

UNIVERSIDAD PANAMERICANA

Facultad de Ciencias Psicológicas

Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental



**Informe Técnico de las Prácticas realizadas en la Maestría en Consejería
Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, ejercicio realizado en:
Sitio Arqueológico Kaminal Juyú, Alcohólicos Anónimos Grupo El Salvador,
Centro de Yoga Vrinda, Colegio Público Sta. Sofia; Colegio Viena
Guatemalteco; Instituto Austriaco Guatemalteco
(Sistematización de Práctica Profesional Dirigida)**

Licda. Ana Regina Chamorro López

Guatemala, febrero 2015

**Informe Técnico de las Prácticas realizadas en la Maestría en Consejería
Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, ejercicio realizado en:
Sitio Arqueológico Kaminal Juyú, Alcohólicos Anónimos Grupo El Salvador,
Centro de Yoga Vrinda, Colegio Público Sta. Sofia; Colegio Viena
Guatemalteco; Instituto Austriaco Guatemalteco**
(Sistematización de Práctica Profesional Dirigida)

Licda. Ana Regina Chamorro López

M.A. Marta Cuyuch (**Asesora**)

Licda. Yael Pinto (**Revisora**)

Guatemala, febrero 2015

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD PANAMERICANA

Rector M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus

Vicerrectora Académica Dra. Alba Aracely Rodríguez de González

Vicerrector Administrativo M.A. César Augusto Custodio Cobar

Secretario General EMBA. Adolfo Noguera Bosque

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Decana M.A. Julia Elizabeth Herrera de Tan

Coordinadora de Licenciaturas Licda. Ana Muñoz

Coordinadora de Egresos Licda. Eymi Castro de Marroquín

UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA

Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría

PRÁCTICA PROFESIONAL DIRIGIDA

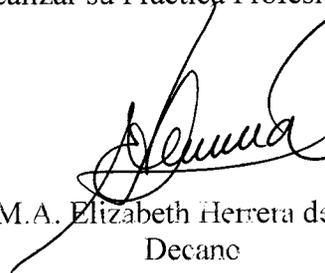
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

ASUNTO: **Licda. Ana Regina Chamorro López**
Estudiante de la **Maestría en Consejería
Clínica e Intervención Psicosocial en
Salud Mental** de esta Facultad solicita
autorización para realizar su **Práctica
Profesional Dirigida** para completar
requisitos de graduación

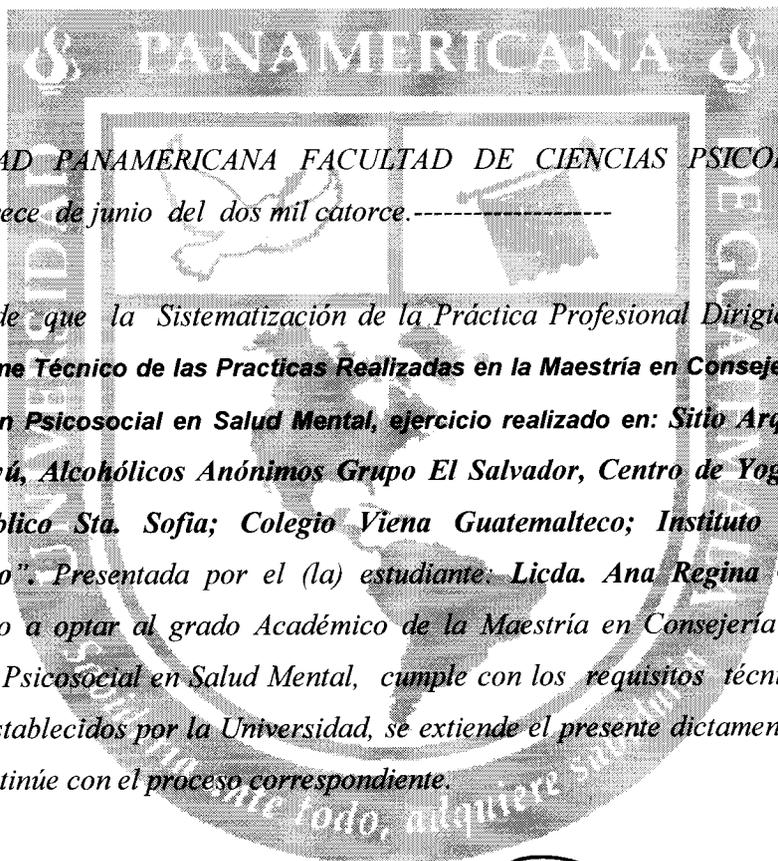
DICTAMEN: 13 de junio 2014.

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 Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental se resuelve:

1. La solicitud hecha para realizar **Práctica Profesional Dirigida** esta enmarcado dentro de los conceptos requeridos para egreso, según el reglamento académico de esta universidad.
2. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en Artículo 9, (Inciso a al i).
3. Por lo antes expuesto, el (la) estudiante: **Licda. Ana Regina Chamorro López** recibe la aprobación para realizar su Práctica Profesional Dirigida.

