

UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias Psicológicas  
Licenciatura en Psicología y Consejería Social



**Los Principales Problemas Psicosociales ante  
la pérdida del empleo**  
(Sistematización de Práctica Profesional Dirigida)

Emerita Guadalupe Reynoso Castellanos

Petén, octubre 2013

**Los Principales Problemas Psicosociales ante la  
pérdida del empleo**

(Sistematización de Práctica Profesional Dirigida)

Emerita Guadalupe Reynoso Castellanos (**Estudiante**)

Licenciado Oscar Armando Quisquinay Rojas (**Asesor**)

Licenciada Melva Liseth Guillén González (**Revisor**)

Petén, octubre 2013

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD  
PANAMERICANA**

<b>Rector</b>	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
<b>Vicerrectora Académica y Secretaria General</b>	M. Sc. Alba Araceli Rodríguez de Gonzáles
<b>Vicerrector Administrativo</b>	M.A. Cesar Augusto Custodio Cobar

**AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE  
CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

<b>Decana</b>	Licda. Julia Elizabeth Herrera Quiroz de Tan
---------------	---

SISTEMATIZACIÓN DE PRÁCTICA

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

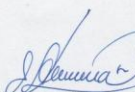

ASUNTO: **Emérita Guadalupe Reynoso Castellanos**  
Estudiante de **Licenciatura en**  
**Psicología y Consejería Social** de  
esta Facultad solicita autorización  
para realizar su **Práctica Profesional**  
**Dirigida** para completar requisitos de  
graduación.

DICTAMEN: Enero 28 de 2012.

Después de haber estudiado el anteproyecto presentado a esta Decanatura para cumplir requisitos de egreso que es requerido para obtener el grado a nivel de Licenciatura en Psicología y Consejería Social se resuelve:

5. La solicitud hecha para realizar la **Sistematización de Práctica Profesional Dirigida** está enmarcado dentro de los conceptos requeridos para egreso, según el reglamento académico de esta universidad.
6. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en Artículo 9, (Inciso a al i).

Por lo antes expuesto, la estudiante **Emérita Guadalupe Reynoso Castellanos**, recibe la aprobación para realizar su Práctica Profesional Dirigida.

  
  
**Licda. Elizabeth Herrera de Tan**  
Decana  
Facultad de Ciencias Psicológicas

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLOGICAS,  
Guatemala. A los dos días del mes de abril del año dos mil trece. -----

En virtud de que *La Sistematización de Práctica* con el tema: **“Los Principales Problemas Psicosociales ante la pérdida del empleo”**. Presentada por la estudiante: **Emerita Guadalupe Reynoso Castellanos**, previo a optar al grado Académico de **Licenciatura en Psicología y Consejería Social**, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente. -----

A handwritten signature in black ink is written over a blue circular stamp. The stamp contains the text "UNIVERSIDAD PANAMERICANA" at the top, "PSICOLOGIA" in the center, and "FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLOGICAS" at the bottom.

**Lic. Oscar Armando Quisquinay Rojas**  
Asesor



UNIVERSIDAD  
PANAMERICANA

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS,  
Guatemala 19 de agosto de 2013.

En virtud de que La Sistematización de Práctica con el tema: "**Los Principales problemas Psicosociales ante la pérdida del empleo**". Presentada por la estudiante: **Emerita Guadalupe Reynoso Castellanos** previo a optar el grado Académico de Licenciatura en **Psicología y Consejería Social**, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.

Licda. Melva Lisbeth Guillén González.  
Colegiado Nb. 20556  
Revisora



UNIVERSIDAD  
PANAMERICANA

"Sapientia ante todo, adquiere sapientia"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Petén, 09 de septiembre de 2013.

En virtud de que el informe de Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida con el tema "Los Principales problemas Psicosociales ante la pérdida del empleo", presentada por Emerita Guadalupe Reynoso Castellanos, previo a optar grado académico de Licenciatura en: Psicología y Consejería Social, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen del Asesor(a) Tutor(a) y Revisor, se autoriza la **impresión** del informe final de la Práctica Profesional Dirigida.



Licda. Julia Elizabeth Herrera Quiroz de Tan  
Decana

Facultad de Ciencias Psicológicas.

**Nota:** Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.



## **DEDICATORIA/ AGRADECIMIENTOS**

**A Dios:** Porque en su amor y misericordia, me permite ver y disfrutar el resultado, de estos cinco años de estudio. Me ha dado la sabiduría para alcanzar esta meta, y porque su provisión nunca ha faltado.

**A mis padres:** Abimael Reynoso y Orietta Castellanos, porque Dios les ha dado las fuerzas y la paciencia, para apoyarme en todas las facetas de mi vida. Su apoyo emocional, económico y su amor nunca me han faltado. Los amo y que Dios los bendiga.

**A mis hermanas y hermano:** Wendy Patricia, Ana Lucrecia, Sarita Esther y Jenner Geovani, porque no hay nada más grato que tenerlos en mi vida y compartirles la alegría de este triunfo.

**A mis sobrinos:** Que mis triunfos sean ejemplo de superación.

**A Mario Zaavedra:** Por tu amor y apoyo, espero compartir este y muchos logros más contigo.

**A la Universidad Panamericana:** Por haber sido la institución educativa que me permitió estudiar y prepararme para llegar a este momento.

**A mis docentes:** Por las enseñanzas y experiencias compartidas en el salón de clases, que Dios los bendiga.

**A mis amigas:** Aracely Calderón y Retinela Aguilar, por su amistad, aprecio y apoyo en todo momento.

**A mis compañeras/ros:** Por todas las experiencias vividas en el salón de clases, porque más que compañeros, formamos una familia. Fue grato compartir con ustedes.

## Índice

<b>Resumen</b>	i
<b>Introducción</b>	ii
<b>Capítulo 1</b>	1
<b>Marco Contextual</b>	1
1.1 San Benito Petén datos demográficos	1
1.1.1 San Benito	1
1.2 Problemática Psicosocial de Petén	2
1.2.1 Alcoholismo	4
1.2.2 Abuso Sexual	5
1.2.3 Violencia Intrafamiliar	8
1.3 La Institución y la problemática que atiende	10
1.3.1 Ministerio de Trabajo y Previsión	10
1.3.2 Funciones Ejecutivas del Ministerio de Trabajo y Previsión Social	11
<b>Capítulo 2</b>	14
<b>Marco Teórico</b>	14
2.1 Los principales problemas psicosociales ante la pérdida de empleo	14
2.1.1 El trabajo como contexto psicosocial	14
2.1.2 Naturaleza del trabajo	15

2.2 Trabajo y Salud	16
2.3 Diferencias por sexo	18
2.4 Desempleo	19
2.5 Estrés laboral	21
2.5.1 El estrés: Reacción ante amenazas y dificultades	23
2.5.2 Categorización de lo estresores	26
2.5.3 Afrontamiento del estrés	27
<b>Capítulo 3</b>	28
<b>Marco Metodológico</b>	28
3.1 Objetivos	28
3.1.1 Docencia	28
3.1.2 Investigación	31
3.1.3 Servicio	34
3.2 Logros	36
3.3 Limitaciones	37
<b>Capítulo 4</b>	38
<b>Resultados</b>	38
4.1 Fase I	38
4.1.1 Análisis Cuantitativo	38
4.2 Fase II	43

4.2.1 Análisis cualitativo	43
4.2.1.1 Desarrollo y análisis de caso	43
<b>Capítulo 5</b>	49
<b>Discusión</b>	49
5.1 Lecciones aprendidas	49
<b>Conclusiones</b>	61
<b>Recomendaciones</b>	62
<b>Referencias</b>	63
<b>Anexos</b>	
Anexo 1 Plan de Actividades	67
Anexo 2 Charlas en Centros Educativos	69
Anexo 3 Charlas en Barrio 3 de Abril, San Benito, Petén	70

## **Índice de Gráficas**

Gráfica 1 Problemática Psicosocial de Petén	3
Gráfica 2 Efectos Fisiológicos y Comportamentales del estrés	25
Gráfica 3 Principales problemas psicológicos	42

## **Índice de Cuadros**

Cuadro 1 Por forma de atención	38
Cuadro 2 Por tipo de problemas	39
Cuadro 3 Por edades	40

## **Resumen**

El trabajo constituye la actividad fundamental para el desarrollo del ser humano. La persona dedica un largo tiempo de su vida a aprender aquellos conocimientos y habilidades necesarias para el desempeño de un trabajo.

