

INTERVENCIÓN EN CRISIS

YUBIZA ZÁRATE

DEFINICIÓN

- La raíz semántica de crisis.
- Significa *PELIGRO* y *OPORTUNIDAD*
[término chino]
- Significa DECIDIR
[término griego]
- Una CRISIS es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado por la incapacidad para abordar situaciones particulares utilizando métodos acostumbrados para resolver un problema

Principales aspectos de la crisis

- TRASTORNO EMOCIONAL Y DESEQUILIBRIO
- FRACASO EN LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
- VIOLACIÓN DE LAS EXPECTATIVAS de la persona sobre su vida POR UN SUCESO TRAUMÁTICO
- INCAPACIDAD DEL MAPA COGNOSCITIVO del individuo para manejar situaciones nuevas (Slaikeu, K. 1984. Intervención en crisis)

TEORIA DE LA CRISIS

- Todos los humanos estamos expuestos a experimentar una crisis
- Los signos son:
 - 1.- desorganización emocional
 - 2.- trastornos en las estrategias de afrontamiento
- El estado de crisis está limitado en el tiempo. La recuperación ocurre de 4 a 6 semanas.
- Suceso precipitante: sigue un **PATRÓN SECUENCIAL** con resolución hacia nivel de funcionamiento más alto o bajo del premórbido

SUCESOS CAPACES DE GENERAR CRISIS

- UNIVERSALES: muerte, enfermedad, violación, desempleo, bancarrota, secuestro, asalto. Evento terrorista, etc
- Del DESARROLLO: nacimiento de un hijo, jubilación, nido vacío.
- Lo importante es observar el suceso externo y lo que significa para la persona en el contexto de su historia
- Para Nowak el impacto del suceso tiene que ver con la **intensidad, duración, grado de interferencia** con otros sucesos del desarrollo