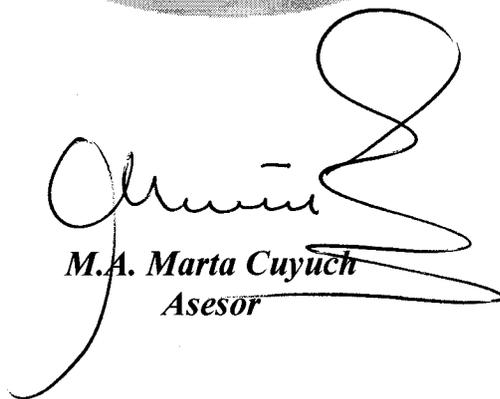

M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano

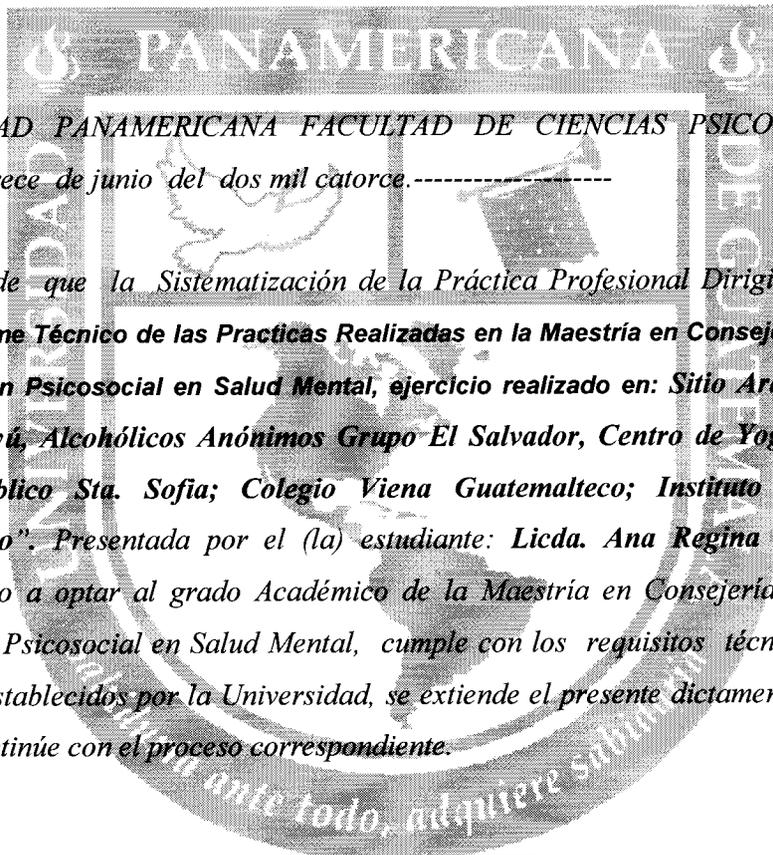




UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS,
Guatemala trece de junio del dos mil catorce.-----

En virtud de que la Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida con el tema: " Informe Técnico de las Practicas Realizadas en la Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, ejercicio realizado en: Sitio Arqueológico Kaminal Juyú, Alcohólicos Anónimos Grupo El Salvador, Centro de Yoga Vrinda, Colegio Público Sta. Sofia; Colegio Viena Guatemalteco; Instituto Austriaco Guatemalteco". Presentada por el (la) estudiante: Licda. Ana Regina Chamorro López, previo a optar al grado Académico de la Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, 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.


M.A. Marta Cuyuch
Asesor



UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLOGICAS,
Guatemala trece de junio del dos mil catorce.-----

En virtud de que la Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida con el tema: " Informe Técnico de las Practicas Realizadas en la Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, ejercicio realizado en: Sitio Arqueológico Kaminal Juyú, Alcohólicos Anónimos Grupo El Salvador, Centro de Yoga Vrinda, Colegio Público Sta. Sofia; Colegio Viena Guatemalteco; Instituto Austriaco Guatemalteco". Presentada por el (la) estudiante: Licda. Ana Regina Chamorro López, previo a optar al grado Académico de la Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, 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. Vael Pinto
Revisor



UNIVERSIDAD
PANAMERICANA

"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLOGICAS, Guatemala mes de enero del dos mil quince.-----

En virtud de que el Informe Final de la Sistematización de la Práctica Profesional Dirigida con el tema **"Informe Técnico de las Prácticas Realizadas en la Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, ejercicio realizado en: Sitio Arqueológico Kaminal Juyú, Alcohólicos Anónimos Grupo El Salvador, Centro de Yoga Vrinda, Colegio Público Sta. Sofía; Colegio Viena Guatemalteco; Instituto Austriaco Guatemalteco"**, presentado por **Licda. Ana Regina Chamorro López**, previo a optar grado académico de Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial en Salud Mental, 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 Práctica Profesional Dirigida.

M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Ciencias Psicológicas

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

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1	1
Práctica institucional: Proyecto de Prevención en Psicología de la Salud y Consejería Clínica	1
1.1 Objetivos	1
1.2 Descripción de la Práctica Institucional: Proyecto de Prevención en Psicología de la Salud y Consejería Clínica	1
1.3 Evaluación de la Práctica Institucional: Proyecto de Prevención en Psicología de la Salud y Consejería Clínica	4
Capítulo 2	6
Práctica Área Clínica: Problemática e Intervención Psicosocial	6
2.1 Objetivos	6
2.2 Descripción de la Práctica del Área Clínica: Problemática e Intervención Psicosocial	6
2.3 Evaluación de la Práctica del Área Clínica: Problemática e Intervención Psicosocial	9
Capítulo 3	10
Práctica Comunitaria: Intervención en Crisis Psicosocial	10
3.1 Objetivos	10
3.2 Descripción de la Práctica Comunitaria: Intervención en Crisis Psicosocial	10
3.3 Evaluación de la Práctica Comunitaria: Intervención en Crisis Psicosocial	12
Capítulo 4	14
Análisis General de la Práctica	14
Conclusiones	16
Recomendaciones	17
Referencias	18
Anexos	19

Resumen

Un Consejero Clínico se encarga de atender a personas en crisis desde un enfoque breve, dándoles herramientas para poder responder ante estas situaciones de manera que puedan ser seres funcionales dentro de una comunidad.

Se requiere de la investigación sobre las necesidades de las comunidades para poder implementar programas de prevención de la salud; así como del conocimiento necesario sobre las tradiciones que manejan y el efecto de la influencia de otras culturas dentro de las conductas de los sujetos.

Debido a lo anterior, se realizó un estudio y abordaje práctico que abarcó tres áreas indispensables para el trabajo de un Consejero Clínico: Psicología de la Salud, Psicología Multicultural y Psicología Comunitaria.

Introducción

El presente informe de sistematización resume la serie de cursos y prácticas que se llevó a lo largo de la preparación como Consejeros Clínicos; iniciando con Psicología de la Salud; cuyo objetivo fue lograr que el consejero en formación adquiriera conocimiento general de las áreas de intervención y los principios de la Psicología de la Salud, para que pueda aplicarlos en el ejercicio de la Consejería, desde el modelo biopsicosocial, para poder integrarlos a su trabajo de una manera más coherente dentro de la comunidad, su campo de acción y su propia vida.

