Universidad Iberoamericana Puebla

Repositorio Institucional **http://repositorio.iberopuebla.mx**

Maestría en Investigación Educativa Tesis

La satisfacción de los estudiantes de arquitectura y su relación con el rendimiento académico en una universidad privada del Estado de Tlaxcala.

Corona Mendez, Fernando

2018

http://hdl.handle.net/20.500.11777/3780

http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA

PUEBLA

Estudios con Reconocimiento de Validez Oficial por Decreto Presidencial del 3 de abril de 1981

RESOLUCIÓN DE CRISIS Y TRANSFORMACIÓN:

FAMILIARES, AMIGOS Y VALORES QUE LOS AGLUTINAN

DIRECTOR DEL TRABAJO

DRA. ERICKA ILEANA ESCALANTE IZETA

ELABORACIÓN DE TESIS DE GRADO

que para obtener el Grado de

MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO

presenta

BERTHA EUGENIA BARRAGÁN MUÑOZ

Puebla, Pue. 2018

ÌNDICE

RESUMEN

CAPITULO 1: PROBLEMA

Antecedentes 4
Planteamiento del Problema 5
Objetivo General. 10
Objetivos Específicos. 10
Justificación 10
CAPITULO 2 MARCO TEÓRICO 11
Psicología Humanista. 11
La Naturaleza del Hombre. 12
Teoría de la crisis. 13
Efecto de la crisis: para mejorar o empeorar 16
Modelo Ecológico de Brofenbrenner. 17
Modelo de Crecimiento de Virginia Satir. 19
Inteligencia Espiritual. 23
La Calidad del Pensamiento crea la Calidad de Vida. 25
Nuestras posesiones espirituales. 28
Los Millenials. 30
CAPITULO TRES: Un estudio de caso 33
ACCIDENTE 33
PRIMERAS REACCIONES 35
ESTANCIA EN EL HOSPITAL 38
LOGRO DE AUTOSUFICIENCIA: 43
Agosto, Septiembre y Octubre del 2007 47
Vamos por más: Nov y Dic del 2007 50
CAPITULO CUATRO: CONCLUSIONES 53
¿Qué aprendemos de este caso?.... A hacer posible lo imposible 53
¿Cómo resolver las crisis? 54
Importancia de darnos un espacio interno para discernir y tomar decisiones. 55
Ámbito familiar. 56
El poder para cambiar… poder para transformarse. 58
Valores que guían nuestra actuar. 59
BIBLIOGRAFÍA 61

RESUMEN

Todos los seres humanos y las familias estamos expuestos a crisis graves. Cuando hablamos de crisis, me refiero a acontecimientos que quebrantan, paralizan y afectan nuestra vida y la percepción de nosotros mismos hasta el punto que perdemos la capacidad de seguir adelante con normalidad. El estudio de caso, nos muestra cómo enfrentan el joven Sebastián de 18 años, y su núcleo familiar, la crisis circunstancial ocasionada por su accidente automovilístico. Los recursos materiales, personales y sociales con que cuentan son determinantes para enfrentar la crisis. No menos importantes son los valores y creencias a las que se aferran para salir adelante.

Ante este suceso, surgen las interrogantes: ¿Cómo fue que enfrentaron esta crisis circunstancial la Familia entera? ¿Qué soportes y/o herramientas utilizaron para salvaguardar esta crisis? ¿Qué enseñanzas nos arroja este caso, para apoyar a otras estructuras sociales en el enfrentamiento de crisis circunstanciales afines?

La paradoja del estudio de caso, arroja que jóvenes entre 18 y 22 años de edad, toman de manera expedita y oportuna, las decisiones más adecuadas para mantener con vida a Sebastián y se comprometen creativamente en su rehabilitación y sostenimiento. En última instancia, “jóvenes millenials” se desempeñan como faros de luz y de esperanza con toda la comunidad involucrada.

CAPITULO 1: PROBLEMA

Antecedentes

Durante los estudios de la Maestría en Desarrollo Humano, una familia amiga tiene que enfrentar el accidente automovilístico de uno de los miembros de su familia: el joven Sebastián de 18 años, quien fue diagnosticado con un trauma cráneo encefálico severo. Este incidente le ocurre en la ciudad de Tlaxcala, cuando sus padres se encontraban fuera del país y su hermana Julieta de 22 años estaba estudiando su licenciatura en la ciudad de Puebla.

El vivir de cerca esta circunstancia, me permitió una vez concluido el evento, desarrollar grupos focales y entrevistas a profundidad para apoyar a la familia y amigos involucrados, en la clarificación y sistematización de las diversas circunstancias en las que se vieron envueltos. El enfoque centrado en la persona, que se encuentra más vinculado a la expresión y clarificación de los sentimientos, que a la comprensión intelectual de la experiencia, nos permitió "estructurar el rompecabezas" que habían estado viviendo e identificar los puntos clave que todos llevaron a cabo de manera espontánea y comprometida, en cuanto a manejo de actitudes, compromisos, auto-disciplina, cooperación, readaptación, transformación, etc.

Resultó evidente, que aunque el accidente le ocurrió al joven Sebastián, dicho evento impactó a toda la familia nuclear, familia extensa, comunidad educativa y amigos en general. Gracias a la intervención de todos ellos, es que el joven Sebastián logra salir con vida y rehacer su vida de manera autónoma e independiente.

Planteamiento del Problema

Todos los seres humanos y las familias estamos expuestos a crisis graves. Cuando hablamos de crisis, me refiero a acontecimientos que quebrantan, paralizan y afectan nuestra vida y la percepción de nosotros mismos hasta el punto que perdemos la capacidad de seguir adelante con normalidad. Slaikeu (2010) menciona:

> Un análisis semántico de la palabra crisis nos revela ricos significados psicológicos. El término chino de crisis (weiji) nos indica peligro y oportunidad, que ocurren en un mismo tiempo. Mientras que el origen griego de la palabra Crisis, "Krinein" significa *decidir*. Y sus derivaciones indican que la crisis es a la vez decisión, discernimiento, así como también un momento crucial durante el cual habrá un cambio para mejorar o empeorar.

Este tipo de acontecimientos son inevitables en la vida: la muerte de un ser querido, una enfermedad grave o la diagnosis errónea de esta, un despido laboral, una crisis de pareja, como lo sería una infidelidad o una separación, sufrir un accidente, salvarse de un desastre natural, el asesinato de un ser querido o próximo, etc.

Según los expertos en el manejo de la crisis, existen prioritariamente 2 tipos de crisis. ***Las crisis circunstanciales,*** que *son accidentales o inesperadas* y su rasgo más sobresaliente se apoya en un aspecto del medio ambiente, del entorno, como la perdida de seres queridos por desastres naturales ó accidentes, las víctimas de crímenes violentos, etc. Y por otro lado, *las* ***crisis de desarrollo***, que son aquéllas *relacionadas con el desplazamiento de una etapa del crecimiento a otra*, desde la infancia hasta la senectud. En este sentido, se puede decir que son crisis "predecibles", como "el nido vacío", la jubilación, la viudez, etc.

El caso que nos ocupa es el de un accidente automovilístico, por tanto se trata de una *crisis circunstancial*.

El Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad (CONADIS, 27 de julio de 2016)[1] menciona, que los traumatismos causados por accidentes de tránsito son la primera causa de discapacidad motriz entre jóvenes de 17 a 24 años, donde aproximadamente el 50% de accidentes ocurre por consumo de alcohol, el 30% por exceso de velocidad y 20% por el uso de distractores como teléfonos celulares. Las lesiones y discapacidades que provocan estos accidentes, afectan la estructura física del cuerpo, el orden sensorial (auditivas-visuales), el mental (intelectuales, cognitivas, neurológicas) o mixtas.

Las estadísticas de accidentes automovilísticos que el INEGI [2] nos refiere para jóvenes de 18 años se muestran en el siguiente cuadro de elaboración propia. Se hace el registro de accidentes ocurridos en el 2007 - año en que ocurrió nuestro estudio de caso - y el 2016 - último año que aparece en las estadísticas publicadas - para tener una imagen comparativa.

En la Tabla 1, con datos nacionales, en el total de accidentes registrados se nota una ligera variación de -13% con menos accidentes registrados. Sin embargo en lo que a conductores de 18 años se refiere, hay una sensible disminución de accidentes del -83% con un -90% de accidentes fatales que han causado muerte. Resulta evidente el beneficio del programa del Alcoholímetro que se ha llevado a cabo.

[1] https://www.gob.mx/conadis#2000
[2] http://www.inegi.org.mx/lib/olap/consulta/general_ver4/MDXQueryDatos.asp?c=

Tabla 1

Accidentes a nivel Nacional causados por el conductor

		2007	2016	% Variación
	Total	377,724	327,706	-13%
Conductores de 18 años	Total	77,074	12,913	-83%
	Hombres	67,633	11,845	-82%
	Mujeres	4,842	1,068	-78%
	Se Fujaron	4,599		-100%
Clase del accidente	Fatal	1,078	107	-90%
	No Fatal	16,764	1,785	-89%
	Solo daños	59,232	11,021	-81%

Fuente: elaboración propia con datos del INEGI.

