



REVISTA

# PSICO-red

Actualidad y análisis de la psicología

Liga Guatemalteca  
de Higiene Mental

## El Colegio de Psicólogos ya no es un sueño

Entrevista exclusiva con  
Guisella Carcamo

Terrorismo, impunidad  
y desaparición forzada

CARLOS ORANTES TROCCOLI

La paradoja del  
liderazgo autocrático

MARIANO CODOÑER



La psicología política en el proceso electoral Guatemalteco/Marco Antonio Garavito

Es una publicación semestral de:

**Liga Guatemalteca de Higiene Mental**

12 calle 9-35, zona 1

Edificio Ermita, 4to. Nivel, Oficinas 41,42 y 43, Teléfonos: 2232-6269, 2238-3739.

E-mail: liga@concyt.gob.gt

Las opiniones vertidas en esta revista son responsabilidad de sus autores.

**Editor**

Marco Antonio Garavito F.

**Edición**

Claudia M. Anleu H.

**Colaboradores**

Rolando Crespo Marrero, Mariano Codoñer C., Carlos Orantes Troccoli, María Elena López Ramírez, Miriam Barquera Fernández, Jaime Barrios Peña, Nora Michelle García Gómez, Laureano Benítez Grande-Caballero, José A. Posada Villa, Héctor Cerezo Huerta, Manuel Girón.

**Distribución**

Estuardo del Águila

Diseño, diagramación e impresión

Magna Terra editores

5 avenida 4-75 zona 2

Guatemala

Tel: 2238-0175, Fax: 2250-1031

Email: magnaterraeditores@yahoo.com

# Contenido

**Editorial** 3

**Análisis y Reflexión**

**El papel de las emociones en el deporte** 5

*Psicología laboral*

**La paradoja del liderazgo autocrítico** 9

*Psicología social*

**Terrorismo, impunidad y desaparición forzada** 13

*Psicología clínica*

**Relación de los mecanismos de defrensa y los trastornos de la personalidad en una muestra clínica mexicana** 16

**Salud mental**

**Valores y creencias** 19

**Hacia una buena salud mental** 22

**Algunas ideas para sobresalir en el intento de la relación de pareja** 24

**En portada**

**El Colegio de Psicólogos ya no es un sueño  
Entrevista con Guisella Carcamo** 27

**Actualidad**

**La psicología política en el proceso electoral** 33

**Relato**

**Toto** 36

**La Liga en la historia** 41



# El reto de Psico-red

**N**o es nada nuevo afirmar que la crisis socio política ha provocado en la sociedad guatemalteca innumerables daños materiales pero, sobre todo, profundos problemas en la subjetividad de su población. Tan fuertes son que es posible señalar que sin una estrategia de solución a la crisis que involucre los procesos de salud mental, poco se podrá lograr. El desarrollo social tiene una ineludible relación con los cambios subjetivos. Tan necesario es que los guatemaltecos tengamos una vivienda digna, como también un sentimiento de confianza en el sistema y en nosotros mismos.

De ahí que debatir en torno a la subjetividad de los chapiques es una de las tareas más importantes hoy día, a pesar de que los profesionales de la psicología, que nos corresponde una buena cuota en ese debate, estamos bastante a la saga de esa necesidad. Nuestra profesión ha estado encerrada en sí misma, sin esfuerzos que la hagan trascender, aunque esta limitación no es privativa de nuestra profesión sino que, como signo de la crisis social, está presente en otras más.

La limitación señalada se expresa a través de varios indicadores. Uno de éstos son los pocos espacios existentes donde los psicólogos y psicólogas podamos desarrollar el debate académico. De ahí que la producción literaria de la psicología, en sus diferentes ramas, es limitada, cuando no inexistente en algunas de sus disciplinas más importantes. Investigamos poco, discutimos menos y publicamos casi nada. Esa realidad atenta con el desarrollo de nuestra profesión y la posibilidad de ofrecer un aporte de mayor significación para la vida de los guatemaltecos. Derivado de esa y otras limitantes no es casual que el común de la gente crea poco en nuestra acción y no logre identificar el significado del trabajo que hacemos.

A pesar de la riqueza que el medio ofrece en término de procesos psicosociales, la formación de nuestros estudiantes generalmente se hace desde textos y discusiones científicas de otros contextos históricos y culturales. Sin negar la universalidad del conocimiento, tampoco podemos estar de acuerdo con absolutizarlos y convertirlos en una guía que, no pocas veces, no permite comprender nuestra propia realidad e intervenir en ella.

Desde la percepción de esas limitaciones, en la Liga Guatemalteca de Higiene Mental, hemos decidido emprender la tarea de publicar la Revista Psico-Red y cuyo primer número se encuentra ahora en tus manos. Queremos con este gesto poner a disposición de profesionales y estudiantes de la psicología un medio que contribuya a la construcción o debate de conocimiento, de una forma seria y responsable.

Psico-Red no pretende ser una revista que tenga una orientación pre-definida o que aborde procesos psicológicos desde una sola de las disciplinas profesionales. Por el contrario, queremos que sea un espacio abierto, flexible y respetuoso de verdades y contra verdades, de consensos y disensos, de críticas y autocríticas sobre nuestro que hacer profesional. La única cuestión que aspiramos alcanzar es la sostenibilidad de un medio donde se escriba con responsabilidad y profundidad. Donde se aborde el análisis de problemas trascendentes de las disciplinas psicológicas, lejos del enfoque superficial a veces tan común en nuestra profesión. Aspiramos a que pueda ser un valioso recurso de formación de la nueva generación de profesionales, en tanto la formación de nuevos y mejores recursos humanos es condición destacada en lograr posicionar la profesión de una mejor manera.

Sabemos que esas metas no estarán dadas de una sola vez pues, ojalá, en la medida que la Revista vaya logrando posicionarse, la profundidad del debate y el análisis académico también crecerá.

Para la Liga de Higiene Mental iniciar la publicación de esta Revista es un viejo sueño acariciado una y otra vez. Ahora podemos empezar a hacerlo realidad y, estamos seguros que con el apoyo de todos Ustedes logrará poco a poco su estabilidad.

Por lo pronto será posible publicar la Revista dos veces por año, aunque si la recepción, distribución, venta y aceptación lo permite, trataremos que llegue a ser una publicación de carácter trimestral. No duden en hacernos llegar todas las sugerencias que permita mejorar la periodicidad en su publicación, así como la calidad de su contenido.

Por último, queremos agradecer profundamente a todas aquellas personas que, creyendo en este esfuerzo, han contribuido con sus artículos en este primer número. Estamos seguros que podremos contar de nuevo en el futuro con esa colaboración.

M.A. MARCO ANTONIO GARAVITO FERNÁNDEZ  
EDITOR

# El camino al 2009

## XXXII CONGRESO DE LA SOCIEDAD INTERAMERICANA DE PSICOLOGÍA

A mediados del año 2009, tendrá lugar en la ciudad de Guatemala el 32º. Congreso de la Sociedad Interamericana de Psicología. Este evento es primera vez que se hará en nuestro país. Para la revista Psico-Red la realización de este Congreso representa una valiosa oportunidad para que nuestra profesión tenga un importante impulso, no sólo por el congreso en sí, sino por el proceso de trabajo que debe desarrollarse para llegar a él.

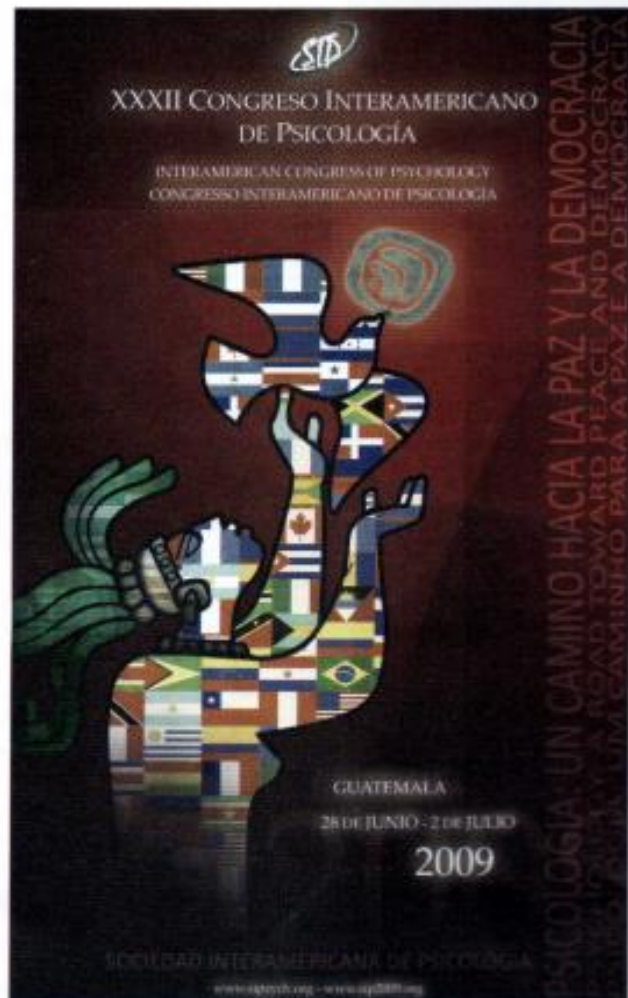
En ese sentido, queremos dedicar un espacio en cada uno de los números de esta revista para que la SIP/ Capitulo Guatemala, pueda trasladar información sobre los preparativos de tan importante Congreso y, desde luego, para motivar a los profesionales de la psicología en Guatemala a que se incorporen a las actividades previas, durante y posteriores al Congreso. Desde ya están funcionando diversas comisiones de trabajo que están a la espera de la participación de un mayor número de profesionales o estudiantes de la psicología en nuestro país.

### ¿Qué es la Sociedad Interamericana de Psicología?

La Sociedad Interamericana de Psicología (SIP) fue fundada en México, D.F. en 1951. Está asociada a la Unión Internacional de Ciencias Psicológicas, una división del Consejo Internacional de Uniones Científicas. A través de estas organizaciones, la SIP se relaciona con diversos organismos internacionales a efecto de promover la psicología en las Américas.

Son objetivos de la SIP:

- Proveer medios de comunicación directa entre los/as psicólogos/as y científicos/as en áreas afines en Norte, Centro y Sur América y el Caribe, y promover el desarrollo de las ciencias de la conducta en el hemisferio oeste.





- Contribuir al entendimiento internacional a través de una más amplia comprensión de las diferencias culturales y los encuentros más allá de los límites nacionales.
- Ayudar a promover la investigación y el intercambio académico y profesional entre las naciones de las Américas.

### La Sociedad Interamericana de Psicología en Guatemala

En el año 2003, un grupo de profesionales solicitó a la Sociedad, que Guatemala fuera la sede de un congreso interamericano en el año 2005. La SIP no lo aprobó pero, decidió realizar uno de menor amplitud y concedió

## En el 30°. Congreso realizado en la República de Argentina, la SIP tomó la decisión de que Guatemala organizara el del año 2,009.

a Guatemala ser la sede de un Congreso Regional (México, Centroamérica y el Caribe). Así, en octubre del año 2004, se llevó a cabo en Guatemala, el PRIMER CONGRESO REGIONAL de la Sociedad Interamericana de Psicología. Fue un congreso exitoso, con 181 trabajos presentados en diversas modalidades y 458 personas inscritas, provenientes de 14 países de América.

La experiencia ganada en ese congreso regional renovó la inquietud de hacer en nuestro país uno de carácter interamericano. En el 30°. Congreso realizado en la República de Argentina, la SIP tomó la decisión de que Guatemala organizara el del año 2009.

Realizar este Congreso requirió la creación de una figura jurídica que le permitiera operar dentro del marco legal, para lo cual el equipo de personas que integró la comisión ejecutiva en la organización del congreso regional, inició las gestiones correspondientes en

mayo 2004. La representación de la SIP en Guatemala se inscribió formalmente ante la Superintendencia de Administración Tributaria en julio 2004, bajo el nombre de Asociación SIP/Capítulo Guatemala y fue nombrada como representante legal quien estaba a la cabeza del comité.

Para la realización del XXXII Congreso Interamericano de Psicología, ya se cuenta con un comité organizador y se ha convocado a participar en la organización a los distintos departamentos, escuelas de psicología de las universidades, así como a las asociaciones, fundaciones, instituciones y organizaciones que se desarrollan en el campo de la salud mental en Guatemala.

Este comité inicial tiene ya varios meses de estar trabajando en las definiciones básicas de lo que será nuestro Congreso, las cuales han sido presentadas ya en el marco del 31°. Congreso de la SIP que tuvo lugar del 1 al 5 de julio del 2007 en la Ciudad de México. Sobre todo, lo relacionado a los trámites del lugar sede el evento, que esperamos congrege a cerca de 1,500 delegados de toda América, así como la misión, visión y lema del Congreso.

El 32°. Congreso en Guatemala espera, como mínimo, alcanzar los siguientes objetivos:

- Promover las relaciones científicas y profesionales así como el intercambio entre psicólogos y psicólogas de las Américas.
- Establecer vínculos entre las personas participantes para facilitar la colaboración en proyectos de interés común, relacionados con nuestra disciplina.
- Fomentar el desarrollo de la psicología en el país sede.
- Favorecer la exposición, a las personas participantes, de la riqueza y diversidad cultural del país.
- Facilitar el intercambio informal entre las personas participantes.

Lic. Rolando Crespo Marrero  
Psicólogo del Deporte

## El papel de las **EMOCIONES** en el deporte



Foto: Antonio Garza

# Análisis y reflexión

La complejidad de las competencias deportivas le plantea grandes exigencias al nivel de desarrollo de las cualidades físicas y psicológicas del deportista, así como a los principios morales de su Personalidad. Son diversas las condiciones y los fenómenos que influyen sobre la tensión de sus estados psicológicos durante las duras y difíciles jornadas de la Etapa Preparatoria y durante la también difícil, breve e irrepetible Etapa Competitiva. El carácter, el contenido y las particularidades de los estados y de las vivencias psicológicas se diferencian a partir del grado de preparación y de la experiencia competitiva que posea el deportista. Por ello es determinante que en todo el proceso de Preparación Física, Especial; y Técnico-Táctica, también se le brinde todo un arsenal de herramientas psicológicas en beneficio de su Autocontrol Emocional para cualquier momento y ante cualquier contingencia.