Se realizó un Proyecto de Prevención tomando como referencia el tema de “sexualidad en adolescentes”. Para el mismo se llevó a cabo una investigación de tipo descriptivo-cualitativa, que se conformó por la aplicación de encuestas a 20 adolescentes entre 15 y 18 años de edad, de ambos géneros; 10 pertenecientes a la Institución educativa privada, Colegio Viena Guatemalteco, ubicado en la capital de Guatemala y 10 al Colegio Público Santa Sofía, en el municipio de San José Pinula. Al mismo tiempo se realizaron entrevistas a las autoridades de las instituciones con el objetivo de conocer de qué forma es abordado el tema de la sexualidad actualmente.

Se observó que ambas instituciones se preocupan por informar a los alumnos sobre el uso de anticonceptivos y los tipos que hay, sobre la importancia de la planificación familiar; sin embargo aún existe falta de capacitación a docentes para poder abordar temas “tabú” tales como la masturbación y el homosexualismo.

La segunda práctica se realizó con el objetivo que el consejero en Psicología Transcultural y Consejería Multicultural obtuviera y aplicara las habilidades básicas y competencias propias de dicho campo, así como también intervenir en los problemas psicosociales como la drogodependencia y el estrés postraumático.

Para ello se visitaron tres áreas de intervención en las que se pudo conocer la diversidad de recursos con los que se cuentan en Guatemala para abordar diferentes temáticas. Inicialmente se visitó Kaminal juyú, área arqueológica ubicada en la capital guatemalteca, en donde se realizan ceremonias mayas por un “sacerdote” entrenado en el tema. El objetivo de las mismas es lograr la sanación y/o la petición de las personas que acuden a este lugar; según lo indicado.

Posteriormente se visitó un centro de YOGA, en la zona 1 capitalina, pudiendo observarse que esta práctica podría ser descrita como un tipo de terapia alternativa para aquellos consultantes cuyo estilo de vida encaje en este tipo de ejercicios.

Finalmente, se realizó una visita a un centro de Alcohólicos Anónimos. Dentro del mismo se pudo observar cómo una persona drogodependiente encuentra la satisfacción de su necesidad de pertenencia; pudiendo manejar emociones como culpa, ira, frustración, etc., viviendo un día a la vez y siendo funcionales dentro del ámbito laboral, familiar y social.

Dentro de la tercera práctica se recibió la preparación pertinente con el objetivo de desarrollar conocimientos, comprensión e incremento de la capacidad de análisis y destrezas de abordaje psicológico ante una crisis humana, e introducción sobre aspectos de la psicología social.

Una de las crisis por las que atraviesa un sujeto es la económica, la cual muchas veces lleva a una desintegración familiar. Para apoyar a estas familias, existen Fundaciones como la Fundación Cultural Austriaco Guatemalteca, que brindan becas educativas con el propósito de dar la oportunidad a los niños de continuar con su preparación académica. A través de una práctica cognitivo-conductual se logró modificar aquellas respuestas conductuales que no son beneficiosas para su desempeño académico, social y laboral; en el caso de los adultos.

Uno de los principales retos a los que se estuvo expuesto, fue el lograr la empatía ante situaciones que no se han experimentado debido a la cultura, género y edad. Esto al mismo tiempo puede identificarse como una motivación para continuar investigando sobre las diversas terapias alternativas con las que se cuentan.

Como aprendizaje se obtuvo el hecho de poder abordar diversas problemáticas aplicando un modelo de terapia breve; validando las costumbres, creencias y recursos con los que contaban los consultantes.

Cabe mencionar que hubo ocasiones en las que se recurrió a la discusión de casos con otros consejeros; así como momentos en los que hubo necesidad de modificar horarios y planes de intervención debido a la diversidad de problemáticas que se abordó.

Capítulo 1

Práctica institucional: Proyecto de Prevención en Psicología de la Salud y Consejería Clínica

1.1 Objetivos

1.1.1 General

Adquirir conocimientos generales en las áreas de intervención de la Consejería y los principios de la Psicología de la Salud, para poder integrarlos a su trabajo de una forma coherente en su campo de acción y su propia vida, desde el modelo biopsicosocial.

1.1.2 Específicos

- Establecer los diferentes enfoques que se utilizan en la Psicología de la Salud, basados en el modelo biopsicosocial.
- Aplicar los principios de la Psicología de la Salud a su propia vida.
- Definir los principios básicos de la Psicología Comunitaria y su campo de acción

1.2 Descripción de la Práctica Institucional: Proyecto de Prevención en Psicología de la Salud y Consejería Clínica

En base a los principios de Psicología de la Salud, la profesional encargada del curso asignó, en parejas, la tarea de llevar a cabo un programa de prevención de la salud. Se requería conocer la y/o las instituciones en las que se elaboraría el mismo, así como la población a quien iba dirigido. Por lo tanto, conociendo la necesidad que se tiene en Guatemala de brindar a los jóvenes una adecuada educación sexual; se elaboró un proyecto de prevención de embarazos en adolescentes, así como la importancia que tiene la planificación familiar. Para ello se seleccionó dos centros

educativos: El instituto Sta. Sofía que se encuentra ubicado en el municipio de San José Pinula. Dentro del mismo se observan estudiantes de escasos recursos, con deseos de superación; sin embargo, con poca orientación para obtener las herramientas necesarias que les permitan tomar elecciones en sus vidas para una mejor planificación de futuro: planificación familiar, estudios universitarios, autorrealización de metas.

De igual forma se trabajó con el colegio privado Colegio Viena Guatemalteco, en la zona 16 de la capital de Guatemala (a lo largo del presente informe se identificará el mismo bajo las siglas CVG). Éste tiene como misión brindar una educación de prestigio, bilingüe a estudiantes guatemaltecos, sin que sea tomado en cuenta lugar de origen, pues acuden alumnos del interior del país.

Dentro de los objetivos específicos se determinaron las normas bajo las cuales se rigen los centros para brindar la educación sexual adecuada a los adolescentes. Se detectaron los posibles temas “tabú” dentro de las instituciones. Se conoció la curiosidad en los y las jóvenes sobre el tema de sexualidad. Se identificaron las normas establecidas para brindar educación a adolescentes embarazadas. Se estableció una propuesta de prevención de embarazos en edad adolescente e infecciones de transmisión sexual.