Y es la praxis laboral la que determinará después el carácter y alcance del desarrollo de la persona. El trabajo constituye así la principal atalaya, desde donde se adquiere una perspectiva sobre lo que se es y lo que son los demás, sobre los derechos y deberes sociales, sobre el mundo y la participación en él.

Es por fin, a través del trabajo como el individuo va objetivando su ser, plasmándolo en realizaciones, en éxitos y en fracasos, que le llevarán no solo a las alegrías y tristezas más importantes de su día tras día, sino sobre todo, a la satisfacción o la insatisfacción consigo mismo, a su realización o a su frustración existencial.

## **Introducción**

El presente informe fue elaborado durante la Práctica Profesional Dirigida, de la Licenciatura en Psicología y Consejería Social de la Universidad Panamericana, sede de Santa Elena, Flores, Petén. Llevada a cabo en el Ministerio de Trabajo Y Previsión Social de Petén.

Consta de cinco capítulos descritos de la siguiente manera:

Capítulo 1 Marco Contextual Descripción del municipio que ubica el lugar de práctica, los principales problemas psicosociales y la función de la institución.

Capítulo 2 Marco teórico Parte teórica de este informe, se desarrollan los principales problemas psicosociales ante la pérdida del empleo.

Capítulo 3 Marco metodológico Las tres áreas de práctica: la docencia, la investigación y el servicio.

Capítulo 4 Resultados Muestra los resultados obtenidos.

Capítulo 5 Discusión Las lecciones, vivencias y experiencia dentro del lugar de práctica.



# Capítulo 1

## Marco Contextual

### 1.1 San Benito Petén datos demográficos

#### 1.1.1 San Benito

Es un municipio en el departamento de Petén, en la República de Guatemala. Tiene una población de 56,953 habitantes en 2010, y una extensión territorial de 112 km<sup>2</sup>. Se encuentra a 2 km de la Ciudad de Flores, la cabecera departamental de Petén. Está a 130 metros sobre el nivel del mar, y tiene un clima tropical.

El clima de San Benito es completamente tropical, cálido y húmedo. Se marcan solamente dos estaciones bien definidas: verano de enero a junio e invierno de julio a diciembre. En la época de verano, la temperatura oscila entre 25 a 36 grados centígrados a la sombra.

División política de la cabecera municipal

La cabecera municipal está dividida en 22 barrios y otros en proceso que pueden ser contenidos en 6 o más zonas:

Zona 1: Barrios La Ermita, 3 de abril y Playa Blanca.

Zona 2: Barrios Nuevo Porvenir, Las Flores y La Democracia.

Zona 3: Barrios el Trébol, Valle Nuevo, La Candelaria y El Redentor.

Zona 4: Barrios El Pedregal y Colonia 20 de Mayo.

Zona 5: Colonia Del Maestro y Colonia Vista Hermosa.

Zona 6: Barrios Nueva Esperanza, San Juan, Caridad, Colonia Itzá, Barrios En Formación: Colonia Del Contador Colonia Del Salubrista y Barrio El Habanero.

(Wikipedia, 2012)

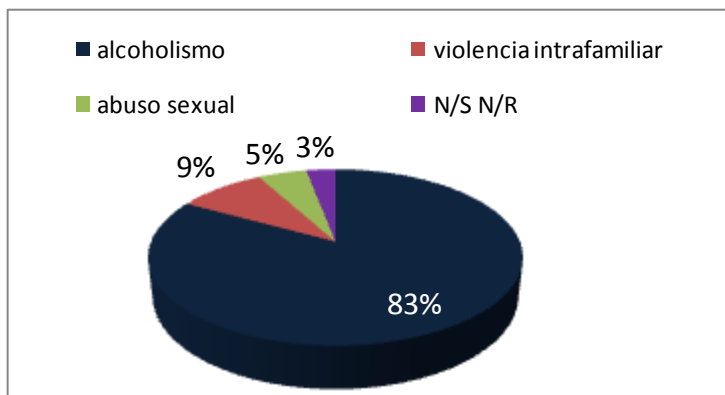
## 1.2 Problemática Psicosocial de Petén

El alcoholismo, el abuso sexual, la violencia intrafamiliar son los problemas psicosociales que causan mayor temor a los vecinos de los municipios del área central, Flores, San Benito y Santa Elena, Peten.

Según encuesta que realizaron los estudiantes del VI semestre del Profesorado de Segunda Enseñanza en Psicología, extensión Petén, del Seminario La unidad de atención psicológica en el área central del departamento de Petén.

Gráfica 1

### Problemática Psicosocial de Petén



Fuente: (Estudiantes del VI Semestre del Profesorado de Segunda Enseñanza en Psicología de la Universidad Panamericana, 2010)

El alcoholismo, es el principal problema psicosocial, que enfrentan los municipios de San Benito y Flores Petén.

### 1.2.1 Alcoholismo

Consiste en padecer una fuerte necesidad de ingerir alcohol etílico, de forma que existe una dependencia física del mismo, manifestada a través de determinados síntomas de abstinencia cuando no es posible su ingesta. El alcohólico no tiene control sobre los límites de su consumo y suele ir elevando a lo largo del tiempo su grado de tolerancia al alcohol. El alcoholismo afecta la actitud de la persona, su vida familiar, social y laboral.

Hasta el momento no existe una causa común conocida de esta adicción, aunque varios factores pueden desempeñar un papel importante en su desarrollo y las evidencias muestran que quien tiene un padre o una madre con alcoholismo tiene mayor probabilidad de adquirirlo.

Otros factores asociados son la necesidad de aliviar la ansiedad, conflicto en relaciones interpersonales, depresión, baja autoestima, facilidad para conseguir el alcohol y aceptación social del consumo de alcohol.

En cuanto al plano familiar del alcohólico, se derivan consecuencias psicosociales las cuales se caracterizan por una mayor irritabilidad lo que fomenta la aparición de disgusto, peleas, mal trato, violencia intrafamiliar, abandono del núcleo familiar, falta de ingresos, y la separación de sus miembros a veces en forma definitiva. A manera afectiva dentro del núcleo familiar podemos citar la falta de o ausencia del vínculo afectivo entre padres o entre padres e hijos. (Estudiantes del VI Semestre del Profesorado de Segunda Enseñanza en Psicología de la Universidad Panamericana, 2010)

### 1.2.2 Abuso Sexual

Es definido como cualquier actividad sexual entre dos o más personas sin consentimiento de una persona. El abuso sexual puede producirse entre adultos, de un adulto a un menor.

Como actividad sexual se incluye

.Cualquier tipo de penetración de órganos genitales en contra de la voluntad, o aprovechando la incapacidad de un menor para comprender ciertos actos. También se incluye el inducir y obligar a tocar los órganos genitales del abusador.

.Cualquier acción que incite al menor a escuchar o presenciar contenido sexual impropio (observar al adulto desnudo o mientras mantiene relaciones sexuales con otras personas, ver material pornográfico o asistir a conversaciones de contenido sexual, por ejemplo).

Tipos de abuso sexual

La violación que es considerada delito sin importar el sexo de la víctima, y el estupro. En el caso de abuso sexual infantil, los fenómenos que se desencadenan tienen que ver con trastornos en el desarrollo psicosexual.

Una dificultad en la relación madre-hija puede complicar el riesgo para el abuso sexual infantil y las consecuencias del abuso.

Signos de posible abuso sexual:

- Cambios comportamentales abruptos
- Heridas inexplicables, especialmente en los genitales y los senos (en mujeres).
- Vestimenta rota o manchada
- Embarazo
- Infecciones de trasmisión sexual
- Problemas de comportamientos inexplicables
- Depresión
- Comportamiento suicida
- Abuso de drogas o alcohol
- Pérdida espontánea de interés en la actividad sexual
- Aumento espontaneo del comportamiento sexual
- Trauma severo

### 1.2.3 Violencia Intrafamiliar

Empecemos por definir una conducta violenta, es “aquella que sirve para hacer daño o destruir a un elemento del entorno, ya sea persona u objeto”. La violencia está muy ligada a la agresión, que puede definirse como un comportamiento realizado por una persona o grupo, tendiente a causar daño a otras; su finalidad es infligir daño físico o psicológico. Conlleva una actitud hostil, es decir la intención de lastimar u ofender, y es contraria a la norma social.

