian el proceso metacognitivo realizado por los participantes que respondieron a las preguntas realizadas mediante técnicas de parafraseo, secuencia y comprensión de los significados. Según lo que se presenta en la Figura 1, los cuatro protocolos instruccionales están asociados con las categorías de validación cognitiva, lo cual pone de manifiesto que, a través de las entrevistas, los participantes identificaron la estructura de las instrucciones y reportaron procesamiento cognitivo en este proceso de identificación.

Es importante mencionar que, ante las preguntas propias de las pruebas centradas en el significado (Padilla et al., 2007), las personas indicaron no entender palabras como

“sintaxis” o “gramática”, lo cual sirvió para la mejora posterior de las instrucciones.

E: “¿Qué entendió cuando le mencioné que no se preocupara por ‘la ortografía, la sintaxis o la gramática’?”

P02: “No sé [...], no le he entendido.”

P29: “No sé, la única palabra que no entendí fue sintaxis.”

De igual manera, se evidenció cierta dificultad en los participantes para escribir, debido al bajo nivel de competencias lectoescritoras:

E: “¿Qué sugerencia o recomendación nos daría para realizar este tipo de actividad?”

P15: “La ayuda de pronto de una persona que me colaborara para escribir.”

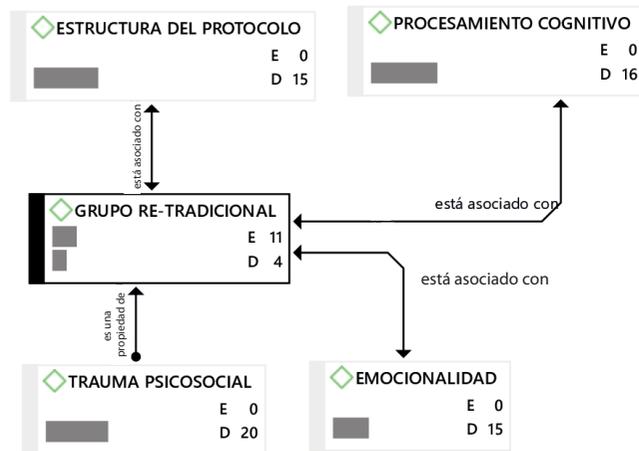
En las Figuras 2, 3, 4 y 5 se desagrega el segundo nivel de cada protocolo instruccional, y, adicionalmente, se diferencian las condiciones instruccionales de los tres grupos experimentales y el grupo control según las categorías de

emocionalidad, trauma psicosocial, contexto sociopolítico, psicosocial, y aceptación y compromiso.

Reporte de validación cognitiva del grupo tradicional (RE tradicional)

En la Figura 2 se presentan las categorías asociadas al grupo de reexperimentación tradicional desarrollado por Pennebaker et al. (1988). Su estructura permite a los participantes comprender que las instrucciones guían la descripción de las emociones (*emocionalidad*); así, los participantes identificaron que la expresión de las emociones se vincula al evento traumático (*trauma psicosocial*), el cual, en este caso, corresponde al hecho victimizante.

Figura 2. Estructura derivada de la comprensión de las instrucciones del protocolo del grupo tradicional (RE tradicional)



Al ahondar en las respuestas, se evidenció que las instrucciones guiaban el recuerdo hacia el hecho victimizante cuando se les preguntó sobre la definición de “hecho traumático”, lo cual sucedió en los tres protocolos de reexperimentación, y no en las instrucciones del protocolo trivial (grupo control).

E: “¿Qué entendió por ‘hecho molesto, estresante o traumático’?”

P01: “Algo que hace daño, sentimental [...], sentimentalmente hace mucho daño.”

P02: “Dramáticos, o sea, dolorosos, ¿no?”

Asimismo, la evocación de hecho traumático se asoció con emociones negativas:

E: “¿Qué sintió cuando estaba recibiendo las instrucciones?”

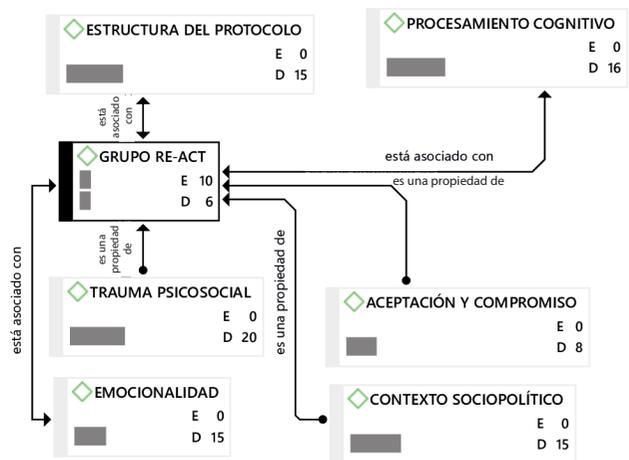
P01: “Tristeza [...], rabia [...], dolor [...].”

P02: “Pues tristeza [...], al recordar.”