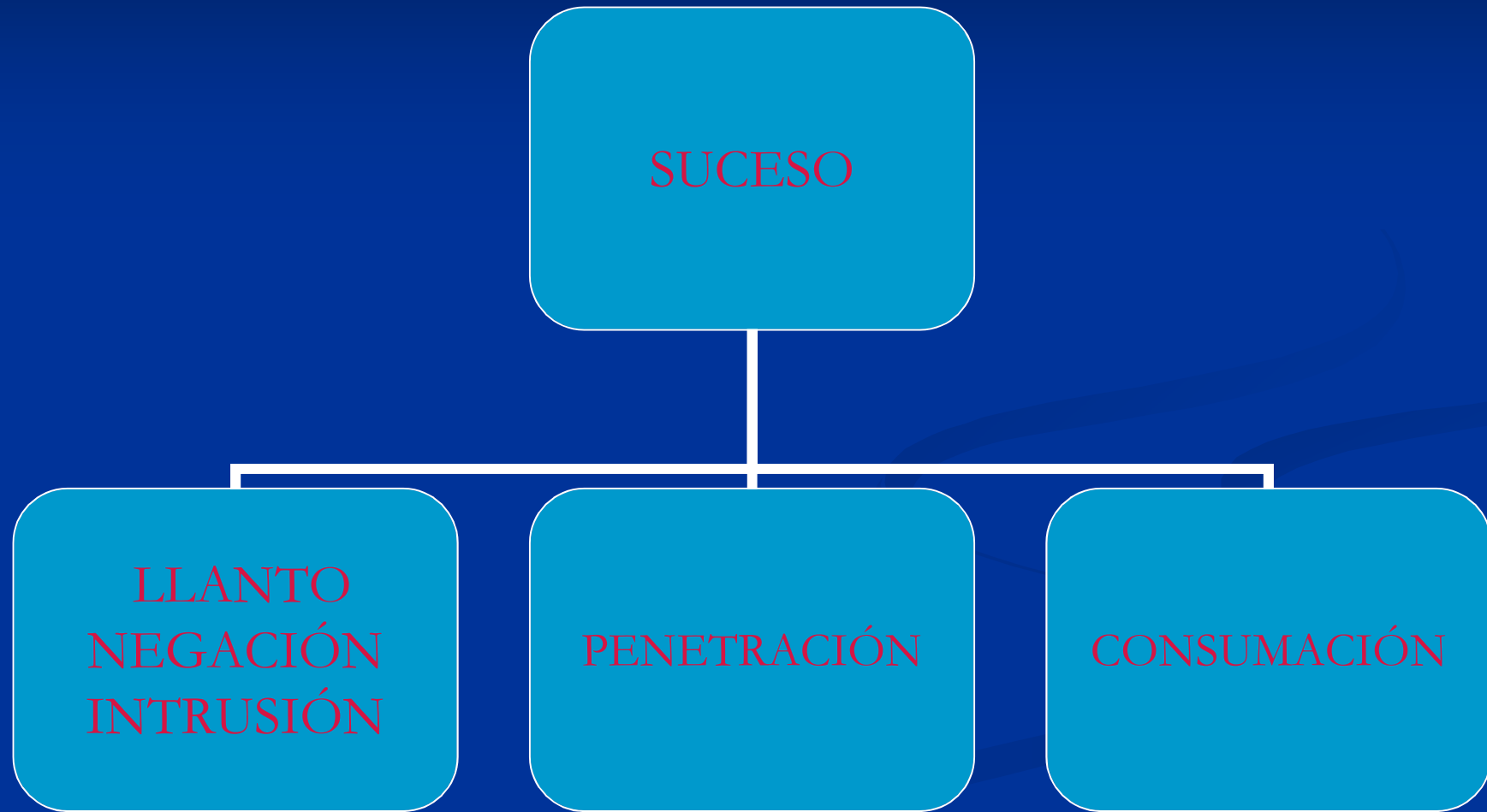
SINTOMAS DE CRISIS

- Sentimiento de cansancio y agotamiento
- Sentimientos de desamparo
- Sentimientos de inadecuación
- Sentimientos de confusión
- Síntomas físicos
- Ansiedad
- Desorganización del funcionamiento en sus relaciones laborales, familiares y sociales

DIFERENCIAS ENTRE CRISIS Y ESTRÉS

- CRISIS
 - Patrones de afrontamiento distintos:
 - Menos defensivos y mas abiertos a recibir sugerencias y apoyos
 - Resolución hacia el crecimiento, o empeoramiento
 - Es incidental (periodo corto)
- ESTRÉS
 - Relacionado con la patología
 - Patrón defensivo
 - Trastorno crónico
 - Adaptación al deterioro y aflicción

ETAPAS DE LA CRISIS



Etapas y estado de la crisis

- El estado de la crisis es el progresar a través de series de etapas (Caplan, 1964)
- Fases:
 1. INICIO: ante un suceso amenazante: las reacciones de tensión son: grito, llanto, pánico, desmayo, lamentos.

Negación conduce al bloqueo del impacto

Fases de la crisis [cont.]

■ MEDIA:

1. **INTRUSIÓN:** pesadillas periódicas, imágenes o preocupaciones por lo que ha sucedido. Son ideas o sentimientos que invaden involuntariamente a la persona
2. **PENETRACIÓN:** proceso donde se expresan, identifican y divulgan pensamientos, sentimientos, imágenes de la experiencia en forma natural

■ FINAL

1. **CONSUMACIÓN:** integración de la experiencia de crisis dentro de la vida del individuo. El suceso se ha enfrentado, se han identificado sentimientos y pensamientos y se han reorganizado.

Resolución final de la crisis

- Depende de los siguientes factores:
 1. Gravedad del suceso precipitante
 2. Recursos personales: fuerza del yo, experiencia previa.
 3. Recursos sociales: asistencia disponible de “otros” significativos.
 4. Recursos materiales: dinero, comida, vivienda, transporte

Modelo de 4 etapas para la resolución

- Choque
- Retraimiento defensivo
- Reconocimiento
- Adaptación y cambio

RESOLUCIÓN CRISIS

■ MEJORAR

1. Una personalidad más integrada por la reorganización y reintegración al funcionamiento
2. Mayor fuerza para afrontar tensiones futuras
3. Salud psíquica

■ EMPEORAR

1. Los resultados pueden ser peligrosos en el sentido que son un riesgo alto tanto en lo físico como en lo psicológico
2. Mortales: suicidio, homicidio
3. No mortales: violencia familiar,
4. Desesperanza, dolor excesivo

Proceso de intervención (Baldwin, 1979)

- Evaluación diagnóstica en qué fase de la crisis se encuentra la persona
- Evaluación de la mortalidad, seguido de protecciones apropiadas
- Evaluación de la amenaza a la salud psicológica
- Evaluación de las funciones yoicas y apoyos sociales.
- Evaluar cómo el suceso ataca la estructura de la existencia del sujeto. [Elementos cognitivos y subjetivos.]