Se realizó un trabajo de sistematización, cuya meta no se limitó a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación que existen entre dos o más variables; a través de encuestas a la población y entrevistas a las autoridades de las instituciones. La población con la que se contó fue de 20 alumnos por institución 10 hombres y 10 mujeres, en el rango de edades de 15 a 18 años. El trabajo fue realizado durante la mañana, tomando un día para las entrevistas y otro más para las encuestas.

Las entrevistas realizadas a las autoridades contaban con 16 preguntas directas; obteniendo información con respecto al curso en el que se adecuó el pensum del Ministerio de Educación (MINEDUC, siglas bajo las cuales continuará siendo nombrada esta institución a lo largo del presente informe) para abordar el tema de sexualidad. Así mismo se tuvo el interés de conocer

sobre el papel que toma la religión en la enseñanza de la sexualidad dentro de cada institución. Se les interrogó con respecto a las necesidades que tenía cada institución, de manera que hubiera apoyo para los alumnos en momentos en los que presentaran alguna curiosidad sobre el tema de sexualidad. Al mismo tiempo se obtuvo información sobre el personal profesional con el que cuentan para brindar este apoyo a los alumnos, si se cuenta con el apoyo de profesionales para dar charlas o talleres tanto a alumnos como a padres y maestros. Se tuvo también, el interés de conocer sobre las normas que manejan con respecto a darle la oportunidad de continuar con estudios a alumnas adolescentes embarazadas. Finalmente se les interrogó con respecto a las medidas de prevención sexual que enseñan a los alumnos.

Por otro lado se llevaron a cabo encuestas de 10 preguntas a los alumnos en las que se les interrogó sobre el abordaje que cada institución educativa da al tema de la sexualidad, la influencia que pueda tener la religión de cada uno al respecto, el curso en el cual reciben la información correspondiente. Al mismo tiempo, se tuvo interés en conocer, desde el punto de vista de los alumnos, la manera en la que los centros educativos enseñan sobre prevención sexual y sobre las enfermedades de transmisión sexual. Finalmente, se obtuvo información con respecto a las medidas que toman las instituciones educativas, CVG y el Instituto Santa Sofía, cuando se requiere de algún taller o alguna conferencia sobre el tema de sexualidad.

Dentro de ambas instituciones, los alumnos concordaron en que el tema de la sexualidad si es abordado, en las clases de Ciencias Naturales, Hogar y Psicología. 8 de los 10 alumnos encuestados en Sta. Sofía afirmaron la influencia que tiene su religión en sus ideas sobre el tema, en el CVG fueron 9. Con respecto a la experiencia de haber compartido año de estudios con alguna joven embarazada, 16 de los 20 alumnos, negaron haber compartido con compañeras embarazadas; sin embargo únicamente 2 de ellos afirmaron que habían continuado estudiando.

En cuanto a los tipos de prevención sexual, en la institución privada se habla sobre la abstinencia, el condón y las pastillas anticonceptivas, mientras que en la pública, predominan el uso de condón y la ingesta de pastillas. En ninguna de las instituciones educativas han experimentado tener como compañero de clase a una persona homosexual.

En la institución pública Sta. Sofía 3 alumnos negaron haber recibido talleres sobre el tema; quienes han brindado este servicio en la institución privada han sido profesionales pertenecientes al colegio.

Al mismo tiempo se concluyó que, en ambas instituciones se aborda el tema de sexualidad de acuerdo a lo indicado por el MINEDUC. En el centro de estudios público Sta. Sofía no se cuenta con un departamento de orientación, sin embargo sí con la ayuda de una profesional en Consejería Clínica que realiza los exámenes de orientación vocacional y que asiste a realizar trabajo de consejería u orientación escolar.

Por otro lado en el CVG sí se tiene acceso a un Departamento Psicopedagógico que trabaja en unión con directores, maestros y padres de familia; dirigiendo así mismo una escuela de padres, de manera que se pueda brindar el apoyo necesario en casa. Finalmente, y en base a estos resultados, se realizó una propuesta sobre un proyecto realizable; “Prevención sexual en adolescentes”, abarcando las necesidades complementarias, tales como talleres separados para adolescentes mujeres y hombres, enfocándose los mismos en la importancia de auto-aceptación, comunicación asertiva, y la importancia de la planificación familiar, dentro de ambas instituciones.

1.3 Evaluación de la Práctica Institucional: Proyecto de Prevención en Psicología de la Salud y Consejería Clínica

Luego de conocer ambas instituciones y de la realización del trabajo de campo se concluyó que, independientemente de pertenecer al área pública o privada, los alumnos cuentan con la confianza suficiente para acercarse, ya sea al departamento psicopedagógico o a los profesores encargados para ser orientados. Sin embargo, son precisamente los educadores quienes requieren de una mayor capacitación de manera que los temas “tabú”, como la masturbación, la homosexualidad y el aborto, puedan ser abordados de manera objetiva, con el propósito de la prevención de embarazos en edades adolescentes y a adquisición de enfermedades de transmisión sexual.

Se observó que la institución privada cuenta con un Currículum más completo para brindar una educación sexual adecuada, enfocándose en la abstinencia y la planificación familiar. Al mismo tiempo, se puede indicar que en este colegio se han realizado talleres, conferencias a padres y alumnos con respecto a la sexualidad. Es por ello que se puede indicar que ambas instituciones se encuentran abiertas a la oportunidad de recibir información y brindarla a su población.

Como profesional en Psicología Clínica se toma en cuenta el ambiente en el que se desenvuelve un adolescente, la religión y las creencias bajo las cuales ha sido criado; así como la importancia de satisfacer su necesidad de pertenencia, brindando la orientación y los conocimientos necesarios para llevar a cabo una adecuada planificación familiar; previniendo enfermedades, y promoviendo el cuidado íntimo de cada uno sin que importe género, edad o clase social.

Se considera como reto, el trabajar con temas “tabú” en base a la religión y tradiciones familiares, así como el llevar a cabo conferencias informativas para los padres de familia en las que se les dé una visión más amplia sobre temas que despiertan la curiosidad en sus hijos y la importancia que tiene el hecho que reciban la orientación y guía a través de aquellos que los educan en casa.