Reporte de validación cognitiva del grupo con claves de aceptación y compromiso (RE-ACT)

En la Figura 3 se presentan las categorías asociadas al grupo de reexperimentación con claves de aceptación y compromiso (RE-ACT) desarrollado por Zambrano (2015), cuya estructura permite guiar a los participantes hacia la descripción de las emociones (*emocionalidad*). En este caso, los participantes identificaron que la expresión de las emociones se vincula al evento traumático que corresponde al hecho victimizante (*trauma psicosocial*) ubicado en el contexto colombiano (*contexto sociopolítico*). En este protocolo, además, los participantes identificaron instrucciones que orientan el proceso de reexperimentación emocional mediante la toma de distancia psicológica y la resignificación de los eventos estresantes (*aceptación y compromiso*).

Figura 3. Estructura derivada de la comprensión de las instrucciones del protocolo del grupo RE-ACT



Las respuestas asociadas con la ACT mostraron que las personas comprendían cómo evocar el hecho traumático con distancia emocional:

E: “¿Qué entendió que debía hacer?”

P15: “Como tranquilizarme, sobrellevar la situación y, y en este momento, pues algo que me alegra.”

P40: “Que recuerde lo que pasó, cómo pasó, bueno, no sé, lo que yo estaba sintiendo en ese momento que pasó, ¿sí?”

P12: “Bueno, al mirarme, al hacerme un autoanálisis [...], me doy cuenta que he superado muchas cosas.”

No obstante, a algunos participantes se les dificultó abstraer y entender la instrucción propia de la terapia de aceptación y compromiso, por ejemplo:

E: “¿Qué entiende que debe hacer cuando le digo que observe sus pensamientos como estos vienen y se van?”

P15: “Pues que me están preguntando mis emociones. No entiendo.”

Reporte de validación cognitiva del grupo psicossocial (RE psicossocial)

En la Figura 4 se presentan las categorías asociadas al grupo de reexperimentación (RE psicossocial) desarrollado en esta investigación, cuya estructura permite a los participantes comprender que las instrucciones guían la descripción de las emociones (*emocionalidad*). Mediante la identificación de los grupos perpetradores de las acciones violentas, los participantes identificaron que la expresión de las emociones se enmarca en el hecho victimizante (*trauma psicossocial*) ocurrido en el contexto del conflicto armado colombiano (*contexto sociopolítico*).

En este grupo se identificó que los participantes tenían diferentes definiciones frente a la comprensión del concepto “sociopolítico”:

E: “¿Qué entiende por ‘sociopolítico’?”

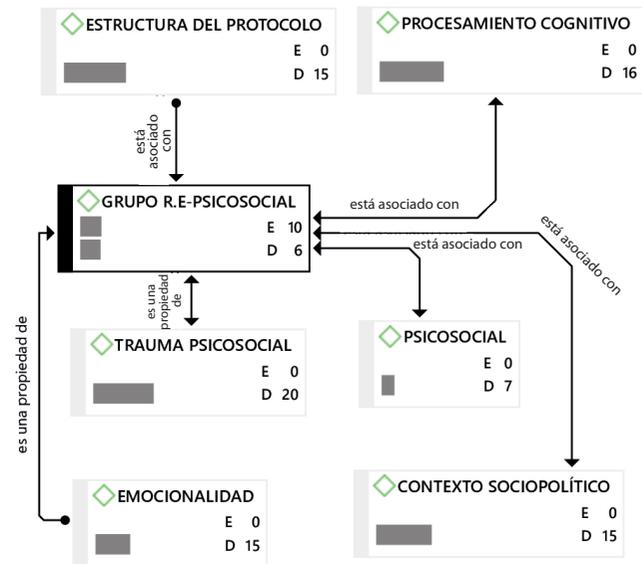
P18: “Sí, sobre los conflictos que tenemos aquí en Colombia.”

P04: “Pues, yo entiendo por contexto sociopolítico, es que, digamos, en una parte mande una persona, como, digamos, por allá mandaba era la guerrilla.”

P03: “Pues yo entiendo como [...] las épocas [...], en el momento en que estaba uno en esa situación donde nadie podía ayudarle a uno, por ejemplo, las

Figura 4.

Estructura derivada de la comprensión de las instrucciones del protocolo del grupo psicossocial (RE psicossocial)



personas como el presidente, los alcaldes, todo eso, no le pueden ayudar en esa ocasión.”

Por su parte, la percepción del hecho traumático en el contexto sociopolítico dado en las instrucciones se vinculó a emociones negativas:

E: “¿Qué sintió cuando estaba recibiendo las instrucciones?”

P22: “Eh, pues tristeza, sí, claro.”

P35: “Pues, uno se pone a pensar tantas cosas, y a recordar al pasado, porque eso para uno es un martirio, porque eso, mejor dicho, sí, señora.”

Asimismo, es importante mencionar que algunos participantes expresaron no entender este concepto, razón por la cual se ajustó en el protocolo final:

E: “¿Qué entiende por ‘sociopolítico’?”

