

Seminario de psicología clínica con énfasis en intervención en crisis y primeros auxilios  
psicológicos

Trabajo de seminario: caso Cristian desde los enfoques psicológicos

Coordinador del programa

Carlos Ariel Corrales

Estudiante

Hilda Paulina Calderón pinzón

Universidad Cooperativa de Colombia - sede Pereira

Facultad de ciencias sociales y humanas

Programa de psicología

2019



## **Tabla de contenido**

Justificación.....	4
Descripción del caso Cristian .....	5
Análisis del enfoque sistémico .....	6
Propuesta terapéutica del enfoque sistémico .....	7
Análisis del modelo cognitivo-conductual .....	8

## **ATENCIÓN EN CRISIS DESDE LOS ENFOQUES PSICOLOGICOS**

### Resumen

A partir del trabajo presentado, se desarrollan temas importantes que tienen bastante relación con la intervención en crisis desde los primeros auxilios psicológicos y como estos parten e intervienen en los diversos enfoques psicológicos como son el psicoanálisis, cognitivo conductual, sistémico. El caso que se da a continuación parte de un abordaje terapéutico como también las diversas maneras de intervención que se le puede brindar a una persona que necesita de una adecuada intervención en crisis.

Palabras claves: crisis, atención en crisis, enfoques psicológicos, psicoanálisis, sistémico

## **ATTENTION IN CRISIS FROM PSYCHOLOGICAL APPROACHES**

### Summary

From the presented work, important issues are developed that have a lot to do with the intervention in crisis from the psychological first aid and how they start and intervene in the different psychological approaches such as psychoanalysis, cognitive behavioral, systemic. The case given below is based on a therapeutic approach as well as the different ways of intervention that can be offered to a person who needs an adequate intervention in crisis.

Keywords: crisis, attention in crisis, psychological approaches, psychoanalysis, systemi

## **JUSTIFICACION**

Durante el transcurso de la vida nos encontramos con diversas situaciones de la vida diaria que hacen que el estado de ánimo de la persona cambie, como también la posibilidad de generación de una crisis, es por tal motivo que se presenta la intervención en crisis o primeros auxilios psicológicos que ayudan a minimizar todas estas circunstancias de la vida.

Una intervención, en el sentido estricto de la palabra, no es una terapia, pues se diferencia de ella en la profundidad, la estructura, los procesos de evaluación y los requisitos de base para llevarla a cabo como también tener un conocimiento profundo de los procesos psicológicos que explican el comportamiento humano que es lo que ocurre en los primeros auxilios psicológicos.

Hoy en día, son numerosas y variadas las situaciones a las que las personas deben hacer frente en su vida, al haber quedado expuestas ante una situación de pérdida material o personal, que hacen que atraviesen por una situación de crisis que, a menudo, suele ser paralizante y emocionalmente angustiante para la familia como también para las personas que están alrededor. Además, esta situación puede aparecer unida a otros factores agravantes como la pérdida de las relaciones sociales o familiares, el alejamiento de su red de apoyo informal, y, conjuntamente, surgen factores emocionales y reacciones psicológicas fuertemente estresantes que cursan con miedo, angustia, depresión, trastornos del sueño, bloqueo, negación, etc.

Es por ello por lo que se llevó a cabo el seminario de profundización el cual tubo como objetivo abarcar los mas posibles contenidos de los diversos procesos de intervención en crisis como también los primeros auxilios psicológicos, lo que hace que lo anterior se trabaje de la mejor manera como también éticamente como profesionales en la psicología. Dado lo anterior se exponen una serio de objetivos que están ligados a la realización de intervención en crisis psicológica que son los siguientes:

- Detener el proceso agudo de descompensación psicológica, aliviando las manifestaciones sintomáticas y el sufrimiento.
- Estabilizar al individuo y protegerlo de estrés adicional, reduciendo los sentimientos de anormalidad o enfermedad.
- Evitar complicaciones adicionales.
- Restaurar las funciones psíquicas y readaptar a la persona a las nuevas condiciones, tan rápido como sea posible.
- Prevenir o mitigar el impacto del estrés postraumático.
- Facilitar u orientar la asistencia profesional a mediano o largo plazo, si fuera necesario.