El haber tenido la oportunidad de acercamiento con los jóvenes guatemaltecos de diversas clases sociales, permitió que se tuviera una visión más amplia sobre los temas sexuales que despiertan curiosidad y, así, lograr establecer un programa de familia para la adecuada prevención de embarazos en adolescentes.

Capítulo 2

Práctica Área Clínica: Problemática e Intervención Psicosocial

2.1 Objetivos

2.1.1 General:

Aplicar las habilidades que le permitan intervenir en los problemas psicosociales de drogodependencia y estrés postraumático

2.1.2 Específicos:

- Definir la relación entre cultura y la Consejería para llevarlo a su aplicación.
- Identificar los factores que influyen en los problemas psicosociales de drogodependencia y estrés postraumático, para su adecuada intervención.
- Proponer la inclusión de la Psicología Transcultural en el contexto multicultural, multilingüe, intercultural y multiétnico, para mejorar las relaciones en la comunidad.

2.2 Descripción de la Práctica del Área Clínica: Problemática e Intervención Psicosocial

No todos los sujetos reaccionan de la misma manera ante un mismo acontecimiento y/o estresor. Mucho tiene que ver la cultura, el ambiente en el que se desarrolló la persona, las creencias y la religión influyentes en sus ideas y sus conductas; así como el género, la clase social, el nivel de educación que obtuvo, su lugar de ubicación, entre otros. Como consejeros clínicos, se manejan los conocimientos necesarios sobre los recursos con los que se cuenta para poder acompañar una intervención. Es por ello que, a lo largo del curso de Psicología Transcultural, se llevó a cabo una práctica que permitió conocer tres distintos tipos de abordaje o de acompañamiento para

personas con diversos padecimientos: una Ceremonia Maya, ejercicios de Yoga y visita a un grupo de autoayuda de Alcohólicos Anónimos. Al respecto se discutirá a continuación.

Tomando en cuenta que Guatemala es un país pluricultural, se inició con la visita a Kaminal Juyú. Éste es un pequeño lugar arqueológico prehispánico cuyo nombre significa “Colina de los muertos”; reconocido por haber sido la zona maya de comercialización. No se observa la vasta arquitectura como en otros lugares mayas, sin embargo prevalecen los círculos de piedra en el piso; lugar en donde se realizan las ceremonias. (www.ciudadesmayas.com)

La ceremonia, con una duración aproximada de dos horas, se realizó al aire libre y fue observada por seis profesionales y se realizó al aire libre, utilizando varios elementos como candelas de colores (amarillo, rojo, azul, negro, morado, blanco), hierbas especiales, especias y tabaco. El sacerdote maya o la persona entrenada para hacer este tipo de rituales, incorporó paso a paso los elementos necesarios, al mismo tiempo invoca, con rezos o frases específicas, al dios requerido, moviendo constantemente los ingredientes en el círculo de piedra y realizando un baile alrededor.

Se observó que mucha gente aún asiste a Kaminal Juyú, no solamente como paseo turístico, sino para poder encontrarse con algún sacerdote de manera que, sujeto en crisis, recupere su homeostasis.

Por otro lado, existen diversos tipos de terapia alternativa como el Yoga, actividad en la que se realizan ejercicios basados en la meditación y la respiración, de acuerdo con la entrenadora de “Vrinda”, centro de Yoga ubicado en la zona 1. Se cree que el yo es espiritual y no material, por lo que, a través de movimientos físicos, las personas logran el equilibrio entre mente y alma.

Según lo observado, al llegar por primera vez, las personas son examinadas, a nivel físico, por un experto en este tipo de práctica. Se lleva a cabo un diagnóstico sobre el padecimiento de la persona y se le indica qué ejercicios se podrán realizar para su sanación.

Como parte de la práctica se entró a un cuarto, con cojines y “mats”; unas pequeñas alfombras en las que las personas realizan los ejercicios, en donde se inició la actividad. Como primer punto, se pidió a los participantes, en este caso cinco profesionales de la salud mental, que se retiraran los zapatos antes de entrar en la habitación. Cada uno se colocó sobre un “mat”, en forma horizontal, con los brazos a los lados y se empieza a escuchar música de origen hindú con el objetivo de crear una atmósfera de relajación. La persona entrenada en Yoga se retiró de la habitación, regresando cuando lo consideró pertinente para dar inicio con los ejercicios de estiramiento y relajación. Cada ejercicio se realizó dos veces, tomando constantemente en cuenta la importancia de continuar respirando sin acelerarse. La actividad duró una hora aproximadamente y finalizó con una fuerte respiración, dando la impresión de regresar al “aquí y ahora”.

Finalmente, y conociendo la importancia que tienen los grupos de autoayuda para personas con padecimientos específicos, se realizó una visita a un centro de Alcohólicos Anónimos (a lo largo del presente informe se denominará A.A.), en el km. 10, carretera a El Salvador.

De acuerdo al encargado del centro, las personas que asisten al grupo de A.A., se identifican a sí mismas como una comunidad de ayuda para aquellos con el mismo padecimiento. Este grupo lo conforman hombres y mujeres, de distintas edades, cada vez más jóvenes; se puede agregar. Son sesiones de una hora, en las que se comparten testimonios, sobre el día a día, pues esa es su filosofía: vivir un día a la vez. Esto, debido a la fuerte sensación de angustia y ansiedad que experimentan en períodos de abstinencia. Para la comunidad A.A. existen doce pasos, doce principios bajo los cuales se rigen, según lo indicado.

Dentro de estos pasos existe una aceptación sobre el hecho de ser alcohólico, sobre el daño que esto ha podido provocar en los seres queridos y en aquellos otros a su alrededor. Así mismo cabe destacar que no se hace referencia o preferencia a una religión, simplemente son permitidas personas de diversas culturas, creencias religiosas, género, edades y clase social; todos vistos como iguales, pero aceptando que se requiere de una fuerza sobrehumana para poder mantenerse en abstinencia.

En las reuniones que se realizan una vez por semana, en horario nocturno; dan la bienvenida a los nuevos miembros, motivándole a continuar, reforzando la actitud positiva, es decir, el hecho de no haber bebido durante el día, y compartiendo experiencias de recaídas sin que esto signifique rechazo hacia la persona.