P18: “Es [...], no, casi no entiendo, no, como casi no he sido político, entonces...”

P26: “No, no, nada, no entiendo esa parte.”

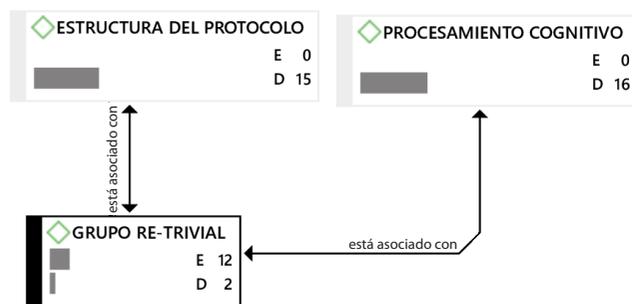
P02: “Sociopolítico, o sea [...], porque el margen armado, pues, viene a ser también algo político, porque es la revolución.”

Reporte de validación cognitiva del grupo control (RE trivial)

Finalmente, en el protocolo del grupo control (RE trivial), los participantes no identificaron instrucciones orientadas a la descripción de sus emociones. En la Figura 5 se observa que las respuestas de las personas indicaron la comprensión de la estructura macro de la instrucción y reportaron procesamiento cognitivo para el entendimiento de estas.

Figura 5.

Estructura derivada de la comprensión de las instrucciones del protocolo del grupo control (RE trivial)



Las respuestas de los participantes muestran que no asociaron las instrucciones con un evento traumático ni con el conflicto armado:

E: “Por favor, coménteme ¿qué entendió de lo que le acabé de leer?”

P24: “Lo que entendí es que, pues, recuerde lo que hice como en el transcurso de la mañana desde que me levanté. Sí, eso fue lo que entendí, como decir lo que hice desde que me levanté, el aseo, el desayuno, eso fue lo que entendí.”

Si bien no se dieron respuestas de tipo emocional, como se esperaba, cuando se preguntó a los participantes sobre la definición de emoción, asociaban su respuesta a emociones positivas y no a negativas, como hicieron los participantes de los protocolos de reexperimentación:

E: “¿Qué son para usted las emociones?”

P31: “Para mí las emociones es sentirse uno feliz, con la familia, o sea, cuando uno se levanta, sentirse uno contento, ser uno feliz.”

Discusión

El objetivo de esta investigación fue evaluar la comprensión de tres tipos de instrucciones experimentales (RE tradicional, RE con claves de aceptación y compromiso, y RE psicosocial) y una instrucción para el grupo control (RE trivial) en personas expuestas a hechos de violencia política en Colombia. Para ello, se usó una estrategia de validación cognitiva basada en las técnicas de entrevista —verbalización del pensamiento y prueba centrada en el significado— de Padilla et al. (2007), cuyos resultados indican que los tres protocolos instruccionales de reexperimentación emocional (RE tradicional, RE con claves de aceptación y compromiso, y RE psicosocial) son comprendidos por los participantes, y que los componentes que los diferencian (condición experimental), son correspondientes con los reportes de estructura identificados por los mismos.

Por otra parte, en todos los grupos los participantes mencionan que el tiempo propuesto (20 minutos) es suficiente para la narración solicitada, pero se reportó poca comprensión de expresiones como “ortografía, sintaxis y gramática”. Esta falta de comprensión de algunos apartados puede deberse a un bajo nivel de formación académica, lo cual se evidenció en la solicitud de ayuda por parte de algunos para leer o escribir. Es posible que esta dificultad no se presentara en investigaciones previas (Pennebaker & Beall, 1986), ya que los estudios se realizaron con universitarios o en poblaciones con formación académica superior. En esta investigación, la mayoría de los participantes que validaron la comprensión de las instrucciones tienen estudios básicos de primaria y secundaria incompletos (56.1 %), lo cual es consistente con la realidad de las víctimas a nivel nacional, quienes tienen en promedio solo 4.3 años de educación (Ibañez & Moya, 2007). Asimismo, esto es consistente con el nivel educativo de las personas víctimas del conflicto establecidas en Bogotá, quienes en gran proporción tienen formación incompleta básica (34.9 %) o secundaria (39.8 %) (Moreno, 2020).

En cuanto al protocolo instruccional del grupo control (RE trivial), en la comprensión de las instrucciones no se presentaron reportes asociados a la solicitud de narración de hechos traumáticos ni emociones, y la comprensión de las instrucciones se facilitó en los participantes debido al uso de un lenguaje cotidiano.

Por su parte, aunque se observó una mayor comprensión de las instrucciones en el protocolo tradicional (RE tradicional), se pone de manifiesto que no se logró abstraer el significado o la intención de algunos apartados como “concéntrate en los detalles de esta situación que ocurrió en el pasado (dónde fue, quién estaba contigo, sonidos, olores, colores...)”, probablemente porque no se usaron instrucciones más explícitas que facilitaran al participante entender la premisa. En este sentido, también manifestaron que las instrucciones resultaban extensas, lo cual deja en evidencia el efecto de primacía y recencia para explicar lo entendido del protocolo.