Las emociones definidas como reacciones psicológicas de intensidad particular, actúan a la vez sobre la conducta motora del individuo acompañadas siempre de todas sus actitudes y de los fenómenos orgánicos de naturaleza neurovegetativa que influyen notablemente sobre el grado de esfuerzo preparatorio o competitivo que se debe realizar. Por ende, influyen en los resultados competitivos los cuales pueden estimular al deportista, movilizándolo para que aplique el máximo de sus fuerzas o disminuya su potencial, o convertirlo muchas veces en indiferente y sin energías. Las emociones surgen como consecuencia de las percepciones y de las valoraciones de la realidad que tiene el sujeto, las cuales le permiten vincular los acontecimientos del entorno con las satisfacciones o con las limitaciones de sus necesidades y de sus motivaciones.



Así las cosas, el deporte es una actividad cargada de señales amenazadoras, de conflictos; y de frustraciones para el sujeto. Mientras más intensos sean los elementos valorativos, más fuertes son regularmente las reacciones emocionales del deportista. En el proceso de regulación de las acciones las emociones se relacionan frecuentemente con las decisiones anticipadas de las acciones, con el trayecto; y con el resultado de la acción. De aquí el papel del Pensamiento en el desencadenamiento de las reacciones emocionales. Así por ejemplo, el miedo, la inseguridad, o la seguridad en la realización de un acto por parte del deportista durante su accionar en los entrenamientos y en las competencias deportivas, se relacionan siempre de acuerdo con el juicio que él tenga de la situación en dependencia de su estado físico y de su estado psicológico; y en dependencia de sus posibilidades físicas y técnico-tácticas, incluyendo la percepción del grado de dificultad que presente la tarea. Una vez que las reacciones emocionales se establecen, comienzan a mediatizar las particularidades de la Personalidad del deportista; y a la vez, a ser mediatizadas por éstas en una verdadera interacción, asumiendo su Función de Dirección del Comportamiento.

Las competencias deportivas de alto nivel, siempre tienen un elevado componente enigmático-estresor en su atmósfera y en su clima; y ello repercute positiva o negativamente en el estado emocional de los deportistas y de los entrenadores debido a su dimensión, a su repercusión social, nacional e internacional, a su difusión e importancia, al nivel de preparación y de forma deportiva que presente el deportista o el equipo, a la presión competitiva, a las características de la afición, al objetivo, a las metas y al pronóstico precompetitivo, a la motivación competitiva, a la motivación por los premios que se entregan según el color de las medallas obtenidas, al compromiso con el equipo, con la camiseta, con la bandera, con su país; y hasta con la familia; entre otros factores.

En estos años de labor como Psicólogo del Deporte con selecciones nacionales de *Base Ball* de mi país, recuerdo en Los Juegos Olímpicos de Atlanta en el año 1996 al hoy estelar lanzador del equipo Chicago White Sox, de las Grandes Ligas de los Estados Unidos de América, José Ariel Contreras Camejo, en aquel entonces un novel lanzador recién llegado a las filas del equipo. Hubo que emplearlo nada más y nada menos que contra la poderosa selección estadounidense. Él no estaba en los planes debido a su poca experiencia y a su juventud; pero aquellos nos aventajaron en varios momentos del juego clasificatorio para disputar la semifinal cruzada; y los lanzadores de primera línea se nos agotaron en aquella dura batalla por lo que tuvimos que utilizarlo. A este lanzador le sobran cualidades físicas



Marco Antonio Guzmán



Marco Antonio Guzmán



para hacerlo bien; pero aun de su arsenal técnico y de sus capacidades para psicorregularse ante tan potente equipo y ante todo aquel descomunal *show* y andamiaje que se presenta en este tipo de evento deportivo, (no obstante durante la etapa de preparación, haber "aprendido" a usar las herramientas de psicorregulación), dudábamos todos los miembros del Colectivo Técnico de Dirección. Rápidamente, después de hacerse oficial su anuncio para entrar a lanzar en momento sumamente difícil, comenzó su accionar y tornó completamente la situación a su favor, frenando la ofensiva rival para contribuir finalmente con la victoria de nuestra selección nacional; y comenzar así su encumbramiento en el estrellato. Cuando lo abordé al día siguiente en la mañana para realizarle la profilaxis psicológica postcompetitiva, recuerdo entre varias cosas y muy contento, que me manifestó con mucha claridad en sus respuestas y en sus ideas, lleno de certeza: . . . ¡antes de lanzarle al primer bateador arreglé el área de caída y comencé a hablar conmigo mismo y me veía en ese *Stadium* como si ya hubiera estado antes lanzándole a ese equipo. (Se trataba de la técnica cognitiva de Visualización Combinada). Realizaba mis ejercicios de respiración, tomándome el tiempo necesario para que ellos me vieran seguro de sí; y me concentraba en las características de cada bateador rival, las cuales habíamos chequeado todos ayer con usted y con el entrenador del área de lanzadores. El pulso y la respiración sentía que los controlaba adecuadamente; y los movimientos y los lanzamientos los realizaba y los coordinaba exitosamente; y así los dominé!

Así pues, aprovechar las sesiones diarias de Preparación Psicológica, le garantiza al deportista el importantísimo *optimus* de autocontrol emocional y de sus potencialidades psicofisiológicas, llevando con claridad y con certeza al terreno competitivo a los elementos técnicos-tácticos, garantiza también adecuado estado de ánimo, motivacional y volitivo; y le garantiza elevada respuesta de vigor-activación y de seguridad en sí mismo; lo que contribuye a la mejor ejecución ante los retos y las exigencias deportivas en busca del honor y de la gloria.





Por: **Mariano Codoñer C.**  
 Director del Instituto Superior de Psicología

## La paradoja del liderazgo autocrático

Caracterizada por una vertiginosa velocidad en los cambios que trae consigo, la presente época —que algunos futurólogos denominaron en la década del sesenta como “la era del conocimiento”— reclama respuestas que, para ser efectivas, deben abarcar el qué hacer del hombre en forma integral y multidimensional. No se trata ya solamente de la actualización y la permanente formación en el área cognoscitiva, porque sin un verdadero cambio en la estructura paradigmática del pensamiento gerencial contemporáneo, de cuyo una dimensión filosófica, que se refleje en el desarrollo de nuevas habilidades y destrezas en el complicado arte de conducir a otros, es poco probable que los resultados obtenidos en las organizaciones provoquen las mejoras substanciales que en materia de calidad y productividad se hacen indispensables.



El nuevo orden mundial, que cada vez se hace sentir con más fuerza en el proceso de globalización, abarca ya todas las esferas de la actividad laboral, aun y cuando desde una perspectiva reduccionista se sigue hablando de una “globalización económica”. Se esperan —se exigen— respuestas que requieren un accionar que toca dimensiones del trabajo que van más allá del rediseño y mejora de los procesos en las empresas, pues para que las modificaciones que se realicen a los mismos superen la etapa de implantación de nuevos sistemas, en ocasiones “copiados” de organizaciones exitosas (Benchmarking), es imprescindible que se produzca un viraje radical en el estilo de administración, porque es en este aspecto, más que en cualquier otro, en el que se encuentra el motor que mueve los procesos:

*La gente.* Y hablar de un cambio en el estilo de administración de la gente, presupone variaciones radicales en el estilo de liderazgo, y es en este punto en el que se encuentran los verdaderos escollos, porque es sencillo hablar de la necesidad de un liderazgo democrático y participativo en la conducción de las organizaciones, pero no es fácil alcanzarlo. Es sencillo proponer a quienes dirigen las instituciones delegar, habilitar a los trabajadores (empowerment), trasladarles poder y confianza, pero no es fácil cambiar los paradigmas que a aquellos les impiden realizar tal transferencia a éstos en una forma auténtica y permanente.

Y todo ello no es sencillo por una razón fundamental: *Porque cambiar personas no es lo mismo que cambiar procesos.* Un proceso se puede cambiar cuando a la luz del concienzudo análisis se descubren sus fallas y se ensayan soluciones, o cuando se implanta uno nuevo como una de las irrefutables “mejores prácticas” probadas por otras organizaciones. Pero una persona, y no digamos un grupo de personas, no cambia por el sólo hecho de ser sometida al análisis, ni por la mera labor de concientización en relación con la necesidad del cambio. Una persona modifica su conducta únicamente cuando en sus procesos de pensamiento, partiendo de las características *sui generis* de la cultura en la que se ha desarrollado, se producen cambios que encuentran armonía con, y producen impacto en, su emocionalidad. Cuando su cosmovisión es confrontada con un mapa de la realidad cotidiana que, en forma convincente, le impulse a reconocer la necesidad de ver las cosas de manera diferente y, en consecuencia, actuar con arreglo a nuevos patrones de comportamiento.

He creído necesario realizar la introducción contenida en los precedentes párrafos, porque —aún corriendo el riesgo de pecar de superficialidad, por la forma tangencial en la que se abordan varios de los problemas de fondo citados— consideré conveniente ubicar el problema que el “jefe” de hoy, confronta ante las exigencias modernas. Se exige de él, como ya se apuntó, un cambio radical en su estilo de manejar a la gente, se le pide convertirse en un líder, se le invita a tirar por la borda las prácticas que durante muchos años le fueron —quizás— útiles. Pero no se intenta comprenderlo en su verdadero conflicto: ¿Cómo sentirse cómodo “soltando” el poder de las manos, cuando durante años estuvo acostumbrado a retenerlo? ¿Cómo experimentar seguridad al mostrar su ignorancia ante



su grupo, cuando siempre se le "enseñó" a ser infalible? ¿Cómo encontrar la paciencia necesaria para esperar los cambios a largo plazo, cuando siempre se le pidió producir resultados a corto plazo? ¿Cómo pedirle ahora creer a los nuevos gurús de la administración, cuando su "formación" estuvo siempre matizada del aprendizaje vicario obtenido a través de su contacto con quienes fueron –o aún son– sus superiores en la jerarquía de las organizaciones?

Lo que realmente se necesita es una verdadera metamorfosis. No se puede pedir al gusano, por la mañana, volar como la mariposa por la tarde. Se requiere de paciencia, de un tiempo y una secuencia para que el fenómeno se produzca. Aunque en el caso del jefe, es un proceso que tiene aún que ser descubierto. ¿Quién tiene la receta mágica para hacer líderes?

Si abordamos el problema desde la perspectiva de su intrínseca historicidad, es justo reconocer que los patrones de conducta tradicionales han sido transmitidos, en el rol del "jefe" como en otros, de generación en generación. ¿O es acaso que existen escuelas para padres, para ser pareja, para jefes... para líderes? La única escuela que podemos citar como válida, y de verdadero impacto, es la tradición y la costumbre. Y ésta viene dada por una serie de mitos que en la cultura occidental durante décadas se han aceptado como cuestiones axiomáticas. Los unos derivados de la propia cultura, los otros de la Escuela Científica de la Administración (Taylor, Fayol, Sloan y otros). ¿A qué tipo de mitos nos referimos? Pues a aquellos que sin ser explícitos en su totalidad forman parte de la cultura de las organizaciones: El jefe es infalible, no puede equivocarse, debe tener respuestas para todo... El jefe fue educado o cuando menos tiene, o debe tener, la experiencia necesaria para "pensar" las cosas que otros deben "ejecutar". Las decisiones que toma deben ser siempre las acertadas, pues lo contrario es muestra de debilidad y ésta conduce a poner en riesgo el puesto. Debe tener la capacidad de obtener resultados a corto plazo, ¡O no sirve para ser jefe!

Es por razones como las anteriores, que el problema del cambio, o metamorfosis si se acepta la analogía propuesta, trasciende los niveles técnicos de la administración del cambio, para adentrarse en dimensiones filosóficas y psicológicas. Estamos hablando ya de un problema que no corresponde únicamente al campo del conocimiento. Nos referimos a un asunto relacionado con problemas de aprendizaje. Un aprendizaje que se ha obtenido a través de generaciones y que, como tal, ha consolidado una serie de paradigmas, de maneras preconcebidas de evaluar la realidad, en las que el "ser ahí" es tamizado por la influencia de la percepción y transformado en el "ser para mí". Y tales esquemas de pensamiento generan, por su propia dinámica



intrínseca, emociones que finalmente se manifiestan en patrones de conducta.

Es en estos aspectos en los que se encuentran los verdaderos obstáculos del cambio, ya que, analizado el asunto desde la perspectiva aquí planteada, es natural que el "jefe" enfrente una serie de dudas y temores. Porque afronta algo para él desconocido, porque experimenta la amenaza a su estabilidad emocional, porque, en fin, se le confronta con una realidad que, desde la óptica de la costumbre en la que fue formado, es nueva y como tal, acarrea elementos capaces de generar inseguridad y desconfianza.

El camino, entonces, de buscar el cambio a través de los procesos tradicionales de capacitación encuentra una lógica explicación a su sonoro fracaso. Porque no es posible, cuando menos en forma permanente y significativa, lograr un cambio de conducta a través de la modificación del síntoma. Es necesario ir a las raíces que provocan el apareamiento del mismo. Es necesario el cambio de dichos paradigmas.

Muchas de las corrientes administrativas y gerenciales modernas, tomando como modelo el estilo de trabajo que ha provocado el surgimiento de los países de la Costa del Pacífico –los llamados Tigres Asiáticos– como potencias industriales, proponen la implementación de nuevos métodos y procedimientos de trabajo, basados, en su gran mayoría, en el liderazgo y el trabajo en equipo. Sin embargo, paradójicamente, dejan de lado estos aspectos tan importantes para centrarse en la mejora de procedimientos, en la innovación de los sistemas administrativos, en la modernización de los equipos y en la automatización de todo aquello que sea susceptible de ser delegado a la máquina. Y ello debido –valga la especulación– a que lograr transformar una cultura como la occidental, basada en la competencia individual, la exaltación de la personalidad y el autoritarismo, a una que, como la oriental, valora altamente los logros del equipo y el respeto por la dignidad de la persona, no es tarea sencilla.



Para muestra baste citar el ejemplo del "boom" de la Reingeniería, que luego de su indiscriminada aplicación ha generado consecuencias en muchos casos nefastas para las empresas y para los trabajadores, ya que habiéndose producido reducciones considerables en el número de empleados, inversiones cuantiosas en la modernización de los equipos, sobrecarga de trabajo y desmotivación en el personal, no se han alcanzado los resultados espectaculares esperados. Ahora, uno de sus principales impulsores, Michael Hammer, autor de uno de los últimos "Best Sellers" de los negocios, confiesa en un artículo publicado recientemente en "The Wall Street Journal", que su principal pecado ha sido que debido a su formación técnica como ingeniero, olvidó considerar en su modelo la inclusión del hombre...  
*¡Vaya venial pecado!*

Es necesario reflexionar profundamente antes de decidir la aplicación de nuevas tendencias, más cuando algunas de ellas se presentan como la panacea para la mejora radical de corto plazo. Un cambio significativo, para que verdaderamente provoque impacto debe centrarse en el hombre y partir de éste. Y en el hombre los cambios no se dan de la noche a la mañana. Debe primero, y por sobre todo, considerarse y valorarse la dignidad de la persona, para que, partiendo de un genuino interés en el desarrollo integral de ésta y en el mejoramiento de las condiciones de vida de los pueblos, se encuentre un sólido fundamento que evite el arrastre provocado por los espejismos de la moda.