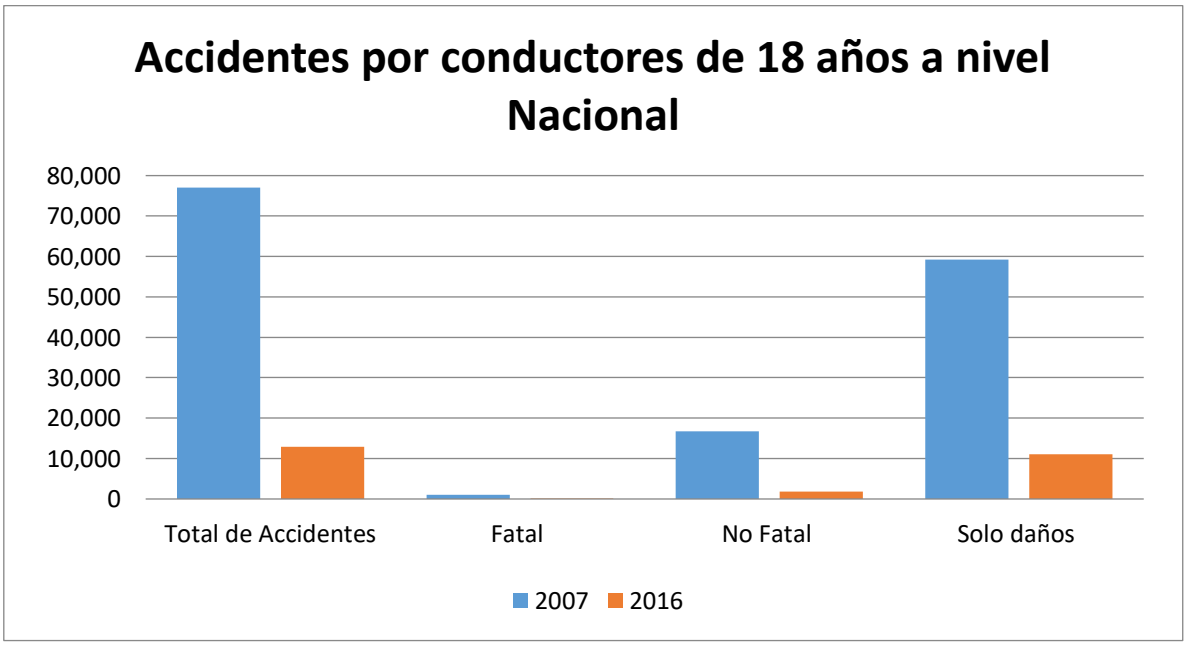
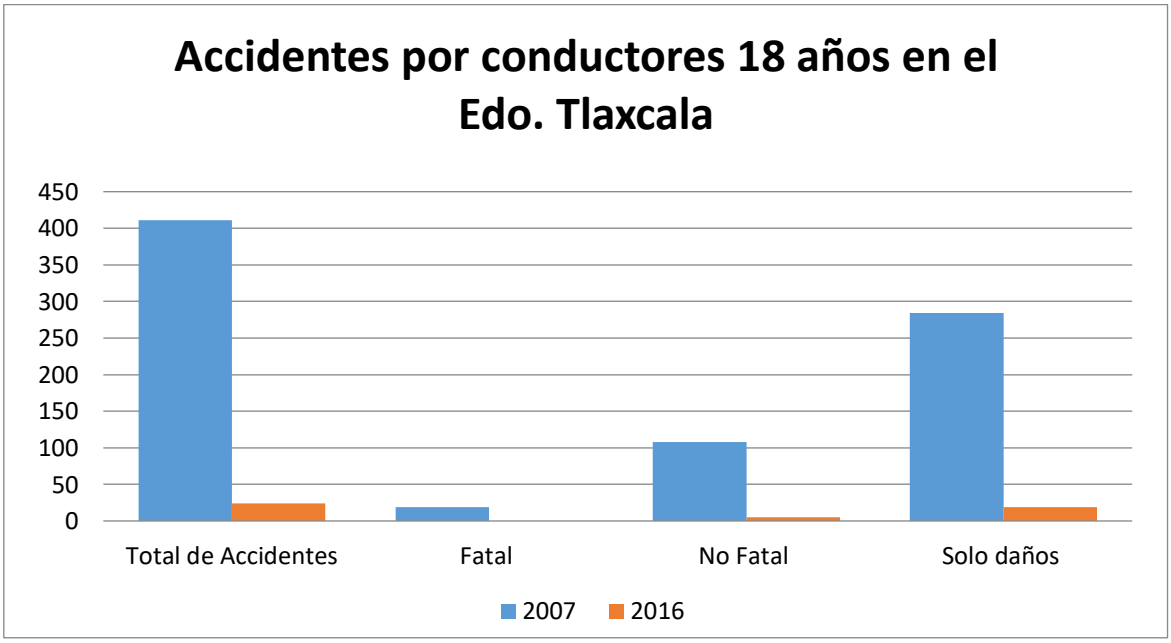


Tabla 2

Accidentes en el Estado de Tlaxcala causados por el conductor

		2007	2016	% Variación
	Total	759	2,484	227%
Conductores de 18 años	Total	411	24	-94%
	Hombres	411	23	-94%
	Mujeres		1	
	Se Fujaron			
Clase del accidente	Fatal	19		-100%
	No Fatal	108	5	-95%
	Solo daños	284	19	-93%

Fuente elaboración propia datos INEGI



En el Edo de Tlaxcala, a pesar de haber incrementado el número de accidentes en el Estado (227% en aumento, al pasar a 2484 accidentes registrados) , los accidentes conducidos por jóvenes de 18 años conductores redujeron en un 94% -solamente se registraron 23 accidentes- no hubo ningún muerto.

De acuerdo con estudios de organismos internacionales en materia de vialidad, México ocupa el séptimo lugar a nivel mundial en muertes por accidentes de tránsito. Roy Rojas, asesor de la Organización Panamericana de la Salud, detalló: "En México se mueren aproximadamente 24 mil personas al año, ocupa el séptimo lugar en el mundo por muertos por accidentes de tránsito y mueren 55 personas cada día…" (Sandoval, 2013).

Ante el accidente automovilístico de Sebastián de 18 años, surgen las interrogantes: ¿Cómo fue que enfrentaron esta crisis circunstancial la Familia De Palacio y Maza? ¿Qué soportes y/o herramientas utilizaron para salvaguardar esta crisis? ¿Qué enseñanzas nos arroja este caso, para apoyar a otras estructuras sociales en el enfrentamiento de crisis circunstanciales afines?

Las familias como cualquier núcleo de convivencia social, enfrentan diferentes adversidades a lo largo del tiempo. Los eventos catastróficos pueden afectar profundamente a los individuos que la conforman así como a la estructura social de que se trate, en este caso la familia.

El estudio de caso, nos muestra cómo enfrentan el joven Sebastián de 18 años, y su núcleo familiar, la crisis circunstancial ocasionada por su accidente automovilístico. Los recursos materiales, personales y sociales con que cuentan son determinantes para enfrentar la crisis. No menos importantes son los valores y creencias a las que se aferran para salir adelante.

Objetivo General.

Describir el proceso de crecimiento de una familia que enfrentó un accidente automovilístico de su hijo de 18 años, como experiencia vital de cambio.

Objetivos Específicos.

- ✓ Describir la importancia de construir relaciones familiares y de amistad, armoniosas y comprometidas, para salir adelante en la vida.
- ✓ Apreciar el papel que juegan los valores humanos y espirituales, para enfrentar este tipo de situaciones.

Justificación

El estudio de caso, pretende poner de manifiesto la actitud y el talante de Sebastián, de sus familiares, profesores, amigos y profesionales de la salud involucrados en su recuperación.

En este sentido, podemos decir que es una contribución a los "relatos de esperanza y renovación" que manejan Minuchin y Nichols (1994) desde la experiencia mexicana, que puede ser utilizado como estudio de caso en la Maestría en Desarrollo Humano.

Sucedido en el 2007, habrá que contextualizar este caso, dentro de la sociedad post-moderna en donde emerge el hombre light, un sujeto que lleva por bandera una tetralogía nihilista: hedonismo-consumismo-permisividad-relatividad. Todos ellos

enhebrados por el materialismo. El hombre light carece de referentes… tiene un gran vacío moral y no es feliz, aun teniendo materialmente casi todo. (Rojas, 1998).

La paradoja del estudio de caso, arroja que jóvenes entre 18 y 22 años de edad, toman de manera expedita y oportuna, las decisiones más adecuadas para mantener con vida a Sebastián y se comprometen creativamente en su rehabilitación y sostenimiento. En última instancia, "jóvenes millenials" se desempeñan como faros de luz y de esperanza con toda la comunidad involucrada.

CAPITULO 2 MARCO TEÓRICO

PSICOLOGÍA HUMANISTA.

La psicoterapia auto directiva o "centrada en la persona" (Rogers, 1951) apareció como un enfoque psicoterapéutico sistematizado en los primeros años de la década de los cuarenta. Carl Rogers, originador y figura central del sistema, llegó a la Universidad Estatal de Ohio tras haber ejercido la psicoterapia durante más de 12 años en la clínica comunitaria de Rochester, Nueva York. La sorpresa de Rogers fue muy grande cuando, a su llegada a dicha Universidad, los estudiantes de posgrado lo consideraron innovador, lo cual atribuyó al reducido contacto que éstos habían tenido con la práctica clínica. A partir de este momento Rogers emprendió una etapa de reformulación de hipótesis, práctica clínica y verificación científica, en forma independiente. Estas hipótesis aparecen analizadas y formuladas sistemáticamente en el segundo capítulo de su primer libro *Counseling and Psichoterapy* (1942). Juan Lafarga (1988), formula de manera sintética estas hipótesis:

a) La comprensión de las circunstancias del presente inmediato de la persona es más importante que su pasado
b) El proceso psicoterapéutico está fundamentalmente motivado por el impulso de la persona hacia el crecimiento, la salud y la adaptación. La psicoterapia consiste en liberar a la persona de los elementos que obstaculizan su desarrollo normal.
c) Este proceso está más vinculado a la expresión y clarificación de los sentimientos, que a la comprensión intelectual de la experiencia.
d) La experiencia de la relación terapéutica, y no la conceptualización de ésta, es el elemento determinante del crecimiento en el proceso psicoterapéutico.

La Naturaleza del Hombre.