La violencia intrafamiliar sucede en todos los estratos sociales, en lo urbano y en lo rural, en familias pobres y familias ricas, les sucede a gente joven y gente mayor, con más recurrencia a mujeres que a hombres.

El círculo de la violencia intrafamiliar se alimenta del miedo y la vergüenza, que es lo que impide que una mujer pueda denunciar a su esposo o viceversa, o que los hijos puedan denunciar al padre, madre o persona a su cargo.



También se nutre de la dependencia, económica o emocional, de la mujer hacia el marido. Pero sobre todo, este círculo sigue girando mientras el problema se mantenga privado.

Aquí cabe mencionar que, la comunidad, adquiere un papel primordial en la interrupción del círculo de violencia intrafamiliar. Una mujer, hombre o niño pertenece a una comunidad, ya sea la familia extendida, el vecindario, la iglesia, la escuela, el trabajo, etc. Es importante conocer a los vecinos, mantener una comunicación abierta con los padres aun cuando ya no se viva con ellos y que los niños tengan a un adulto de confianza en el colegio o la escuela. Es a partir de estas relaciones que se forman redes que pueden ayudar, tanto mientras el problema no es tan grave, como en momentos en que peligra la vida de la mujer, del niño o de la persona violentada.

## 1.3 La Institución y la problemática que atiende

### 1.3.1 Ministerio de Trabajo y Previsión

Es la Institución del Estado de Guatemala que tiene como función principal, la dirección, estudio y despacho de todos los asuntos relacionados al trabajo, previsión social y administración interna del mismo, a efecto de velar por el desarrollo, aplicación y estricto cumplimiento de las disposiciones legales correspondientes, conforme lo establecido en el Acuerdo Gubernativo 242-2003 y su reforma.

El Ministerio de Trabajo y Previsión Social es el ente del Organismo Ejecutivo al que le corresponde cumplir y hacer cumplir todo lo relativo al régimen jurídico de Trabajo, la formación técnica y profesional y la previsión social.

### 1.3.2 Funciones Ejecutivas del Ministerio de Trabajo y Previsión Social.

Además de las que le asigna la Constitución Política de la República de Guatemala y otras leyes, el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, tiene asignadas las funciones ejecutivas siguientes:

1. Formular la política laboral, salarial y de salud e higiene ocupacional del país.
2. Promover y armonizar las relaciones laborales entre los empleadores y los trabajadores, prevenir los conflictos laborales e intervenir, de conformidad con la ley, en la solución extrajudicial de estos, y propiciar el arbitraje como mecanismo de solución de conflictos laborales, todo ello, de conformidad con la ley.
3. Estudiar, discutir, y si fuere de beneficio para el país, recomendar la ratificación y velar por el conocimiento y la aplicación de los convenios internacionales de trabajo.

4. Aprobar los estatutos, reconocer la personalidad jurídica e inscribir a las organizaciones sindicales y asociaciones solidarias de los trabajadores no estatales y administrar lo relativo al ejercicio de sus derechos laborales.
5. En coordinación con el Ministerio de Relaciones Exteriores, representar al Estado en los organismos internacionales relacionados con asuntos de su competencia y en los procesos de negociación de convenios internacionales sobre el trabajo, así como velar por la aplicación de los que estuvieren vigentes.
6. Administrar, descentralizadamente, sistemas de información actualizada sobre migración, oferta y demanda en el mercado laboral, para diseñar mecanismos que faciliten la movilidad e inserción de la fuerza laboral en el mercado de trabajo.

7. Velar por el cumplimiento de la legislación laboral en relación con la mujer, el niño y otros grupos vulnerables de trabajadores.
8. Diseñar la política correspondiente a la capacitación técnica y profesional de los trabajadores. La ejecución de los programas de capacitación será competencia de los órganos privados y oficiales correspondientes.
9. Formular de previsión social, propiciando el mejoramiento de los sistemas de previsión social y prevención de accidentes de trabajo. (Reglamento Orgánico Interno del Ministerio de Trabajo y Previsión Social, 2012)

## **Capítulo 2**

### **Marco Teórico**

#### 2.1 Los principales problemas psicosociales ante la pérdida de empleo

##### 2.1.1 El trabajo como contexto psicosocial

El trabajo constituye la actividad humana primordial y el marco de referencia crucial que define el sentido de la existencia de los seres humanos. Las sociedades se organizan en función del trabajo y las personas estructuran su vida en etapas y tiempos laborales. El trabajo constituye así el principal contexto moldeador de los seres humanos, la principal raíz de su ser y su quehacer. Esto es crucial recordarlo antes de examinar las formas específicas de la interacción personal, ya que el sentido de ese hacer entre personas está condicionado desde su misma base por el contexto laboral.

### 2.1.2 Naturaleza del trabajo

Etimológicamente, el término trabajo está relacionado con una forma de tortura, el “tripalium”, que era una especie de cepo consistente en tres maderos cruzados (“tres” “palus”) a los que se sujetaba al reo. De este modo trabajar es sinónimo en su origen de sufrir, esforzarse dolorosamente, y todavía conserva ese sentido cuando por ejemplo se habla de “los trabajos del parto”. Ahora bien, si en la esencia del trabajo está el esfuerzo, físico o intelectual, no es parte suya necesaria el carácter de dolor o de sufrimiento. Desvincular al trabajo de este sello peyorativo es precisamente uno de los principales cauces de la humanización.

En lo psicológico, el trabajo constituye la actividad fundamental para el desarrollo del ser humano. La persona dedica un largo tiempo de su vida a aprender aquellos conocimientos y habilidades necesarias para el desempeño de un trabajo, y es la praxis laboral la que determinara después el carácter y alcance del desarrollo de la persona.

El trabajo constituye así la principal atalaya desde donde las personas adquirimos una perspectiva sobre lo que somos y lo que son los demás, sobre nuestros derechos y sobre nuestros deberes sociales, sobre el mundo y nuestra participación en él. Es, por fin, a través del trabajo como el individuo va objetivando su ser, plasmándolo en realizaciones, en éxitos y en fracasos, que le llevarán no solo a las alegrías y tristezas más importantes de su día tras día, sino, sobre todo, a la satisfacción o la insatisfacción consigo mismo, a su realización o a su frustración existencial. (Martín-Baró, 2001)

## 2.2 Trabajo y Salud

Parte del exceso de mortalidad de las personas de los grupos socioeconómicos más bajos puede deberse a los diferentes entornos laborales en que viven las personas de los distintos grupos socioeconómicos, especialmente relacionados con los riesgos físicos derivados de determinados trabajos.



Los factores laborales también pueden afectar a la ejecución de conductas promotoras de salud. Ames y Janes (1987), por ejemplo han concluido que el desinterés por el trabajo, el estrés laboral, los controles sociales inconscientes y la evolución de una cultura de consumo de alcohol están especialmente relacionados con el fuerte consumo de alcohol entre los trabajadores. Análogamente, Westman, Eden y Shirom (1985) han concluido que las largas jornadas laborales, la falta de control en el trabajo y un pobre apoyo social están relacionados, cada uno, con el elevado consumo de tabaco entre los trabajadores.

A pesar de estas diferencias entre grupos sociales, la mayor parte de la investigación psicológica se ha centrado en las teorías que sugieren que hay algo intrínseco a los distintos entornos laborales que afecta directamente a la salud: el estrés laboral.