GUIA PARA INTERVENIR según enfrentamiento efectivo

1. Explorar activamente resultados reales y solicitar información
2. Expresar sin reservas sentimientos negativos, positivos, y tolerar la frustración
3. Pedir ayuda a otros
4. Hacer los problemas mas manejables y trabajarlos uno por vez
5. Dominar sentimientos hasta donde sea posible, siendo flexible y dispuesto a cambiar

GUIA PARA INTERVENIR

1. Estar consciente de la fatiga y las tendencias que propician la desorganización.
2. Necesario mantener cierto grado de control emocional y de ciertas áreas de funcionamiento.
3. Confiar en si mismo y en otros, tener un optimismo básico sobre los resultados (Caplan, 1964)

PROCESO DE INTERVENCIÓN

- Penetrar: comprende ayudar a la persona en la exploración del suceso de crisis y su reacción al mismo
- Experiencias facilitadoras que incluyen:
 1. reflexión sobre el suceso y el significado para la persona;
 2. expresión de sentimientos que permitan mantener un mínimo grado de bienestar físico [catarsis]
 3. Realizar adaptaciones interpersonales y de conducta adecuadas al contexto.

PENETRAR LA CRISIS

[Baldwin, 1979]

- Definir problemas, abordar sentimientos, tomar decisiones o aprender soluciones a problemas nuevos o conductas de afrontamiento
- Identificar conflictos e intentar resolverlos, sobre todo los que han sido reactivados por la crisis
- Definir y movilizar recursos individuales – externos e internos- hacia la solución de crisis
- Reducir efectos desagradables relacionados con crisis

EJEMPLO DE LEVINE

- Proceso de **adaptación** de los expatriados estadounidenses a su exilio en Canadá.
 1. Período de **desorganización**: confusión, ambivalencia, soledad, angustia general.
 2. **Acting out**: relaciones superficiales, conducta agresiva antisocial
 3. Comenzando a tener **confianza**: desarrollan vínculos interpersonales cercanos
 4. **Fase final** de adaptación e integración a un modo de vida nuevo

EJEMPLOS DEL CONTEXTO PAIS

- Secuestro Express
- Acoso
- Asalto
- Atrapamiento urbano por pandillas de motorizados que siguen a una carroza funeraria
- Violación

Fases observables

- FASE INICIAL DE IMPACTO TRAUMATICO
- Desorganización
- Inhibición
- Obediencia ante la amenaza de muerte
- Sometimiento

FASES OBSERVABLES

- FASE POSTERIOR AL TRAUMA
- Llanto, ira, desvalimiento
- Miedo a salir [no exponerse, temor generalizado]
- Estado de alerta, aprensión
- Pesadillas
- Angustia
- Intento de negación o represión del hecho

FASES OBSERVABLES

- FASE PROLONGADA EN EL TIEMPO
- Cambio de carácter, sentimiento de estigmatización
- Rechazo a lo que rodeó el evento traumático
- Posible ataque de pánico ante la cercanía del espacio registrado, o ante situaciones que ahora mal interpreta como similares

FASES OBSERVABLES

- FASE FINAL???? UNA OPORTUNIDAD RESILIENTE/ UN PELIGRO DETERIORO
- Si se trata: integración del evento a la historia de vida, catarsis y elaboración
- Integración como nueva experiencia que permite sentir que se tienen mejores herramientas para afrontar situaciones como esas.

FASES OBSERVABLES

- SIN TRATAMIENTO:
- Manejo inadecuado del evento,
- rechazo y negación del evento,
- escisión defensiva, regresión
- Mantener la defensa activa produciendo estrés [crónico]
- Enfermedad,
- funcionamiento perturbado, por debajo del nivel previo