> *"Simpatizo poco con el concepto prevaleciente de que el hombre es básicamente irracional… La conducta del Hombre es exquisitamente racional, se mueve con ordenada y perspicaz complejidad hacia las metas que su organismo se esfuerza por alcanzar."* (Carl Rogers)

Lafarga nos relata que los puntos de vista de Rogers sobre la naturaleza básica del hombre los construyó a través de su experiencia en psicoterapia. Comenta: "el hombre tiene características que parecen inherentes a su especie, y los términos que en diferentes ocasiones me han parecido descriptivos de estas características son tales como positivo, que se mueve hacia adelante, constructivo, realista o digno de confianza… Me inclino a creer que ser totalmente un ser humano, es penetrar en el complejo proceso de ser una de las creaturas de este planeta, más ampliamente sensible, responsiva, creativa y adaptable."

Para efectos prácticos, Lafarga enfatiza, que el punto de vista que el terapeuta sostiene acerca de la naturaleza humana, tiene consecuencias en su terapia. Por ello, considera importante que cada terapeuta pueda abstraer para él mismo de su propia experiencia, aquéllas tendencia o direcciones que parecen más profundamente características del ser humano, pues estarán presentes en su desempeño profesional.

TEORÍA DE LA CRISIS.

Slaeikeu (2010) nos define la crisis como sigue:

> Todos los humanos pueden estar expuestos en ciertas ocasiones de sus vidas a experimentar **crisis** caracterizadas por una gran desorganización emocional, perturbación y un colapso en las estrategias previas de enfrentamiento. El estado de crisis está limitado en tiempo, casi siempre se manifiesta por un suceso que lo precipita, puede esperarse que siga patrones sucesivos de desarrollo a través de diversas etapas y tiene el potencial de resolución hacia niveles de funcionamiento más altos o bajos. La resolución final de la crisis depende de numerosos factores, que incluyen la gravedad del suceso precipitante, recursos personales del individuo (fuerza del yo, experiencia con crisis anteriores) y los recursos sociales del individuo (asistencia disponible de "otros significantes").

Siguiendo a Slaeikeu, la desorganización emocional, perturbación y colapso de las estrategias de vida que seguía la Familia De Palacio y Maza, le afectó en un 53%, de acuerdo a Tabla de Readaptación Social que nos presenta. Se sugiere ver con detenimiento la Tabla en la siguiente página para identificar el % de los retos de adaptación social, que nos implican las crisis más comunes a los individuos.

Por otro lado, Taplin, J. R. (1971), introduce la **perspectiva cognoscitiva** a los tipos de crisis circunstanciales y de desarrollo. Sugiere la importancia de "cómo un individuo percibe el suceso que da lugar a la crisis, en especial cómo el suceso incide en la estructura existencial de la persona acerca de la vida, lo que hace que la situación sea crítica."

Como se analizará en el caso que nos ocupa, esta perspectiva es la clave para entender como la Familia De Palacio y Masa percibió este accidente catastrófico y el enfoque que le dio toda la comunidad involucrada, familiares y amigos. Esta percepción del suceso, coloreó la actitud de la mayoría de los miembros de la comunidad que participaron, por tanto, su nivel de acción y compromiso que sostuvieron a lo largo del proceso de la crisis.

Escala en la tasa de readaptación social*

Grado	Suceso en la vida	Valor medio
1	Muerte del cónyuge	100
2	Divorcio	73
3	Separación Matrimonial	65
4	Cumplimiento de sentencia penal	63
5	Muerte de un familiar cercano	63
6	Lesiones personales o enfermedad	53
7	Matrimonio	50
8	Despido del trabajo	47
9	Reconciliación matrimonial	45
10	Jubilación	45
11	Cambio en la salud de un familiar	44
12	Embarazo	40
13	Trastornos sexuales	39
14	Un nuevo miembro en la familia	39
15	Reajustes en los negocios	39
16	Cambio en el estado financiero	38
17	Muerte de un amigo íntimo	37
18	Cambio de profesión	36
19	Cambio en el número de discusiones con el cónyuge	35
20	Hipoteca o préstamo para una compra importante (una casa u otros)	31
21	Juicio hipotecario o por préstamo	30
22	Cambio de responsabilidades en el trabajo	29
23	Hijo o hija que abandona el hogar	29
24	Problemas con parientes políticos	29
25	Logros personales sobresalientes	28
26	Esposa que empieza o deja de trabajar	26
27	Inicio o término de la escuela	26
28	Cambio en las condiciones de vida	25
29	Corrección de hábitos personales	24
30	Problemas con el jefe	23
31	Cambios en las condiciones y horarios de trabajo	20
32	Cambio de residencia	20
33	Cambio de escuela	20
34	Cambio en las diversiones	19
35	Cambio en las actividades de la iglesia	19
36	Cambio en actividades sociales	18
37	Hipoteca o préstamo para una compra menor (automóvil, televisión u otros)	17
38	Cambio en los hábitos de sueño	16
39	Cambio en el número de reuniones familiares	15
40	Cambio en hábitos alimenticios	15
41	Vacaciones	13
42	Navidad	12
43	Violaciones menores a la ley	11

* Reproducido con autorización del *Journal of Psychosomatic Research*, 11 (2), 213-218, T.H. Holmes y R.H. Rahe, *"The social Readjustment Rating Scale"*, Copyrigth 1967, Pergamon Press, Inc.

Efecto de la crisis: para mejorar o empeorar.

Después del periodo de la crisis, ésta se resolverá de alguna manera. Esta solución podrá ser dañina o saludable. Caplan (1964) nos comenta: "En las crisis vitales, una solución satisfactoria, redunda en una personalidad más segura y más integrada; con mayor fuerza para enfrentar tensiones futuras. De hecho, el estado actual de la salud mental de una persona puede considerarse un producto de la forma en que ha resuelto una serie de crisis en el pasado."

Por tanto, resulta importante definir la resolución de la crisis**.** Viney (1976) nos expone que **la resolución de la crisis de un modo u otro comprende la reorganización y reintegración del funcionamiento personal y familiar**[3]. Nos define la resolución positiva de la crisis como: **"***Translaborar* el suceso de crisis, de manera que quede *integrado* dentro de la trama de la vida, al dejar que la persona esté *abierta* en lugar de cerrada al futuro".

Pero, *¿De qué depende en concreto que una persona y su familia respondan de manera exitosa a una crisis?*

Slaeikeu (2010), nos dice que dependerá de los recursos materiales, personales y sociales del individuo:

- Los **recursos materiales** incluyen el dinero (disponibilidad lo mismo que cantidad) para el pago de los servicios médicos y su atención en general. La comida, vivienda y transporte

[3] Los subrayados y las letras en cursiva son míos.

- Los **recursos personales** del individuo componen el segundo factor principal para determinar la intensidad y el curso último de cualquier crisis. La fuerza del yo, la historia previa, de enfrentamiento a situaciones tensionantes, la existencia de cualquier problema de la personalidad no resuelto y el bienestar físico. Todos toman parte al determinar si un suceso particular conducirá o no, a una crisis.
- Los **recursos sociales** se refieren en principio a la gente en su ambiente individual inmediato en el momento de la crisis, como la familia, amigos, compañeros de trabajo.

Modelo Ecológico de Brofenbrenner.[4]

Este modelo de comportamientos en salud nos da una visión holística, con el ánimo de mejorar la calidad de vida de la población en general y de los individuos que se han sometido a crisis severas o viven situaciones de discapacidad.

Las experiencias de los seres humanos son únicas e individuales, y se relacionan básicamente con la percepción que tienen del ambiente, con el conocimiento aprendido en vivencias anteriores, con sus sentimientos, costumbres y tradiciones.

[4]Recuperado de: Céspedes, G (2005) *La nueva cultura de la discapacidad y los modelos de rehabilitación.*

El modelo ecológico está constituido por cuatro componentes: proceso, contexto, tiempo y persona. Dicho modelo plantea que la persona se ve influenciada por tres sistemas, cada uno de ellos incluido dentro del otro. Esto quiere decir que toda persona, está influenciada por diferentes factores a lo largo de su vida, dichos factores van ejercer una influencia única, así como una respuesta particular en cada persona.

- ✓ El primer nivel, denominado **microsistema**, hace referencia a las características propias del individuo como su apariencia física, temperamento, tipo de discapacidad, etc. Es el contexto social inmediato como la familia, hogar, grupo de iguales, que afecta directamente a la vida de la persona.
- ✓ El **mesosistema** refleja el mundo laboral o estudiantil, los sistemas sociales de la vecindad y las estructuras gubernamentales comunitarias. Afecta directamente el funcionamiento del microsistema.
- ✓ El **macrosistema** es la más grande de las estructuras contextuales e incluye los valores culturales y sistema de creencias que interfieren entre comunidades, familias, etc. Es decir, las influencias sociales, políticas y culturales de la sociedad en general.

Parafraseando el dicho: “el todo es más grande, que la suma de sus partes”, un individuo es mucho más que la suma de su conducta, sentimientos, atributos físicos, relaciones interpersonales y pensamientos. Cuando estos aspectos del funcionamiento individual se analizan en su totalidad, integran una estructura de vida que es una función del estado de

estos subsistemas, tanto como de las interacciones entre ellos. Lo mismo es válido para una familia.

Adicionalmente, es preciso mencionar que existen tres funciones esenciales para cualquier sistema:

a) Adaptación al medio,
b) Integración de los diversos subsistemas y
c) Toma de decisiones.

Slaikeu (2010) nos comenta con claridad:

> Todos los sistemas vivos tienden a regresar a un estado de equilibrio o de homeostasia. Este concepto de la Teoría General de los Sistemas, sugiere que los sistemas, sean personas o familias, no pueden tolerar el trastorno y la desorganización por un lapso prolongado. De los recursos de un sistema, se puede esperar que hagan los ajustes necesarios para efectuar algo cercano a alguna forma de equilibrio. (pag.30)

Modelo de Crecimiento de Virginia Satir.

Este modelo, fue el resultado de más de tres décadas de experiencia práctica trabajando con familias (Satir y Baldwin 1983) y es también conocido como el modelo de proceso de validación humano o modelo de proceso de cambio. La fuerza impulsora de este modelo, es la transformación que ocurre en dos pasos: a) cambio en la forma en que el sistema (familiar

o individual) se relaciona consigo mismo, y b) cambio en la forma en que el sistema interactúa con el mundo.