En cuanto a la comprensión del protocolo instruccional con claves de aceptación y compromiso (RE con claves de aceptación y compromiso), los participantes comprendieron que la instrucción inducía a tomar distancia de los eventos privados (defusión), es decir, a observar el evento traumático como una situación que ya pasó y resignificar las emociones y pensamientos asociados. Sin embargo, el enunciado “Ahora, te pido que te concentres en esa situación, en lo que te pasó a ti o a otros” fue confuso, pues se les dificultó desligar sus experiencias de las de su comunidad. De igual manera, la oración “Trata de observarte a ti mismo en ese momento, justo antes de que pasara, de lo que sentiste en aquel momento... y de lo que sientes, ahora, al recordarlo” no fue clara para los participantes, por lo cual se evidenció la necesidad de implementar una metáfora que explicara la intención de la instrucción con un lenguaje más cercano a las experiencias de la comunidad.

Respecto a las instrucciones del grupo de reexperimentación psicosocial (RE psicosocial), la frase “Piensa en ese momento a qué grupo o grupos pertenecías y escribe los pensamientos, emociones y acciones que compartían con las personas de ese grupo”, fue comprendida por los participantes como la solicitud de identificarse con el “grupo o grupos” al margen de la ley, en lugar de hacer referencia a grupos como comunidades o vecindarios. Por lo anterior, esta frase fue eliminada del protocolo final. Asimismo, como en el protocolo de RE tradicional, los participantes expresaron que la instrucción fue extensa y presentaron un efecto primacía y recencia. Adicional a esto, algunos de ellos desconocían también el significado de la expresión “contexto sociopolítico” o expresaban distintas definiciones, lo cual muestra que, en general, la expresión “sociopolítico” tiene múltiples significados. Por lo anterior, la redacción de

la instrucción fue ajustada en contenido y extensión (en el Apéndice 1 se presentan los protocolos finales ajustados).

Este tipo de adaptaciones se han llevado a cabo de manera sistemática en la psicometría para el uso de instrumentos (Lauffer et al., 2013), sin embargo, son pocos los estudios que reportan la adaptación y validación en protocolos o instrucciones experimentales o de intervenciones clínicas. Al respecto, es importante mencionar que las investigaciones de efectividad de la reexperimentación emocional se han realizado con estudiantes universitarios y en personas sordas (Moreno-Murcia & Medina-Arboleda, 2020; Peñate et al., 2010; Ribero-Marulanda & Agudelo-Colorado, 2016), por lo cual las limitaciones de entendimiento por bajo nivel educativo no se presentan con tanta frecuencia.

De igual manera, en la implementación de la terapia de aceptación y compromiso se ha recomendado adaptar los protocolos a las características de los consultantes (Vargas Madriz & Ramírez Henderson, 2012). Esta misma recomendación se sugiere en la implementación de intervenciones clínicas o psicosociales a poblaciones víctimas de conflicto armado, en particular, porque el bajo nivel de escolaridad de la población puede extender el tiempo de aplicación e implicar que las mediciones e intervenciones se hagan individualmente (Moreno & Díaz, 2016; Sánchez Mantilla, 2018).

Resulta evidente concluir que las instrucciones deben adaptarse a las características de la muestra, en particular a los niveles de comprensión y formación socio-lectora, pues, de no controlarse esta variable, la validez interna de las intervenciones puede verse afectada. Por tanto, para mejorar los protocolos de reexperimentación emocional usados en víctimas del conflicto armado colombiano es necesario: (a) optar por protocolos de narración orales y no escritos; (b) usar metáforas sencillas que permitan la defusión cognitiva en las instrucciones con claves de aceptación y compromiso; (c) usar un lenguaje que se acerque al léxico de la comunidad; (d) ajustar la palabra “grupos” en la instrucción del protocolo de RE psicosocial y contextualizar a los participantes con palabras que evoquen contextos intergrupales —como familia, comunidad, vecindario, sociedad, conjunto, colombianos, etc.—; y (e) adaptar la parte final de la instrucción “No te preocupes por la ortografía, la sintaxis o la gramática. Lo que más importa es que describas tus pensamientos y emociones más profundas asociadas a esos hechos en el orden que

ocurrieron”, considerando el formato de aplicación del protocolo (oral o escrito).

Sumado a esto, es necesario mencionar que si bien la muestra es similar a la población víctima de violencia política, ya que provienen de regiones expuestas al conflicto armado, la generalización a otras poblaciones es limitada debido a los diferentes hechos victimizantes que han afectado a millones de personas de la sociedad colombiana. Por ello, se recomienda extender este tipo de estudios a otras regiones de Colombia.