Uno de los problemas que más afecta el funcionamiento de las organizaciones es la falta de un liderazgo efectivo, que logre alcanzar los resultados deseados a través de la gente. Por supuesto que no estamos acá haciendo referencia al tipo de liderazgo que usualmente se observa en la mayoría de instituciones: Aquel encarnado por líderes autocráticos que, haciendo gala de un buen "don de mando", o de poseer "carácter" para dirigir a las personas, se enorgullecen al mostrar las cifras *record* alcanzadas o las metas sobrepasadas. Es necesario reconocer que en muchos casos este tipo de líderes alcanzan resultados, eso es innegable, pero lo que se pasa por alto es el elevado costo que este enfoque representa: La gente cumple pues tiene miedo. Miedo de ser despedida, miedo de ser ridiculizada, miedo ser humillada frente

a otros, miedo... siempre miedo. Ello provoca que la mayoría de quienes están sometidos a una presión como ésta constantemente estén buscando cambiar de empleo y, ante la primera oportunidad que se les presenta, abandonan el barco. Además, en el ambiente provocado por un líder autocrático se elimina la creatividad, la iniciativa y la espontaneidad pues a nadie le gusta aparecer como tonto ante otros, sólo porque a un "brillante" jefe no le gustan las ideas planteadas por sus "torpes" subordinados y las ridiculiza y rechaza en forma tajante.

La gente sometida a un liderazgo autocrático no experimenta el más mínimo deseo de comprometerse con su trabajo y con la empresa para la que trabaja. Hace las cosas que se le dicen, pero no intenta ir más allá. ¿Cómo iba a hacerlo si ir más allá representa el riesgo de despertar la ira, el sarcasmo del jefe o una nueva reprimenda?

Por supuesto, que hay estilos de liderazgo diferentes, y muchas personas que ejercen posiciones de poder lo saben. Sin embargo no logran ejercitar una manera diferente de conducir a la gente a lograr resultados si no es con el "látigo en la mano". ¿Por qué? A mi juicio es un asunto de concepción de

la vida y de lo que hacemos en ella. Del concepto que tenemos de nosotros mismos y de los demás. Es un asunto de paradigmas, de esquemas mentales la mayor de las veces inconscientes que nos dictan cómo tratar a "esos otros". Si una persona se "siente" superior a otros, "cree" que es más inteligente, cree ser o que debe ser infalible, ¿Cómo entonces puede aceptar ideas ajenas y errores propios?

El papel fundamental de un líder, su verdadera *MISIÓN* es **LOGRAR QUE LA GENTE:**

- **Haga lo que de ella se espera**
- **Lo haga bien hecho**
- **Lo haga en tiempo**
- **Con el mínimo posible de errores**
- **Esforzándose por mejorar**
- **Y... CONTENTA!!!**

**Uno de los problemas que más afecta el funcionamiento de las organizaciones es la falta de un liderazgo efectivo, que logre alcanzar los resultados deseados a través de la gente.**



Por supuesto que para lograr lo anterior, es necesario despojarse de concepciones erróneas, muchas veces muy enraizadas: "La gente se aprovecha si se le da confianza"; "estos son llevados por mal", "lo que se necesita es mano dura", "si uno no está encima la gente no cumple"... y muchas otras de este tipo.

Aclaro que no estoy haciendo apología de un liderazgo tolerante y falto de dirección, disciplina y eficaz conducción. Estoy hablando del trato que se da a las personas. La gente no es llevada por mal, aunque hay algunos pocos que sí. No es cierto que haya que estar "encima" de la gente para que cumpla, aunque hay uno que otro caso. El serio problema es que muchos líderes asumen que por estos pocos malos trabajadores (estudiantes, miembros del equipo, compañeros, etc.) todo mundo necesita la fuerza para cumplir y tratan a todos por igual, con lo que desmotivan a la mayoría, pues la mayoría de gente no necesita estar siendo supervisada si tiene los conocimientos, destrezas y habilidades, y además se le dan las condiciones adecuadas para desarrollar sus tareas.

Al tratar a todos por igual, se logra que los pocos que son llevados por mal, en medio de su mediocridad y atizados por el miedo, lleguen a su "máximo nivel de desempeño", es difícil que puedan pasar de allí, precisamente por su mediocridad. Pero en una acción paradójica, al mismo tiempo se provoca

que los buenos trabajadores, al ser tratados igual que los otros, se desmotiven y pierdan el interés en esforzarse. Entonces lo que se logra es un desempeño "parejo": Los malos dando el máximo y los buenos dando el mínimo. *ESO ES LO QUE LLAMO LA PARADOJA DEL LIDERAZGO AUTOCRÁTICO.*

La buena noticia es que esta paradoja también funciona en sentido contrario. Aquellos líderes que prefieren enfocarse en estimular el desempeño sobresaliente, en otorgar poder y autoridad a los mejores, no sólo elevan el nivel de desempeño de éstos, sino que provocan que los de menor desempeño opten por dos caminos: O elevan sus niveles... o muchas veces ellos mismos se bajan del barco. Con lo que también se logra un desempeño "parejo", pero apalancado hacia niveles superiores, no de mediocridad.

Necesitamos un nuevo y moderno enfoque, es necesario un líder que pueda trabajar en equipo, que tenga la capacidad de dirigir con el ejemplo y con sabiduría (autoridad). Un líder que inspire confianza y respeto, no miedo (poder). Cuyos temores, inseguridades y sentimientos de inferioridad no lo empujen a utilizar la coacción y la fuerza. Se necesita de personas que desarrollen la capacidad de apoyar a su gente, no de perseguirla. De delegar poder y autoridad, no de centralizarlo. De crear un ambiente sano de trabajo, no de intoxicarlo. De conducir al grupo a través de una visión inspiradora, no del miedo a la mano dura. ¿Será posible?



POR CARLOS ORANTES TROCOLI



**Terror es poder.** O con argumento, para que el terror sea, es necesario que se origine desde una fuente de poder, que se hace poder mediante el ejercicio de ese terror. No quiero decir que todo poder es necesariamente terrorista, sino que hay poderes que necesitan del terror para su arraigo, para su generalización y perduración. Vale considerar, entonces, que no es un simple recurso neroniano o calenturiento, sino que su práctica es una táctica del poder y corresponde a una estrategia del poder (hay poderes hegemónicos y poderes subalternos que luchan por alguna hegemonía). Aceptable o no, todo terrorismo tiene su racionalidad, y su apoyo o rechazo social son variables. Conviene decir que, en general, lo más sensato es que no se haga terrorismo.

Para no ser cándidos, conviene señalar que hay terrorismo brutal, directo, y terrorismo de baja intensidad, pero los efectos de uno y otro siempre son deshumanizantes.

Empecemos, por considerar las variables y los indicadores del terror. Con la advertencia de que desde la experiencia guatemalteca, la magnitud y calidad del terrorismo guatemalteco es mucho más que lo que se ha escrito, incluyendo a los manuales de Fort Gülick o la Escuela de las Américas. Quiero decir, que el terrorismo en Guatemala ha tenido tal prolongación, expansión e institucionalización, que aporta trágicamente nuevos rasgos a su estudio social.

El terrorismo no es una práctica aislada, sino es un proceso que incluye acciones, efectos sociales y entorno. Es una práctica

de arrogación de potestades, que se sustenta en ejercicios de impunidad, porque se asume incuestionable y generador de comportamiento social, o sea la llamada ley del terror. Se caracteriza por su efecto generalizador, por su impacto directo y su onda expansiva. Resaltemos su efecto expansivo: la eficiencia del terrorismo está en que su efecto sea mayor que su delimitación física. Eso es lo grave. Tras el terror no hay un blanco individual sino una comunidad humana. No obstante, lo que busca es que se introyecte en cada individuo, que configure nuevas subjetividades y, para la comunidad, establezca una disciplina social de acuerdo con el poder.

Esa, ciertamente, otra técnica de violencia, que niega al otro, rompe su integridad (lo *desquicia*, lo disocia, lo escinde) íntimamente y en sus relaciones sociales. No sólo sindica al otro, sino también lo niega. Por esto, es intimidante y generador de inhibición sociales. Sus olas expansivas no son sólo por lo que *dice*, sino sobre todo por lo que *dicen que dice*, es decir, se replica en el diálogo oculto, en el rumor, en la percepción.

Su función como regulador de una disciplina social corresponde a la necesidad, al ejercicio y al objetivo de poder. No es, lo dije ya, circunstancial. Aunque sus alcances temporales sean variables.

Para la comprensión de la subjetividad, hay que advertir que el *ciclo del terror*, no tiene la fatalidad del estímulo-respuesta, tan experimentado por el terrorismo de laboratorio. Porque en el otro,

\* Texto inédito, según conferencia expuesta para la Procuraduría de los Derechos Humanos, en el Hotel Princess, 26 de enero de 2007.



objeto del terror, no tiene lugar un efecto implacable, sino que también hay mecanismos que metabolizan los efectos del terror. De ellos, el más positivo, es el que se opone a su digestión individual y se expresa en resistencia, solidaridad y acción colectivas. No hablemos de resiliencia, esa es una teoría anglosajona. Esteticista.

A despecho de las teorías sobre el terror, el terrorismo contiene acciones organizadas y acciones individuales incidentes en un clima de terror. Con esto, debemos resaltar el efecto del entorno, del ambiente social subjetivo. Por eso, también debemos aclarar que puede ser intencional o no. Nos importa, desde luego, por sus mayores efectos, el terrorismo organizado y planificado.

Cuando aludí a su efecto disociador, debo agregar. Disocia al individuo y disocia a la comunidad afectada. Esta disociación veámosla con sus múltiples manifestaciones, debilitan la autoconfianza, distorsionan o rompen el vínculo social, siembran y generalizan la incertidumbre y confusión (sin las cuales no habría terror). Por eso, socialmente caotiza al conjunto social.

Individualmente genera culpa en la o las víctimas. Creen que por esto o lo otro sufren el terror. Y se les dedica: *por algo fue*. Por esto, el terror, aunque tenga un efecto social, individualiza el riesgo. Una consecuencia es que desarticula los vínculos comunitarios y repercute en la solidaridad entre semejantes.

Supone, entre otras, dos condiciones en los ejecutores. La primera, es un narcisismo sociopático. Éste se expresa en el "envalentonamiento" del ejecutante, en su derroche de poder por su acceso a los instrumentos del terror y la inermidad de la o las víctimas. Siempre en el terror consumado, se ve eróticamente el terrorista. Otra condición relevante en los ejecutores, es el fanatismo, es decir, la asunción irreflexiva de una creencia, de un destino, de un mandato, de una misión o de una doctrina. El terrorismo es movido por esa obrubilidad. Su fanatismo fundamenta su acción. Si le llaman a eso fundamentalismo o doctrinarismo, no importa. Es la función de misión, la unción del llamado, por la patria, por dios, por la nación o por el partido. Por eso, en la acción terrorista hay cierta sacralización. No se piensa primariamente en el otro o los otros humanos, sino en hacer bien el trabajo que se mandó a hacer o que la misión demanda. Se hieratizan el hecho, su función y sus efectos.

También son condiciones necesarias, el respaldo de alguna institucionalidad y la impunidad. El terror sistemático se enraiza en alguna logística, que es nutriente del circuito. En este marco, el terrorismo no puede concebirse solamente como la acción de los ejecutores, sino los implica tanto como las instituciones en que se insertan. Por eso, parte del terrorismo son las políticas institucionales que lo alimentan, son el encubrimiento, el aliento y la protección. También son parte de las acciones terroristas, el silencio, la desinformación y la patrimonialización o escamoteo de la información. El silencio es parte del terror y resulta sarcástico que quiera sobreponerse solamente el perdón. No bastan las responsabilidades abstractas. El resarcimiento es pleno, no obstante la ausencia o la afectación de sus víctimas. Esta es la razón de los *por qué, quiénes fueron y donde están*. Esta es la



razón de la insuficiencia del castigo si no se ha descubierto la verdad. En cualquier articulación o rearticulación social está la dignidad, sin menoscabo. Por todo esto, la reconstitución social implica una ética de la convivencia y de la libertad.

El terror es una forma de la perversión de la política. Supone perversión de los ejecutantes, de los instrumentos del terror y del poder mismo. En Guatemala corresponde a un Estado pervertido. A un Estado perverso. A una política perversa. A ejecutores e instituciones perversas.

Si impone una disciplina o control social, también logra cierta desmovilización, alguna inhibición social, al cabo alimenta anomías, y distorsiona los imaginarios de la cohesión social (las adscripciones sociales). Esto es una adversidad para los programas dulcificadores de la increíble reparación social: no puede recuperarse la persona ni la comunidad con los llamados a la "práctica de valores", a las virtudes, a la aceptación de voluntades "divinas" y a las mitologías nacionales.

A pesar de las apelaciones de cualquier poder generador de terror, el terror no cultiva legitimidad. La supone y la argumenta pero socialmente no la construye. Atomiza, anonimiza y caotiza.

La impunidad es en sí misma, violenta. Es arrogación o usurpación. Es asunción de un poder o de un rango superior que degrada al(los) otro(s).

La desaparición forzada es una acción terrorista. No es, como suele creerse, el castigo específico a la víctima, sino su objetivo es de impacto social. Aquí debo llamar la atención sobre las responsabilidades que no deben individualizarse ni en el ejecutor directo, ni en la familia de la víctima. Si hay marco institucional que provee impunidad, la responsabilidad es también institucional. Y no sólo la familia de la víctima reclama resarcimiento, porque nosotros también fuimos objeto del terror. La sociedad también tiene derecho a la sanción de los responsables directos e institucionales. El perdón no suplanta a la verdad, a la memoria y al dolor.



Si algo está suficientemente imbuido de perversión, es la desaparición forzada. Anula y no sabemos cuánto más, a la víctima, y genera incertidumbre, culpas, esperanzas, dolores prolongados, duelos no resueltos, delirios, realmente delirios amorosos, porque se oye, se sigue hablando, se busca, se cree volver a ver, se sueña al desaparecido. Y otra vez, la ausencia. Ahí ambulan, imaginariamente, doña Blanquita Pineda, la Mamá de los Ovando. La Ninneth de los plantones frente al palacio.