Virginia Satir nos comenta que es en la familia el lugar donde pueden encontrarse el amor, la comprensión y el apoyo, aun cuando todo lo demás haya fracasado. El lugar donde podemos recuperar el aliento y sacar nuevas energías para enfrentarnos mejor al mundo exterior. Sin embargo para millones de familias conflictivas, esto resulta un mito.

Para Satir (2002), **la autoestima** es la base de conexiones significativas dentro de uno mismo, y también el combustible que da poder a las personas para construir relaciones significativas con los demás. La define como "la capacidad de valorarse a uno mismo y de tratarse a uno mismo con dignidad, amor y realidad"

Cuando una persona se quiere a sí misma no lastimará, devaluará, humillará o destruirá a otros o a sí misma. Cuando me siento bien conmigo y me agrado, hay magníficas posibilidades de que pueda enfrentar la vida desde una postura de dignidad, sinceridad, fortaleza, amor y realidad. Tal es el estado de la autoestima elevada. Nos enfatiza, que la autoestima puede ser remodelada a cualquier edad. El primer paso es descubrir la subestimación propia y reconocer esta situación, luego viene la disposición para cambiar. Sin embargo, el desarrollo de la auto—estima requiere de tiempo, paciencia y el valor necesario para correr el riesgo de probar cosas nuevas. Si invertimos energía en este esfuerzo, descubriremos recursos ocultos a través del desarrollo de sentimientos de valía personal.

En las familias nutricias, las personas tienen:

- ✓ Auto-estima alta.
- ✓ Comunicación directa, clara, específica y sincera.
- ✓ Normas flexibles, humanas, apropiadas y sujetas a cambios, y
- ✓ Enlace con la sociedad abierto y confiado.

En las familias conflictivas, las personas tienen:

- ✓ Auto-estima baja.
- ✓ Comunicación indirecta, vaga e insincera
- ✓ Normas rígidas, inhumanas, fijas e inmutables, y
- ✓ Enlace temeroso, aplacante y acusador con la sociedad

El segundo constructo central que impregna el enfoque terapéutico de Satir (2002) es **la congruencia,** que es esencial para ambas dinámicas entre los miembros de la familia y los procesos familiares generales. Como Satir define el concepto, la congruencia existe cuando los individuos son capaces de:

a) valorar y respetar simultáneamente sus propios sentimientos y pensamientos,

b) valorar y respetar los sentimientos y pensamientos de los demás, y

c) ubicar su función y propósito dentro de un contexto mayor

Esta clasificación a menudo se destila en tres niveles distintos pero interrelacionados: *el intrapsíquico, el interpersonal, y el universal-espiritual.*

La incongruencia, mientras tanto, da como resultado una comunicación en la que los mensajes y sentimientos internos y externos no son armoniosos. *El resultado de la incongruencia es la distorsión, el desequilibrio, la confusión y, a menudo, el daño a las relaciones interpersonales*. Para los individuos, la congruencia ocurre cuando una persona puede comunicarse y actuar con equilibrio en relación con uno mismo, con los demás y dentro del contexto. Para las familias, un sistema congruente es aquel en el que cualquier cosa se puede compartir de forma segura sin temor a un conflicto. Satir creía que la comunicación congruente entre los miembros de la familia era un requisito para un funcionamiento saludable. Al igual que muchos de sus contemporáneos, la conceptualización de Satir de la unidad familiar se basa en la teoría de sistemas. Los conjuntos de acciones (comunicaciones) e interacciones (relaciones) entre varios componentes (miembros de la familia) producen un sistema que cambia con el tiempo. En palabras de Satir, "cada parte está relacionada con las otras partes de tal manera que un cambio en uno produce un cambio en todos los demás" (Satir y Baldwin, 1983).

Satir a menudo describió a los padres como "arquitectos" de su familia, cuya tarea esencial es "reunir lo que habían aprendido en sus propias familias, mezclándolo tanto consciente como inconscientemente para formar el contexto de su familia actual" (Satir y Baldwin, 1983,). Por lo tanto, ella creía que las generaciones pasadas tenían una influencia significativa en la estructura y el funcionamiento de la familia actual. En su esencia, el enfoque terapéutico de Satir busca transformar las familias disfuncionales en sistemas saludables que funcionan como un todo y para cada individuo.

Inteligencia Espiritual.

Vivimos en un mundo de un gran despertar. Es muy importante entender que no tan solo somos una parte de este despertar, sino como V. Satir decía, somos sus arquitectos. Y nos sitúa en el tercer nivel de interrelación: el universal- espiritual, cuando los individuos son capaces de ubicar su función y propósito dentro de un contexto mayor.

Tarde o temprano todos estaremos de acuerdo en qué significa este despertar. Queremos un mundo sin pobreza, sin crímenes, sin racismo, un mundo de completa igualdad y de pleno entendimiento, en el cual las personas puedan ser felices, un mundo sin destrucción medio ambiental, un mundo con estabilidad social.

Somos financieramente más ricos que todas las generaciones anteriores. ¡Tenemos más posibilidades tecnológicas que nunca! Pero, ¿tenemos más salud y bienestar comparado con los tiempos pasados? A pesar de todo el progreso, se están intensificando problemas a todos los niveles.

Cada día más y más personas estamos despertando y nos damos cuenta que las soluciones estructurales no se encontrarán en un nivel exterior. La raíz de todos los problemas está dentro de la mente humana, coloquialmente llamada “la loca de la casa”.

Tradicionalmente, el espíritu se ha opuesto al cuerpo y se ha desarrollado una visión del ser humano eminentemente dualista. Se consideraba, además, que la vida espiritual era una forma de huir del mundo, de apartarse de lo terrenal, de lo corporal, del mundo de las sensaciones e impresiones, mientras que la vida material se asociaba a lo animal, a lo físico y a lo mundanal.

Sin embargo, el concepto dualista del ser humano está siendo seriamente revisado. Si concebimos lo espiritual como lo libre en el ser humano, como lo que escapa a lo biológico, aunque esté intrínsecamente unido a lo somático. Así, al decir que la persona es un ser espiritual, no negamos su dimensión carnal y sensual, menos aún la despreciamos. Lo que indicamos es que su ser no se agota en ello, que trasciende su dimensión física y que, al hacerlo, la vive de un modo cualitativamente distinto que un ser que carece de inteligencia espiritual.

La espiritualidad es una parte compleja y multidimensional de la experiencia humana. El Dr Ramón Gallegos (2013) explica que la Inteligencia Espiritual permite, por primera vez, construir un modelo integral de todas las inteligencias sobre la base de tres niveles jerárquicos, y visualiza aspectos cognitivos, experienciales y conductuales. El aspecto cognitivo o filosófico incluye la búsqueda de significado, de propósito y verdad en la vida; así como, las creencias y los valores por el cual un individuo vive. El aspecto experiencial y emocional implica sentimientos de esperanza, amor, respeto, paz interior, consuelo y apoyo. El aspecto comportamental implica la forma en que una persona manifiesta externamente sus creencias y su estado espiritual interior.

Incluir todas las dimensiones del ser humano permitiría apreciar mejor los efectos prácticos de la capacidad para resolver problemas que debería tener la inteligencia espiritual. En este sentido Robert Emmons (1984) señala:

> La espiritualidad puede entonces conceptualizarse en términos de adaptación, cognitivo-motivacional, y, como tal, puede ser la base de una variedad de habilidades para resolver problemas relacionados con situaciones de la vida

cotidiana. Este enfoque pragmático ofrece una perspectiva sobre la espiritualidad que puede contrarrestar la creencia errónea de que los estados espirituales de la mente de alguna manera están en otro plano "de la existencia", un estado del ser que es fenomenológicamente válido pero que tiene poca relevancia para la resolución de problemas en situaciones de la vida concreta.

La Calidad del Pensamiento crea la Calidad de Vida.

Si retomamos el término de adaptación cognitivo-motivacional en la inteligencia espiritual que nos menciona Emmons (1984), es importante puntualizar que en muchas culturas nadie nos dice que somos responsables de nuestros propios pensamientos y sentimientos. Nadie nos enseña cómo pensar, ni cómo extraer la sabiduría innata y los valores esenciales que hallamos dentro de la consciencia de todo ser humano. Como consecuencia, en la mayoría de los sistemas de educación formal, nadie nos enseña que la incomodidad mental o emocional proviene de nuestra propia consciencia. Por lo tanto no logramos darnos cuenta de que todo estado negativo del ser es antinatural y es un signo de que nuestra consciencia "no está en forma".

Pensemos en una semilla. Es como un punto -- pequeña, diminuta y compacta – y sin embargo plena de potencial. Un pensamiento es una semilla, una semilla que puede ser positiva o según nuestro estado de ánimo, actitud y carácter. El pensamiento crea sentimientos y actitudes. A esta combinación se le llama conciencia. Strano (2000) puntualiza:

La **conciencia humana** es la capacidad de pensar, razonar, sentir y expresar. Todo esto comienza con un único pensamiento. Habitualmente permitimos que nuestros pensamientos se esparzan por doquier, que divaguen por todos los rincones de nuestra mente. Los pensamientos descontrolados son como un automóvil lanzado a toda velocidad: a no ser que frenemos, nos vamos a estrellar. Una mente sin control está tensa y preocupada. Esto causa muchísimo daño.

Pensar demasiado es como comer demasiado: la pesadez impide mantenerse ligero y flexible. Si no tenemos control sobre nosotros, serán otros los que nos controlen. Como esto no nos gusta, reaccionamos, nos quejamos y el mal genio puede hacernos explotar. Si no aprendemos a viajar a nuestro interior y a tener el control sobre nosotros mismos, entonces definitivamente otros nos controlarán**.**

"Nuestra conciencia es un reflejo de nuestros pensamientos, y nuestra vida es un reflejo de nuestra conciencia." (Strano, 2000).