Finalmente, consideramos importante implementar técnicas de validación cognitiva para verificar la comprensión de instrucciones, protocolos o instrumentos, dado que el desempeño de los participantes, la calidad de las medidas o el efecto de los experimentos puede verse afectado por la comprensión e interpretación de las instrucciones propuestas, lo cual es consistente con el *efecto de las características de la demanda* (Orne, 1962; Orne & Whitehouse, 2000). De igual manera, se recomienda el uso de algún software de análisis cualitativo categorial para establecer dichas interpretaciones, pues estos permiten identificar el nivel de comprensión y los significados de las palabras más importantes en las instrucciones, lo que facilitará la adaptación de instrumentos a las particularidades de las muestras.

Referencias

- Atylas L. Y. (2019). How instructions shape aversive learning: higher order knowledge, reversal learning, and the role of the amygdala. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 26, 121-129. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2018.12.008>
- Barreto-Zambrano, M. L., Zambrano-Hernández, S., Avendaño-Prieto, B. L., & Toro-Tobar, R. A. (2021). Efecto de la terapia de aceptación y compromiso en víctimas del conflicto armado. En C. Londoño-Pérez & M. Peña-Sarmiento (Eds.), *Perspectivas de investigación psicológica: aportes a la comprensión e intervención de problemas sociales* (pp. 205-208). Universidad Católica de Colombia. <https://www.doi.org/10.14718/9789585133808.2021.12>
- Benitez, I., & Padilla, J. (2013). Analysis of Nonequivalent Assessments Across Different Linguistic Groups Using a Mixed Methods Approach: Understanding the Causes of Differential Item Functioning by Cognitive Interviewing. *Journal of Mixed Methods Research*, 8(1), 52-68. <https://doi.org/10.1177/1558689813488245>
- Blanco, A., Blanco, R., & Díaz, D. (2016). Social (dis)order and psychosocial trauma: Look earlier, look outside, and look beyond the persons. *American Psychologist*, 71(3), 187-198. <https://doi.org/10.1037/a0040100>
- Blanco, A., & Díaz, D. (2004). Bienestar social y trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés protraumático. *Clinica y Salud*, 15(3), 227-252. <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/839ab46820b524afda05122893c2fe8e>
- Braem, S., Liefoghe, B., De Houwer, J., Brass, M., & Abrahamse, E. L. (2017). There are limits to the effects of task instructions: Making the automatic effects of task instructions context-specific takes practice. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 43, 394-403. <https://doi.org/10.1037/xlm0000310>
- Cabello-Luque, F., & O’Hora, D. (2016). Verbal Reports in the Experimental Analysis of Behavior. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16(2), 157-177. <https://www.ijpsy.com/volumen16/num2/440/verbal-reports-in-the-experimental-analysis-EN.pdf>
- Caicedo, E., & Zalazar-Jaime, M. (2018). Entrevistas cognitivas: revisión, directrices de uso y aplicación en investigaciones psicológicas. *Avaliação Psicológica*, 17(3), 362-370. <https://dx.doi.org/10.15689/ap.2018.1703.14883.09>
- Chung, C., & Pennebaker, J. (2008). Revealing dimensions of thinking in open-ended self-descriptions: An automated meaning extraction method for natural language. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 96-132. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.006>