Una fatal consecuencia de las desapariciones forzadas fue la aparición forzada del tema como un derivado sindromático del hecho inicial. Las fuerzas represivas gubernamentales, dentro de una política de contrainsurgencia y terrorismo de Estado, ubicaron al objetivo, lo capturaron, lo usaron y lo desaparecieron. Si el asesinato creíble fue contra la persona específica, en un tiempo específico, la desaparición fue la acción contra todos nosotros, que nos congrega todavía, y nos retiene en un duelo inconcluso.

La desaparición forzada es la creación de una víctima colectiva, que en tanto víctima, activa la presencia del victimario.

Este armisticio doloroso, que firmó una paz entre cúpulas contendientes y nos dejó a nosotros sin paz, que argumenta la desmovilización entre ellos, pero que no puede ni debe ser desmovilización social, tiene una consecuencia dolorosa que obliga a encaminarnos en la historia. En tanto que vivimos y actuamos como víctimas, el represor vive. Paradójica virtualidad. La jauría de los impunes, hoy convirtió sus aullidos en cantalelas electorales, y aquí en esta ritualidad tributada a los desaparecidos, institucionalizada en una memoria viva de ese pasado, mantenemos convidados, también a los criminales.

Hacernos víctimas fue un objetivo de los asesinos. En esa lógica, nos corresponde desvictimizarnos socialmente y hacer de la gesta de nuestros ausentes un compromiso activo y racional desde el futuro. Hay que decir que ni uno de los héroes luchó para un pasado. Que su ética y su honor estuvieron signados por un futuro que nos corresponde buscar, consecuentes con el sacrificio de ellos. Tuvieron una plataforma y un compromiso, que deben ser nuestros.

La memoria es válida como honra activa en el futuro. La historia nos hace hijos, cuando no podemos ser padres de esa historia. La historia nos hace hijos cuando nos sujeta en el pasado. Es válido renegar de esa historia, caminando siempre hacia un futuro, con los pies y la calzadura que permiten la capacidad y ese camino.

Esa historia de la infamia no nos da nombre. Fue la historia de los dominadores. Los desaparecidos nunca fueron vencidos y su gesta y su proclama irradian en los que todavía luchan hacia delante. Su muerte —una muerte de la que no tenemos constancia ni queremos lapidar— debe ser la vida en esta activa gesta que debe sumar y avanzar hasta vencer. Porque el futuro fue de ellos y es de la mayoría social.

Entre el discurso y el dolor de la ausencia hay distancia. Pero esa distancia no la creamos nosotros. Es otra consecuencia de la desaparición forzada. Por eso, el dolor debe convertirse

en resurrección colectiva, y si alguna intimidad podemos llevar con nosotros, que sea la de actuar como ellos lo desearon o lo deseárian, no como a ellos pudo producir más dolor.

Porque su captura fue para ellos la desaparición forzada de nosotros. Y ninguno deseó morir en el llanto, sino con la convicción de que la lucha continúa.

Con olvido y con perdón, no hay reconciliación. La única conciliación es con los muchos otros como nosotros que pueden ambular desde sus diferencias hacia un objetivo común. No corresponde enterrar a los desaparecidos sino llevar viva su enseña, ser portaestandartes de su gesta para que ese futuro sea más de todos. Por eso, es necesario salir de nuestras cuevas, ampliar nuestras relaciones, unirnos en un torrente que haga río y un río que haga cauce. Trabajar para el futuro, desde el futuro que deseamos nos reconcilia con los desaparecidos y nos distancia de los victimarios que se pudren en su cobardía y su impunidad.

Nos imponen un velatorio prolongado con el mayor dolor de las ausencias. Nos imponen rituales de llanto, de nostalgia, de vacíos e incertidumbres. Nos imponen ese clamor hacia el pasado. Y nos imponen un duelo de autocastigo y encierro, nos imponen soledad a los que sufren y quieren que seamos víctimas permanentes.

Nos imponen el dolor de sentir que otros, en nuestro camino, no sienten el mismo dolor; y debemos compartir activamente el camino. Nos imponen diferenciarnos de los otros, con quienes podemos coincidir, para privatizar el recuerdo y hacer de la memoria un ritual excluyente del duelo.

Reivindicar a los nuestros es, literalmente, re-clamar con la voz multiplicada de los ausentes no solamente por aquel pasado, sino por el futuro donde ellos y nosotros concurrimos. Su ejemplo no es de dolor porque no lo tuvieron cuando intentaron someterlos ni cuando culminaron el golpe contra ellos, sino tuvieron vida, coherencia, tuvieron lucha, empeño, valor y dignidad frente a la bestia. Si se hubiesen sometidos estarían vivos, si están ausentes es por sus virtudes que son emblema para que seamos portaestandartes, junto a muchos otros, hacia el futuro.

Cada quien en lo suyo. Todos en lo nuestro.

Los victimarios quitaron la convicción del futuro, en los hijos y los sobrevivientes. Nos enajenaron del futuro y nos quieren mantener dolientes en el pasado. Frente a eso, proliferan las incertidumbres, las desconfianzas, nos dispersan, y lo que es peor, irradian un cierto nihilismo que reduce la vida al día. La reducen a vivir el momento. Infunden el valemadrismo e imponen el dolor como patrimonio privado que se conserva como estigmas en un cuerpo golpeado, abandonado también a esa suerte. Morir.

Solamente tienen esperanza los que caminan. Los que quedan sentados, sufren des-esperanza. O esperan lo siempre ausente.

En este desasosiego, ambulamos con agobio y escepticismo, los guatemaltecos, en esta Patria que finalmente no fue, y en este suelo apropiado por los ajenos.

MARÍA ELENA LÓPEZ RAMÍREZ<sup>\*</sup>; MIRIAM BARQUERA FERNÁNDEZ<sup>\*\*</sup>; NORA MICHELLE GARCÍA GÓMEZ<sup>\*\*\*</sup>

## Relación de los mecanismos de defensa y los trastornos de la personalidad en una muestra clínica mexicana

**E**l objetivo de este estudio fue determinar la relación entre los mecanismos de defensa y los trastornos de la personalidad (TP) en una muestra clínica mexicana. Treinta y un pacientes de primer ingreso a una clínica de atención psicológica y veintitrés sujetos sanos contestaron dos cuestionarios auto-aplicables: El Cuestionario de Estilos Defensivos (DSQ- 40) y el Cuestionario para los Trastornos de la Personalidad – versión 4 + (PDQ-4+). Los resultados indicaron que los pacientes con TP utilizan más los mecanismos de defensa neuróticos e inmaduros que aquellas personas que no presentan un TP. Se encontraron algunas relaciones específicas entre determinados mecanismos de defensa y ciertos TP.

Los trastornos de personalidad (TP) han sido de gran interés para los investigadores de la psicología y la psiquiatría clínica debido a su alta prevalencia en pacientes de consulta externa y a la naturaleza disruptiva característica de este tipo de pacientes. Distintos autores han remarcado la tendencia de estos pacientes a abandonar prematuramente los tratamientos psicológicos a los que se someten. Otros autores han recalcado que los pacientes con trastornos de la personalidad que utilizan mecanismos de defensa primitivos tienden a desertar más rápidamente de sus tratamientos que aquellos que utilizan mecanismos de defensa neuróticos o maduros. Debido a ello, parece de vital importancia estudiar la relación entre los trastornos de la personalidad y los mecanismos de defensa, con el fin de realizar diagnósticos más precisos acerca del funcionamiento defensivo de los pacientes al iniciar el tratamiento y para poder prevenir las tempranas deserciones terapéuticas debidas en parte al funcionamiento defensivo primitivo de éstos.



Un trastorno de la personalidad puede definirse como “un patrón permanente e inflexible de experiencia interna y de comportamiento que se aparta de las expectativas de la cultura del sujeto. Tiene su inicio en la adolescencia o principios de la edad adulta, es estable a lo largo del tiempo y provoca malestar o perjuicios para el sujeto” (APA, 2001).

Existe una relación importante entre los trastornos de la personalidad y los mecanismos de defensa. Según la Asociación Psiquiátrica Americana (2001) los mecanismos de defensa son procesos psicológicos automáticos que protegen al individuo frente a la ansiedad y a las amenazas de origen interno o externo. Kernberg (1975) definió la organización de la personalidad basándose en tres elementos fundamentales: la integración de la identidad, el tipo de mecanismos de defensa y la prueba de realidad. Utiliza un modelo estructural que supone la existencia de dos niveles generales de organización de las defensas del yo: un nivel básico, cuyo mecanismo más importante es la escisión o disociación primitiva y 2) un nivel más avanzado, en el cual la represión reemplaza a la

<sup>\*</sup> Maestra en Psicoterapia.

<sup>\*\*</sup> Licenciada en Psicología.

<sup>\*\*\*</sup> Licenciada en Psicología.

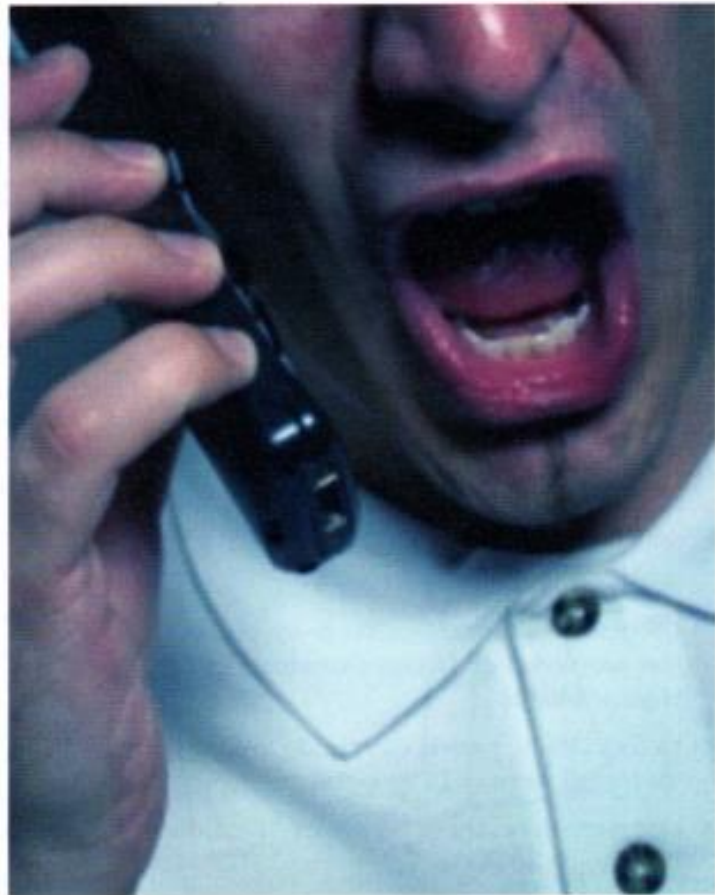




escisión como mecanismo central. Kernberg (1987) propone que según el tipo de defensas que utilice predominantemente una persona podría conocerse su estructura de personalidad, ya sea neurótica, psicótica o límite. Este elemento, junto con la integración de la identidad y la prueba de realidad, permite realizar un diagnóstico estructural apropiado.

Las defensas maduras como el humor, el altruismo y la sublimación se asocian a un funcionamiento adaptativo alto y las defensas inmaduras o de bajo nivel son utilizadas primordialmente por los pacientes con trastornos de la personalidad (Vaillant, 1994; Perry y Cooper, 1986; Sammallahti, Aelberg y Pentisaari, 1994; Lingardi, 1999), trastornos depresivos (Akkerman, Carr y Lewin, 1992) o trastornos de angustia (Andrews y cols, 1989; Andrews y Pollock 1989) entre otros.

Bond (2004) encontró que las defensas maduras correlacionan positivamente con la salud mental y que, por ejemplo, el trastorno límite de la personalidad utiliza más las defensas maladaptativas y utiliza menos las defensas adaptativas. Aalberg y Sammallahti (1995) realizaron una investigación para determinar si el uso de ciertos mecanismos de defensa era característico de los trastornos de la personalidad. Pacientes con trastornos de la personalidad, pacientes neuróticos y sujetos control contestaron el Cuestionario de Estilos Defensivos (Defense Style Questionnaire, DSQ). Los resultados indicaron que los pacientes diagnosticados con trastornos de la personalidad obtuvieron puntajes mayores en el uso de defensas primitivas tales como la omnipotencia, devaluación, escisión, negación, aislamiento e identificación proyectiva. Birenda y Watson (2004) realizaron una investigación para analizar la utilidad de los mecanismos de defensa evaluados por el DSQ-40 como factores discriminantes entre los grupos de trastornos de la personalidad del DSM-III-R. Su estudio demostró que efectivamente



existen diferencias significativas en el uso de defensas de los distintos grupos de trastornos de la personalidad del DSM-III-R.

El funcionamiento defensivo determina en gran parte la permanencia de los pacientes en el tratamiento psicológico. Perry (2001) realizó una investigación sobre el funcionamiento defensivo de pacientes que ingresaban a psicoterapia psicoanalítica. Los resultados indicaron que los pacientes con TP's utilizan todas las defensas aunque las más usadas son las defensas de bajo nivel, es decir, las "inmaduras" y "neuróticas". Asimismo, los pacientes con el diagnóstico de trastorno de personalidad límite utilizaron mecanismos de defensa más inmaduros que los pacientes con otros trastornos de la personalidad.

Sorprendentemente, Perry encontró que este tipo de pacientes utiliza defensas maduras también, pero no lo hacen tan consistentemente. Finalmente, concluyó que el funcionamiento defensivo de alto nivel se asocia de forma importante con el apego al proceso terapéutico de al menos un año y con la permanencia en procesos terapéuticos de dos sesiones de terapia por semana.

Debido a la necesidad de diseñar tratamientos psicoterapéuticos específicos para cada tipo de paciente y a que los pacientes permanezcan y se beneficien de los tratamientos a los que ingresan, resulta de gran importancia conocer los mecanismos de defensa utilizados por sujetos con TP's.