Si sembramos una semilla de pensamiento positivo y limpio, y nos concentramos en ella, le daremos energía, así como el sol se la da a la semilla que yace en la tierra. Y así como la semilla despierta y empieza a crecer, así los pensamientos en los que nos concentramos despiertan y empiezan a crecer. Por lo tanto, sembremos pensamientos positivos.Cada mañana antes de comenzar nuestra jornada, sentémonos tranquilos, oremos, meditemos en silencio y sembremos la semilla de la paz. *La paz es armonía y equilibrio*. Dejemos que la paz encuentre su hogar en nuestro fuero interno[5].

[5] Para profundizar en el tema consultar http://www.brahmakumaris.org/meditation/raja-yoga-meditation

Para lograr desarrollo espiritual necesitamos del ***entendimiento***. El entendimiento profundo nos coloca en el estado mental apropiado, nos conduce hacia la revelación y nos otorga la capacidad de percibir las cosas bajo una luz totalmente nueva. Las nuevas percepciones dejan a un lado los patrones viejos e ineficaces, e inyectan nueva confianza a la vida. El entendimiento, sea que lo llamemos conocimiento, percepción o revelación, tiene un gran valor, pero sólo cuando actuamos conforme a él. La acción da como resultado la experiencia, que se obtiene mediante la práctica, volviendo así una realidad la teoría. La realidad da fortaleza interna y esto, es *progreso.* En síntesis, *con el aprendizaje viene el progreso y con éste la alegría. Así que continuemos aprendiendo y experimentando***.**

Strano (2000) nos comenta que, en este proceso de aprendizaje, a través de la puesta en práctica o experimentación, requerimos de otra serie de valores como:

- la paciencia: saber cuándo actuar y cuando esperar
- la honestidad: si somos sinceros con nosotros mismos, estamos comprometidos con nuestro crecimiento. No necesitamos ser perfectos, pero sí honestos
- la humildad: significa estar dispuesto a aprender y a cambiar. Es nuestra mayor protección, pues evita que caigamos en el abismo de la arrogancia y la complacencia de nosotros mismos. La humildad nos mantiene alertas a todas las posibilidades: tanto a la de ser engañados y causar un desastre, como a la de producir las maravillas más sorprendentes.
- El poder de la fe: ser espiritual significa aceptar la responsabilidad por el cambio personal. Un cambio espiritual puede abrir nuevos horizontes en nuestra vida. No puede haber progreso sin cambio; el cambio exitoso trae consigo la energía de la

inspiración y el entusiasmo por experimentar y perseverar. La fe en la espiritualidad nos permite confiar en nosotros mismos. Con *confianza* podemos desprendernos del pasado y tener el *valor de aventurarnos*. El aventurarnos con valor nos da la confianza de saber que podemos lograr lo que nos habíamos propuesto

- Retorno a las raíces: las raíces son el cimiento oculto, el sostén. Todo cimiento está oculto pero, aunque no se ve, sostiene toda la estructura. También un ser humano posee cimientos invisibles.

  La estructura visible de la vida humana –el cuerpo, las palabras y las acciones- posee en sus raíces una energía sutil. En un sendero espiritual intentamos alcanzar lo que hay de eterno en la personalidad humana. Fuera de la negatividad que hemos acumulado en el interior, nuestra naturaleza básica es pura.

Nuestras posesiones espirituales.

Coloquialmente todos sabemos que somos mente, cuerpo y espíritu. Pero, ¿cuáles son las características o atributos innatos de mi espíritu, es decir del alma? ¿Cómo alimentamos, le damos sostenimiento y recargamos la energía espiritual que brota de nuestra alma?

Dadi Janki (2004), directora de la Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris, con 102 años de edad y 80 años de practicar Raja Yoga, nos comenta que las características innatas del alma son: la paz, la pureza, el amor, la felicidad, la verdad y el poder. Estos atributos están siempre presentes en nosotros: nunca nos abandonan y son tan eternos como el alma misma. Sin embargo, perdemos consciencia de su presencia interior cuando caemos bajo el

hechizo de la ilusión de que somos, lo que vemos en el espejo (la forma física), lo que hacemos (nuestra profesión), el lugar del que venimos (nuestra raza o nacionalidad) o lo que tenemos (posesiones). Cuando nuestro sentido del yo se basa en algunas de estas características, vivimos en un perpetuo –y a veces sutil-- temor, porque todas ellas cambian o pueden verse amenazadas, dado que van y vienen y no podemos controlarlas, y allí donde hay miedo no puede haber paz, amor o satisfacción. Por ello la identificación con nuestro cuerpo, y todas las cosas materiales que con él se relacionan, es la raíz de todos nuestros temores y, a su vez, es la base de todas las formas de tensión.

En esencia, la inteligencia espiritual, la utilización de nuestro "tercer ojo", nos enseña a cómo vivir, de adentro hacia afuera; y ese conocimiento, nos da la felicidad. Para experimentar felicidad basta con unas relaciones personales satisfactorias y un sentido de propósito.

La meditación corrige el gran error que todos cometemos de identificarnos con el cuerpo, roles y relaciones: restableciendo la consciencia del Ser, del yo como alma: ese diminuto punto de luz radiante espiritual. Si se le practica durante algún tiempo, esta conciencia nos conduce, de manera natural, a la experiencia de nuestra verdadera naturaleza: una paz interior y una satisfacción profunda, que no dependen de nada físico.

> "La exploración de nuestro yo más profundo nos procura entendimiento. Con este conocimiento y su puesta en práctica, podemos empezar a crear la vida que deseamos vivir. Sin este entendimiento no podemos liberarnos de las crisis. Cuando somos auténticamente humanos, la vida es más que la simple supervivencia y la superación de obstáculos. *Es una gozosa experiencia llena de amor y significado."* (George, 2006)

Los Millennials.

Hay varias acepciones sobre los Millennials, (o la llamada Generación Y) pero en general, se acuña este término para aquellos nacidos entre 1980 y principios de la década del año 2000. Guzman, J. (2017) en su trabajo de grado para optar por el título en Alta Gerencia, analiza las características de la nueva generación de trabajadores así como la influencia en las organizaciones actuales de las Redes Sociales y los medios de comunicación en Colombia y Latinoamérica. Nos comenta:

> La generación Milenaria está ingresando al mercado laboral sustituyendo a los trabajadores de los Baby Boomers. Mientras que los Baby Boomers piensan en su retiro, los Millennials se convierten en los nuevos empleados y clientes… Este ingreso trae un reto para los mismos profesionales 'Gen Y' y para las organizaciones, El reto que se genera con estos cambios para los Gerentes de las diferentes organizaciones a nivel mundial, es el de impulsar una sinergia (a que hace referencia esta afirmación) y permitir que este cambio sea provechoso para el desarrollo corporativo

Pero ¿cuáles son las principales características de la generación Millennial?

Navalón (2017), comentarista del periódico El País, apunta:

> Aquellos millennials que viven sumergidos en la realidad virtual no tienen un programa, no tienen proyectos y solo tienen un objetivo: vivir con el simple hecho de existir. Al parecer, lo único que les importa es el número de likes, comentarios y seguidores en sus redes sociales solo porque están ahí y porque quieren vivir del hecho de haber nacido.

Sinek, S (2016), orador motivacional anglo-estadounidense, nos explica cómo la crianza de "baja calidad" de padres ausentes y ocupados, sumado a los efectos negativos de la tecnología convirtieron a estos jóvenes, en una generación impaciente y con baja autoestima.

El promedio de duración máxima de los Millennials en un puesto laboral es de dos años, ya que esta generación no busca más hacer carrera en la empresa o estabilidad a largo plazo, sino mayor libertad y flexibilidad. Pero esto es sólo la punta del iceberg.

Son depresivos y tienen baja autoestima. Sinek (2016) comenta:

> Todo tiene que ver con el contexto y la forma en la que fueron criados. Sus padres les dijeron que eran especiales y que podían conseguir todo lo que se propusieran con sólo quererlo. Pero, al entrar al mundo laboral, se dan contra la pared y su autoestima baja. Además, el haber crecido en el apogeo de la era de la Información, donde la conexión constante es moneda corriente, los ha transformado en seres impacientes. Este grupo de personas se gradúa, consigue un trabajo y en un instante se da cuenta de que no es especial. Sus mamás no pueden conseguirles un ascenso.
>
> En segundo lugar, esta generación está creciendo en un mundo donde reinan Facebook e Instagram y ellos mismos comentan que son buenos en ponerle filtros a la realidad. Que son buenos en mostrarles a los demás que la vida es increíble, por más que estemos deprimido.

Por otro lado, es sabido que el uso de las redes sociales y los smartphones hace que se libere un químico llamado dopamina, y es por ello que les hace sentirse bien cuando reciben un mensaje "me gusta - like"..

Sin embargo, precisamente el estudio de caso que nos ocupa, muestra como las decisiones claves y oportunas, para que el Joven Sebastián de 18 años saliera a delante, son tomadas por jóvenes entre 18 y 22 años, de manera ágil, consciente y expedita.

De igual manera, durante su período de recuperación, fueron comprometidos, amorosos y muy asertivos, para favorecer nuevas conexiones y sinapsis neuronales. Ante las indicaciones de los especialistas en rehabilitación neuronal, que solicitaron cambiar de actividades terapéuticas cada 20 minutos.

Veamos la historia que a continuación se relata, para identificar las relaciones familiares y de amistad que se plasman de manera armónica y comprometida. La expresión de los valores humanos y espirituales que se hacen presentes, para favorecer la adaptabilidad al cambio, a lo incierto de la situación. Y finalmente, logar la transformación personal y grupal de cada uno de los miembros de la familia y de los demás familiares y amigos.

