

crisis psicológica en emergencias

francisco duque

Ibiza

10 de octubre de 2009

de la experiencia al suceso traumático

- ✧ desarrollo vital
- ✧ características personales
- ✧ trayectoria
- ✧ situación nueva
- ✧ estrategias
- ✧ activación de recursos
- ✧ situación potencialmente traumática
- ✧ desactivación de recursos
- ✧ percepciones nuevas
- ✧ Consecuencias

Situación potencialmente traumática

- ↪ La nueva situación pudiera sobrepasar cualquier posibilidad de ser integrada y de generar una respuesta igualmente en bloque uniendo los recursos disponibles
- ↪ Exceso de información que no puede ser codificada u organizada dando lugar a un bloqueo de la capacidad de elaboración de la misma
- ↪ Los componentes de la situación aparecen desarticulados e imposibilitan conformar la experiencia
- ↪ Los recursos se desunen o bloquean, haciendo que quien lo vive perciba una sensación de pérdida de control, inseguridad y fragilidad
- ↪ **Desactivación de recursos**

Desactivación de recursos

- ↪ La experiencia no se integra
- ↪ Se transforma en *“algo desconocido y caótico”*
- ↪ Este mecanismo *elimina* los aspectos más difíciles de codificar del acontecimiento traumático
 - ↪ elimina partes de la experiencia
 - ↪ se reconstruye de modo parcial y alterado
- ↪ Necesidad de volver a integrar
 - ↪ con los restos de la experiencia no eliminados
 - ↪ alteración en la codificación que afecta a los instrumentos que ayudan a conectar y conocer el episodio acaecido
- ↪ Esta maniobra de la mente permite mantenerse al margen del sufrimiento

Percepciones nuevas

↪ Los componentes de la situación aparecen desarticulados e imposibilitan conformar la experiencia.

↪ Sentimiento de extrañeza

↪ idea de sí mismo

↪ continuidad en la secuencia vital

↪ proyecto personal

↪ idea de los otros

↪ mundo circundante

↪ modelo de relación

↪ Despersonalización

↪ Desrealización

Consecuencias

- ↪ Esta dinámica es la que puede dejar varados a los afectados en la situación de víctimas
- ↪ La biografía se oscurece
- ↪ El suceso como fijación
- ↪ Proyección de futuro hipotecada
- ↪ **El suceso se hace traumático**

***“los acontecimientos traumáticos
destrozan los sistemas de protección
normales que dan a las personas una
sensación de control, conexión y de
significado”***

Judith Herman (1997)

Mundo externo

AMENAZANTE

CAMBIADO

VIOLENTO

SIN SIGNIFICADO

CONFUSO

DESINTEGRADO

SIN SENTIDO

EXTRAÑO

INCIERTO

PELIGRO

Mundo interno

EFICACIA NUESTRO
NO DE PERCIBIR
ODEA.

NO SE ARTICULA EL PROCESO
DE PERCEPCIÓN,
IDENTIFICACIÓN
Y MEMORIA

LOS RECURSOS QUE HABITUALMENTE UTILIZAMOS
INSUFICIENTES PARA MANEJAR LO QUE NOS
OCURRE

CONOCIDO, NOS MISMOS. Y LAS
OSTRAN
PORTA

FACTORES DESESTABILIZADORES

TODO SE TORNA NUEVO
Y LO MISMO OCURRE RESPECTO A NUESTRAS
PROPIAS SENSACIONES


EXTRAÑEZA

Factores desestabilizadores

- Temor
- Inseguridad
- Balance demandas - recursos alterado
- Desestructuración de soportes psicológicos
- Ruptura de los habituales esquemas
- Cuestionamiento de creencias
- Alteración del significado de las propias experiencias
- Desconfianza
- Mecanismos habituales inadaptados o desbordados
- Descontrol
- Incertidumbre

afectada

***persona normal en
situación anormal***



***¿Con quién hay que
intervenir?***

Víctimas

- Permanecen atrapadas en la agresión sufrida
- Se dejan secuestrar por sus emociones negativas
- Componentes de ansiedad que suponen un importante lastre para la superación del conflicto
- No reconstruyen el episodio traumático
- Permanecen inermes ante el conflicto
- Estilos de afrontamiento ineficaces
- Orientación personal no definida
- *Beneficios secundarios*