Liga Guatemalteca de Higiene Mental

## **3er. Concurso de Ensayos** Convocatoria por el Día Mundial de la Salud Mental

**Tema:**

### **Salud Mental y Participación Política**

- ⚡ Los tres mejores ensayos recibirán un reconocimiento económico y su publicación:
  - 1er. lugar Q. 5,000.00
  - 2do. lugar Q. 3,000.00
  - 3er. lugar Q. 1,500.00
- ⚡ Los derechos de publicación de los ensayos son propiedad de la Liga Guatemalteca de Higiene Mental
- ⚡ La fecha límite para la entrega de los trabajos será **el viernes 19 de octubre**
- ⚡ La premiación será el miércoles 21 de noviembre de 2007
- ⚡ Debe ser un ENSAYO
- ⚡ El estudio debe ser desarrollado de manera consistente, desde un abordaje analítico, no descriptivo, de la participación política y su relación con la Salud Mental dentro de la realidad guatemalteca
- ⚡ El abordaje del tema puede ser desde las distintas disciplinas científicas, sociales y humanas
- ⚡ No menor de 20 páginas y no debe superar las 30 páginas (cuartilla doble renglón)
- ⚡ Presentar en versión escrita y versión electrónica en las oficinas de la Liga (12 calle 9-35 zona 1)
- ⚡ El ensayo debe ser identificado con un pseudónimo, y en un sobre cerrado, los datos generales del participante (nombre, dirección, teléfonos, e-mail, etc.)
- ⚡ Los trabajos serán calificados por un jurado ajeno a la Liga Guatemalteca de Higiene Mental

Mayor información en:

Liga Guatemalteca de Higiene Mental, 12 calle 9-35, zona 1 Edificio Ermita, 4to. Nivel, Oficinas 41, 42 y 43. Teléfonos: 2232-6269, 2238-3739.  
E-mail: [liga@concyt.gob.gt](mailto:liga@concyt.gob.gt)



POR LAUREANO BENITEZ GRANDE-CABALLERO

## Valores y creencias

### Extracto de “los principios de la salud mental”

La salud mental afirma una verdad evidente: igual que hay pensamientos sanos y pensamientos malsanos, hay conductas positivas que nos aportan felicidad, y conductas erróneas que nos abocan al sufrimiento. Es decir, que, junto a un correcto modo de pensar, debemos practicar un correcto modo de actuar.

Pero es un hecho evidente que el pensamiento y la conducta están íntimamente unidos. Según los principios de la salud mental, toda conducta —incluyendo los comportamientos internos o mentales previos a los comportamientos externos— es una acción que tiene una intencionalidad, una motivación, que apunta a la consecución de algo: por un lado, con nuestras acciones pretendemos justificar y demostrar nuestras creencias; por otra parte, el fin último de nuestras conductas es conseguir un determinado valor, un bien que juzgamos importante para nuestro bienestar y nuestra felicidad.

Un valor designa un estado al que damos importancia y que tiene una cierta jerarquía dentro de las cosas que nos agradan. Por ejemplo: éxito, seguridad, amor, felicidad, salud, amistad, riqueza, prestigio, etc.

Una creencia es un sentimiento de certeza sobre el significado de algo. Es una afirmación personal que consideramos verdadera. Las creencias son en muchos casos subconscientes, y afectan a la percepción que tenemos de nosotros mismos, de los demás y de las circunstancias que nos rodean. Están formadas por ideas globales (por ejemplo: “el tiempo es oro”, “la vida



es bella”, “la gente es egoísta”, “sin dinero no eres nadie”), y por reglas (“Si tengo ingresos fijos, entonces tendré seguridad”, “si hago deporte tendré más salud”), que adquirimos con ideas —transmitidas mediante nuestro proceso educativo y socializador— y con experiencias.

Por otra parte, las capacidades son las competencias que guían nuestros comportamientos, y también se ven afectadas por nuestras creencias y valores. En este sentido, las creencias pueden ser potenciadoras o limitantes. Las primeras nos ayudan favoreciendo la confianza en nosotros mismos y en nuestras capacidades, permitiéndonos afrontar con éxito situaciones complejas. Las segundas nos restan energía y nos inhabilitan para afrontar determinadas situaciones. “Los hombres fracasan porque creen fracasar”, dice la frase.

Para conseguir un pleno control de nuestra vida, y un mayor grado de felicidad, debemos conocer cuáles son nuestras creencias esenciales, cambiar aquellas que nos está limitando y resolver los conflictos que pueden existir entre distintas creencias. Por esto es necesario que diseñemos e instalemos en nosotros unos

valores y creencias que nos hagan fácil la vida, que nos permitan sentirnos felices independientemente de lo que nos suceda. Estos valores y creencias nos deben permitir disfrutar del viaje de nuestra existencia, además de ayudarnos a alcanzar las metas que consideremos importantes.

A través de nuestro sistema de creencias y valores damos significado y coherencia a nuestro modelo del mundo, al que estamos profundamente vinculados. Sobre la base de nuestras creencias profundas y nuestros valores —nuestra “programación”— interpretamos la realidad, pues actúan como filtros mentales, produciendo algo parecido a un “teñimiento”. Al final de este proceso, ya no vemos los hechos como son, sino como los vemos en nuestra mente, coloreados con nuestros valores, codificados con arreglo a unos patrones de los que no solemos ser conscientes.

Llamamos programación al conjunto de creencias y valores que nos llevan a crear unos patrones de conducta, unos hábitos más o menos automatizados con los que responder a los hechos del mundo exterior. Realmente, el ser humano sería inviable si, ante cada suceso, tuviera que detenerse a hacer reflexiones concienzudas para elegir la conducta más adecuada para responder, ya que nuestra vida sería imposible. Por una simple economía de esfuerzo, y porque no tenemos ni el tiempo necesario, ni la posibilidad de manejar todas las variables, optamos por automatizar y programar una serie de conductas, que se disparan automáticamente ante unos determinados estímulos, previamente preestablecidos, de la misma manera que se programa un ordenador.

Esta programación tiene como objeto conservar nuestra vida y nuestra identidad como personas. Si, por las razones que fueran, nuestras creencias son negativas y limitantes, la interpretación subsiguiente de la realidad adolecerá de estos mismos defectos, y pasaremos a ver el mundo como algo negativo que, inevitablemente, nos creará sufrimiento.

Ningún ser humano puede ver la realidad tal y como es, sino que lo que vemos de ella es justo lo que hemos

proyectado. Filtrando la realidad a través de nuestros valores y creencias, nuestra mente llega a elaborar un “mapa” o “territorio” que, a pesar de ser una simple abstracción, un esquema operativo, confundimos con la verdadera realidad.

El proceso viene a seguir esta secuencia de acción: sucede un hecho allá afuera de nosotros; nuestros sentidos lo perciben, y no solamente los corporales, pues la mente funciona también como un órgano sensorial capaz de captar lo que no podemos percibir sensorialmente; la mente interpreta ese hecho, haciéndolo pasar a través de sus filtros, para adaptarlo a sus patrones de creencias, a sus esquemas predefinidos; esa interpretación va al sistema físico y emocional, y se produce una respuesta.

#### **Esta idea es la que se trasluce en la famosa copla:**

En este mundo traidor, nada es verdad ni es mentira:  
todo depende del color del cristal con que se mira.

Esta deformación de la realidad que hacemos en nuestra mente es de capital importancia en nuestra tarea de entender la felicidad humana. Pues, si lo que nos hace reaccionar no es el hecho real, sino una vez que ha sido codificado e interpretado, ¿qué sucedería a una persona poseedora de esquemas mentales negativos, que contaminara los hechos con esa negatividad? Que sufriría de manera gratuita, y mucho más que alguien que tuviera en su mente creencias positivas; si, por el contrario, nuestras creencias son positivas, seremos capaces de interpretar la realidad de manera positiva, y seremos más felices.

Por ejemplo, ante el hecho real de que un auto va a atropellarnos sentimos miedo, y esta emoción dispara automáticamente un complejo sistema de defensa biológico que se expresa en una clara sintomatología corporal: descarga de adrenalina, aumento de los latidos del corazón, aumento de la presión sanguínea, hiperventilación, sequedad de boca, etc..., todo lo que se viene denominando “stress”.

Ahora bien, si nos imaginamos que un coche nos va a atropellar, aunque esta escena sólo tenga lugar en



nuestra fantasía, la respuesta biológica es la misma, pues la mente instintiva funciona con la imagen que llega desde el cerebro hasta el hipotálamo, sin importarle si está o no basada en la realidad. Para el cuerpo, todo lo que está en nuestro cerebro y es procesado es lo único real.

Todos somos conscientes de que el pensamiento y la imagen preceden siempre a la acción. Si nos decimos "Voy a hacer la comida", este pensamiento, y la imagen correspondiente, son el primer paso para encaminarnos a la cocina a preparar alimentos. Siempre que hacemos algo, es porque lo hemos pensado previamente. Si, para nuestra tragedia, nos decimos cosas como: "Esto va a salir mal", "Esta situación me va a enfermar", "Me siento solo", "Esta relación no va a salir bien", "Seguro que no me dan el trabajo"... estaremos cavando nuestra fosa, y arrojándonos al abismo del sufrimiento innecesario.

«Cuando se mantiene constantemente un pensamiento, se forma en la mente una especie de canal natural por el que corre automáticamente la fuerza mental». (Swami Sivananda)

Sugestión se suele denominar este fenómeno de enviar imágenes al subconsciente. Éste no razona, no dialoga, no analiza las imágenes que le llegan para contrastar su verdad o su falsedad. Es una gigantesca computadora que procesa los datos que le aporta la mente consciente, poniendo manos a la obra para buscar cómo responder a los estímulos que le llegan. Funciona con imágenes y símbolos, más que con palabras. Si le llegan imágenes y pensamientos de limitación, de miedo, de fracaso, de baja autoestima, de desconfianza... en una palabra, si le enviamos ondas mentales negativas, nuestra energía se pondrá a trabajar para obedecer esas sugerencias, y el resultado final será inevitablemente el fracaso y la infelicidad.

Lo más grave de estas interpretaciones negativas de la realidad no es sólo que nos hagan sufrir mientras imaginamos desastres y calamidades... Lo más terrible es que, después de haber sufrido interiormente, nuestras imaginaciones perturbadas acaban sucediendo en la realidad, ocasionándonos entonces más sufrimiento, según la ley expresada en las conocidas frases: "Lo igual atrae a lo igual", "si siembras arroz, cosecharás arroz".



Si tenemos la creencia profunda de que nadie nos valora, tenderemos a imaginarnos situaciones donde efectivamente no se produce esa valoración personal, hasta que, al debido tiempo, llegan a ser reales; si tenemos el esquema mental negativo de ser abandonados, imaginaremos sucesos donde somos abandonados... que acabarán por producirse en la realidad, por una simple ley de atracción; si creemos que en la vida no hay que pedir ayuda a nadie, que cada cual debe apañárselas solo, acabaremos realmente por padecer soledad.

El sistema de valores y creencias que tenemos es, pues, un factor esencial para la consecución de nuestra felicidad. Sin embargo, aunque este sistema se construye merced a un conjunto de elecciones y decisiones personales, está en buena parte influido por los valores y creencias dominantes que imperan en la sociedad y la cultura en la que viven los individuos. Esto es especialmente relevante en nuestra época, poseedora de unos medios de comunicación de masas poderosísimos que son capaces de influenciar decisivamente las conciencias individuales, hasta el punto de llevarlas a una completa alienación en la cual los individuos pierden sus identidades personales y asumen como propios los valores del entorno, sin que sean conscientes de esa usurpación y manipulación.

JOSÉ A. POSADA VILLA\*

# Hacia una buena Salud Mental

**La salud mental involucra habilidades, tales como manejar los cambios, reconocerse, admitirse y comunicar pensamientos y sentimientos, tanto positivos como negativos. Además, la salud mental incluye la habilidad para hacer y mantener relaciones, luchar contra el estrés y modificar ambientes o relaciones que lo causan. He aquí algunos ejemplos de cómo promover la salud mental.**

Se dice que una persona tiene salud mental cuando se encuentra en condiciones biológicas y sociales que le posibilitan desarrollar de una manera satisfactoria sus potencialidades humanas, formando y manteniendo relaciones armoniosas con los demás y modificando creativamente el ambiente físico y social que lo rodea.

Un individuo sano desde el punto de vista mental es capaz de sentir, amar, trabajar, jugar y tiene fe en el futuro.

La salud mental involucra habilidades, tales como manejar los cambios, reconocerse, admitirse y comunicar pensamientos y sentimientos, tanto positivos como negativos. Además, la salud mental incluye la habilidad para hacer y mantener relaciones, luchar contra el estrés y modificar ambientes o relaciones que lo causan. Por lo tanto, la salud mental es un balance, pero también involucra habilidades extremas; por ejemplo, la habilidad para ser feliz e infeliz, esperanzado o pesimista. Una persona que es mentalmente saludable tiene un fuerte sentido de sí mismo y de los demás, es realista, es capaz de tener relaciones positivas y le gusta su propia compañía.



## Pasos Positivos

Muchos nos hemos sentido estresados, ansiosos, preocupados o atemorizados en alguna ocasión. También hemos experimentado que es difícil enfrentar estos sentimientos. Perder a alguien que se quiere, sentir miedo, tener dificultades en el trabajo, o sentirse discriminado por diferentes motivos, no poder expresarse porque es muy joven, muy viejo o simplemente porque es diferente.

Pero hacer cosas positivas puede cambiarlo todo, tanto para usted como para las personas que lo rodean.

El 10 de octubre se celebra el "Día Mundial de la Salud Mental". He aquí algunos ejemplos de cómo podemos promover la salud mental.

## Acéptese

Las creencias, entorno, cultura, religión, sexualidad y experiencias determinan en buena medida lo que somos y usted tiene derecho a que estos aspectos de su personalidad sean respetados.

\* Médico Psiquiatra, Director para Colombia de la Federación Mundial de Salud Mental y Jefe del Departamento de Salud Mental Fundación Cardioinfantil.



### **Hable sobre sus sentimientos**

Muchas personas a veces se sienten solas y agobiadas por sus problemas. Es útil compartir los sentimientos. Si usted siente que no hay con quién hablar, puede llamar por teléfono a alguien que sabe que lo escuchará.

### **Manténgase en contacto con sus amigos**

No tiene que hacerse el fuerte y empeñarse en su soledad. Los amigos son importantes, especialmente en los momentos difíciles. Manténgase en contacto con ellos.

### **Involúcrese**

Haga nuevas amistades e involúcrese en actividades que aporten cambios positivos a su vida. Esto es bueno para usted y para los demás.

### **Manténgase activo**

Si usted se siente deprimido o ansioso, el ejercicio físico regular es de gran ayuda. También le puede brindar más energía. Busque alguna actividad que disfrute intensamente. Un deporte, nadar, caminar, bailar o montar en bicicleta.