CAPITULO TRES: Un estudio de caso

A continuación, se describen las situaciones vividas durante el accidente, en una línea del tiempo de este caso, para entrelazarlo con los aspectos teóricos mencionados:

Imagen 1: Línea del tiempo

Fuente: Elaboración propia

ACCIDENTE

En Abril del 2007 los papas de Sebastián salieron de viaje. Sebastián tenía 18 años y su hermana Julieta 22. Ellos no fueron al viaje porque estaban terminando el año escolar. Julieta vivía en Puebla pues estaba estudiando en la Universidad, por lo que ella y su hermano vivían en ciudades distintas.

A las 4.00 am Julieta recibió en su celular una llamada telefónica inesperada, de una amiga de la preparatoria. Le comentó que su hermano había tenido un grave accidente y se encontraba muy delicado; que se comunicara con Agustín, amigo de Sebastián.

Coincidentemente, los para-médicos que recogieron a Sebastián marcaron al último número de su celular con el que había tenido contacto. Contestó Agustín, que era voluntario en la Cruz Roja. Así se enteró del accidente y pudo tomar las decisiones claves que le salvaron la vida a Sebastián. Agustín se comunicó con Jesús, otro amigo, para que lo acompañara y así ambos llegaron al Hospital General de Tlaxcala.

Al llegar al Hospital y hablar con el Dr. de Urgencias, Agustín se percató de la situación. Sabía que la única oportunidad de Sebastián era que lo trasladarán a la Ciudad de México pues ahí no se contaba con el equipo para realizar la resonancia magnética y esperar al día siguiente, para trasladarlo a Zacatelco, era pérdida de tiempo.

Sin embargo, debido a la gravedad del caso, los doctores no autorizaban el traslado. Agustín estaba claro de la necesidad de obrar con prontitud. Así que se empeñó y tuvieron que firmar Jesús y él, la Responsiva sobre la vida de Sebastián.

Por su conocimiento del medio, consiguió una ambulancia de cuidados intensivos y así pudieron trasladar a su amigo, a la ciudad de Puebla

Hasta este momento del relato, la llegada inmediata de la ambulancia de la Cruz Roja con el profesionalismo de sus paramédicos, permitió que Sebastián tuviera los primeros auxilios, indispensables para evitar un daño cerebral irreversible. De esta forma, la estructura social de la comunidad donde ocurrió el accidente o **"exo-sistema"** funcionó eficazmente.

La participación de su amigo Agustín -quien se hace acompañar de otro amigo Jesús- **toma la decisión** de sacarlo del Hospital General de Zona, y sabe de la necesidad de una

Ambulancia de Cuidados Intensivos. Sus amigos, millenials de 18 años, asumen legalmente la responsabilidad sobre la vida de Sebastián al sacarlo del Hospital y esta toma de decisión es clave para salvar su vida. Así, identificamos que los amigos, que son parte de los **recursos sociales** del individuo, siguiendo el enfoque de Slaikeu (1996), y que actúan dentro del ámbito denominado "exo-sistema" según Brofenbrenner (1979), fueron determinantes, en la resolución de la crisis ó accidente.

Adicionalmente, se contó con los **recursos materiales** necesarios como lo fueron: el celular de Sebastián que permitió localizar a su amigo Agustín, y el pago de la Ambulancia de Cuidados Intensivos.

PRIMERAS REACCIONES

Julieta no tenía idea a que doctor llamar ni en cuál hospital internarlo. Agustín proponía llevárselo a la ciudad de México. Por casualidad, Ezequiel el amigo de Julieta que estudiaba medicina, se encontraba en Puebla de vacaciones. Lo llamó para que la ayudara. Ezequiel le aconsejó el hospital y el Neuro-cirujano que lo podía atender. Así Julieta, va a recoger a Ezequiel a su casa y juntos llegan al Hospital. Al llegar al hospital, Ezequiel se comunica con su maestro Neuro-cirujano para que los encuentre en Urgencias. Adicionalmente, Julio y Joel, amigos de Julieta y Ezequiel, llegaron al Hospital alrededor de las 5.00 am. A esas horas, todo el grupo de amigos se había enterado de lo que le acontecía a Julieta su amiga y el accidente de su hermano Sebastián.

Afortunadamente un tío manejaba sus seguros médicos, le hablaron por teléfono y también se hizo presente.

Durante el traslado al Hospital, Agustín se comunicaban con Julieta y sus amigos para comentarles cómo se encontraba Sebastián, sus signos vitales y las observaciones que hacían los para-médicos en la ambulancia.

Ante tales comentarios, Ezequiel (amigo estudiante de medicina) cayó en la cuenta de la gravedad de la situación. Estuvo tentado a platicar con Julieta y prepararla para lo peor. Sin embargo, la observaba tan confiada y segura, que se detuvo y junto con Julio y Joel, optaron por apoyarla en todo lo que surgiera.

Cuando Sebastián llegó al hospital, el Neuro-Cirujano Dr. Álvarez Dib ya se encontraba en urgencias. Estuvo presente cuando realizaban la resonancia magnética y antes de imprimirla, salió de inmediato y pidió la autorización de Julieta para operarlo pues la lesión era grave. Los amigos de Julieta creían que ella no veía lo crítico de la situación pues la veían muy tranquila.

Julieta se comunicó con sus primos mayores (entre 35 y 40 años) que vivían en otras ciudades y 2 de ellos llegaron al hospital cuando Sebastián estaba en cirugía. El mayor de los primos se quedó en la Ciudad de México para contactar a los papas de Sebastián y apoyarlos en la logística para que se vinieran de inmediato. Les tomo 36 horas arribar a Puebla.

De pronto empezaron a llegar amigos de Sebastián y Julieta al hospital, mamas de los amigos y profesores de ambos, pues sabían que sus papás estaban fuera de México.

Julieta también se comunicó con gentes del grupo de meditación al que pertenecía para que meditaran por su hermano. Mientras esperaban que Sebastián saliera del

quirófano, cada determinado tiempo les pedía a los que la acompañaban, que hicieran un momento de silencio para hacer una oración, que el Ser Supremo, iluminara al personal médico y enviar pura energía de sanación para Sebastián.

Cuando terminó la cirugía el doctor fue escueto y no dio mucha esperanza, dijo que las primeras 72 horas eran críticas. Sebastián fue directo a terapia intensiva, lo iban a mantener inconsciente para permitir que el cerebro se desinflamara.

Más amigos de Sebastián habían llegado al hospital. Todos estaban contentos porque había salido de la operación.

En ese momento llegó uno de los primos mayores de Julieta quien nos comenta: “cuando iba de camino al hospital imaginaba ver sola a Julieta. Cuando pregunte por Sebastián, las enfermeras me señalaron a un grupo de 40 personas de las que no conocía a nadie, hasta que vi a Julieta y me acerqué a abrazarla."

Los papas de Sebastián ya estaban en camino.

La ayuda de los primos, tíos, amigos y papas de los amigos en esas primeras 36 horas fue invaluable. Todos se volcaron para apoyar a Julieta y Sebastián para que no estuvieran solos.

Los **recursos sociales:** Julieta de 22 años, hermana de Sebastián, ante la duda de a qué hospital trasladar a su hermano, acude a otro joven amigo suyo de 22 años Ezequiel, que le recomienda el hospital y al neuro-cirujano que lo operó. La **Toma de decisiones** fue la acertada, pues el neurocirujano les comentó que de haber llegado un par de horas más tarde, ya no habría nada que hacer.

Exo-sistema o estructura social de la comunidad: La ayuda de primos tíos, amigos y papas de los amigos de Sebastián y Julieta fueron invaluables

Los **recursos materiales:** que sustentaron esta decisión fue el seguro de gastos médicos con el que contaban.

ESTANCIA EN EL HOSPITAL

Ya era jueves 1ro de Junio y después de un breve descanso los papas de Sebastián se entrevistaron con el Dr. Álvarez Dib.

Después de una sucinta explicación con todo el soporte científico de cómo se encontraba Sebastián, su padre le preguntó al Dr. haciendo uso de dos porta lápices sobre su escritorio: "Si trazamos una línea recta donde en un extremo está la vida y en el otro la muerte, ¿en dónde se encuentra mi hijo?".

El Dr. de manera serena y sin ninguna expresión en su rostro, tomó un lápiz y lo colocó a 10 grados del extremo donde se encontraba la muerte.

Esa contestación, fue mucho más clara que toda la explicación anterior.

Adicionalmente les comentó sobre los tiempos que él prevenía si todo ocurría de manera favorable: un mes en Terapia Intensiva y alrededor de 2 a 3 meses en piso en el hospital.

Todo estaba dicho... había que esperar 28 horas más para ver como reaccionaba Sebastián. Subieron a Terapia Intensiva y alrededor de 12 a 15 personas les esperaban.

A partir de entonces y hasta que salieron del hospital, los papás de Sebastián recuerdan estar acompañados casi todo el tiempo. La presencia de los amigos de Sebastián y Julieta, acompañados muchos de ellos por sus papás, así como maestros, familiares y amigos personales de la pareja, se hicieron presentes.

Nos comentan al mostrar un cuaderno de visitas con 350 firmas: *"este apoyo y su compañía, nos hizo la diferencia"* (Entrevistas). Aunque las próximas horas fueron críticas, sirvieron para que toda la Familia De Palacio y Maza se volviera a re-encontrar en un ambiente hospitalario que resultaba desconocido para todos.

> "Sólo podíamos pasar a ver a Sebastián a las 11.00 am y a las 6.00 pm. Juntos su padre, su hermana y yo, alguna visita que estuviera presente con experiencia de meditación o de oración contemplativa, pasaba con nosotros a verlo. Así podíamos conectarnos más directamente con su ser espiritual y enviarle fuertes vibraciones de paz, luz, salud y amor."
>
> "El padre carmelita Thomas se presentó en el hospital, conocido por sus cualidades de sanación, gracias a la mamá de uno de los amigos de Sebastián quien lo había contactado. Fue curioso el observar como el tablero de sus respiraciones, así como el de su frecuencia cardíaca, lograba estabilizarse después de unos minutos de estar con él."