## **DESCRIPCION DEL CASO CRISTIAN**

El caso psicológico se presenta de la siguiente manera: joven de sexo masculino con 21 años. Asiste a consulta por las siguientes razones: se considera bulímico por lo que en muchas ocasiones come en exceso y después de ello se induce al vomito. Es por estas razones que si vida tanto personal como familiar se han visto expuesta a diversos cambios debido a que el joven es modelo y esto hace que se deprima.

El joven manifiesta que tenia muchos sueños como era estar en importantes pasarelas de la capital (Bogotá), y que esto le abriría muchas puertas de éxito y laboralmente. Se presenta un hecho que es importante mencionar y es que el joven a días antes de presentarse en una

pasarela manifiesta que le hace falta un dulce a su cuerpo porque lo que se comió muchos bocadillos y esto hizo que el joven comiera en exceso mucho dulce, se mira al espejo y su pensamiento es que su cuerpo cambio y decide no presentar a la pasarela.

En el caso se presentan diversos hechos como los siguientes: Relación deteriorada con su padre, también la ausencia de relaciones interpersonales, tristeza por no poder continuar con su carrera, el paciente en varias ocasiones ha asistido y buscado ayuda terapéutica o psicológica.

Dado lo anterior se plantea el siguiente abordaje terapéutico:

**Psicoterapia:**

La psicoterapia, también conocida como terapia conversacional o asesoramiento psicológico, implica hablar sobre tu bulimia y problemas relacionados con un profesional de la salud mental. Las pruebas indican que los siguientes tipos de psicoterapia ayudan a mejorar los síntomas de la bulimia:

- **La terapia cognitivo-conductual** para ayudarte a normalizar tus patrones de alimentación e identificar las creencias y conductas negativas y poco saludables y reemplazarlas por otras que sean positivas y saludables.
- **El tratamiento basado en la familia** para ayudar a los padres a intervenir para detener las conductas alimentarias poco saludables de su hijo, para ayudar al adolescente a retomar el control de su alimentación y para ayudar a la familia a afrontar los problemas que la bulimia puede ocasionar sobre el desarrollo del adolescente y la familia con también la relación entre todos 3.

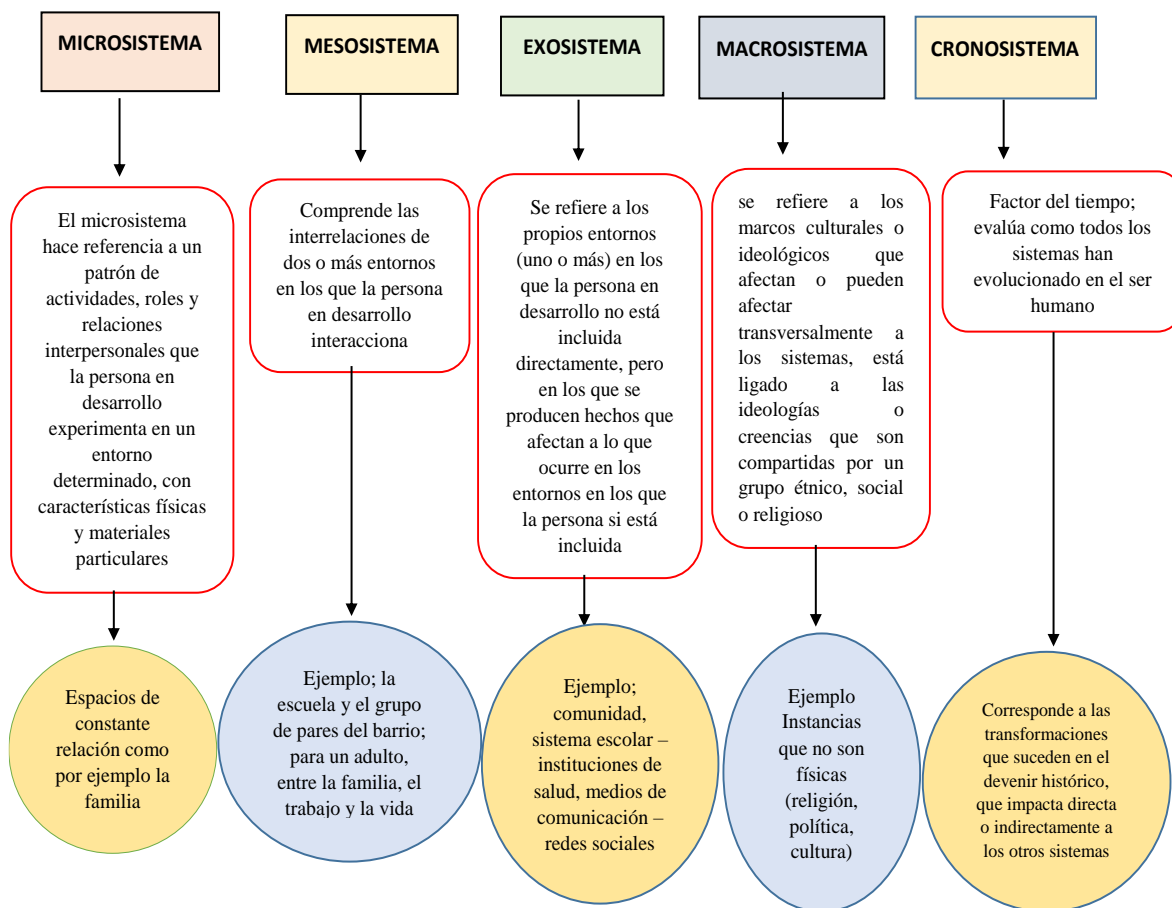
- **La psicoterapia interpersonal**, que aborda las dificultades en tus vínculos estrechos, lo que ayuda a mejorar tus habilidades para comunicarse y resolver problemas de la vida diaria.