## 2.3 Diferencias por sexo

A título de ilustración de parte del análisis anterior existe una evidencia empírica consistente que afirma que los entornos laborales pueden tener distintos efectos sobre los varones y las mujeres. En el caso de los varones, la experiencia de estrés laboral y su efecto sobre la salud suele ser una función exclusiva del entorno laboral. En el caso de las mujeres, el estrés laboral se suele combinar con frecuencia con otras facetas de sus vidas que resultan exigentes (concretamente, con el trabajo en el hogar y las cargas familiares) que influyen sobre los niveles de estrés y el riesgo de padecer enfermedades. Se ha utilizado la expresión “conciliación trabajo-familia” para describir esta cuestión. Las mujeres siguen tendiendo a asumir más responsabilidades en el hogar y fuera del trabajo que los hombres. Por ello, una vez que han terminado de realizar su trabajo remunerado, es más probable que las mujeres sigan trabajando en el hogar, en comparación con los hombres, y sintiéndose presionadas.

Esta presión psicológica y fisiológica también parece influir sobre el riesgo de contraer una enfermedad. Tener un trabajo parece mejorar la salud tanto de los varones como de las mujeres, es el denominado “efecto del trabajador sano”. Esto puede deberse al contexto social existente en el trabajo, así como a sentimientos de control, autoestima y seguridad económica relacionados con el hecho de trabajar. Sin embargo, parece que existe un umbral de estrés, distinto para los hombres y las mujeres, relacionado con los problemas de conciliación del trabajo y la familia, por encima del cual el trabajo puede tener un efecto negativo sobre la salud. Por ejemplo, las mujeres trabajadoras con tres o más hijos tenían más probabilidades de desarrollar una enfermedad cardiovascular que las que no tenían hijos.

## 2.4 Desempleo

Parece que el no tener un empleo tiene efectos negativos tanto sobre la salud física como sobre la salud mental, al menos a corto y medio plazo.

Muchos de los estudios que han analizado el impacto del desempleo sobre la salud a largo plazo quedan confundidos por el hecho de que algunos de los que quedan desempleados ya tenían una mala salud, lo que dio lugar a un bajo rendimiento laboral y a su situación de desempleo. Además, los que se encuentran enfermos cuando pasan a estar desempleados o se ponen enfermos a corto plazo tienen pocas probabilidades de recuperar un empleo, lo que significa que, salvo que se tengan en cuenta esos factores en cualquier análisis, la explicación de cualquier relación entre el desempleo a largo plazo y la mala salud como causa puede ser espuria. Los que pasan a una situación de desempleo aumentan su nivel de consumo de tabaco y alcohol. Aunque se puede decir que esto hace que el desempleo sea una causa de la mala salud dentro de una cadena de acontecimientos (desempleo-mayor consumo de tabaco y alcohol-mala salud) no se puede demostrar que el desempleo sea una causa directa de la mala salud.

La imposibilidad de encontrar un empleo seguro o el mantenimiento de una situación de desempleo tras un despido están asociados con un incremento significativo de problemas menores psiquiátricos o de salud general, y parece que la principal causa es la inseguridad económica que acarrea la situación de desempleo, más que la pérdida del puesto de trabajador. Una relación entre el desempleo y un incremento de los niveles de colesterol o de la presión arterial sistólica/diastólica, pero la relevancia clínica de estos ligeros cambios no es importante.

## 2.5 Estrés laboral

Uno de los primeros modelos y, sin duda, de los más influyentes, que ha analizado sistemáticamente los elementos del entorno laboral que contribuyen al estrés laboral y a la enfermedad fue el modelo de *demanda-control* propuesto por Karasek y Theorell (1990).

Este modelo identificaba tres factores clave que contribuían al estrés laboral:

1. Las exigencias del trabajo.
2. El grado de libertad para tomar decisiones sobre la mejor manera de cumplir con estas exigencias.
3. El grado de apoyo social disponible.

Estos elementos interactúan para predecir el estrés y el riesgo de enfermedad relacionada con el estrés. El modelo Karasek y Theorell difería notablemente de los modelos anteriores sobre el estrés laboral, que sugerían que el estrés era, sencillamente, un resultado de las exigencias que soportaba una persona, un modelo que dio lugar a la idea del clásico “ejecutivo estresado”. Por el contrario, este modelo sugiere que sólo cuando se combinan unos niveles elevados de exigencias con unos reducidos niveles de autonomía y, tal vez, unos niveles reducidos de apoyo social, el individuo se sentirá estresado y correrá el riesgo de contraer una enfermedad.

Esta combinación entre elevadas exigencias y reducida autonomía fue denominada elevada presión laboral. Siegrist, Peter, Junge et al. (1990) proponen un modelo alternativo sobre el estrés laboral. Sugieren que el estrés laboral es el resultado de un desequilibrio entre los esfuerzos y las recompensas percibidas. Se considera aceptable un elevado esfuerzo con una elevada recompensa; un esfuerzo elevado con una recompensa reducida se combina para dar lugar a ansiedad emocional y efectos adversos para la salud. Esta teoría ha recibido menos atención que la de Karasek y la mayoría de estudios sobre este modelo se ha centrado en el impacto que tiene el desequilibrio sobre el bienestar más que sobre la salud física.

### 2.5.1 El estrés: Reacción ante amenazas y dificultades

Se trate de un trabajo o examen, un problema familiar o incluso una serie de sucesos acumulados.

La vida está llena de circunstancias y sucesos, conocidos como estresores, que amenazan nuestro bienestar. Incluso los sucesos placenteros como planear una fiesta o iniciar un codiciado empleo pueden producir estrés, si bien los sucesos negativos generan consecuencias perjudiciales mayores que las positivas.

Además, por el estrés suele derivarse o empeorar toda clase de problemas físicos conocidos como trastornos psicofisiológicos. Los trastornos psicofisiológicos más comunes van desde problemas mayores, como la hipertensión, hasta dificultades por lo común menos graves, como cefaleas, dolores de espalda, erupciones cutáneas, cansancio y estreñimiento. El estrés se relaciona incluso con el resfriado común.

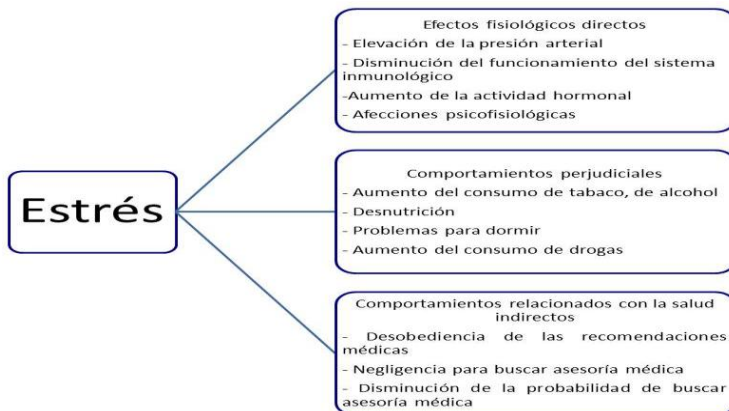
En el plano psicológico, los niveles elevados de estrés impiden que las personas afronten la vida de manera adecuada; su visión del entorno se enturbia.



Además, en el plano más elevado del estrés, las respuestas emocionales pueden ser tan extremas que las personas pierden la capacidad de actuar en absoluto, así como la de enfrentar nuevos estresores.

## Gráfica 2

### Efectos fisiológicos y comportamentales del estrés



Fuente: Elaboración propia

## 2.5.2 Categorización de los estresores

Hay tres clases generales: los cataclísmicos, los personales y los de la vida diaria.

- Los eventos cataclísmicos, son estresores fuertes que ocurren en forma súbita y por lo común afectan a muchas personas al mismo tiempo. Desastres como tornados y accidentes aéreos.

- Los estresores personales incluyen sucesos importantes en la vida, como la muerte de uno de los padres o del cónyuge, la pérdida de un empleo, algún fracaso personal importante o incluso algo positivo, como casarse. Por lo común, los estresores personales generan una fuerte reacción inmediata que pronto disminuye.

- Los estresores de la vida diaria, o de manera más informal, las complicaciones cotidianas. Ejemplificados por pararse en una larga fila en un banco y quedarse atrapado en un embotellamiento de tránsito, las complicaciones cotidianas son los motivos de irritación menores en la vida que todos enfrentamos.

### 2.5.3 Afrontamiento del estrés

Los esfuerzos por controlar, reducir o aprender a tolerar las amenazas que conducen al estrés se conocen como afrontamiento.