A las 72 horas de la 1ra operación, el Dr. ordena una nueva resonancia magnética y cuál es su sorpresa que visualiza un coágulo en el lóbulo frontal derecho por lo que la 2da operación tiene que realizarse también de emergencia. Los diferentes círculos de oración y de meditación Raja Yoga que habían colaborado con la Familia De Palacio y Maza son avisados y vuelven a unir sus plegarías, buenos deseos y energía positiva para el éxito de esta 2da intervención. ¡Y así fue!

La dinámica en la sala de espera de Terapia Intensiva del Hospital, se hizo una rutina. Los compañeros de Sebastián se turnaban por parejas para quedarse a dormir afuera de Terapia Intensiva; a las 7.30 u 8.00 de la mañana llegaban los tíos de Sebastián, antes de pasar a su oficina.

Así fueron los primeros en anotarse para donar sangre y estaban atentos a cualquier necesidad que se presentara para ese día. Su mamá rentó un cuarto en un pequeño alojamiento a la vuelta del Hospital para estar cerca durante la noche, poder salir a descansar y meditar.

Jesús, su amigo de la prepa se encargaba a las 12.00 horas de conducir unas oraciones en la capilla del hospital y algún otro amigo a las 8.00 pm con todas las visitas que se encontraban presentes. Las tías se turnaban por las tardes o mañanas para acompañar a los papas de Sebastián. Otros tíos pasaban por las noches al salir del trabajo.

Las amigas de la Sra. De Palacio y Maza, llegaban todos los miércoles de la ciudad de México para ver a Sebastián y sacar a su amiga del hospital a comer y distraerla un poco. Los domingos el padre Emanuel de la escuela de los jóvenes, oficiaba misa en la capilla del hospital y su tío Pepe tocaba y cantaba en las misas. Así sucedieron los 16 días de estancia en Terapia Intensiva, superando todas las expectativas que les había comentado el Dr. para permanecer al menos 1 mes bajo estos cuidados.

Al pasar a cuarto, la rutina de atención de la familia y amigos se vio modificada.

El Dr. les comentó que tendrían que ir identificando las facultades, funciones, conocimientos y reflejos que manifestaba Sebastián y mando a un equipo de terapeutas. El

primer día pudo incorporarse y se sentó en una silla. Entonces llegó Fernando, un amigo íntimo de toda la vida y por primera vez sus papás lo vieron sonreír...

Su madre nos comenta:

> "Desde que recibí la noticia del accidente de mi hijo sentí cómo una enorme ola de agua fría caía sobre mi cabeza. Ante tal inmensidad, fue muy evidente mi fragilidad e impotencia. Para salir a flote como en el mar, no tenía que oponer resistencia. Tenía que aceptar lo sucedido y fluir con el día a día, poniendo toda mi atención a los pequeños-grandes detalles que me favorecían permanecer en el aquí y el ahora... es decir, en el presente. La sonrisa que esbozo mi hijo con su amigo, fue determinante para la decisión que tendríamos que tomar 12 días después cuando el Dr. autorizó la salida del Hospital: entre irnos de inmediato a la Cdad. de México para su rehabilitación o permanecer en casa el mes de Julio, para que conviviera con sus amigos, antes de que partieran a diferentes lugares para iniciar la Universidad"

En este mismo orden de ideas los Sres. De Palacio y Maza nos comentan:

> "Siguiendo los consejos de terapeutas y amigos, llevamos al cuarto del hospital, los objetos significativos de Sebastián que mantenía en su recámara, desde la loción que más le gustaba hasta sus uniformes de fútbol con los que se vestía diario en lugar de las batas de hospital o una pijama formal; adornos y cuadros que más le agradaban.... Todos estos objetos junto con las visitas de sus compañeros y amigos, nos permitieron establecer un ambiente más amigable que favoreciera el contacto con sus seres queridos y objetos significativos, lo cual, también favorecía las conexiones neuronales."

Los **recursos materiales que** permitieron la llegada de los papás de Sebastián, la contratación de los servicios del excelente neurocirujano, el alquiler de un cuarto de Hotel cercano al Hospital para poder descansar, meditar y estar a 5 min de terapia intensiva,

fueron claves para sobrellevar la estancia en el Hospital. Y por supuesto, el seguro de gastos médicos, que cubrió la estancia en el mismo.

Los **recursos personales:** de los jóvenes de 18 (Agustín) y 22 años (Julieta), muestran una gran "fuerza del yo" y muy proactivos, por lo que **toman las decisiones** claves de manera rápida y expedita, para que Sebastián estuviera con vida.

De igual manera, la **capacidad de enfrentar la crisis** que mostraron los papás, desde su llegada al hospital:

- ✓ Llegar a fondo y con claridad en la primera entrevista con el Neurocirujano para conocer con precisión el estado de gravedad de Sebastián;
- ✓ Quien pasaba a verlo a terapia intensiva;
- ✓ El estar atentos a los más mínimos avances de recuperación de su hijo, así como la primera sonrisa que esbozo su hijo cuando vio a su amigo Fernando. Esta sonrisa fue clave, para decidir regresar a casa en el mes de Julio y que Sebastián pudiera convivir con sus amigos, haciendo a un lado la propuesta de los terapistas para empezar de inmediato la rehabilitación en la CDMX.

Finalmente, la presencia constante de familiares y amigos **(recursos sociales),** favoreció la **adaptación al medio** de la Familia De Palacio y Maza en el Hospital a través de **la integración de los diversos subsistemas:** familia nuclear, familia extensa, amigos del colegio, profesionales médicos y enfermeras, los sacerdotes que se hicieron presentes, las cadenas de oración y de meditación que se formaron.

Es importante hacer resaltar que **los valores y sistema de creencias** que familiares y amigos comparten son afines. La creencia de un Ser Supremo, que es Padre de toda la Humanidad y que siempre se encuentra atento a las invocaciones para ayudar a sus hijos, protegerlos y guiarlos, entrelazo los esfuerzos, deseos y expectativas de todos los involucrados.

De esta manera el **macro-sistema** de la Familia De Palacio y Maza logró envolverlos, contenerlos y hacerles sentir que no se encontraban solos, sino con el apoyo de toda su comunidad. Se manifestó en cómo se organizaron los amigos para quedarse a dormir afuera de terapia intensivas, por parejas; A las 12 del día y 8.00 pm sus amigos bajan a la capilla y conducían una oración; las misas que en el hospital el Padre Emmanuel llevaba a cabo, etc. etc.

Finalmente, siguiendo a Taplin (1971), en torno a la importancia de **la perspectiva cognoscitiva para enfrentar una crisis,** vemos como la mamá de Sebastián sintió:

> "cómo una enorme ola de agua fría caía sobre mi cabeza. Ante tal inmensidad, fue muy evidente mi fragilidad e impotencia. Para salir a flote como en el mar, no tenía que oponer resistencia. Tenía que aceptar lo sucedido y fluir con el día a día…"

Esta actitud sin duda, les ayudó a ser muy positivos y pro-activos y no quedarse en la queja y lamentación, del porqué les había sucedido esto.

LOGRO DE AUTOSUFICIENCIA:

Julio 2007

¡La llegada a casa fue todo un reto!

Los Sres. De Palacio comentan:

> Ahora teníamos que organizar toda la infraestructura de la casa para que Sebastián pudiera deambular con confianza, hacerla funcional de acuerdo a sus nuevas necesidades y cómoda para que pudiera recordar todos los bellos y significativos momentos que había vivido en esa casa.
>
> Gracias al apoyo de Sonia, Jesús y su mamá, los arreglos de la casa se pudieron realizar: poner un barandal en las escaleras con puertas a la subida y a la bajada; instalar una regadera de teléfono en el baño y cubrir con hule espuma las esquinas donde Sebastián se pudiera lastimar; acondicionar una cama en la parte de abajo de la casa, etc. etc. La Sra. Lourdes por su parte nos consiguió apoyo doméstico. La primera noche en casa, Sebastián se levantó antes del amanecer y fue a nuestro cuarto acompañado de Rodrigo, el enfermero que estaba junto a él las 24 horas del día. Se quedó mirando, buscaba algo… salió de nuevo. Fue al cuarto de su hermana, la levantó y la llevó a nuestra recámara para que nos acostáramos los cuatro en la cama, como lo hacíamos en las mañanas cuando eran pequeños ó los domingos por las mañanas para planear el día. Esa fue la evidencia que habíamos tomado la decisión correcta al regresar a casa, en lugar de haber partido de inmediato a un centro de rehabilitación, como los terapeutas nos recomendaban.
>
> Nuestra meta para julio, fue muy precisa: que conviviera con sus amigos, se re-encontrara con los lugares y espacios físicos que frecuentaba y empezara su rehabilitación con el enfoque de estimulación temprana y la escuela Montessori a la que había asistido en pre-escolar. Aunque Sebastián ya caminaba, no tenía sentido de orientación, ni conciencia del tiempo (mañana/ tarde, antes/después), tomaba papillas pero no podía deglutir sólidos, ni calcular la cantidad de alimento a ingerir. Había que estimular la coordinación gruesa y fina para prepararlo para la lecto-escritura y que pudiera ser autónomo: bañarse, vestirse y comer sólo. Para nosotros sus papas, era tomar un respiro al estar en casa, estabilizar la mente para tomar la decisión adecuada sobre dónde llevar a cabo su rehabilitación. El apoyo que

sentimos de familiares y amigos fue primordial, pues sin ellos hubiera sido imposible llevar a cabo la sugerencia de los terapeutas de cambiarle de actividad cada 30 min. Había que favorecer a toda costa las conexiones neuronales y el primer año después del accidente era "el tiempo de oro" para lograrlo.