### **Tome licor moderadamente**

Tomar bebidas alcohólicas para solucionar los problemas solo hará que las cosas empeoren. Es mejor tomar con moderación, evitando las borracheras y si está preocupado con su manera de tomar, consulte con su médico.

### **Aprenda nuevos oficios**

Aprender nuevas habilidades pueden mejorar su confianza, así sea por placer, para conseguir nuevos amigos o para mejorar las posibilidades laborales.

### **Haga algo creativo**

Las actividades creativas le pueden ayudar si se siente ansioso o bajito de ánimos. También pueden incrementar su autoconfianza. La música, la escritura, la pintura, el dibujo, la poesía, la cocina, la jardinería. Busque y experimente cosas que le produzcan satisfacción.

### **Relájese**

Busque TPM ("tiempo para mí"). Organice sus actividades diarias de tal manera que le ayuden a "desenrollarse". Leer, escuchar música, orar o meditar. Cualquier cosa que disfrute o en la que encuentre relajación.

### **Pida ayuda**

Todos necesitamos ayuda de vez en cuando. Es bueno pedir ayuda aunque sienta que es difícil hacerlo, bien sea con amigos, familiares, su médico de confianza o comunidad religiosa.

### **Sobreviva**

Cuando los tiempos son difíciles algunas veces lo único que podemos hacer es sobrevivir. Viva un solo día a la vez y no sea muy duro consigo mismo. Tómese un su tiempo si lo necesita.

Adaptado de: *Health Education Authority*

**HÉCTOR CEREZO HUERTA**  
 ASESOR DE PSICOLOGÍA CLÍNICA  
 CENTRO DE CRISIS CASA AMIGA, MÉXICO

## Algunas ideas para sobrevivir en el intento de la relación de pareja\*

**El amor conyugal está en crisis porque los resortes del hombre contemporáneo se han vuelto frágiles. Se vive sin asideros, sin soportes sólidos, en una existencia que tiende al vacío, o a la superficialidad o al ritmo vertiginoso de vida, pero sin rumbo. Muchas vidas carecen de sentido: en ella ondea la bandera del absurdo y del nihilismo. Desde ellas se hace difícil y costoso entender que el amor —darlo y recibirlo— se aprende y que necesitas, además de esfuerzos, renunciaciones y sacrificios.**



Foto: Anís

A continuación presento algunas ideas, inacabadas, parciales y demasiado sintéticas, que han sido producto de la enseñanza completa de las parejas que he atendido en psicoterapia. Su utilidad es meramente reflexiva e idealmente pretenden servir como referente para sobrevivir en el intento de la relación de pareja o al menos para hacer menos pesado el trance, mientras tanto se siguen afinando otras que se presentarán con posterioridad.

1. Para empezar a arreglar una situación de pareja difícil es necesario esforzarse por asumir y digerir el pasado: La incapacidad para superar un pasado difícil y/o traumático es la llave que abre la puerta de la neurosis. Un sujeto psicológicamente sano debe tener resortes suficientes para digerir el pasado, aceptarlo y mirar hacia el futuro. Una personalidad frágil, endeble, inconsistente, incapaz de sobreponerse a los avatares previstos e imprevistos que habrá de atravesar una vida, suele terminar mal e interpretar la vida desde un ángulo imposible.
2. Esforzarse por no sacar el libro de cuentas: La lista de agravios o libro de cuentas es ese inventario de pequeños y grandes errores, fallos, defectos, y fracasos que se acumulan tras la convivencia. Suele dificultar seriamente el diálogo. Algunas de las razones que se podrían dar para evitar la lista de agravios podrían ser, que no es una práctica constructiva, hace vivir el pasado en el presente de modo recurrente, lo que impide mirar hacia adelante, es neurotizante: vuelve a las personas complicadas, heridas, acomplexadas y tensas, y puede hacer que alguien quede seriamente impedido para establecer una futura convivencia.
3. El respeto mutuo en tres sentidos: El respeto quiebra por tres flancos distintos pero complementarios: palabra, obra y gestos. Los tres tienen una raíz común: la consideración en el trato debe basarse en el aprecio y la dignidad de la persona. El respeto de palabra tiene una gran fuerza: aprender a controlarse, ser dueño de uno mismo y

\* Fragmento de artículo, tomado de Biblioteca Virtual.



no perder la calma. El respeto de obra, el maltrato: trato cruel, con ensañamiento, salvaje, indigno de un ser humano. El respeto de los gestos, gestos de desprecio, caras largas, aspavientos sistemáticos de desaprobación, maneras desafiantes, modales estereotipados negativos, posturas de hastío, etc., ahogan cualquier posible reconciliación. El daño que ocasiona suele ser mayor que las palabras más fuertes y descalificantes.

4. Para estar con alguien hay que estar primero con uno mismo: Hay vidas cuyo eje, cuya constante de desarrollo ha sido la inestabilidad afectiva, lo que denota inmadurez. De ahí que la terapia a aplicar sea el replanteamiento de las principales características de la propia personalidad y el deseo operativo de cambiar, porque aquella persona que no sabe lo que quiere, que no tiene las ideas claras sobre los temas capitales de la vida, inestable, con criterios cambiantes, que se apunta a lo último que conoce, o que oye o que le llega como novedad; persona con gran facilidad para perder el control, poco realista con sus posibilidades (quiere demasiadas cosas a la vez, estar en muchas empresas humanas al mismo tiempo) queda siempre insatisfecha.
5. Aceptar que la vida de pareja tiene que ser argumental: El aburrimiento es uno de los grandes enemigos de las parejas modernas. La vida humana tiene que ser argumental: ha de tener unos objetivos, un programa, unos proyectos, ilusiones y motivos para andar juntos.
6. Incluir el sentido del humor a la relación de pareja: Hay parejas que se pasan la vida dramatizando, que han aprendido a agrandar los sucesos y a sacarlos de su perspectiva real. Viven la vida de forma trágica, y la convivencia llega a hacerse insoportable, pues siempre todo está destilando infortunio y desastre. Hay que girar en sentido contrario. Cultivar el sentido del humor no es otra cosa que ver el lado divertido de la vida; hay que ejercitar la risa, la ironía, y la gracia para poder tomarse las cosas con filosofía y desdramatizar las pequeñas y grandes incidencias de la vida. Estas estrategias combaten eficazmente el desaliento.
7. Frenar la tendencia a controlar, vigilar e inspeccionar a la pareja: Por lo general suele tratarse de una crítica, poco importante, pero persistente, casi diaria, que se acompaña de enfrentamientos paulatinos. Lo más grave es que conduce a sentirse observado y, por tanto, mantenerse en guardia, perdiendo espontaneidad. La conducta se autoanaliza moviéndose con base en bloqueos intermitentes. Por esta línea sólo va a haber naturalidad cuando no se esté junto al cónyuge, quien fiscaliza todo su funcionamiento y mecanismos psicológicos. Este hecho, en apariencia insignificante, se va convirtiendo en una verdadera tortura, que puede llevar a un final imposible y sin salida si no se arbitran unas medidas a tiempo. La capacidad para respetar la libertad de acción refleja un espíritu liberal en quien lo practica y una aceptación del otro tal como es; aceptación que ayuda a mejorar, pero de otro modo, con otros resortes, con más tacto, usando la delicadeza como pieza intermedia.

Como conclusión solo resta confirmar que es mucho más difícil mantener un amor que conquistarlo. Conseguir un amor duradero hoy implica ante todo conocer la metodología del amor para que éste se vuelva amable y penetre paulatinamente en el interior de uno, saber que el amor no se agota en el sentimiento, sino que se completa y se engrandece por la voluntad, la inteligencia y el compromiso.





En portada

# El Colegio de Psicólogos *ya no es un sueño*

Entrevista con la Maestra Alma Guisella Cárcamo, quien es psicóloga egresada de la Universidad de San Carlos de Guatemala, donde laboró como docente durante 13 años.

Actualmente dirige el Instituto de Psicología de Estudios Superiores. A lo largo de los últimos cuatro años ha estado coordinando un esfuerzo colectivo por crear el Colegio de Psicólogos, instrumento fundamental para potenciar y fortalecer esa profesión tan necesaria hoy día en Guatemala. En esta entrevista recogemos su alegría de estar a las puertas de que ese sueño, acariciado por décadas, sea toda una realidad.

Entrevista por: Marco Antonio Saravita



**P:Cuál es la realidad de los profesionales de la psicología hoy día? Qué tantos hay graduados y cuántos están colegiados?**

R: Según datos de las áreas de control académico proporcionados por las universidades donde existe el programa de psicología, somos un poco más de 3,500 egresados de las diferentes universidades. Sin embargo, menos del 50% de ese total estamos colegiados y, menos todavía, en condición activa.

**P: ¿Por qué razón hay tan pocos psicólogos colegiados?**

R: Hay varios factores. Muchos estudiantes no conocen que deben hacer ese trámite legal al graduarse, como producto de que las universidades no promueven información ni orientación al respecto. Por otro lado, no hay presión de colegiarse para el ejercicio profesional como ocurre con otras carreras, como medicina o ingeniería, donde estar colegiado es requisito básico para ejercer. Finalmente, una cuestión importante es que el Colegio de Humanidades, al cual hasta ahora pertenecemos, lo único que hace es darnos la constancia de colegiado activo para poder ejercer, pero más allá de eso no hay otros beneficios de estar asociado y ello supone tener poco sentido de pertenencia con dicho colegio.

**P: ¿Esto influye en la identidad gremial tan débil que tienen los psicólogos?**

R: Desde luego. Y en ese sentido somos un gremio disperso, no hay sentido de cohesión, ni actividades que nos acerquen, a no ser los congresos de psicología organizados por la Asociación Guatemalteca de Psicología. A pesar de ser una función del Colegio de Humanidades, éste no propicia actividades que aglutinen y fortalezcan nuestra profesión, al punto que no facilita tan siquiera información de nuestra carrera y reniega hasta de brindar apoyo a actividades que, como psicólogos, hemos tratado de impulsar por afuera del Colegio.

**P: ¿Qué razones ha tenido el Colegio de Humanidades para no promover actividades en función del gremio de psicólogos?**

R: Creo que cuando el Colegio de Humanidades se creó no se tuvo la visión del crecimiento que ciertas disciplinas profesionales iban a tener. Recordemos que ese Colegio acoge muchas disciplinas como trabajo social, historia, ciencias de la comunicación, psicología y, desde luego, pedagogía que es la que mayor *clíc* hacen con las autoridades, en parte porque el monopolio en la dirección del Colegio de Humanidades ha estado siempre entre los pedagogos. Un ejemplo claro es que de las pocas actividades que hacen una es el convivio navideño y la otra, la celebración del día del maestro, donde se premia a un maestro distinguido, a pesar de que muchos de los psicólogos no somos maestros. No se premia a un profesional distinguido. Al Colegio de Humanidades le va el refrán de que "el que a muchos amos sirve, a varios engaña", de manera que ha descuidado las otras disciplinas a las cuales también debería dar un buen servicio.

**P: ¿Por qué los psicólogos no han sido capaces de reclamar esos derechos en el Colegio?**

R: Mi sentir es que la mayoría somos mujeres, lo que supone que tenemos otras actividades que cumplir, sobre todo en la casa, lo cual limita el tiempo para ese tipo de luchas. Hay también muchos graduados que están ejerciendo están empleados en otras profesiones y expresan poco interés por su colegiación y sus beneficios, además que los psicólogos están no bien remunerados, lo cual supone limitación económica para el pago de su colegiatura. En ese sentido el Colegio no ha velado por nuestra reivindicación salarial, ni de contribuir a profesionalizarnos mejor y, con ello, tener mejores salarios. Ello ha generado desinterés y apatía en los profesionales.



**P: ¿La necesidad de la colegiación no sólo es una cuestión de legalidad?**

R: No, es también una cuestión de ética. Permitiría velar porque los profesionales ejerzan de forma correcta la profesión, es decir que tengan la preparación necesaria para dar un buen servicio. El Colegio debe tener mecanismos de control y asistencia para garantizar ese servicio con calidad. Hay que recordar que los psicólogos trabajamos con la parte más vulnerable y sensible del ser humano, es muy delicado y no se puede improvisar. Esto no sólo en el trabajo de la clínica, sino en todas las áreas de intervención de la psicología.

**P: ¿Cuáles han sido los principales obstáculos en la lucha por crear el Colegio de Psicólogos?**

R: El principal es la burocracia que hay que cumplir para crear el Colegio, a pesar que en general la ley no es complicada. Antes era el Congreso de la República

**“Hay que recordar que los psicólogos trabajamos con la parte más vulnerable y sensible del ser humano”**

quien autorizaba el funcionamiento de los colegios profesionales. Luego pasó al Consejo Superior Universitario, donde años atrás se hicieron intentos por crear el colegio de psicólogos y nunca cuajó. Al llegar la solicitud al CSU se quedaba bajo el argumento que éramos Escuela y no Facultad lo cual impedía tener un colegio propio. Afortunadamente en el año 2001 la ley cambió y abrió la oportunidad de empezar de nuevo la lucha. Ahora la ley dice que hay que asociar a por lo menos a 500 profesionales de la misma o similar disciplina, constituirse en acta notarial, tener la junta directiva de acuerdo como lo que establece la ley y formular un proyecto de estatutos. Esos pasos los hemos cumplido, aunque por falta de experiencia de nuestra parte he-

mos cometido algunos errores de procedimiento que ha alargado el proceso más de la cuenta. También hay que decir que en el pasado había en la Asamblea de Presidentes de Colegios Profesionales gente poco visionaria y burocrática que entorpecía nuestra demanda. Eso ha cambiado. Ahora hay personas más dinámicas e interesadas que están queriéndole dar otra cara a las funciones de la Asamblea de Presidentes y tenemos más apertura. En ese sentido, yo tengo mucho fe que este 2007 ya podremos contar con nuestro Colegio.

**P: ¿Vos dirías que podemos empezar a sonar campanas?**

R: Yo diría que sí. En este momento ya hemos ingresado la solicitud, pero hay que hacerle correcciones al proyecto de estatutos. Lo corregimos y estamos pendientes de una resolución para ingresarlo de nuevo. Luego pasa al asesor jurídico de la Asamblea y autorizar su funcionamiento porque ya no habría ningún obstáculo. Si lo hubiera nos iríamos a un amparo, aunque creo que no habrá necesidad. Hay conciencia en la Asamblea que el Colegio de Humanidades ya no cumple la función de atender tantas disciplinas y que la psicología requiere contar ya con un colegio propio.

