

INTERVENCION EN CRISIS

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LOLOL



CLASE 3

Cómo realizar La Intervención

Abril 2016

Carlos Echeverría
Ingeniero Comercial y Periodista
MBA Y PMP

Crisis:

Se caracteriza por:

- ser un fenómeno limitado en el tiempo
- desenlace no predestinado al momento del inicio
- el resultado puede ser:
 - mejor funcionamiento
 - estado de descompensación o enfermedad.
- Duración :4-6 semanas

Clasificación de las crisis asociadas al desarrollo o normativas



Son universales y previsibles

Pueden dar lugar a cambios permanentes en el status y función de los miembros.

Son aquellas relacionadas con el traslado desde una etapa de crecimiento a otro, desde la infancia a la senectud; cada etapa del desarrollo se relaciona con ciertas tareas del crecimiento, y cuando hay interferencia en su realización, probable crisis (predecibles)

Clasificación de las crisis

Crisis circunstanciales o no normativas

Tienen el carácter de inesperadas, aún cuando puedan ser frecuentes no es posible predecir el momento de ocurrencia.

Por ser inesperadas, literalmente "caen" sobre la familia.

Clasificación de las crisis no normativas

ASOCIADAS A SITUACIONES:

- Estructurales
- De desvalimiento
- Desgracias inesperadas

Clasificación de las crisis

Estructurales:

- Recurrentes
- Difíciles de prever
- Difíciles de tratar

Clasificación de las crisis

De desvalimiento

- Uno o más miembros dependientes, lo que amarra a la familia a un sistema y hacia el miembro dependiente.

Clasificación de las crisis

Desgracias inesperadas

- Generalmente aislada
- Poco probable que se repita
- Surge de fuerzas ajenas a la familia
- Riesgo que se tienda a buscar culpables
- Es menos probable que sea útil como experiencia de aprendizaje
- Trastorno repentino
- Lo inesperado
- Calidad de urgencia; Peligro y oportunidad
- Impacto potencial sobre comunidades completas

¿Cómo han vivido una crisis?.....

- Cómo la recuerdan
- Lo que sintieron
- Lo que hicieron
- Trabajo individual y compartir en grupos de a 3. 10 minutos cada persona para compartir

¿Qué habilidades y destrezas debe poseer quien haga I. en C.?



- Qué importancia tiene la capacidad de escucha y la empatía en un I en crisis.
- Confecciona un listado de H y D para la I. en C.
- ¿Cuáles de esas habilidades y destrezas crees poseer?
- ¿Cuáles son “aprendibles”?

Elementos a considerar frente a la crisis

- Factores que influyen en la intensidad:
 - 1.- la gravedad objetiva y subjetiva de la situación desencadenante
 - 2.- el sistema de apoyo social de la persona o familia
 - 3.- las características personales.

Personas en crisis: síntomas significativos

- ***Sentimientos de :***

- ✓ Cansancio y agotamiento
- ✓ Desamparo e inadecuación
- ✓ Confusión y ansiedad
- ✓ Síntomas físicos



- ***Desorganización del Funcionamiento en :***

- ✓ *Relaciones laborales*
- ✓ *Familiares*
- ✓ *Sociales*

FRASES QUE ESCUCHAMOS EN UNA PERSONA EN CRISIS.

- ...no tengo a nadie que me ayude...
- ...y ahora que voy a hacer...
- ...mi hija siempre me acompañaba...
- ...es una tremenda desgracia...
- ...nadie me quiere...
- ...no se que hacer...
- ...necesito que alguien me ayude...
- ...no se si usted puede ayudarme...
- ...me quiero morir...
- ...nadie me ayuda en la casa, todo el peso me lo llevo yo...
- ...a lo mejor podría llamar a mi vecina, ella siempre me ayuda...
- ...tengo miedo...
- ...pero dígame usted que hago...

Intervención en crisis

- La intervención en crisis se define como un **proceso de ayuda** dirigida a auxiliar a una persona o familia a **soportar un suceso traumático** de modo que la probabilidad de debilitar sus efectos (estigmas emocionales, daño físico) se aminore y la probabilidad de crecimiento (nuevas habilidades, perspectivas en la vida, más opciones vitales) se incremente.

Bases Técnicas para la intervención en crisis normativa de la familia

- Predominio de la actitud educativa y de entrega de información
- Preparación para la crisis: técnicas de guía anticipatoria
- Re-estructuración cognitiva
- Permitir expresión emocional
- Apoyar proceso de toma de decisiones
- Dar opciones alternativas, sin dar instrucciones

Bases técnicas para la intervención en crisis no normativas

- Permitir expresión emocional.
- Dar tiempo suficiente.
- Conocer las etapas del duelo.
- Dar la información técnica necesaria.
- Moviliza la red de apoyo social.
- Involucrar a la familia en la resolución de su crisis.