Habitualmente nos servimos de ciertas respuestas de afrontamiento para enfrentar el estrés. La mayor parte del tiempo no somos conscientes de estas respuestas, así como tal vez tampoco lo seamos de los estresores menores de la vida que se acumulan hasta niveles muy aversivos.

Algunas recomendaciones para afrontar el estrés:

- Transforme la amenaza en desafío
- Haga que una situación amenazadora lo sea menos
- Modifique sus metas
- Emprenda acciones físicas
- Prepárese para el estrés antes de que suceda

## Capítulo 3

### Marco Metodológico

#### 3.1 Objetivos

- ✓ Atención psicológica a todas las personas que solicitan el servicio en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, el cual fue el lugar de práctica.
- ✓ Adquirir experiencia profesional.
- ✓ Poner en práctica los conocimientos adquiridos en el salón de clases y fuera de él.
- ✓ Cumplir satisfactoriamente los con los objetivos de la práctica, el cual tiene contemplado la intervención en tres áreas fundamentales, la docencia, la investigación y el servicio.

##### 3.1.1 Docencia

En la docencia apoye las actividades de la Oficina Nacional de la Mujer, adscrita al Ministerio de Trabajo y Previsión Social, en San Benito, Petén.

Se estuvieron dando charlas en el vecindario del Barrio 3 de Abril de San Benito, Petén a jóvenes, adolescentes, niños y niñas. Las charlas tenían de temática Los Valores Humanos y Derechos Humanos. De igual manera se estuvieron dando charlas con la misma temática en la escuela primaria del barrio Vista Hermosa de San Benito, Petén a estudiantes de sexto primaria.

Se decidió dar charlas educativas de valores humanos y derechos humanos ya que debido a los altos índices de criminalidad y delincuencia en nuestros barrios, actos que ven involucrados a niños, adolescentes y jóvenes como actores principales que cometen tales acciones. En, (EL ECONOMISTA, 2012) *La violencia y la delincuencia afectan a los infantes que viven en las zonas urbanas. La exposición crónica a hechos de esta índole puede obstaculizar el desarrollo de los niños y se ha relacionado con un rendimiento académico deficiente y mayores tasas de deserción escolar, ansiedad, depresión, agresividad y falta de auto control.*

*De acuerdo con el Informe Global de la Unicef 2012: “Niños en contextos urbanos”, la violencia y la delincuencia son problemas a los que se enfrentan los menores, algunos de ellos víctimas, mientras que otros participan o presencian agresiones, atracos, asesinatos y conflictos en sus comunidades.*

De igual manera se apoyó la actividad de Conmemoración del Día de la Salud de la Mujer, el cual tuvo como principal objetivo concientizar a las mujeres asistentes al evento, sobre la importancia del cuidado integral de su salud, ya que según, (Valdés, 2012) *La Organización Mundial de la Salud define a la salud como el mejor estado de bienestar integral, físico, mental y social, que una persona pueda alcanzar y no solamente como la ausencia de enfermedades.*

*La salud integral es la principal condición del desarrollo humano y lo cierto es que poco nos preocupamos por cuidarla, conservarla y potenciarla.*

*Se le dice salud integral, porque el estado de bienestar ideal, solamente se logra cuando hay un equilibrio entre los factores físicos, biológicos, emocionales, mentales, espirituales y sociales, que permiten un adecuado crecimiento y desarrollo en todos los ámbitos de la vida.*

*La salud permite el desarrollo de las habilidades y capacidades que cada ser humano tiene, como persona individual y única y a pesar o a favor de las diferencias que existen entre cada uno.*

### 3.1.2 Investigación

Debido a que la práctica se realizó en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, el cual tiene como función principal, la dirección, estudio y despacho de todos los asuntos relacionados al trabajo, previsión social y administración interna del mismo, a efecto de velar por el desarrollo, aplicación y estricto cumplimiento de las disposiciones legales correspondientes.

El Ministerio de Trabajo y Previsión Social también es el ente del Organismo Ejecutivo al que le corresponde cumplir y hacer cumplir todo lo relativo al régimen jurídico de Trabajo, la formación técnica y profesional y la previsión social. Es decir, que es el ente encargado de velar porque se le respeten todos los derechos a los trabajadores del Estado de Guatemala, estén o no empleados por el gobierno. Que todo empleado reciba su salario según lo estipulado por su empleador y según la ley y si este fuera prescindido de sus labores, el empleador le dé el pago justo según lo especificado por la ley.

Por dicha causa y en torno a la labor que realiza el Ministerio de trabajo, se elabora la investigación “Los principales problemas psicosociales ante la pérdida del empleo”, ya que la pérdida del empleo desencadena problemas como el alcoholismo, la drogadicción, problemas familiares, estrés y depresión.



Bien lo dicen, (Morrison & Bennett, 2008) *Los que pasan a una situación de desempleo aumentan su nivel de consumo de tabaco y alcohol La imposibilidad de encontrar un empleo seguro o el mantenimiento de una situación de desempleo tras un despido están asociados con un incremento significativo de problemas menores psiquiátricos o de salud general, y parece que la principal causa es la inseguridad económica que acarrea la situación de desempleo, más que la pérdida del puesto de trabajador.* Y esta situación económica viene a afectar no solo la vida económica de la persona sino su vida en un sentido integral, tanto puede afectar en la familia y en su entorno social.

Ya que el empleo es considerada la actividad humana más importante y no solo en estos tiempos, sino en tiempos anteriores y bien lo menciona, Martín-Baró. *Desde el punto de vista social, el trabajo es la actividad más importante en la organización de la vida humana.*

*El trabajo constituye la actividad humana primordial y el marco de referencia crucial que define el sentido de la existencia de los seres humanos. Las sociedades se organizan en función del trabajo y las personas estructuran su vida en etapas y tiempos laborales. El trabajo constituye así el principal contexto moldeador de los seres humanos, la principal raíz de su ser y su quehacer.*

### 3.1.3 Servicio

Se dió psicoterapia en las instalaciones del Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén.

Anteriormente a mi llegada, la institución no contaba con el servicio de atención psicológica, ya que no cuentan en el presupuesto para pagarle a un profesional que preste el servicio, y en un futuro según como se vieron las cosas durante el tiempo de mi estancia, no considero que la institución contemple la integración de un profesional para que desempeñe la función.

Otra de las dificultades que cabría mencionar es que no cuentan con un espacio o instalación adecuada para prestar el servicio.

Ahora, hablando de lleno, en cuanto a la atención de casos, se atendieron varias clases de problemas entre los cuales cabría mencionar los derivados del desempleo, violencia intrafamiliar, maltrato y abuso infantil, baja autoestima, entre otros, cada caso contó con su seguimiento respectivo.

Cabe mencionar uno de los casos más sobresalientes, el de una jovencita con baja autoestima, debido a una depresión derivada de problemas familiares y problemas escolares. El caso fue abordado desde la logoterapia y también se utilizaron técnicas cognitivo conductuales capaces de rectificar los aprendizajes desadaptativos; sustituyéndolos por los correctos. Con esto ayuda al desarrollo de habilidades generales de adaptación para modificar comportamientos, normalizar sus respuestas emocionales y sus relaciones sociales.

Y la logoterapia, que ve al hombre desde el paradigma que integra las tres dimensiones de su existencia: somática, psíquica y espiritual. Es también una realidad dinámica, un proceso a través del cual la persona llega a tomar conciencia de su existencia, de la cualidad o modo específico del ser del hombre, un ser libre porque es capaz de aprehender su realidad y la realidad también del otro y de cuanto le rodea.

Hasta ahora puedo afirmar satisfactoriamente que se logró la estabilización emocional e intelectual de la jovencita.

### 3.2 Logros

- ✓ Haber brindado la ayuda psicológica necesaria a los pacientes del Ministerio de Trabajo de Petén.
- ✓ Sobrellevar la responsabilidad completa durante un período transitorio en el área de psicología.
- ✓ Haber motivado e incentivado a los pacientes a que continuaran el tratamiento psicológico y lograr su asistencia en las fechas asignadas.

