



INTERVENCIÓN EN CRISIS

CRISIS: Es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente por la incapacidad del individuo para abordar situaciones particulares utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas (Slaikeu -1984).

TIPO DE CRISIS



A) Crisis naturales, de desarrollo o normativas, se dan naturalmente, por las etapas del desarrollo personal, de la pareja o la familia.



B) Crisis circunstanciales, accidentales, inesperadas, imprevisibles se originan por un evento que provoca la pérdida de algo: bienes materiales, emocionales, mentales, morales o espirituales: como un ser querido, la inocencia, un trabajo que represente seguridad, la fe o confianza.

FASES DE UNA CRISIS

1. Desorden: puede hacerse presente el llanto, la angustia, los desmayos. El momento de desorganización puede dar dos tipos de respuesta: la negación o la intrusión.

2. Negación: es un mecanismo de defensa que se expresa mediante un “no querer pensar” o actuar como si nada hubiese sucedido.

3. Intrusión: abundan ideas acerca del hecho vivido. Son comunes las pesadillas, o imágenes que regresan del pasado a nuestra mente.

4. Translaboración. Es el momento de elaboración del suceso traumático.

Algunas personas pueden hacerlo solas, y otras necesitan de ayuda.

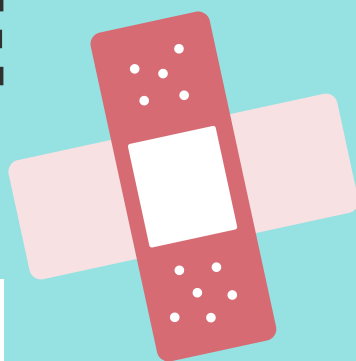
5. Terminación. Es la etapa final, que implica la integración de la experiencia dentro de la vida de la persona.



Autora:

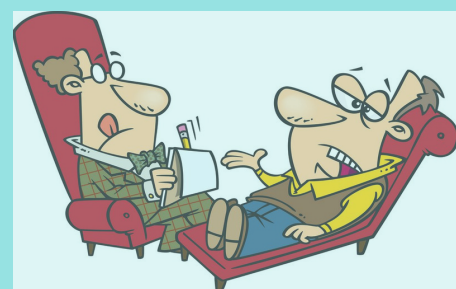
PS.CL. JENNY ESTEFANIA MENA MAYORGA

¿QUE HACER ANTE UNA CRISIS?



1. REALIZACIÓN DEL PRIMER CONTACTO:

Se define como empatía o "sintonización" con los sentimientos de una persona durante la crisis. La finalidad es escuchar cómo la persona en crisis visualiza la situación.



2. ANALIZAR LAS DIMENSIONES DEL PROBLEMA:

La indagación se enfoca a tres áreas: pasado inmediato (acontecimientos que condujeron al estado de crisis), presente (saber quién está implicado) y futuro inmediato (cuáles son las eventuales dificultades para la persona y su familia).



3. SONDEAR LAS POSIBLES SOLUCIONES

Identificación de un rango de soluciones alternativas tanto para las necesidades inmediatas como para las que pueden suceder después.



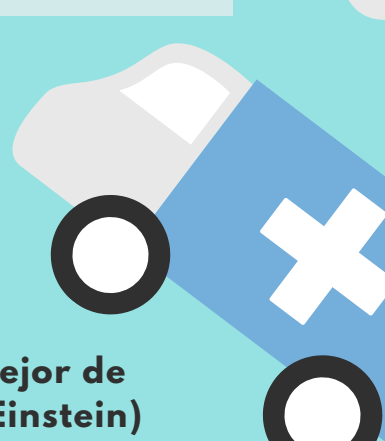
4. ASISTIR EN LA EJECUCIÓN DE PASOS CONCRETOS

Involucra ayudar a la persona a ejecutar alguna acción concreta a su vez buscar recursos que presenta la persona como familia o instituciones que puedan ayudar.



5. SEGUIMIENTOS PARA VERIFICAR EL PROGRESO

Implica el extraer información y establecer un procedimiento que permite el seguimiento para verificar el progreso. El objetivo es ante todo completar el circuito de retroalimentación, o determinar si se lograron o no las metas de los primeros auxilios



Sin crisis no hay méritos. Es en la crisis donde aflora lo mejor de cada uno, porque sin crisis todo viento es caricia (Albert Einstein)