2° clasificación de Intervención en crisis: un modelo amplio

1º ayuda psicológica

- Minutos a horas
- Médicos, abogados, profesoras, enfermeras
- En ambientes comunitarios: casa, escuela, Cefam
- Reestablecimiento inmediato del enfrentamiento: apoyo, vincular
- 5 componentes de la primera ayuda

Terapia en crisis

- Semana meses
- Psicoterapeutas y asesores psicológicos
- Clínicas consultas instituciones
- Resolución de la crisis: enfrentar, integrar, disposición al futuro
- Terapia multimodal: conductual, afectiva, somática, interpersonal, cognitiva.

Intervención de primer orden

Cinco componentes de la Primera Ayuda Psicológica

- Hacer contacto psicológico
- Examinar las dimensiones del problema
- Explorar las soluciones posibles
- Ayudar a tomar una acción concreta
- Registrar el progreso (seguimiento)

Qué hacer y qué no hacer en la Primera Ayuda Psicológica

	Hacer	No hacer
Contacto	Escuchar cuidadosamente Reflejar sentimientos y hechos Comunicar aceptación	Contar su "propia historia" Ignorar hechos o sentimientos Juzgar o tomar partido
Dimensiones del problema	Formular preguntas abiertas Pedirle a la persona que sea concreta Evaluar la "mortalidad"	Atenerse a preguntas de sí/no Permitir abstracciones continuas Ignorar signos de "peligro"
Posibles soluciones	Estimular la inspiración súbita Abordar directamente los obstáculos Establecer prioridades	Permitir la visión en túnel Dejar obstáculos inexplorados Tolerar una "mezcla" de necesidades

Qué y qué no hacer en la Primera Ayuda Psicológica

	Hacer	No hacer
Acción concreta	<p>Tomar una medida a un tiempo</p> <p>Establecer objetivos específicos a corto plazo</p> <p>Confrontar cuando sea necesario</p> <p>Ser directivo, si y sólo si debe serlo</p>	<p>Intentar resolver todo ahora</p> <p>Hacer decisiones obligatorias a largo plazo</p> <p>Ser tímido</p> <p>Retraerse de tomar responsabilidad cuando sea necesario</p>
Seguimiento	<p>Realizar un contrato para el recontacto</p> <p>Evaluar etapas de acción</p>	<p>Dejar detalles al aire, o suponer que el paciente continuará con la acción sobre el plan bajo su propia responsabilidad</p>

iii ENSAYO !!!



Vamos a ejercitar
los 5
componentes de
la primera ayuda
psicológica....

- Javier(17 años) : hijo menor estudiante de 3º medio, regular rendimiento escolar, sin actividades extraprogramáticas, buenas relaciones con compañeros de colegio, pero sin redes de apoyo en el barrio. Pololea con Andrea desde hace 10 meses y en las últimas semanas han estado discutiendo, terminando y volviendo.
- José: (46 años) padre de la familia, viudo hace 5 años (esposa, madre de sus hijos muere de cáncer al estómago) desde este hecho deja de beber(alcohólico por 15 años) y se dedica a cuidar a sus hijos. Mantiene buena relación con familiares, pero su actitud en general es autosuficiente.

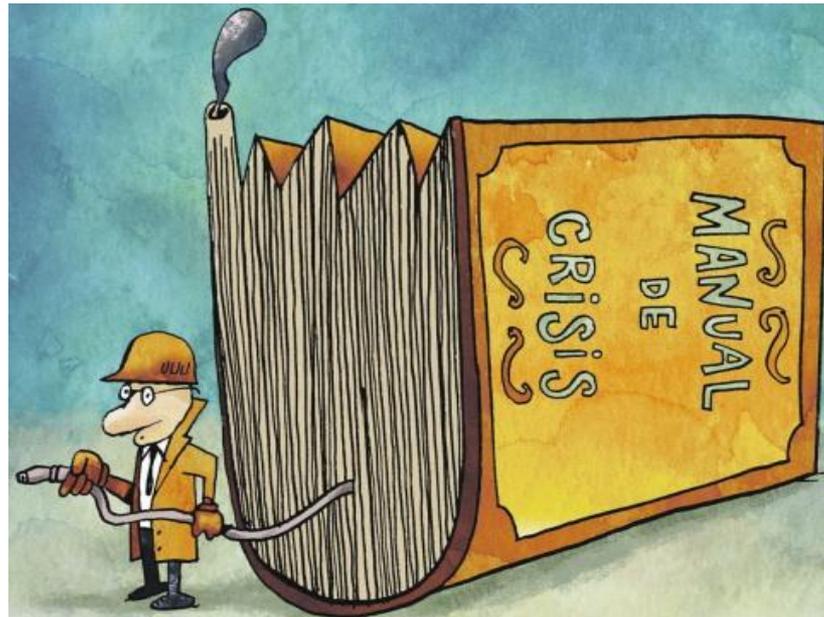
Hechos:

- Javier pelea con su polola y sale con unos amigos a tomar para pasar las penas, es día de semana y vuelve tarde sin avisar a su casa, allí lo espera su padre quien lo reta y sermonea por su conducta irresponsable ya que no va a permitir que sea un alcoholico.
- Al acostarse se inunda de ira y pena que decide quitarse la vida agarrando un cuchillo haciéndose un corte en el estómago, bota mucha sangre pero al parecer no logra su objetivo.
- Al otro día se levanta muy temprano y le pide a Sofía (su hermana) que le ayude a limpiar la pieza y las sábanas para que su papá no se entere, luego se va rápidamente al colegio.