2.3 Evaluación de la Práctica del Área Clínica: Problemática e Intervención Psicosocial

Se reconoce que no todos los sujetos se rigen bajo las mismas creencias religiosas o culturales; por lo que se puede indicar que, de cada experiencia de intervención con un cliente, se obtendrá un aprendizaje más.

Cada ambiente observado brindó un conocimiento nuevo, por ejemplo, el significado que tiene cada elemento utilizado en las ceremonias mayas; la influencia de la cultura oriental en la diversidad de terapias alternativas con las que se cuentan actualmente. Dentro de la observación en el grupo de A.A., ha sido conocer que actualmente el alcoholismo está iniciando en edades más cortas y que, por ello, existen grupos de autoayuda a los que asisten únicamente adolescentes o jóvenes adultos.

Se puede también mencionar que, cada persona, a su manera y de acuerdo a su cultura, género, edad, entre otros; puede reaccionar ante una misma crisis de distinta manera, pero busca reencontrar el equilibrio que le permita continuar con las nuevas experiencias de vida.

Capítulo 3

Práctica Comunitaria: Intervención en Crisis Psicosocial

3.1 Objetivos

3.1.1 General:

Comprender el abordaje psicológico de la crisis humana y aspectos de la Psicología Social; para intervenir oportunamente con personas, familias o comunidades traumatizadas o destruidas. .

3.1.2 Específicos:

- Analizar las situaciones que provocan estrés y las características que conllevan a la crisis psicológica para una adecuada intervención.
- Identificar las técnicas y estrategias que se utilizan en la intervención en crisis comunitaria.
- Analizar la función social que tiene el Psicólogo y la atención ante eventos de desastre.

3.2 Descripción de la Práctica Comunitaria: Intervención en Crisis Psicosocial

Dentro de esta práctica se tuvo la oportunidad de elegir un tema específico para identificar las características resilientes de una población determinada y los efectos del uso de estos recursos para adaptarse a un nuevo estilo de vida.

En este caso, se intervino con familias de zonas de la capital guatemalteca, que están atravesando una fuerte crisis económica debido a varios factores: enfermedades familiares, desempleo, abandono de alguno de los padres de familia, duelo. Y que, a pesar de ello, buscan la manera de poder brindarle una buena preparación académica a sus hijos.

Se contactó personalmente al Director General de la Fundación Cultural Austriaco Guatemalteca, ubicada en la zona 16 de la capital guatemalteca, que brinda apoyo a niños cuyos padres no cuentan con los recursos económicos necesarios para costear las colegiaturas; para que estudien en instituciones privadas como el Instituto Austriaco Guatemalteco y Colegio Viena Guatemalteco.

Para poder determinar las herramientas adaptativas de las familias guatemaltecas que reciben ayuda de la Fundación Cultural Austriaco Guatemalteca, se llevó a cabo un trabajo de campo que constaba en la realización de entrevistas directas; en los hogares de los padres de 100 familias; 50 con hijos de distintas edades del Instituto Austriaco Guatemalteco y 50 con hijos de distintas edades del Colegio Viena Guatemalteco. De estas entrevistas se realizó una breve descripción sobre la historia, la estructura y la dinámica familiar; el motivo principal de la solicitud de ayuda a la Institución; así como los ingresos con los que cuentan, las necesidades especiales que se tuvieran en casa; familiares enfermos o con necesidades especiales, y los planes o metas a futuro para la familia.

Al escuchar el relato de revictimización de los padres de familia, se logró identificar las características adaptativas de supervivencia ante una crisis económica: aceptación de un cambio en el estilo de vida, evasión de la realidad, y de responsabilidades, sentimientos de culpa, vergüenza o, por otro lado, de lucha y compromiso con sus labores, entre otras. Éstas, imitadas por los hijos, se reflejan en su resolución de conflictos en el colegio, con sus pares, maestros y con sus propias responsabilidades.

Se observó que ante una crisis económica, existe desintegración familiar, debido a un aumento de conflictos de pareja; y entre familias políticas; así como a la falta de implementación de una comunicación asertiva.

Cabe mencionar un caso en el que la madre, quien, tras la separación matrimonial, acogió a sus padres enfermos en su casa, les brindó toda la atención necesaria; sin embargo dejó por un lado el cuidado de su hija. La alumna, por su parte, bajó su rendimiento académico, teniendo como

resultado una relación conflictiva con su madre debido a su constante falta de toma de responsabilidades. Sin embargo, esta conducta había sido la que, hasta hace un año aproximadamente, la alumna había aprendido.

En casos como el anteriormente descrito, se puede intervenir tanto con los padres como con los alumnos, utilizando metodología de tipo cognitivo-conductual, de manera que aquellas ideas irracionales que le han aumentado sentimientos de culpa, ira, enojo, frustración, etc., y que han influido de sobremanera sobre sus respuestas conductuales, sean modificadas por respuestas alternas. Al mismo tiempo, se hace uso de técnicas gestálticas, como “la silla vacía”, escribir una carta al fallecido o a la persona con quien se ha mantenido una relación conflictiva desde que hubo un cambio en casa, role play con emociones, entre otras. Se ha podido observar que, a través del abordaje en el “aquí y ahora”, las personas logran hacer el insight necesario para enfocarse en aquello con lo que cuentan en el presente, perdonando situaciones pasadas y aceptándose como seres humanos con el derecho a errar y la capacidad para partir de una situación y empezar una nueva etapa de sus vidas; encontrando un nuevo sentido de vida.

3.2 Evaluación de la práctica comunitaria: Intervención en Crisis Psicosocial

Se observó que, debido la crisis económica en familias guatemaltecas con hijos en los Colegios Viena Guatemalteco y Austriaco Guatemalteco, se tiene como resultado una desintegración familiar, dados los conflictos de relaciones entre cónyuges, familias políticas, padres e hijos y también dentro de las relaciones fraternales. Estos conflictos familiares inician, generalmente, con abusos psicológicos en donde el que tiene la capacidad de proveer económicamente puede generar un sentimiento de superioridad sobre aquel quien ya no la tiene, invalidando a la persona como tal. Ésta última, genera varias ideas irracionales con respecto a sí mismo disminuyendo así su autoestima, su capacidad de comunicación asertiva y de resolución de conflictos; aceptando este trato por compensar su falta de ingreso económico. Los hijos, por su parte, son observadores de esta situación, se crean alianzas convirtiéndose el núcleo familiar en una especie de batalla entre dos o más “equipos”.