- Consejo Superior Universidad Católica de Colombia. (2015). *Acuerdo 214. Por el cual se crea y reglamenta el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica de Colombia*. <https://www.ucatolica.edu.co/portal/wp-content/uploads/adjuntos/acuerdos/consejo-superior-acuerdos-academicos-214-15.pdf>
- Frattaroli, J. (2006). Experimental disclosure and its moderators: A Meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *132*(6), 823-865 <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.6.823>
- Fernández, I., & Páez, D. (2008). The benefits of expressive writing after Madrid terrorist attack: Implication for emotional activation and positive affect. *British Journal of Health Psychology*, *13*, 31-34. <https://doi.org/10.1348/135910707X251234>
- Fernández, I., & Pennebaker, J. W. (2011). La superación del trauma a través de la escritura. En D. Páez, C. Martín Beristain, J. L. González, N. Basabe & J. De Rivera (Eds.), *Superando la violencia colectiva y construyendo una cultura de paz* (pp. 343-352). Editorial Fundamentos. http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=755-superando-la-violencia-colectiva-y-construyendo-cultura-de-paz&category_slug=justicia-verdad-y-reparacion&Itemid=100225
- Garzón-Velandia, D. C., Barreto, I., & Medina, I. F. (2020). Validación de un diccionario LIWC para identificar emociones intergrupales. *Revista Latinoamericana de Psicología*, *52*, 149-159. <https://doi.org/10.14349/rlp.2020.v52.15>
- Guix Oliver, J. (2008). El análisis de contenidos: ¿qué nos están diciendo? *Revista de Calidad Asistencial*, *23*(1), 26-30. [https://doi.org/10.1016/S1134-282X\(08\)70464-0](https://doi.org/10.1016/S1134-282X(08)70464-0)
- Ibañez, A., & Moya, A. (2007). *La población desplazada en Colombia: Examen de sus condiciones socioeconómicas y análisis de las políticas actuales*. Misión para el diseño de una estrategia para la reducción de la pobreza y la desigualdad (MERPD). <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/Publicaciones/2008/6682.pdf>
- Jiménez-Molina, J. R., Avendaño-Prieto, B. L., Barreto-Galeano, M. I., & Blanco-Abarca, A. (2021). Diseño y análisis psicométrico del Instrumento de Evaluación de Trauma Psicosocial. *Suma Psicológica*, *28*(1), 52-61. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2021.v28.n1.7>
- King, L., & Miner, K. (2000). Writing about the Perceived Benefits of Traumatic Events: Implications for Physical Health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *26*(2), 220-230. <https://doi.org/10.1177/0146167200264008>
- Lepore, S. J., Ragan, J. D., & Jones, S. (2000). Talking facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor. *Journal of Personality and Social Psychology*, *78*(3), 499-508. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.3.499>
- Lauffer, A., Solé, L., Bernstein, S., Lopes, M. H., & Francisconi, C. F. (2013). Cómo minimizar errores al realizar la adaptación transcultural y la validación de los cuestionarios sobre calidad de vida: aspectos prácticos. *Revista de Gastroenterología de México*, *78*(3), 159-176. <https://doi.org/10.1016/j.rgmx.2013.01.008>
- Mackie, D. M., & Smith E. R. (2015). Intergroup emotions. En M. Mikulincer, P. Shaver, J. F. Dovidio & J. A. Simpson (Eds.), *APA Handbook of Personality and Social Psychology. Vol. 2. Group Processes* (pp. 263-293). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14342-000>
- Martín-Baró, I. (1988). La violencia política y la guerra como causas del trauma psicosocial en el Salvador. *Revista de Psicología de El Salvador*, *7*(28), 123-141. https://www.uca.edu.sv/coleccion-digital-IMB/wp-content/uploads/2015/11/1988-La-violencia-pol%c3%aadtica-y-la-guerra-como-causas-del-trauma-RP1988-7-28-123_141.pdf
- McCambridge, J., de Bruin, M., & Witton, J. (2012). The effects of demand characteristics on research participant behaviours in non-laboratory settings: A systematic review. *Plos one*, *7*(6), Article e39116. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0039116>

- McDermott, R. (2011). Internal and External Validity. En J. N. Druckman, D. P. Green, J. H. Kuklinski & A. Lupia (Eds.), *Cambridge Handbook of Experimental Political Science* (pp. 27-40). Cambridge University Press.
- Mertens, G., Boddez, Y., Sevenster, D., Engelhard, I. M., & De Houwer, J. (2018). A review on the effects of verbal instructions in human fear conditioning: Empirical findings, theoretical considerations, and future directions. *Biological Psychology*, *137*, 49-64. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2018.07.002>
- Ministerio de Educación Nacional. (2018). Tasa de analfabetismo en Colombia a la baja. https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-376377.html?_noredirect=1
- Montero, I., & León, O. G. (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *2*(3), 503-508. http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-53.pdf
- Moreno, M., & Díaz, M. (2016). Posturas en la atención psicosocial a víctimas del conflicto armado en Colombia. *El Ágora USB*, *16*(1), 193-213. <https://doi.org/10.21500/16578031.2172>
- Moreno-Murcia, L. M., & Medina-Arboleda, I. F. (2020). Efectos de la reexperimentación emocional mediante lengua de señas colombiana sobre la sintomatología depresiva en personas sordas. *Suma Psicológica*, *27*(2), 88-97. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2020.v27.n2.3>
- Moreno, S. (2020). *II-Informe de Gestión de la SDDE referente a víctimas*. Alcaldía Mayor de Bogotá. http://www.desarrolloeconomico.gov.co/sites/default/files/control/3.1.1_ii-informe_de_gestion_en_relacion_a_las_victimas_del_conflicto_armado.pdf
- North, R. J., Meyerson, L., Brown, D., & Holahan, C. J. (2012). The Language of Psychological Change: Decoding an Expressive Writing Paradigm. *Journal of Language and Social Psychology*, *32*(2), 142-161. <https://doi.org/10.1177/0261927X12456381>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OCDE]. (2019). *Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (PISA) Informe de Colombia del año 2018*. OCDE. https://www.oecd.org/pisa/publications/PISA2018_CN_COL_ESP.pdf
- Orne, M. T. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. *American Psychologist*, *17*, 776-783. <https://doi.org/10.1037/h0043424>
- Orne, M. T., & Whitehouse, W. G. (2000). Demand characteristics. En A. Kazdin (Ed.), *Encyclopedia of Psychology* (Vol. 2, pp. 469-470). American Psychological Association & Oxford University Press.
- Padilla, J., García, A., & Gómez, J. (2007). Evaluación de cuestionarios mediante procedimientos cognitivos. *Avances de Medicina*, *5*, 115-126. https://www.humanas.unal.edu.co/lab_psicometria/revista-avances-en-medicion/avances-en-medicion-no5
- Pennebaker, J. W. (1993). Putting stress into words: health, linguistic, and therapeutic implications. *Behaviour Research and Therapy*, *31*, 539-548. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90105-4](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90105-4)
- Pennebaker, J. W., & Beall, S. K. (1986). Confronting a traumatic event: Toward an understanding of inhibition and disease. *Journal of Abnormal Psychology*, *95*(3), 274-281. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.3.274>
- Pennebaker, J. W., Kiecolt-Glaser, J., & Glaser, R. (1988). Disclosure of traumas and Immune Function: Health Implications for Psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *56*(2), 239-245. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.2.239>
- Peñate, W., Del Pino-Sedeño, T., & Bethencourt, J. M. (2010). El efecto diferencial de escribir sobre un mismo trauma o sobre diferentes traumas en el bienestar psicológico y el estado de salud autoinformado. *Universitas Psychologica*, *9*(2), 433-445. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy9-2.edet>