**P: ¿Qué mecanismo están usando para informar a los psicólogos para que conozcan de las gestiones realizadas?**

R: En este momento no mucho, ya que es difícil hacer promoción a partir de que todos los gastos que han corrido han sido de la propia bolsa de la junta directiva, como pago de honorarios al abogado y otros gastos. Lo más que hemos hecho es mandar información por correo electrónico y de boca en boca. Cuando hemos hecho las asambleas hemos tenido buena convocatoria y siento que todos estamos queriendo ya nuestro Colegio, así que pronto vamos a quemar cuetes para celebrar esta lucha de cuatro años.



**P: ¿Qué esperan en este momento ustedes de los psicólogos?**

R: En este momento no mucho. Lo que toca es esperar que finalice el trámite y luego de concluido es cuando empieza el trabajo. Es ahí donde esperamos una mayor participación de colegas pues hay que conformar el tribunal electoral, este a su vez generar un reglamento de forma que se convoque a elecciones de autoridades y, una vez sean electas éstas, viene todo el trabajo que permita generar todo lo que supone el funcionamiento del Colegio.

**P: ¿Aunque este ha sido un esfuerzo colectivo, a quien más podrías señalar como importante en esta fase?**

R: Entre ellos están la M.A. Ana María Jurado, M.A. Sara Pereira, Licda. Lizá Marjorie González, M.A. Ana Cecilia Escobar, Licda. María Elena Vargas, Lic. César López, Lic. Ingrid Hurtarte, Licda. Claudia Hernández y yo, que he encabezado la Junta Directiva.

**P: ¿Desde cuándo se viene haciendo todo este esfuerzo?**

R: Cuando asumí la presidencia de la Asociación Guatemalteca de Psicología, uno de los aspectos del plan de trabajo era promover la creación del Colegio de Psicólogos de Guatemala. Esto fue en junio de 2002, cuando se convoca a la primera asamblea que se realizó en la Escuela de Ciencias Psicológicas en el Centro Universitario Metropolitano. De manera que llevamos ya más de cuatro años en este esfuerzo.

**P: Cómo puede el Colegio ser un vínculo que unifique a los profesionales de la psicología de las universidades de Guatemala?**

R: De muchas formas. Su inexistencia ha sido suplida en parte por la Asociación Guatemalteca de Psicología que ha permitido unificar un poco al gremio, al igual que los congresos donde cada vez hay más participación de profesionales y estudiantes de las diversas universidades, aunque no todo lo que quisiéramos. Otro factor es



la preparación que se da en la actualidad del congreso de la Sociedad Interamericana de Psicología que tendrá lugar en Guatemala en el año 2009. Aunque se han hecho avances no son suficientes. De ahí que la labor primaria del Colegio de Psicólogos será ese esfuerzo de unificación y de construcción de una fuerte identidad con el Colegio pero, sobre todo, con la profesión. Sabemos que eso no será fácil pues la naturaleza pasiva de los guatemaltecos se refleja también entre nuestros profesionales.

**P: ¿Qué va a pasar con los profesionales que ya están colegiados en Humanidades?**

P: Los que ya estamos colegiados deberemos decidir si quedarnos en el Colegio de Humanidades o vincularnos con el nuevo Colegio de Psicólogos. Por supuesto que las más de 580 personas que firmaron el acta asumirán la segunda opción. Ahora bien, a partir de su creación, todos los nuevos egresados en la psicología de todas las universidades deberán

obligatoriamente tener que incorporarse al nuevo colegio. Habrá que trabajar fuerte para convencer a los graduados de algunas universidades privadas para que se colegien pues, según la orientación que reciben en la universidad, no es obligación colegiarse pues ello atenta contra su libertad personal de elegir.

**P: ¿Qué te gustaría plantear como cierre para los lectores de Psico-Red?**

R: Invitarles a que se incorporen activamente al Colegio una vez sea aprobado. Personalmente creo que estudiar psicología es una de las mejores decisiones que se puede tomar. En cualquier rama de la psicología que sea, hay que disfrutar de la profesión. Solo así lograremos quitarnos el estigma de loqueros y de que no somos confiables. De manera que recuperar la credibilidad profesional es una tarea de todos y de todas. El Colegio será un nuevo instrumento para caminar mejor hacia esa meta.

## El sueño hecho realidad...

Estimados colegas:

La Junta Directiva Provisional del Colegio de Psicólogos de Guatemala, se complace grandemente en informarles que en sesión ordinaria de la Asamblea de Presidentes de los Colegios Profesionales, celebrada el lunes 25 de junio del presente año, se aprobó la

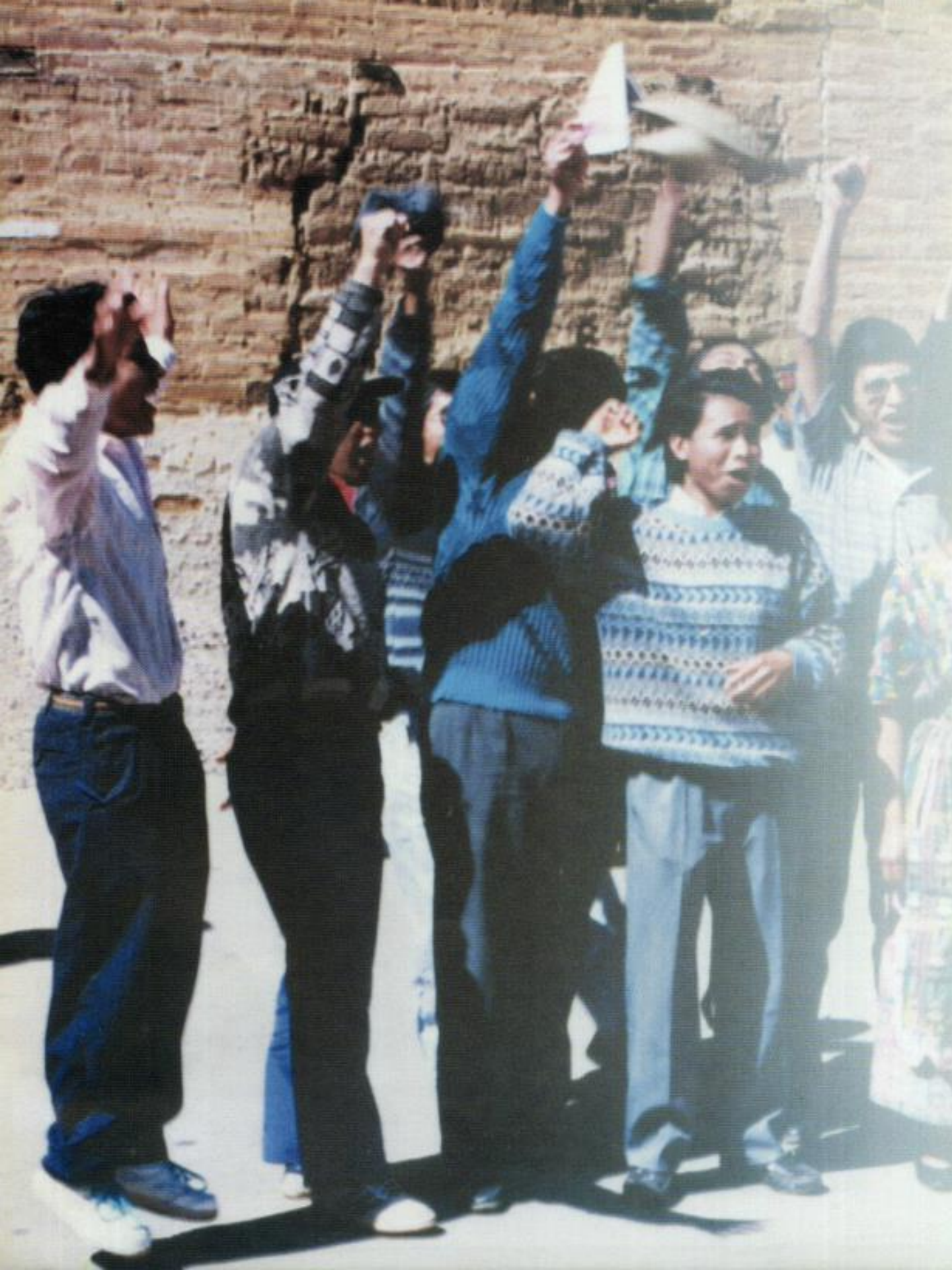
### CONSTITUCIÓN Y REGISTRO DEL COLEGIO DE PSICÓLOGOS DE GUATEMALA.

Para mayor información, adjunto se servirán encontrar copia del acta correspondiente. Mucho les agradeceremos socializar este importante logro con otros colegas.

Tenemos por delante una ardua tarea, esperamos contar con el apoyo y participación de cada uno de ustedes. **JUNTOS TODO ES POSIBLE!!!**

Estaremos en contacto, mientras tanto reciban un cordial saludo,

Por JUNTA DIRECTIVA PROVISIONAL  
Guisella Cárcamo Duarte, MSc.  
PRESIDENTA





# La psicología política en el proceso electoral Guatemalteco

POR MARCO ANTONIO GARAVITO FERNÁNDEZ

Actualidad

La psicología en Guatemala ha tenido un relativo desarrollo en varias de sus áreas de intervención. Quizás sea en el terreno de la psicología clínica donde hay un mayor reconocimiento social, a partir de que nuestra profesión aún sigue viéndose como la acción para prevenir y, sobre todo, curar desajustes en el ámbito de la subjetividad humana.

Sin embargo, hoy día estamos viviendo un proceso social, las elecciones para renovar autoridades en todo el país, donde la psicología juega un papel significativo aunque los profesionales de esta disciplina no nos estemos dando poca cuenta de ese fenómeno. Una razón que explica esa ausencia es que dentro de las disciplinas quizá la más débil y menos reconocida sea, cabalmente, la llamada psicología política. Comprendemos como tal a la disciplina científica que *intenta explicar y predecir el comportamiento político de los ciudadanos y para lo cual recurre al análisis de todos los factores que tienen incidencia en el mismo, lo cuales pueden ser de naturaleza culturales, sociales, biológicos y ambientales.*

Teóricamente la psicología política, como ciencia, aporta criterios y análisis que posibilita a los gobernantes, dirigentes y líderes tomar mejores decisiones, mejorar los mecanismos de comunicación con sus bases sociales y, para el caso del momento que estamos viviendo, determinar ¿Qué hace que un ciudadano tome decisión de votar por una u otra opción política? Qué mecanismos subjetivos lleva a las personas al ejercicio de la "democracia de los 5 segundos", que es el tiempo necesario para hacer una cruz sobre una papeleta, aunque en el resto del período del candidato ganador la población no tenga casi ninguna opción de participar y decidir sobre el rumbo político del país.

El punto es que tendrá más opciones de triunfo aquel partido que sea capaz de incorporar en su análisis estratégico el valor de la psicología política o lo que puede definirse como el *marketing* político. Recordemos que la posibilidad de éxito está en persuadir al elector, sobre la base de reconocer las condiciones objetivas y subjetivas que lo llevan a optar por una u otra opción.

En los últimos tiempos, partidos políticos han ido tomando conciencia de la necesidad de incorporar el nivel de análisis psicológico de los electores entre sus cálculos de éxito. Esto no supone, sin embargo, que la psicología política sea reconocida en su real valor. Por el contrario, creo que no va más allá de entender cómo impactar la racionalidad del elector y condicionarlo a una decisión basada en aspectos puramente emocionales. El fin de la psicología es estrictamente instrumental: ganar las elecciones. Este se pone en evidencia pues esos partidos hacen uso de la psicología en sus cálculos electorales e invierten grandes recursos en contratar asesorías de expertos en comunicación, persuasión, imagen, etc.; aunque luego ya como gobernantes se olviden de seguir convenciendo al ciudadano para que crea y participe, a través de resultados concretos,



con la opción política por la que votó. Es decir, la psicología les interesa únicamente como medio de conseguir un voto, no para incorporar a los ciudadanos en la tarea de construir el país, cuestión que viene después de las elecciones. Una vez fue convencido de votar, el interés por el elector será hasta el próximo proceso electoral. Hacer de la psicología política una ciencia para la construcción ciudadana es una tarea que aún está en pañales en Guatemala.



A pesar de esa limitación, hay que decir que el recorrido de la psicología política en Guatemala tiene ya una existencia de al menos 30 años. Su principal desarrollo tuvo lugar alrededor de la llamada "guerra psicológica", implementada por el ejército en contra de la población civil en los años del conflicto armado. La psicología fue un elemento clave en el marco de la guerra de baja intensidad vivida en nuestro país. Establecer el control de la población, en lo político y psicológico, demandó que psicólogos tuvieran una participación importante en ese proceso. Baste señalar, como ejemplos, el rol que jugaron psicólogos y psiquiatras en los procesos de tortura a que fueron sometidos miles de guatemaltecos con la finalidad de obtener información o las campañas de comunicación cuyo propósito era generar y profundizar el miedo como alternativa de inhibición y control social.

No obstante la emergencia que está teniendo la psicología política en los procesos electorales, aún presenta un estado precario pues tiene profundos obstáculos derivados de la naturaleza de las relaciones políticas vigentes en Guatemala. Al menos podemos citar los siguientes factores:

1. En primer lugar, la política guatemalteca sigue aun la lógica caudillista de que el candidato es lo esencial del proceso y los éxitos de su campaña devienen de la capacidad de "metérselo" literalmente a la población por ojos, oído y piel. De lo que se trata es de vender su imagen en fotos, canciones, colores, pequeños e insulsos discursos, etc. El *marketing* se centra en lo que llaman los consultores políticos el modelo dinosaurio. Finalmente lo que importa es que la gente vote por la imagen. El centro es el candidato y no el partido, mucho menos el proyecto de nación que impulsan.
2. En segundo lugar, la decisión del voto entre los guatemaltecos está dada inicialmente en el plano emocional, aunque luego, de forma tardía, haya una racionalización por parte de los votantes de un hecho consumado. Esta situación tiene como sustrato el limitado desarrollo político del ciudadano guatemalteco. La limitada capacidad de análisis objetivo de las realidades políticas es aprovechado fácilmente por los cazadores de votos.

De ahí que los partidos políticos están más interesados en desarrollar acciones para manipular emocionalmente a los electores que a hacer racional sus propuestas. Mover y remover el inconsciente de la población es un buen



recurso para obtener votos para un candidato o evitarlos para otro. En este tiempo todos los candidatos son besucones de niñas y abrazadores de viejitos.