### 3.3 Limitaciones

- ✓ El espacio del área asignada era el lugar que se ocupaba para reuniones, en ocasiones me quedaba sin lugar en donde atender a los pacientes.
- ✓ El ambiente donde se impartían las terapias no era adecuado debido a las interrupciones.
- ✓ Permanecer un tiempo estipulado sin asesoría ni intervención en el centro de práctica, a cargo del director del mismo.
- ✓ La falta de recursos para la facilitación del tratamiento psicológico de los pacientes (comodidad, el espacio cerrado sin ventilación).

## Capítulo 4

### Resultados

#### 4.1 Fase I

Muestra de resultados obtenidos en el lugar de práctica.  
Se muestran por cada paciente atendido.

##### 4.1.1 Análisis Cuantitativo

Cuadro 1  
Por forma de atención

Servicio	Pacientes
Consejería	12
Atención en Crisis	1
Psicoterapia	1
Mediación	0

Fuente: Elaboración propia

Cuadro 2  
Por tipo de problemas

Trastorno	Pacientes
Depresión	6
Estrés agudo	2
Trastorno de estrés post traumático	1
Duelos no resueltos	2
Codependencia	1
Depresión infantil	2

Fuente: Elaboración propia

Cuadro 3  
Por edades

Rango de edades	Pacientes
0-10	2
11-20	3
21-30	4
31-40	3
41-50	2

Fuente: Elaboración propia

La práctica que tuvo un tiempo de duración de 7 meses, comprendidos de febrero al mes de agosto de 2012.

La poca afluencia de persona en busca del servicio de atención psicológica se debió al poco interés que los directivos de la institución le prestaron al servicio.



Aun así, se logró la atención personalizada de 14 pacientes con sus respectivos seguimientos, de los cuales se pudieron diagnosticar los problemas psicológicos siguientes:

Depresión

Estrés agudo

Trastorno de estrés post traumático

Duelos no resueltos

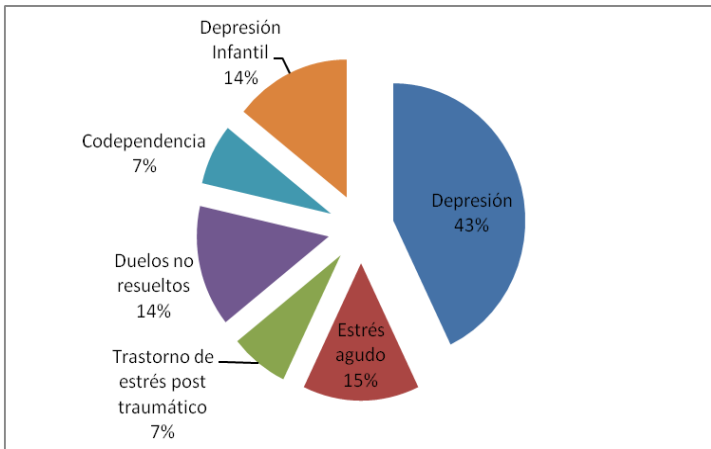
Codependencia

Depresión infantil

De 14 pacientes, con tres de ellos se logró un seguimiento hasta de cuatro sesiones. Ya que el cumplimiento en la participación del proceso por parte de los pacientes se ve afectada debido al complejo cultural que existe.

### Gráfica 3

## Principales problemas psicológicos



Fuente: Elaboración propia

La depresión que cuenta con un 43% equivalente a seis personas, fué la mayor cantidad de personas atendidas, se les dio asistencia en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social de Petén.

## 4.2 Fase II

### 4.2.1 Análisis cualitativo

#### 4.2.1.1 Desarrollo y análisis de caso

##### Motivo de consulta

“Me dejo influenciar fácilmente”

##### Examen Mental

En la primera cita la paciente se presentó nerviosa y ansiosa y me comenta que últimamente se ha sentido enojada porque dice que tiene agradarles a todos y porque ya no quiere seguirse cortando los brazos. Y comenta que se ha sentido estresada también por algunas situaciones que está viviendo en su casa.

Su cabello lo trae suelto, pero con el ojo derecho cubierto con una parte del cabello, de modo que no puedo apreciar la totalidad de su rostro.

Su vestimenta es un pantalón de lona y blusa formal, viene bañada.

Su maquillaje esta acentuado en los ojos con delineador negro.

En cuanto a la fijación de la vista, no hace contacto visual mientras relata su historia, se está jugando las uñas de la mano y ocasionalmente me mira, para corroborar que cuenta con mi atención.

Tiene buena secuencia en el relato.

Diagnóstico (amparado en pruebas)

Según el Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV la paciente presenta:

F33.2 Trastorno depresivo mayor, recidivante, grave sin síntomas psicóticos.

## Proceso

Se trabajó psicoterapia de la siguiente manera:

a. Se utilizó la terapia del comportamiento cognitiva-conductual a causa del papel de la distorsión cognitiva en el establecimiento de la depresión y su objetivo es reemplazar las distorsiones cognitivas con creencias más saludables.

b. Psicoterapia individual, con la objetivo de ayudar al paciente a desarrollar habilidades de resolución de problemas interpersonales. En la cual se dio espacio a la logoterapia, la cual nos permitió junto con la paciente encaminar su situación a una comprensión tal, que la paciente se ha sentido capaz de comprender que su vida tiene un sentido positivo sin importar sus circunstancias.

c. Intervenciones familiares, con el objetivo de que se les educar sobre el trastorno que presenta la paciente y darles a conocer de qué manera cada miembro debe intervenir y cuando es el momento preciso.

## Cantidad de sesiones

La intervención psicológica tuvo una duración de ocho sesiones.

## Elementos claves de su discurso

Cabe mencionar, que en la primera cita, la paciente expresa su disposición a llevar el proceso ya que expresa “ya no quiero seguir haciendo lo que hacía antes”.

La paciente comentó que en ocasiones tuvo pensamiento suicidas y en muchas ocasiones se cortaba los brazos con cualquier material que tuviera punta, expresa “cada vez que me sentía desesperada me cortaba los brazos y las manos, en una ocasión que termine una relación con una amiga, me corte las manos y me hice en la herida las iniciales de mi amiga”.

También expresa “estamos viviendo una situación fuerte en mi casa, porque mi papá vive en Estados Unidos, pero este año nos enteramos que tiene otra mujer y tiene una hija con ella”.

Y comenta que esta es una situación que la estresa y la motiva para estar cortándose los brazos, porque de todas maneras, no tiene buena relación con sus hermanos ni con su mamá para decir que cuenta con el apoyo de ellos para desahogarse. Comenta que en algunas ocasiones sus propios hermanos al enterarse que ella se mutilaba, le dejaban materiales cortantes con la intención de incitarla a hacerse daño.

En una de las sesiones revisando sus antecedentes familiares, comenta que hace algunos años, se suicidó un su tío, el hijo menor de su abuela. Que sin ninguna certeza piensan que lo que provoca que su tío acabara con su vida, fue problemas amorosos y desprecios en la familia.

Técnicas aplicadas

Trabajamos con:

- Audiovisuales educativos sobre el trastorno
- Relajación y musicoterapia

- Lecturas motivacionales
- Trabajamos una carta dedicada a su padre expresándole sus sentimientos en cuanto a la situación.
- Y el proceso de psicoterapia.

#### Sugerencias claves del terapeuta

Fue necesario involucrar a la familia de la paciente para lograr un resultado satisfactorio.

Y algo que fue muy positivo fue el involucramiento de la paciente en actividades de la vecindad, como realizar actividades motivacionales y de recreación con niños y adolescentes del vecindario. Esto se llevó a cabo con el objetivo que la paciente reconociera que puede ser autosuficiente y que no necesita depender de los demás, que al contrario ella puede ser de mucha ayuda para otros jóvenes que se puedan encontrar en su misma situación.



## Capítulo 5

### Discusión

#### 5.1 Lecciones aprendidas

Durante la faceta como profesional en el ejercicio de la psicología, la cual en nuestra práctica fue dividida en tres áreas importantes de intervención: Docencia, Investigación y Servicio. Aprendí que mi actuación como psicóloga en la vida de la personas debe ser tomada con mucha seriedad y responsabilidad. Porque es necesario reconocer que las personas que llegan en busca del servicio, son personas que realmente lo necesitan. Porque llega uno a darse cuenta de la confiabilidad y respeto que las personas nos tienen, más que nada el dejarnos entrar en sus vidas.