- Porat, R., Tamir, M., & Halperin, E. (2020). Group-Based Emotion Regulation: A motivated Approach. *Emotion, 20*(1), 16-20. <https://doi.org/10.1037/emo0000639>
- Ribero-Marulanda, S., & Agudelo-Colorado, L. (2016). La aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en dos casos de evitación experiencial. *Avances en Psicología Latinoamericana, 34*(1), 29-46. <https://doi.org/10.12804/apl34.1.2016.03>
- Sánchez Mantilla, L. (2018). *Diseño de un modelo de referenciación a personas en emergencia social víctimas del conflicto armado residentes en Bogotá* (Tesis de maestría). Universidad Católica de Colombia. <http://hdl.handle.net/10983/15829>
- Sloan, D. M., Marx, B. P., Epstein, E. M., & Lexington, J. M. (2007). Does altering the writing instructions influence outcome associated with written disclosure? *Behavior Therapy, 38*(2), 155-168. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.06.005>
- Sloan, D. M., Marx, B. P., & Greenberg, E. M. (2011). A test of written emotional disclosure as an intervention for posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy, 49*(4), 299-304. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.02.001>
- Smith, V., & Molina, M. (2011). La entrevista cognitiva: Guía para su aplicación en la evaluación y mejoramiento de instrumentos de papel y lápiz. https://www.researchgate.net/publication/236335393_La_entrevista_cognitiva_Guia_para_su_aplicacion_en_la_evaluacion_y_mejoramiento_de_instrumentos_de_papel_y_lapiz
- Vargas Madriz, L., & Ramírez Henderson, R. (2012). Terapia de aceptación y compromiso: descripción general de una aproximación con énfasis en los valores personales. *Revista de Ciencias Sociales (Cr), IV*(138), 101-110. <https://doi.org/10.15517/rcs.v0i138.12089>
- Villagrán Valenzuela, L. A., Blanco Abarca, A., Olea Díaz, J., & Bilbao Ramírez, M. D. (2021). A proposal for evaluating psychosocial trauma. *Psicothema, 33*(4), 631-638. <https://doi.org/10.7334/psicothema2021.160>
- Willis, G. B. (2005). *Cognitive interviewing*. Sage.
- Zambrano, S. (2015). *Efectividad de dos protocolos de re-experimentación emocional sobre el bienestar físico y psicológico de jóvenes universitarios* (Tesis doctoral). Universidad de la Laguna, España. <https://portalciencia.ull.es/documentos/5e31702e2999523690ffdd4b?lang=fr>

Apéndice 1.