De ahí que azuzar el miedo, consciente o inconsciente, siempre ha sido una buena táctica para acercar votos. En la campaña electoral donde ganó Alfonso Portillo me tocó ver cómo en las áreas donde el conflicto armado fue más fuerte, el discurso del FRG era "si no gana el partido va a regresar la guerra". Ahora lo vemos en el ofrecimiento de "mano dura" o en el dedo hacia el cielo del candidato que exclama "¡Dios salve a Guatemala!". Lo que está en el fondo es la intención de una manipulación emocional del votante.

En todo caso, para nosotros los psicólogos es evidente que el ámbito de la política es un campo donde hay que tener un mayor nivel de incidencia. Hasta ahora hemos incursionado poco en el y debemos entender que nuestra acción profesional también está ligada con el ejercicio del poder político. Gobernar una nación es un proceso que requiere también de recursos que la psicología política debe y tiene que aportar.





POR MANUEL GIRÓN



## Toto

Desde que lo vi supe que no estaba bien. Tenía el ceño fruncido, el bigote encrispado, los ojos desorbitados, y el pelo alborotado. No podía andar por sí solo y sus acompañantes, un matrimonio ya mayor y con cara de preocupación, lo sostenían mientras yo le daba instrucciones a mi asistente.

Después de las presentaciones de rigor, la señora me contó la siguiente historia: Toto era para ambos casi todo, había crecido con ellos y juntos habían pasado momentos muy felices e inolvidables. La suerte les había sonreído gracias a la cuantiosa herencia que una tía lejana le había dejado a ella al momento de su muerte. Tenían varias propiedades y las penas eran casi desconocidas para los tres.

Hasta que Toto, de pronto y sin razón alguna, comenzó a comportarse de manera extraña. Se levantaba a altas horas de la noche a mear en plena sala, hacía un círculo y regresaba a la cama donde dormían los tres. Situación que alteró por completo la armonía que desde hacía mucho tiempo reinaba entre ellos.

Antes de que se originara ese extraño cambio en el comportamiento de Toto, todo había sido normal. Pasaban dos días en la ciudad, dos días en la casa de campo, y en los últimos meses, y pensando más en él que en ellos, habían decidido comprar una casa en las orillas del Mediterráneo, en Girona para ser más precisos.

La primera vez que se zambulló en el agua fue una tremenda alegría para él. Saltaba y jugaba como un crío y nos costó mucho convencerlo para que volviera a la ciudad. Se negaba a subirse al coche y nos tocaba hablarle y prometerle que regresaríamos pronto a las delicias del mar, que comprendiera que no podíamos estar siempre de vacaciones. Al final, no muy convencido, cedía a nuestras razones, y entre caricias y uno que otro empujoncito lográbamos regresar.



Después de varios meses de ir y venir, José Pepe observó que Toto ya no disfrutaba de la casa de la ciudad. Se negaba a dar paseos y ver la telenovela con nosotros en el sofá. Se aislaba sin causa alguna, y nosotros no le dimos mayor importancia pensando en que sus intereses estaban cambiando.

Lo que a José Pepe y a mí nos preocupaba de verdad era cuando se negaba a dormir con nosotros porque eso significaba que algo grave había sucedido, y según recuerdo solamente pasó un par de veces.

También habíamos observado que cada vez que nos íbamos a la playa, se ponía muy contento y cariñoso. Se dejaba acariciar y besar, y parecía que el mar era su máxima ilusión; caso contrario ocurría cuando íbamos al campo, a pesar de que ya era conocido por el vecindario y tenía un par de admiradoras que lo esperaban con ansiedad. Se encerraba los dos días y ni a empujones lográbamos que nos acompañara a dar una vuelta por los naranjales que José Pepe cultivaba. Sin embargo, a la hora de dormir, todo volvía a la normalidad, se acostaba en medio de los dos y dormíamos con total tranquilidad hasta el día siguiente.

Hasta que llegó esta desgracia, a todas luces incomprensible y a la vez inmerecida, porque nosotros no le hemos hecho ningún daño a Toto para que ahora nos trate de esa manera.

Nos ha roto la noche con su levantadas y orinadas. Y el colmo ha sido que en las últimas semanas se ha dedicado, después de la orinada, a roncar mientras José Pepe y yo nos desvelamos con la preocupación apretando nuestros corazones.

Ayúdenos, doctor, díganos qué le pasa a nuestro Toto, qué hemos hecho mal para recibir este castigo. Nosotros le hemos dado todo lo que hemos podido, comida biológica para que no se enferme, ropa para el frío, juguetes para que se entretenga, y ahora, cuando pensábamos disfrutar de una vejez tranquila y sin mayores problemas, le pasa esto a Toto.

Señora, le dije, mientras le tomaba las manos y la miraba directamente a sus tristes ojos azules, Toto está

desorientado y posiblemente sufre un trastorno de la personalidad. Para él han sido demasiados cambios en muy poco tiempo. Dos días en la ciudad, dos días en el campo, tres días en la playa, suena muy bonito para cualquiera de nosotros. Pero para él, el cambio que a nosotros nos sacude de la rutina y nos revitaliza, ha tenido otro efecto, se ha perdido entre el ir y venir de los días de la semana, y ya no sabe cuándo está en la ciudad, el campo o la playa, y quizás como un último acto de afirmamiento de la personalidad se levanta a orinar a medianoche y marca el espacio que él todavía considera que lo une a nuestro mundo.

Entonces, doctor, ¿hay que orientarlo para que recobre la normalidad? Preguntó José Pepe.

Efectivamente. Irse a vivir a las orillas del Mediterráneo, donde parece que él disfruta de la vida puede ser una solución, como también puede ser que ustedes dejen de considerarlo y tratarlo como un niño cuando en realidad es un perro.

Ambos se miraron como si yo estuviera hablando en otra lengua, como si el que estuviera verdaderamente mal fuera yo y no el perro.

Y entonces, en un arranque de cólera descontrolada, José Pepe, con el ceño fruncido, el bigote encrispado, los ojos desorbitados, y el pelo alborotado tomó a Toto entre sus brazos y dijo: ¡Vámonos inmediatamente de aquí, que este tipo está loco!

Y la señora que ya había cambiado la expresión de sus ojos por el brillo de la furia me miró con asco, como si yo fuera el perro que se levantaba a medianoche a marcar con orines la última frontera entre los humanos y los animales.

Y comprendí, tarde y como siempre, que les había roto el encanto.

© Manuel Girón

Frühlingssonnen | Soles de primavera

Relatos en español y alemán | 2003

ISBN 3-9522784-4-0

# libros

## Liga Guatemalteca de Higiene Mental

**"De Barro y de Hierro: familiares de niñez desaparecido por el conflicto armado interno en Guatemala".**

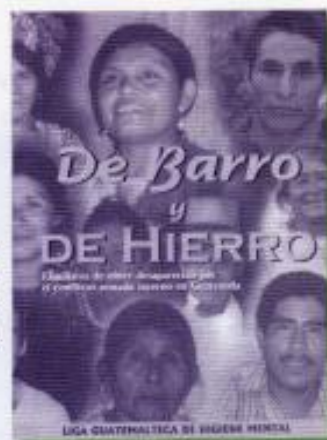
**Delgado Impresos y Cia. Ltda.**

**Primera reimpresión, 2006.**

**181 páginas**

El libro "De Barro y de Hierro", recoge la experiencia acumulada en el trabajo de acompañamiento psicosocial para la búsqueda y reencuentro de niñez desaparecida por el conflicto armado en Guatemala. Es un esfuerzo inicial de sistematizar el proceso de interrelación establecido entre la Liga Guatemalteca de Higiene Mental y los familiares que buscan a sus hijos/as desaparecidos y que forman parte del Programa "Todos por el Reencuentro".

A disposición en las oficinas de la Liga Guatemalteca de Higiene Mental.



## Liga Guatemalteca de Higiene Mental

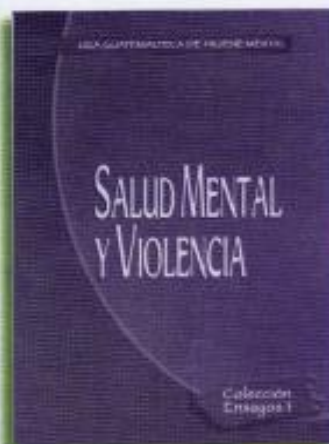
**Salud Mental y Violencia**

**Colección Ensayos No. 1**

**Editorial Servi Prensa**

**Primera Impresión, octubre de 2006**

**92 páginas**



Este libro forma parte de la serie de Ensayos que la Liga Guatemalteca de Higiene Mental viene promoviendo desde el año 2005, cuando se convocó a diversos profesionales para que, a través de pequeños ensayos escritos, se acercaran al análisis de diferentes esferas de relación entre la violencia que vivimos y la salud mental. Este volumen No. 1, recoge los ensayos de Margarita Ortiz, Mariano González y Victoria Tubin, ganadores del concurso durante el año 2005, los cuales constituyen un punto inicial de reflexión que, se espera, puedan ser profundizados en el futuro por sus autores u otros profesionales que den seguimiento a los problemas abordados.

A disposición en las oficinas de la Liga Guatemalteca de Higiene Mental.

## Liga Guatemalteca de Higiene Mental

**La Educación Preprimaria y Primaria y la Salud Mental en Guatemala**

**Colección Ensayos No. 2**

**Editorial Servi Prensa**

**Primera edición, mayo de 2007**

**92 páginas.**

Este volumen presenta los trabajos ganadores del segundo concurso de ensayos convocados por la Liga Guatemalteca de Higiene Mental en el año 2006 y cuyo tema fue Salud Mental y Educación. En él se recogen los ensayos de Myrella Saadeh, Anneliza Tobar y Maya Alvarado que, sin duda, ofrecen un rico material no sólo para los educadores, sino para todos los que creemos que en la acción educativa esta un baluarte para la construcción de una sociedad realmente diferente a la que ahora vivimos.

A disposición en las oficinas de la Liga Guatemalteca de Higiene Mental.



El trabajo actual de la Liga Guatemalteca de Higiene Mental, muestra la efectividad y el mismo espíritu de entrega que privó en sus inicios, en los años cincuentas. Fundamos la Liga un grupo de profesionales y humanistas guatemaltecos, para contribuir a una sociedad más sana, más justa, más humana. De ahí, que resaltemos la continuidad de una praxis loable en la historia de la Liga, en un medio donde la improvisación, el amauterismo y la discontinuidad son lo frecuente.

Cuando se fundó la Liga Guatemalteca de Higiene Mental, no había mayores recursos económicos. Fue muy importante la entrega personal y los aportes voluntarios. Es grato recordar de mis compañeros fundadores, su alta vocación de servicio social. También se tuvo desde el principio en cuenta, los legítimos derechos humanos de las personas con trastornos psicológicos y la valoración de la familia como célula primaria de la sociedad.

Y fue en el Congreso Internacional de Salud Mental, celebrado en la Ciudad de México en diciembre del cincuenta y uno, a donde asistimos representando a nuestro país. Se abordaron ahí, temas psicosociales de gran trascendencia y se trajeron entonces muchas de las bases doctrinarias y científicas, que animarían el desarrollo y fundación de una Liga de Higiene Mental en Guatemala. Una de las conclusiones más importantes de este evento, fue a mi juicio, considerar la higiene mental como prevención psicológica que debe trabajar no sólo en el campo de la medicina, la psiquiatría y la psicología, sino además en relación con otras disciplinas antropológicas, partiendo de la necesidad del estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural, para garantizar la participación social, cultural, laboral e intelectual en el seno de la sociedad. La meta de higiene mental, es vista como el bienestar en una sociedad que permita desarrollarse integralmente y que brinde calidad de vida.

La Liga Guatemalteca de Higiene Mental, muestra en su historial una permanente preocupación y sensibilidad por la problemática psicosocial de los guatemaltecos. Es una realidad demostrada, que los problemas derivados de la desnutrición



Foto de la sede la Liga en 1962, cuando se independiza del Centro de Salud. Esta en la 4a. Calle D-27 zona 1.

y la deplorable higiene de vivienda, a lo cual se une la miseria y explotación de la gente del campo, son causas objetivas y hasta mensurables, de la grave situación que vive la población en la actualidad, en lo referente a la salud mental. Y una explicación de las patologías de todo tipo, que azotan hogares e individuos y que llenan las trágicas crónicas de las páginas rojas de los diarios. Guatemala padece la permanencia de estructuras sociales y culturales de exclusión y opresión, que se aúnan a los efectos devastadores del largo conflicto armado interno, terminado felizmente en 1996.

Vale la pena recordar nombres de algunas de esas personas, que estuvieron en los comienzos de la Liga, aunque en un inventario de esta naturaleza, siempre habrá omisiones que lamentaremos y olvidos no voluntarios. Vienen a la memoria: Carlos Federico Mora, César Meza, Oscar Maldonado y Augusto Aguilera.

Estimula constatar la labor realizada en los últimos años por la Liga Guatemalteca de Higiene Mental. Deseo, de manera personal, recalcar la labor del actual Director, Marco Antonio Garavito Fernández y de su equipo técnico y profesional quienes, entre muchos logros, han desarrollado un minucioso trabajo sobre los lazos familiares de niños desaparecidos en Guatemala durante la guerra. Emociona el trabajo **Todos por el Reencuentro**, en donde además de la investigación de los desaparecidos y búsqueda de cada familia, confirma la fuerza y energía de un pueblo que dentro de su sufrimiento, cree en un tiempo mejor y no pierde la certeza de que el cambio si es posible.

Como uno de los fundadores de la Liga, resulta muy satisfactorio y lo agradezco profundamente.

**JAIME BARRIOS PEÑA**  
Estocolmo, mayo de 2007

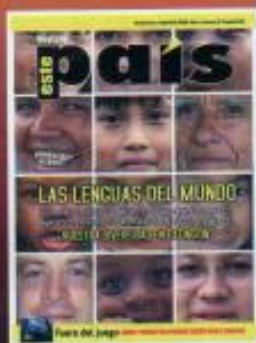
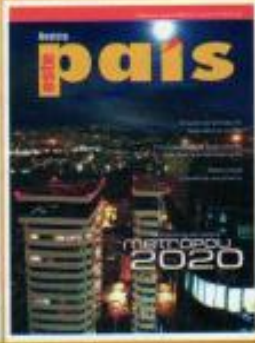


# ¿satisfecho?

Revista

# este país

Información para una nación que crece



estePaís: 5a. avenida 4-75 zona 2. Teléfonos: 2238-0175, 2251-4048. Fax: 2250-1031  
Correo electrónico: [estepais@estepais.info](mailto:estepais@estepais.info), [suscripciones@estepais.info](mailto:suscripciones@estepais.info)