## ANÁLISIS DEL ENFOQUE SISTÉMICO

### EL MODELO BRONFRENBRENNER

Este modelo considera al ser humano estar en constante interacción, como también el desarrollo del individuo a través de los diferentes ambientes en los que se desenvuelve y que influyen en el cambio y en su desarrollo cognitivo, moral y relacional

De aquí se desprenden varios niveles o sistemas que son los siguientes;



El modelo determina una serie de estructuras ambientales en diferentes niveles en los que se desenvuelve el ser humano. estas estructuras entran en contacto con las personas desde el momento que nacen y los acompañan durante toda su vida. uno de los muchos contextos que se puede observar en el microsistema es el familiar, ya que este permite entender la familia como el primer grupo social al que pertenecemos. se construye a través de un tejido de afectos, sentimientos y valores, los cuales son el pilar de formación en la sociedad y del cual tenemos el primer vínculo. por lo anterior se da como importancia todos los sistemas, debido a que cada uno de estos, se relacionan y buscan un desarrollo óptimo para el ser humano frente a la sociedad.

## **PROPUESTA TERAPÉUTICA DEL ENFOQUE SISTÉMICO**

### **• PASO A PASO**

- 1.** Se realizará un proceso en el cual se plasmará un ritual terapéutico, partiendo de la comunicación y relaciones interpersonales, en este caso una familia.
- 2.** La participación y consenso: el grado de participación de los miembros en el ritual nos permite conocer si todos los miembros participan y están de acuerdo. La no participación puede manifestar que algunos miembros pueden crear conflictos y pueden traer consigo la suspensión del ritual. Será importante ver quién no participa y conocer los motivos de la no participación.
- 3.** La ausencia de rituales: no quiere decir que la familia no tenga valores y creencias, sino que éstas no están ritualizadas. La tarea del psicólogo/a aquí, es ver cómo se manifiestan los rituales y ver cómo están implicados los roles y las conductas de cada miembro.



4. La capacidad de la familia: analizar si la familia es capaz de recuperar, crear o eliminar rituales que ya están estructurados o realizados por cada uno y como estos afectan su desarrollo.

- **ACTIVIDAD:** Construcción Narrativa: las narrativas son unos de los instrumentos primordiales para la creación y comunicación del significado ya que los significados no están teorizados como representaciones o propiedades estables de un objeto en el mundo. Las narrativas es su carácter personal, son únicas e individuales en la medida en que contienen circunstancias, emociones, sentimientos y motivaciones particulares. Es por ello por lo que es conveniente realizar esta actividad ya que juegan un importante papel en la vida de las personas y pueden resultar relevantes para comprender y ofrecer recursos para favorecer y potencializar de la mejor manera la intervención. Aquí se da una exploración de las historias que las personas tienen sobre sus vidas y relaciones, sus efectos y significados.

- **CIERRE:** Como terminación de la terapia cada miembro de la familia decide que su relato de sí mismo es suficientemente rico para abarcar su futuro de los diversos rituales del hogar. La familia puede invitar a personas que para ella sean significativas para compartir su experiencia; la ocasión puede festejarse por medio de una ceremonia, como la entrega de un certificado terapéutico.