Instrucciones finales

Protocolo	Instrucción
<p><i>RE tradicional</i> Adaptado de Pennebaker y Beall (1986)</p>	<p>Los seres humanos estamos expuestos a una serie de hechos que no podemos controlar y que nos han resultado dolorosos. Por ejemplo, secuestros, desaparición forzada, tortura, extorsión, pérdida de la propiedad, desplazamiento forzado, muertes de seres queridos, sufrir abusos sexuales, violaciones, amenazas...</p> <p>Ahora, por favor, trata de recordar un hecho que te haya ocurrido o que hubieras presenciado y que te haya resultado altamente molesto, muy estresante o traumático.</p> <p>Concéntrate en los detalles de ese hecho que ocurrió en el pasado (dónde fue, quién estaba contigo, sonidos, olores, personas, lugares, colores...), cierra los ojos si ello te ayuda a concentrarte. Haz pasar esa historia por tu mente.</p> <p>A continuación, por favor, cuéntame durante 20 minutos todos los detalles que recuerdes, acompañados de tus sensaciones y tus emociones. Habla sobre lo que pasó antes, lo que ocurrió en el momento y lo que pasó después. <i>Empieza aquí por favor...</i></p>
<p><i>RE con claves de aceptación y compromiso (RE-ACT)</i> Adaptado de Zambrano (2015)</p>	<p>Los seres humanos estamos expuestos a una serie de hechos que no podemos controlar y que nos han resultado dolorosos. Por ejemplo, secuestros, desaparición forzada, tortura, extorsión, pérdida de la propiedad, desplazamiento forzado, muertes de seres queridos, sufrir abusos sexuales, violaciones, amenazas...</p> <p>Ahora, por favor, trata de recordar un hecho que te haya ocurrido o que hubieras presenciado y que te haya resultado altamente molesto, muy estresante o traumático. Piensa si ese hecho ha limitado algo en tu vida, por ejemplo, en hacer y perseguir objetivos importantes para ti. También, si crees que te pueden limitar en el futuro. Si es así, habla primero sobre esas limitaciones.</p> <p>Por un momento imagina un hermoso y lento río, el agua fluye sobre las rocas y árboles, desciende hacia abajo y viaja a través de un valle. De vez en cuando, una gran hoja cae al agua y flota río abajo. Imagina que tú estás sentado al lado de ese río en un día cálido y soleado, mirando flotar las hojas. Ahora date cuenta de tus pensamientos. Cada vez que un pensamiento aparece en tu cabeza, imagina que está escrito en una de esas hojas. Si piensas en palabras, ponlas en la hoja como palabras. Si piensas en imágenes, ponlas en la hoja como imágenes. El objetivo es permanecer al lado del río y permitir que las hojas sigan flotando. No intentes hacer que la corriente sea más rápida o más lenta. No intentes cambiar lo que aparece en las hojas de ninguna manera. Si las hojas desaparecen, si mentalmente vas a otro lugar, o si encuentras que estás en la corriente o en una hoja, simplemente detente y observa que esto ha sucedido. Déjalo pasar y luego regresa nuevamente a la orilla. Observa cómo un pensamiento viene a tu mente, colócalo en una hoja y deja que este flote río abajo. Continúa durante los siguientes momentos, solo observa tus pensamientos flotando.</p> <p>Ahora, te pido que te concentres en ese hecho, en lo que te pasó a ti o a otros, en lo que viviste o experimentaste. Concéntrate en los detalles de esa situación que ocurrió en el pasado (dónde fue, quién estaba contigo, los sonidos, olores, personas, lugares, colores...). Cierra los ojos si ello te ayuda a concentrarte. Haz pasar esa historia por tu mente, al pensar en ello, me gustaría que hicieras lo mismo que hace un momento, observa los pensamientos que caen como las hojas al río y flotan sobre él, y la corriente se los va llevando.</p> <p>Acepta y no juzgues los pensamientos, emociones y recuerdos que ahora experimentas, permítete observarlos, sin tratar de cambiarlos o escapar de ellos, nota como vienen y van, que no permanecen, sino que fluyen por la corriente del río. Trata de observarte a ti mismo en ese momento en el que ocurrieron los hechos, justo antes de que pasara, de lo que sentiste en aquel momento... y de lo que sientes, ahora, al recordarlo.</p> <p>A continuación, por favor, cuéntame durante 20 minutos todos esos pensamientos, sensaciones, emociones y recuerdos, y cuando lo hagas, date cuenta de que los puedes observar y que puedes hablar acerca de ellos y recuerda que tú eres mucho más que tus pensamientos y emociones, siempre tú podrás elegir qué hacer con ellos. <i>Empieza aquí por favor...</i></p>

Protocolo	Instrucción
<i>RE psicosocial</i>	<p>Los colombianos estamos expuestos a una serie de hechos que no podemos controlar y que nos han resultado dolorosos. Por ejemplo, secuestros, desaparición forzada, tortura, extorsión, pérdida de la propiedad, desplazamiento forzado, muertes de seres queridos, sufrir abusos sexuales, violaciones, amenazas...</p> <p>Ahora, por favor, trata de recordar un hecho que haya ocurrido en tu familia, en tu vecindario o en tu comunidad y que te haya resultado altamente molesto, muy estresante o traumático.</p> <p>Concéntrate en los detalles de este hecho que ocurrió en el pasado (dónde fue, quién estaba contigo, los sonidos, olores, personas, lugares, colores...). Cierra los ojos si ello te ayuda a concentrarte. Haz pasar esa historia por tu mente.</p> <p>A continuación, por favor, cuéntame durante 20 minutos lo que sintieron las personas de tu familia, vecindario o comunidad. Habla sobre lo que pasó antes, lo que ocurrió en el momento y lo que pasó después". <i>Empieza aquí por favor...</i></p>
<i>RE trivial</i> Adaptado Pennebaker y Beall (1986)	<p>Trata de recordar cronológicamente todo lo que has hecho hoy en la mañana, desde que te levantaste hasta que saliste de tu casa. Concéntrate y haz pasar el desarrollo de este momento del día por tu mente y, a continuación, cuéntame durante 20 minutos todos los detalles que recuerdes, acompañados de tus sensaciones y tus emociones. <i>Empieza aquí por favor...</i></p> <p>En caso de que el participante no hable durante 20 minutos:</p> <p>Para el tema de hoy, puedes describir lo que hiciste ayer desde el momento en que te levantaste hasta el momento que te acostaste. Puedes incluir la descripción de las cosas que comiste, a dónde fuiste, qué lugares o cosas en el día viste. <i>Empieza aquí por favor...</i></p>