objetivo

que las víctimas dejen de serlo



hay que aprender a vivir con ello



**no se puede eliminar el suceso
traumático**

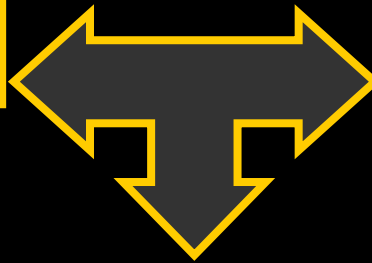
Relación de ayuda

Terapeuta

- Ayuda
- Contención
- Referente
- *Yo auxiliar*
- Recursos propios

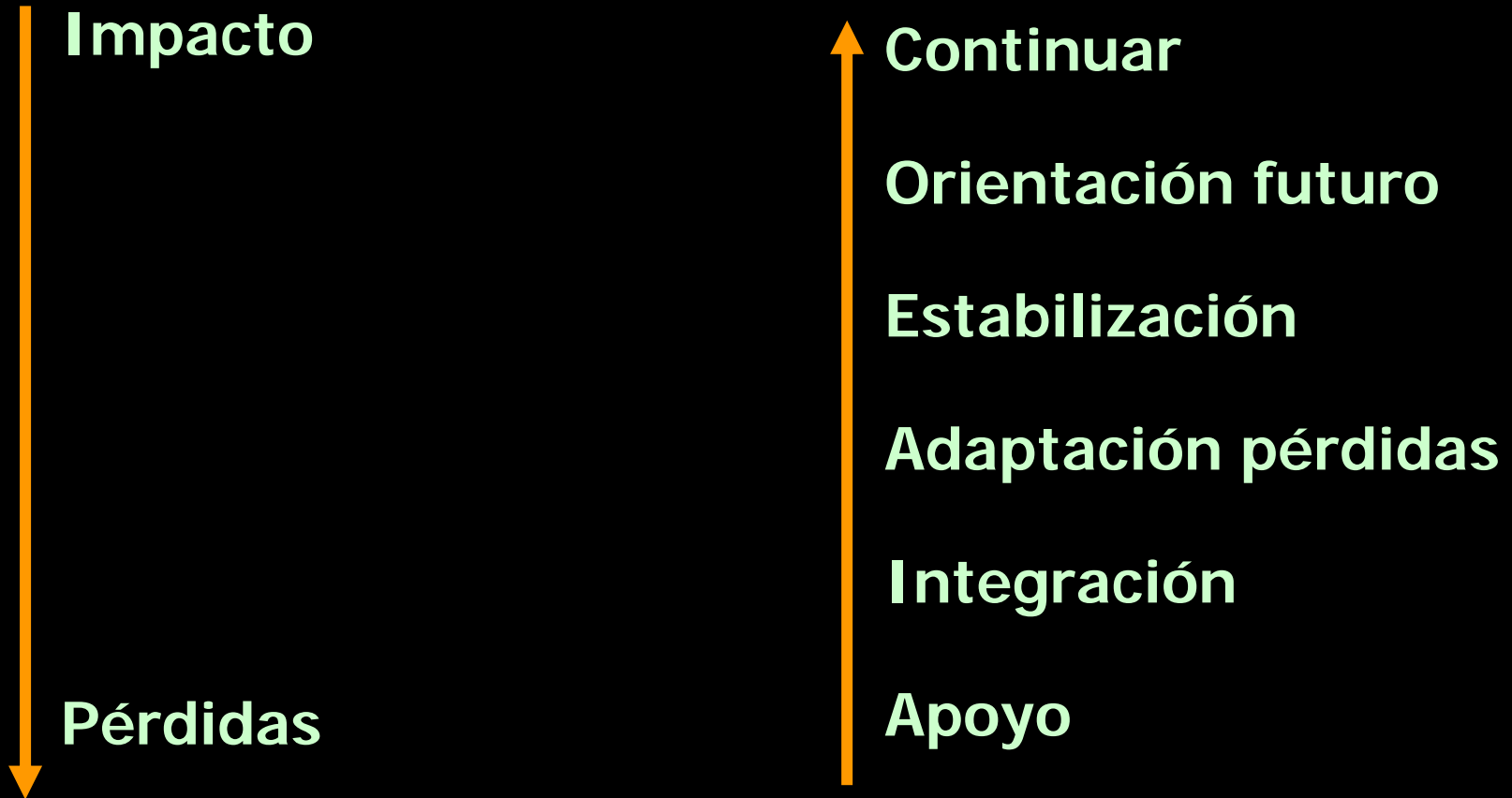
Víctima

- Recursos propios
- Rol activo
- Recuperar control
- Poder
- Trayectoria vital



Se dispone de los recursos de ambos para mitigar la respuesta al trauma y restablecer el equilibrio

Etapas de intervención




Continuar

- **Vincular al afectado con su entorno habitual**
- **Construir horizonte motivacional**
- **Orientación al futuro**
- **Continuar trayectoria vital**

...ya puedo decir mañana sin miedo

Antonio Miguel Utrera



***la ayuda sólo es eficaz si
termina siendo innecesaria***

fduque.hgugm@salud.madrid.org