Como consejero clínico se considera que no todas las personas cuentan con las herramientas y los recursos adaptativos necesarios para afrontar una crisis; por ende, los aprendizajes adquiridos por los niños y adolescentes para reaccionar ante situaciones imprevistas de la vida no siempre son los ideales.

De acuerdo con lo anterior se puede inferir que existen varios temas que se pueden abordar dentro del área de la consejería clínica. Pueden mencionarse proyectos de prevención, sobre autoestima, resiliencia y comunicación asertiva. Así mismo, conferencias para padres con la respectiva orientación con respecto a la necesidad que tienen los niños de conocer sobre la realidad de la situación económica familiar y los cambios que ésta significarán en los hogares.

La Fundación Cultural Austriaco Guatemalteca cuenta con personal profesionales en consejería clínica, que brinda el apoyo necesario a los alumnos para orientarles y brindarles los recursos necesarios para actuar ante situaciones imprevistas en sus vidas: separación de padres, muerte de algún familiar, abuso monetario y relaciones conflictivas entre los padres. Al mismo tiempo, el acercamiento que se puede tener a las familias de estos niños da una visión más objetiva y logra una mejor comprensión sobre las respuestas de los alumnos en el colegio.

Capítulo 4

Análisis General de la Práctica

Un profesional en Psicología Clínica considera varios puntos de vista. Desde el enfoque del modelo biopsicosocial, trata de brindar a las personas las herramientas necesarias para lograr un cambio en sus estilos de vida, así como de realizar proyectos y/o programas de prevención de la salud. Se enfoca también en el aspecto Multicultural, tomando en cuenta el ambiente, cultura, género, edad, religión del consultante; interviniendo en momentos de crisis al identificar las herramientas resilientes con las que cuenta la persona para sobrellevar una situación que ha desequilibrado su homeostasis.

Cabe citar a Suls y Rittenhouse (1990), quienes explican que existe una relación entre comportamiento y carácter, de acuerdo a la personalidad. Debido a que cada sujeto es único, pudiendo ser identificado por afrontar situaciones de cambio en su vida de forma agresiva, depresiva, agresiva o asertiva.

A lo largo de la preparación como psicólogo clínico, se investigó sobre los métodos educativos actuales para brindar la orientación necesaria con respecto a la sexualidad a adolescentes de instituciones públicas y privadas. Se realizó un proyecto de prevención de embarazos adolescentes y transmisión de enfermedades sexuales.

La primera meta de la consejería es promover el desarrollo mediante la toma de decisiones y competencias o habilidad para resolver problemas, que pueden ser utilizadas por los clientes. Un psicólogo clínico, estudia e investiga acerca de las nuevas terapias alternativas a las que pueden acudir las personas, pues muchas veces éstas pueden ser mencionadas en momentos de intervención y la persona en búsqueda de ayuda necesita escuchar que el profesional presente está al tanto de estas nuevas terapias alternativas; como lo es la práctica de Yoga, la práctica de ceremonias mayas, entre otros.

Por otro lado, en el campo de intervención ante una situación de drogodependencia el consejero tiene el papel de acompañar al enfermo y a la familia, de manera que les sean otorgadas las herramientas necesarias para sobrellevar una recaída. Para una persona adicta es difícil lograr el control de la ansiedad que le produce el no poder ingerir las sustancias requeridas por su cuerpo; sin embargo lo acompañan sentimientos de culpa, vergüenza y desesperanza que provocan un aumento en esta sensación; recayendo en su enfermedad. Para la familia, el observar esto, puede provocar una diversidad de emociones negativas, generalmente, que provocan dejar al cliente.

Realizar intervenciones ante crisis que desequilibran la homeostasis de una persona y, por ende, de una familia y una comunidad, no se trata de elaborar un plan terapéutico como podría llevarse en una clínica, sino de reaccionar en base a las necesidades presentes del sujeto y de su ambiente.

Desde el enfoque psicosocial se interviene basándose en la investigación con respecto a las necesidades de una comunidad, más allá de lo que se considere por observaciones, se trata de establecer un contacto con las personas, lograr la relación empática con las mismas y actuar en base a lo que se requiere ante un momento de crisis.

Para ello debe tomarse en cuenta el estado físico y mental de las personas, pues no se puede intervenir cuando las mismas se encuentran desorientadas, en estados de delirios o amnesias selectivas por hechos impactantes. Contar con la historia de la persona y el motivo por el cual su reacción pueda ser agresiva, depresiva o evasiva puede brindar información sobre los recursos con los que cuenta, y, basándose en éstos, el profesional de la salud mental podrá realizar una intervención para que regrese al sujeto a un estado de equilibrio mental y físico.

Conclusiones

Se reconoce la necesidad que existe en la implementación de programas de prevención de enfermedades; así como de talleres de información para implementar modificaciones en estilos de vida inadecuados que afecten la salud física y mental.

Diversas problemáticas psicosociales afectan a personas, familias y comunidades; entre ellas las drogodependencias, por lo que, en mayor parte de ocasiones, las personas recurren a instituciones como Alcohólicos Anónimos.

En un país se puede contar con diversos recursos para sobrellevar las crisis vitales. En Guatemala, las personas cuentan con los rituales mayas, en los que se hace uso de varios elementos y oraciones para brindar apoyo a los consultantes.

La influencia de otras culturas, como la oriental, ha incrementado. Es por ello que actualmente se puede tomar el Yoga como una terapia alternativa para acompañar un proceso de consejería clínica.

En el momento en el que se da una crisis o un cambio en la vida de una persona, o de una comunidad, éstas hacen uso de sus recursos adaptativos para sobrellevar la situación en base a lo aprendido.

Recomendaciones

Es necesario que un consejero clínico indague sobre la información que adquieren los sujetos, desde cortas edades, con respecto a la importancia de modificación en los estilos de vida; incluyendo alimentación, ejercicio y hábitos de higiene personal; y que se capacite a los adultos cuidadores y educadores.