El trabajar con honestidad, entrega y perseverancia, guiados por un espíritu reflexivo y amoroso, creyendo en que, con la intervención, la perseverancia y responsabilidad de las personas.

Y sin olvidar el buen manejo de las técnicas terapéuticas, el paciente pueda encontrar la solución y satisfacción a su problema.

La humildad tiene que ser ante todo, porque en primero lugar, el lugar al cual ingrese a realizar mis prácticas me era desconocido y todo el personal que labora ahí también. Hay diferentes tipos de personas y de temperamentos. Entonces aprendí a mantener la distancia, estar en el lugar en donde se debía estar y realizar el trabajo al cual se fui asignada. Y en mi caso me asignaron una habitación que contaba con su escritorio, silla y sillas para las personas que llegaban a obtener el servicio.

Las personas encargadas de recibir las denuncias sobre problemas laborales, eran las encargadas de referirme a personas que ellos consideraban necesitan la atención psicológica.

También aprendí, que todas las personas somos iguales, simplemente vivimos circunstancias distintas y algunas personas son demasiado vulnerables, pero aun así son personas respetables y que son capaces de salir adelante y cambiar sus circunstancias. Porque si algo aprendí y va a ser un lema en mi vida es que “toda persona puede cambiar” y aprendí a creer.

Creo que toda persona sin importar sus circunstancias o cualquier otro factor que se considere desfavorable para un cambio puede cambiar. Las personas pueden cambiar. Aprendí esto porque lo viví, lo miré. Algo que también aprendí es que, ahora, ni los niños son impunes a presentar problemas mentales o dificultades emocionales. Es increíble la cantidad de niños que pueden presentar dificultades, las cuales son provocadas por sus mismos entornos familiares y sociales. Las circunstancias de la vida que no perdonan. Quiero aprovechar la oportunidad para mencionar un caso de una niña de 7 años que llegó a consulta con su madrastra y su abuela.

Esta niña según relato de su madrastra estuvo siendo abusada sexualmente por un jovencito, en su escuela, por un tiempo prolongado. Y de igual manera estuvo siendo abusada por su mismo padre, según el relato de la madrastra. Luego de entrevistar a la niña ella confirmó lo que su madrastra comentaba. Luego de haber trabajado dos sesiones con la niña y la madrastra quien estaba a cargo de la niña, la señora decidió colocar la denuncia en el Ministerio Público, les di acompañamiento. Le hicieron todos los exámenes a la niña para determinar si finalmente había sido abusada físicamente. Y la buena noticia fue que no, pero siempre la denuncia en contra del papá de la niña siguió su proceso. Ahora con la otra persona como no se conoció su identidad no se le pudo denunciar.

Luego ocurrió que la señora, madrastra de mi paciente, se fue a Guatemala a hacerles unos exámenes a sus niños y se llevó a mi paciente. Estando allá, acude a una organización que defiende los derechos de la mujer.

Y en esa misma institución tomaron el caso dejándome fuera de toda intervención, con previo aviso de la señora madre de mi paciente. Unos días después la señora madrastra de mi paciente me llamo para informarme que la PGN había recogido a la niña allá en Guatemala y la habían ingresado en una casa hogar, hasta que su caso quedara resuelto.

No volví a saber de ellos, pero me quedó el sentimiento del destino que habrá tenido la niña, quien al final no decidió que así fuera y muchos menos lo provocó.

Entonces aprendí una gran lección, las circunstancias desfavorables no mira edades, hay niñas, mujeres, ancianas dañadas. Hay niños, hombres y ancianos dañados.

Aprendí que voy a necesitar siempre la tolerancia, porque siempre van a haber diversidad de personas con diversidad de pensamientos.

Aprendí que el respeto es ante todo, sea hombre o mujer, niño o niña, anciano o anciana, sea el estatus económico que sea, etnia, religión, escolaridad, etc. Toda persona merece mi respeto y el mismo trato y la misma preocupación para ayudarlo. No olvidando que mi profesión el fin primordial es velar por el bienestar de las personas.

Lo que viví, no fue fácil, porque llegar a un lugar en donde ya existe una comodidad y cada parte que conformar ese lugar tiene marcado su territorio en donde se mueve y no deja entrar.

Fué bastante difícil al principio porque el llegar y adaptarse. Pero es un proceso normal de adaptación.

Me asignaron que atendiera todo lo relacionado al área psicológica dentro del Ministerio de Trabajo y Previsión Social de Petén, de entrada iba a estar apoyando únicamente a la Oficina Nacional de la Mujer (ONAM) que atiende a mujeres víctimas de violencia, esta oficina esta adjunta al Ministerio de Trabajo.

Pero seguidamente el director me indico que apoyaría a todo el Ministerio en general. Y fue así, atendí el área clínica con la atención psicológica, participe en charlas y talleres organizados por el Ministerio o por la ONAM. Salí a los barrios a dar charlas y talleres.

En diversas ocasiones junto con la ONAM apoyamos actividades en el Barrio de Vista Hermosa, en Santa Elena, Petén. Actividades como talleres a mujeres, lo cuales enfatizaban en el empoderamiento de las mujeres y que conocieran de igual manera sus derechos y como pueden recibir ayuda de las diferentes instituciones que a ello se dedican, como lo es la ONAM.

Fui testigo en una ocasión, cuando dimos acompañamiento junto con la ONAM a una Señora que sus anteriores jefes le habían puesto una denuncia en respuesta a ella había colocado una denuncia por haberla discriminado debido a su etnia.

Y fué lamentable el caso que la juez se inclinara hacia las personas a quienes nosotros no acompañamos y dieron el resultado favorable a quienes no lo merecían, sin duda un claro ejemplo de cómo funciona la justicia en nuestro país. A ella le sentenciaron arresto domiciliario.

Dentro de toda esta labor que realizamos en diversas ocasiones, me asignaban tareas que no tenían ninguna relación con la profesión de la práctica, por ejemplo el archivar documentación, en otras ocasiones me asignaban movilizar a la directora de la ONAM, así que terminaba realizando tareas extraordinarias.

Esta otra experiencia gratificante fue, cuando una joven que laboraba en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social de Petén fue seleccionada para participar en un evento mundial representando a Guatemala. Esto como resultado de los talleres para jóvenes líderes que se venían trabajando, en el cual se incentivaba a los jóvenes a pensar en grande y a actuar en grande.



Paralelamente a la práctica participe en una organización para jóvenes y ahí era el objetivo involucrarlos para que tuvieran la oportunidad de aplicar a becas. Y esta jovencita fue una afortunada, luego de esta experiencia la joven está motivada y sabe que tiene el potencial para salir adelante.

Puedo mencionar de igual manera, un caso sorprendente de una jovencita de 18 años, quien se consideraba una persona sin metas, sin sueños, sin deseos de autorrealización. Ya que el problema que la bloqueaba era que ella se sentía desagradable para todo el mundo. Tenía problemas en su autoconcepción. Entonces trabajamos unas ocho sesiones con ella, trabajamos su autoestima. Y me siento satisfecha con este caso, porque he tenido la oportunidad de mirar y saludar a esta joven, y el cambio ha sido sorprendente. Cambio su forma de vestir, su forma de peinar y su maquillaje, ahora se reconoce como persona y se valora.

Vivir la transformación de esta paciente ha sido de lo más gratificante y motivante porque bien reconozco que toda persona que quiera cambiar y busque ayuda lo va a hacer.

La transformación que tuve, es, que ahora creo más que antes, creo más en que las personas pueden cambiar. Creo en que las personas que buscan y piden ayuda, encuentran la reciben.

Ahora me siento una mujer muy vulnerable a los problemas de los demás, no solo me preocupan mis problemas sino los problemas de los demás, y que si tuviera en mis manos algo más que mi ayuda psicológica considero la daría.

Una de las transformaciones importantes en mi vida, es que ahora soy intolerante a la violencia, a la violencia contra la mujer, a la violencia contra la niña. Cuando estuve apoyado en algunas ocasiones en la ONAM, nos informábamos de casos de mujeres violentadas.