Preguntas sobre el caso

- Cuál es la crisis?
- Qué tipo de crisis esta presente en este caso?
- Cuales son los síntomas asociados a la crisis posibles de identificar el esta familia?
- Qué tipo de intervención se debe realizar y por qué?

La intervención en situación de crisis desde el Trabajo Social



La **crisis** : *“es un estado de conmoción, de parálisis en una persona que sufre o ha sufrido un gran shock”*. Un estado de crisis provoca una gran perturbación en una situación estable para la persona porque sobreviene de forma repentina una situación o acontecimiento estresante (como un accidente de un ser querido) afectando al adecuado funcionamiento que hasta ahora tenía la persona que lo percibe de manera que puede provocar un “desequilibrio”.

La persona o familiares se encuentran ante un obstáculo de tal calibre que se ven sin fuerzas en ese momento para superarlo por sus propios medios.

Requiere un cambio que se sitúa fuera del repertorio de respuestas habitual de la persona por lo que genera también estrés.

¿Cómo podemos trabajar con las respuestas emocionales de los usuarios y usuarias?

El Objetivo→ está orientado a restaurar el funcionamiento que esa familia, grupo o persona tenía al principio pero no podemos cambiar los hechos que ha generado esa crisis.

Trabajar el Duelo→ una persona o familia que acaba de perder a un ser querido necesita pasar por una serie de etapas considerados como síntomas que se consideran normales dentro de unos límites:

- La *negación*: no aceptar lo que ha ocurrido por esa fase todavía de shock que provoca un estado de inercia aparente.
- La *rebelión*: como consecuencia de un sentimiento de injusticia: “¿por qué a mí?”.
- La *negociación*: intento de retrasar los acontecimientos, de obtener una respuesta de buena conducta: “si hago esto debería obtener aquello”
- La *depresión*: en reacción a las pérdidas sufridas. También hay quien lo considera como un dolor preparativo para afrontar a esa separación que supone una pérdida.
- La *aceptación*: período en donde no se está ni deprimido ni irritado. Es como si el dolor se estuviera evaporando.

Metodología profesional—> al principio se va a tratar ,sobre todo, de un acompañamiento a la persona o personas afectadas para que desahoguen y expresen sus sentimientos. Más adelante, se podrían llevar a cabo las siguientes acciones:

FASE INICIAL.

Creación de una relación: fundamental para crear un clima que facilite la confianza con la persona para que se abra a contarnos su dolor, sentimientos y legitime su emocionalidad. Como profesionales aquí utilizaremos la escucha y la comunicación no verbal.

Centrarse en la situación: aquí pedimos a la persona cuál es el planteamiento del problema que tiene, quiénes son los afectados...

Percibir la realidad: evaluar la percepción del usuario o usuaria sobre la situación y hacerla saber cómo nosotros/as valoramos la realidad, de tal manera que la persona contraste su realidad con los datos que le proporcionemos.

Organizar la acción: el/la profesional ayudará a la persona a captar mejor la situación y a fragmentar los problemas para poder enfrentarlos uno a uno.

Resumen: La relación que se crea en la primera entrevista es fundamental en el que el/la profesional en Trabajo Social tiene un papel muy activo. Teniendo en cuenta la gran perturbación del estado emocional que tiene una persona ante una catástrofe natural, accidente o pérdida repentina de una persona; es importante un acercamiento de confianza que permita al usuario/a superar su sentimiento de confusión, ansiedad, incapacidad, etc.

FASE MEDIA.

Apoyarse en las capacidades del sujeto y estimularlas. El papel que tendíamos aquí sería el de ayudar a las personas a reencontrarse con las conductas que ha tenido en el pasado para solucionar algunos problemas para retomarlas o moldearlas y ponerlas en marcha.

Ayudar a la persona a tener una visión percepción realista de su situación y de sus capacidades. Clarificar e identificar los factores de estrés para ayudar a tener una visión clara de la situación a fin de que pueda tomarla en sus manos y así restablecer poco a poco su equilibrio emocional.

Utilizar el apoyo del entorno. La familia, los amigos, compañeros son fundamentales en este tipo de situaciones. Los grupos de ayuda mutua también constituye un gran apoyo donde personas que han pasado por situaciones similares pueden ayudar de alguna forma a la persona afectada a observar cómo otras personas han hecho frente al problema.

FIN DE LA INTERVENCIÓN.

Recoger con el usuario o usuaria un balance de todos los progresos que ha ido logrando y situaciones que ha ido superando y asegurarse de si la persona necesita algún recurso de apoyo para prevenir futuras recaídas emocionales.

Establecer un servicio de “puertas abiertas” para cuando la persona tenga cualquier dificultad.

GRACIAS

RELATOR

Carlos Echeverría Muñoz