Como consejero que aborda casos de personas drogodependientes se requiere de conocer los centros de ayuda a los que puede asistir, así como la filosofía de éstos y tomarlos como un acompañamiento del trabajo clínico.

Un consejero multicultural debe reconocer que cada consultante maneja diversas ideas y formas de actuar de acuerdo a la cultura bajo la cual fue criado. Es por ello que se deben obtener las herramientas necesarias para abordar a cada persona sin que interfiera la propia cultura del profesional; así como investigarse sobre la cultura a la cual pertenezca la persona.

Es necesario investigar y aprender sobre la diversidad de terapias alternativas que existen, pues el consejero clínico debe manejar la información necesaria al respecto antes de poder referir a un consultante.

Debe tomarse en cuenta que cada persona reacciona de acuerdo a lo aprendido dentro de su comunidad; para ello se requiere de analizar estas respuestas y orientar a la persona a que ponga en práctica sus recursos resilientes a partir del momento de la crisis.

Referencias

Kaminal Juyú. Recuperado noviembre 2013: [http:// www.ciudadesmayas.com](http://www.ciudadesmayas.com)

Cabrera, R. (2013) Maestría en Consejería Clínica e Intervención Psicosocial: Módulo V: Psicología Transcultural. Psicología Transcultural. Psiquiatría transcultural. Guatemala. Author.

Suls y Rittenhouse (1990) Psicología de la Salud y Calidad de vida. Recuperado: <http://www.servicio.bc.uc.edu.ve/multidisciplinarias>

Anexos

Anexo 1

Encuesta a estudiantes

La presente es una encuesta que se realiza con fines pedagógicos, de manera que se conozca sobre el abordaje que se le da al tema de la sexualidad en su establecimiento educativo. Ésta se manejará de manera confidencial.

Sexo: M o F Edad: _____ Grado: _____

Marque con una equis (X) la respuesta que más se adecúe a usted.

1. ¿Es la sexualidad un tema que se aborde en tu establecimiento educativo?

Sí

No

2. ¿Influye tu religión en tus ideas sobre la sexualidad?

Sí

No

3. ¿En qué clase se recibe el tema de sexualidad?

4. Elige los temas que se abordan en esta clase:

Enfermedades de transmisión sexual

Embarazo

Aborto

Acoso sexual

Masturbación

Noviazgo

Uso de preservativos

Homosexualidad

5. ¿Has tenido compañeras que hayan quedado embarazadas?

Sí

No

6. Si tu respuesta anterior fue SI ¿les han permitido continuar estudiando aquí?

Sí

No

7. ¿Qué tipos de prevención sexual te han enseñado?

Condón

Parche

Anillo

Pastillas anticonceptivas

Abstinencia

DIU

“Palito”

Ritmo/Natural

8. ¿Conoces sobre la homosexualidad?

Sí

No

9. ¿Has tenido compañeros homosexuales dentro de tu establecimiento educativo?

Sí

No

10. ¿Has recibido talleres o charlas sobre sexualidad dentro de tu establecimiento educativo?

Sí

No

Persona externa

Persona interna

Anexo 2

Entrevista a autoridades de las Instituciones Educativas: Colegio Público Santa Sofía y Colegio Viena Guatemalteco

1. ¿En qué clase se adecuó el pensum del Ministerio de Educación con respecto al tema de la sexualidad?
2. ¿Qué papel toma la religión en la enseñanza de la sexualidad a sus alumnos?
3. ¿Qué temas son abordados con respecto a la educación sexual?
4. ¿Qué información cree usted que es la que más necesitan sus alumnos en cuanto a este tema?
5. Respecto al tema de embarazos en adolescentes; ¿qué experiencias han tenido con esta población?
6. ¿Qué tipos de prevención sexual se les enseña a los alumnos?
7. ¿Es la homosexualidad un tema que se aborda dentro de la educación sexual que se le da a los alumnos?
8. ¿Se han dado casos de acoso sexual?
9. La masturbación es común en esta etapa, ¿cómo abordan este tema con los o las alumnas?
10. La curiosidad con respecto a iniciar una relación de pareja es otro aspecto que se inicia en esta etapa del desarrollo, ¿qué normas existen al respecto? ¿se les permite establecer noviazgo?
11. ¿Han recibido charlas o talleres de personas externas con respecto a la sexualidad?
12. ¿Quiénes muestran más curiosidad por conocer sobre la sexualidad?
13. ¿Cuentan con psicólogos y/o orientadores con quienes los adolescentes puedan acercarse a platicar sobre el tema?
14. ¿Se permite hablar abiertamente sobre el tema en clases?
15. ¿Existe algún tema específico que no se haya sabido abordar, por lo que considere necesaria la intervención de un profesional externo para orientar a los jóvenes?
16. ¿Qué orientación reciben con respecto al aborto?

Anexo 3

Carta de la Decana de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Panamericana a las Autoridades del Colegio Viena Guatemalteco



Guatemala, 25 de septiembre 2013

Licenciado.
Friedrich Baaz
Director General
Fundación Cultural Austriaco Guatemalteca
Instituto Austriaco Guatemalteco/Colegio Viena Guatemalteco
Ciudad de Guatemala.
Presente

Respetable Lic. Baaz:

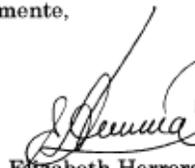
Reciba un cordial saludo de la Decanatura de la Facultad de Ciencias Psicológicas. El motivo de la presente es para solicitarle su colaboración con esta casa de estudios para que la/el alumno: Regina Chamorro, estudiante de la Maestría en consejería Clínica e intervención Psicosocial en Salud Mental, pueda realizar la práctica en la institución que usted dignamente dirige.

Dicha práctica se encuentra contemplada en la Programación Académica y previo a la obtención al Título de Maestría.

La práctica será coordinada por: Licda. Carolina Vasquez quien oportunamente estará realizando el monitoreo y supervisión.

Agradezco su atención y buenos oficios, al permitir que los estudiantes puedan cumplir con un requisito académico y proyectar la filosofía y labor social de Universidad Panamericana.

Atentamente,


Licda. Elizabeth Herrera de Tan
Decana
Facultad de Ciencias Psicológicas