Lo anterior arroja una serie de resultados como los siguientes: Favorecer la comunicación entre los miembros de la familia

- Facilitar expresión de emociones

- Favorecer cambios en la dinámica relacional
- Abordar temas de una manera más concreta y lúdica.

## **ANÁLISIS DEL MODELO COGNITIVO-CONDUCTUAL**

Durante el transcurso de la vida, se presentan diversos sucesos que de alguna u otra forma afectan o enriquecen la vida del ser humano, se presenta un deterioro en el área mental, cognitivo como también físico. Por ello la importancia de realizar una buena intervención en crisis, ya que cada vez con mayor frecuencia nos encontramos expuestos socialmente a personas en situaciones emocionalmente conflictivas. Vivimos en tiempos sociales muy complejos, donde todos en algún momento nos hemos sentido impotentes frente a una persona que atraviesa una profunda crisis de dolor emocional, como, por ejemplo: una pérdida de un ser querido, una catástrofe natural, un accidente o un diagnóstico de una enfermedad terminal. Por ello, se hace necesario estar preparado para brindar una intervención inmediata.

Debido a lo anterior se debe tener muy en cuenta los diversos enfoques en atención psicosocial, ya que estos incluyen principios como los de dignidad, apoyo mutuo, solidaridad, vida con calidad, enfoque de derechos, enfoque de género y desarrollo humano integral en salud mental, curso de vida y enfoque diferencial. Es fundamental que todos estos marcos de acción hagan parte de los procesos que tienen el nombre, esto implica una acción centrada en la promoción de buenas y correctas prácticas relacionales, basadas en el reconocimiento y la valoración del ser humano que hace parte de una sociedad. Es importante tener en cuenta las crisis normativas, ya son aquellas que son predecibles y

sobrevenen del desarrollo y las circunstanciales son inesperadas – accidentales que dependen principalmente de factores ambientales.

Un punto que a nivel personal me dejó como reflexión es la resiliencia, debido a que ella ayuda a ver la vida con más confianza y a estar más preparado para luchar con circunstancias que están más allá del control o de diversas circunstancias de la vida que se presenten. Se plasman los diversos aspectos que se da a través de ella como son, fortalece las relaciones con la familia, amigos, entre otros, lo más importante es contar con relaciones de apoyo dentro y fuera de la familia. Las relaciones ofrecen ánimo, consuelo y amor son absolutamente esenciales para tener resiliencia.

También es importante tener presente que puedes aprender algo sobre ti mismo podrás usar este aprendizaje en el futuro, así que quizá sea descubrir tus habilidades de supervivencia, mayor sentido de la espiritualidad o simplemente apreciación por la vida. A través de la resiliencia se da un proceso que conlleva un compromiso, (tomar decisiones), cambio, (generalidad de la vida), y control (soy yo, no las circunstancias), que hacen que todo se agrupe y se forme todo un proceso especial.

La perspectiva de género nos brinda muchas posibilidades para interpretar la realidad y los procesos sociales como también las relaciones interpersonales en cada contexto sociocultural. Las complejidades que nos presenta la realidad actual nos obligan a pensar y construir nuevas herramientas para las estrategias de intervención. Las relaciones entre los géneros se expresan en cada ámbito de la convivencia familiar, comunitaria, social, laboral y cultural.

Desde nuestro lugar o posición podemos ayudar en la promoción de la autonomía de las mujeres y hombres, en los vínculos entre las personas, apuntando a una sociedad más justa. Como profesionales en la psicología, podemos aportar a generar las condiciones necesarias para fortalecer a los grupos en situación de inequidad, como también la mirada crítica y analítica acerca de la ejecución de programas y proyectos, que ayudaran a visualizar tensiones y argumentaciones a partir de las cuales se dé una promoción que contribuya a conformar otros escenarios de intervención.

## BIBLIOGRAFIA

- Feixas, D. G. (2012). TAREAS Y RITUALES EN TERAPIA SISTÉMICA. *Departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics*, 4.
- Norman, D. R. (2016). TERAPIA NARRATIVA Y CUENTOS TERAPÉUTICOS.
- Ortiz1, E. L. (2015). Los rituales terapéuticos familiares: una propuesta. *Redes digital* , 14.
- Rossetti, S. J. (1998). Psicología y enseñanza de la Iglesia. *revistacriterio*.