Tuve una experiencia, conocí a una jovencita de 18 años, que tenía menos de un año de haberse venido de Guatemala acá al Petén a vivir con su novio que tiene 21 años. Ella era víctima de violencia, su novio la golpeaba y abusaba sexualmente de ella. Ella se negó siempre al proceso y mucho más aun, a denunciar. Lamentablemente, ella se suicidó. No pudo seguir y ni tuvo el valor para poner un alto.

Para mí esta fue una experiencia bastante dolorosa y me ha convertido en una mujer bastante vulnerable e intolerable a la violencia. Si un deseo se me pudiera conceder sería que todas las mujeres sean respetadas y bien tratadas.

Otra de las transformaciones es que la práctica que tuvo como duración desde el mes de febrero hasta septiembre, me hace sentirme capaz, reconociendo que aun necesito prepararme. Pero me hace sentirme capaz de poder prestar mi ayuda profesional.

Esta experiencia me ha permitido realizarme como persona y como profesional y esa es una de las transformaciones más extraordinarias.

## **Conclusiones**

- ✓ La Práctica Profesional Dirigida, es un periodo de tiempo en el cual se adquiere satisfacción personal, satisfacción profesional, experiencia, aptitud, actitud, etc.
- ✓ La realización de la Práctica Profesional Dirigida ayuda a ejercer y poner en práctica todos los conocimientos adquiridos en el transcurso de la carrera de Psicología, la cual consta de un recorrido de 5 años.
- ✓ La ayuda que se proporciona a la comunidad es de gran valor, ya que las personas que llegan hacen referencia a cada detalle que observan durante las terapias asistidas, pues la mayor satisfacción del trabajo realizado los pacientes lo manifiestan.
- ✓ La Práctica Profesional Dirigida fue realizada en Ministerio de Trabajo y Previsión Social de Petén.

## **Recomendaciones**

- ✓ Qué se obtenga un área específica, y adecuada de acuerdo a las necesidades del paciente que necesita la atención psicológica.
- ✓ Qué se adquiriera recursos materiales para la clínica psicológica para el uso y manejo del psicólogo en dicha área, así pueda sentir más confianza y comodidad al momento de recibir la atención psicológica.
- ✓ Qué el Ministerio de Trabajo de Petén, considere en algún momento la contratación de un profesional de la psicología.
- ✓ Que se priorice a divulgación y promoción de la profesión, ya que aún queda con mucho que desear.

## Referencias

Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B., & Emery, G. (2001). *Terapia Cognitiva de la Depresión*. Bilbao: Descleé De Brouwer.

El Economista. (28 de febrero de 2012). *El Economista*. Recuperado el 14 de agosto de 2012, de <http://eleconomista.com.mx/sociedad/2012/02/28/delinuencia-afecta-ninos-unicef>

Estudiantes del VI Semestre del Profesorado de Segunda Enseñanza en Psicología de la Universidad Panamericana, E. P. (2010). *La Unidad de Atención Psicológica en el Área Central del Departamento de Petén*.

Estudiantes del VI semestre del Profesorado en Psicología 2008. (27 de Noviembre de 2010). *La Unidad de Atención Psicológica en el Área Central del Departamento de Petén*. Santa Elena, Petén, Guatemala.

Feldman, R. S. (2006). *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana* (Sexta ed.). Mexico: McGraw-Hill Interamericana.

López, J. (5 de Junio de 2012). Psicología en en Área Rural. (A. Saquec, Entrevistador)

Martín-Baró, I. (2001). *Acción e Ideología*. San Salvador, El Salvador: UCA Editores.

Ministerio Público de Guatemala. (2012). *Ministerio Públio de Guatemala*. Recuperado el 28 de Julio de 2012, de [www.mp.gon.gt/acerca-del-mp/misión-y-visión/](http://www.mp.gon.gt/acerca-del-mp/misión-y-visión/)

Morrison, V., & Bennett, P. (2008). Trabajo y Salud. En V. Morrison, & P. Bennett, *Psicología de la Salud* (págs. 63-69). Madrid: Pearson Prentice Hall.

Reglamento Orgánico Interno del Ministerio de Trabajo y Previsión Social. (12 de Julio de 2012). <http://www.mintrabajo.gob.gt/index.php/acercadelministerio/reglamentointerno.html>. Recuperado el 12 de Julio de 2012.



Valdés, B. S. (15 de agosto de 2012). *esmas.com*. Recuperado el 15 de agosto de 2012, de [esmas.com: http://www.esmas.com/salud/home/tienesquesaberlo/425179.html](http://www.esmas.com/salud/home/tienesquesaberlo/425179.html)

Wikipedia. (2012). San Benito, Peté, datos demográficos. Recuperado el 11 de Julio de 2012, de [http://es.wikipedia.org/wiki/San\\_Benito\\_%28Pet%C3%A9%29](http://es.wikipedia.org/wiki/San_Benito_%28Pet%C3%A9%29)

Wikipedia. (2012). Abuso sexual. Recuperado el 11 de Julio de 2012, de [http://es.wikipedia.org/wiki/Abuso\\_sexual](http://es.wikipedia.org/wiki/Abuso_sexual)

# **Anexos**

# Anexo 1

## Plan de Actividades

Plan Operativo de actividades 2012 Plan Operativo de actividades 2012

Práctica Profesional Dirigida

Ministerio de Trabajo y Previsión Social, Petén

Componente	Acciones	Fechas	Resultados
Fortalecimiento Institucional	<ul style="list-style-type: none"><li>Entrega de material informativo a cerca de la labor del profesional de la psicología, a personal que labora en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén.</li></ul>	Febrero	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Que el personal que labora en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social conozca la labor que desempeña un psicólogo.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>7 Charlas o talleres motivacionales dirigido al personal del Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén.</li></ul>	Febrero A Septiembre	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Charlas: Síndrome del quemado, trabajo en equipo, conformismo y mediocridad.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>14 Talleres o charlas dirigidos a niñez, juventud y adultos del Barrio 3 de abril de San Benito, Petén.</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Talleres: Autoestima, Inseguridad Emocional, Violencia, Valores y Equidad de género.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>7 Charlas dirigidas a niñez y juventud en centros educativos de San Benito, Petén.</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Concianciación a la población acerca de los temas impartidos.</li></ul>

Componente	Acciones	Fechas	Resultados
Promoción y Divulgación	<ul style="list-style-type: none"> <li>7 Charlas o talleres motivacionales dirigido al personal del Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén.</li> </ul>	Febrero A Septiembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Concianciación a la población acerca de temas como: Autoestima, Inseguridad Emocional, Violencia, Valores y Equidad de género. Que a la vez esto permita que se dé a conocer la labor del psicólogo y el servicio de atención psicológica que estamos prestando en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>14 Talleres o charlas dirigidos a niñez, juventud y adultos del Barrio 3 de abril de San Benito, Petén.</li> </ul>	Marzo	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>7 Charlas dirigidas a niñez y juventud en centros educativos de San Benito, Petén.</li> </ul>	Febrero A Septiembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Concianciación a la población sobre los derechos de las mujeres.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Commemoración del Día Internacional de la Mujer, se va a coordinar la participación con la Oficina Nacional de la Mujer.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Atención psicológica con su respectivo seguimiento.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atención a usuarios internos y externos al Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén</li> </ul>		

Componente	Acciones	Fechas	Resultados
Participación	<ul style="list-style-type: none"> <li>Coordinación interinstitucional con Organizaciones, Asociaciones de Mujeres, COCODES, Oficinas Municipales de la Mujer, Centro de Justicia, Pastoral Social y Centros Educativos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que se establezcan vínculos con estas organizaciones, para que nos sirvamos de referencia recíproca para prestar un mejor servicio en la atención psicológica que se preste en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asistencia y participación con diferentes instancias.</li> </ul>	Febrero A Septiembre	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Formación, capacitación y alianzas.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asesoría, acompañamiento y referencia de casos que correspondan a otra entidad.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apoyo a las personas usuarias del servicio de Atención Psicológica en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atención psicológica a personal del Ministerio de Trabajo y Previsión Social de San Benito, Petén, que requieran del servicio.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Personal saludable que preste un mejor servicio y que sea capaz de ofrecer un servicio de calidad.</li> </ul>

## Anexo 2



## Charlas en Centros Educativos

### Anexo 3



Charlas en Barrio 3 de Abril, San Benito, Petén.