Nuevamente establecimos una rutina diaria: su papá lo sacaba a caminar, lo bañaba y lo arreglaba (coordinación gruesa). Su mamá se encargaba de enseñarle a comer; observar y registrar sus avances en las diferentes áreas aplicando los principios teórico-metodológicos de la investigación –acción para consultar con los especialistas, y terapeutas que actividades desempeñar. Su hermana se comunicaba con familiares y amigos para programar las actividades diarias de Sebastián, supervisar que se llevaran a cabo y participar en varias de ellas.

Paty y Lorena, que fueron maestras de pre-escolar de Julieta y Sebastián, elaboraron un programa de estimulación temprana una hora diaria cada una, de lunes a viernes, para prepararlo a la lecto - escritura.

Sonia, Rosy, Elba, Oscar y otros amigos, lo sacaban las mañanas al supermercado ó a sus casas para tener contacto con lugares conocidos y fomentar la estimulación continua.

Profesores y amigos de Sebastián lo sacaban todas las tardes a sus casas, al colegio, al centro de la ciudad, para reconocer los lugares que frecuentaba.

Una recomendación especial de los terapeutas, era que escuchara y cantara canciones en español pues este aprendizaje se encuentra en el lóbulo temporal derecho. Esto le ayudaría a recobrar el habla. El lóbulo temporal izquierdo fue el lesionado, donde se encuentra ubicada la lengua materna. Así, sus amigos organizaban tertulias de música y canto de rock en español. Nos grabaron un sin número de CD´S para que los tuviéramos en casa y poder escucharlos en el carro en los momentos de traslado.

Sus amigos, también fueron los responsables de re-enseñarlo a jugar con la pelota, patearla, y jugar al tenis. Estas acciones fueron decisivas para la recuperación de sus reflejos y la activación de ambos lóbulos temporales.

Los domingos continuamos con las misas del Padre Emanuel y amigos, pero ahora en casa, ya no en el hospital.

A lo largo de ese mes los Sres. Sánchez visitaron 4 centros y hospitales de rehabilitación. En 3 de ellos obtuvieron propuestas de intervención. En el Instituto Nacional de Rehabilitación que era su principal opción, Sebastián apenas pudo entrar a sus instalaciones arrastrando los pies, pues le recordaba el hospital en el que había estado internado por 30 días. Con estos antecedentes, eligieron un centro de cuidados y atención de día, en la Ciudad de México en la colonia San Miguel Chapultepec: REAPRENDE[6]

Los **recursos materiales** que se utilizaron para "organizar la infraestructura de la casa", fueron claves para hacer viable el mes de Julio en casa de los Sánchez, logrando la autosuficiencia de Sebastián. Aprendió a bañarse, a comer, a vestirse, lograr el sentido de orientación y conciencia del tiempo: mañana/ tarde, antes/después; sin enfrentar riesgos de caídas o lesiones físicas. Así mismo, les permitió a los papás "tomar un respiro al estar en casa, estabilizar la mente para tomar la decisión adecuada sobre dónde llevar a cabo su rehabilitación."

Los **recursos sociales** representados por los amigos de los papás y de los hijos, se organizaron en redes, para mantener a Sebastián con diversas actividades cada 30 min.:

[6] www.reaprende.com.mx

llevarlo físicamente a lugares donde ellos habían convivido con él para favorecer la reconexión neuronal, enseñarle a jugar nuevamente con la pelota; cantar, etc Los amigos de los papás por la mañana y los amigos de los hijos por la tarde.

Estos apoyos permitieron nuevamente a Sebastián y su familia, **Adaptarse al medio**. Ahora eran una nueva familia, con necesidades, requerimientos y apoyos diferentes. **La integración de los diversos subsistemas,** a través de las redes de amigos que se organizaron para llevar actividades específicas, con mucha creatividad y entusiasmo

Los **recursos personales** de Sebastián empezaron a manifestarse: "La primera noche en casa, Sebastián se levantó antes del amanecer y fue a nuestro cuarto… se quedó mirando, buscaba algo… salió de nuevo. Fue al cuarto de su hermana, la levantó y la llevó a nuestra recámara para que nos acostáramos los cuatro en la cama.".

La perspectiva cognitiva, que ayudó a sus padres a ver la crisis: la rehabilitación de su hijo y el manejo de la neurociencia, que era totalmente desconocida para ellos, como un área de oportunidad. Una nueva área de investigación-acción que tenían que llevar a la práctica, con toda la sistematicidad y rigurosidad que el caso lo requería. Simultáneamente, con toda la apertura y creatividad que ellos y sus redes de familiares y amigos fueron recreando. Iluminados por la Fe y convencimiento que el Padre Supremo estaba con ellos.

Agosto, Septiembre y Octubre del 2007

La asistencia al Centro de Rehabilitación Reaprende era de 9.00 a 14.00 hrs. con 5 terapias diarias y el espacio de convivencia para tomar el refrigerio. La idea inicial era permanecer

6 meses en el Reaprende hasta que Sebastián lograra además de completar sus cuidados diarios, recuperar la lectura, la escritura y operaciones básicas de matemáticas.

Afortunadamente al ingresar había dado un avance significativo por toda la estimulación recibida en el mes de Julio con sus maestras y amigos, lo cual les reconfortó aún más. La primera semana de Agosto, Julieta se metió con él al Reaprende para apoyarle en la inducción y darle confianza.

En las tardes, organizaron actividades como ir a caminar al parque; visitas de amigos de sus primos para jugar dominó con él; una tarde a la semana salía de paseo con su tía; empezó clases de piano para mejorar la coordinación fina; los miércoles por la tarde asistía al Centro de Meditación de Brahma Kumaris en la Nueva Santa María; recibía las visitas de sus amigos que se habían ido a estudiar a la ciudad de México, y otras actividades más.

El avance de Sebastián continuó siendo tan significativo, que la Directora del Reaprende, les dijo que no era necesario que estuviera los 6 meses, así que en octubre tan solo asistió 3 días a la semana en vez de 5, en espera de poder regresar a Tlaxcala para el mes de Nov.

Nuevamente, Sebastián volvió a superar las expectativas de su rehabilitación y estuvo solamente 3 meses en el Reaprende.

Este avance les resultó muy paradójico. Si bien para el concepto de autonomía y/o autosuficiencia que los terapeutas neurológicos manejan, Sebastián ya era un individuo independiente; para los padres de Sebastián, aún faltaba mucho para alcanzar los niveles de desempeño que el mismo mostraba antes del accidente. A lo largo de estos 5 meses, habían escuchado y visto varios ejemplos de chicos que habían pasado por la misma

situación y en el mejor de los casos, los jóvenes habían transitado por nuevos caminos para continuar su vida. Sus padres los habían incorporado a su negocio familiar diseñando tareas específicas a implementar de acuerdo a las habilidades que habían conservado o vuelto a desarrollar, o incluso otros, les habían montado micro empresas adecuadas para asegurar su sostenimiento económico.

Los Sres. De Palacio y Maza comentan que no era la expectativa que ellos mantenían para su hijo, ni Sebastián mismo se veía realizando actividades diferentes.

La Directora de Reaprende les comentó con toda franqueza que ella ya no podía continuar aportando a la recuperación de Sebastián, pero sabiendo que toda la Familia De Palacio y Maza iba por el 120% de su rehabilitación, les recomendó que Sebastián regresara al colegio y sobre la marcha misma ir visualizando sus alcances.

Esta propuesta, les abrió el panorama a sus papás para continuar adelante y la alternativa más natural era que Sebastián volviera a cursar 3ro. de Preparatoria. Pero cual va siendo su sorpresa, que el propio Sebastián se negaba a regresar al 3ro de prepa pues decía que ya la había cursado. Él quería ir a la Universidad como el resto de sus amigos lo estaban haciendo.

La Familia De Palacio y Maza aprecia en todo lo que vale, la honestidad profesional de la Dra. Adriana, su calidad humana y la adecuada conducción del proceso de rehabilitación de Sebastián.

Sabemos que las crisis se consideran puntos decisivos de cambio, donde el peligro y la oportunidad coexisten, y donde los riesgos son altos. Además de la amenaza de la vida, la amenaza a la salud psicológica está implícita en el concepto de crisis. El presente caso nos

muestra como la Familia De Palacio y Maza dio una solución a la crisis para mejorar cada uno como persona y la familia en su conjunto. Aunque el accidente lo sufrió Sebastián de 18 años, el proceso de crecimiento y transformación que cada uno de los miembros de la familia nuclear afronto son significativos. Nos comentan que ninguno de ellos se puede manejar como antes. Ante situaciones nuevas, inesperadas y desconocidas como son la generación de nuevas sinapsis en el cerebro; la importancia del apoyo afectivo y las relaciones sociales e interpersonales para enfrentar las crisis; la importancia de la Fe y el compartir los mismos valores con familiares y amigos, fueron herramientas de soporte que les permitieron resolver esta crisis y enfrentar nuevamente la vida de cara al futuro.

Vamos por más: Nov y Dic del 2007

Una vez más, se terminaba una etapa y daba inicio a otra nueva. Su madre nos comenta:

> "Hasta entonces la medicina nos había marcado el rumbo y los lugares y terapias a las cuales acudir... Ahora era diferente, para la ciencia Sebastián había alcanzado su autosuficiencia pero para nosotros todavía faltaba un gran trecho por recorrer. Nos fue claro a su padre y a mí que ahora, más que nunca, la pelota se encontraba en nuestra cancha.....nuestro ingenio y creatividad estaban en juego, pues nuestro hijo contaba con todo nuestro compromiso y determinación.
>
> Así nos acercamos con la Directora de Preparatoria de su escuela en Tlaxcala quien amablemente nos abrió las puertas y estructuramos un programa de asesorías en el área de matemáticas, historia universal y literatura para ejercitar las matemáticas que tanto le gustaban y la lecto-escritura.
>
> Adicionalmente una maestra del Tecnológico de Apizaco, amiga nuestra, nos apoyó con Sebastián, dos tardes a la semana implementando el "Programa de Enriquecimiento Instrumental" del Dr R Feuerstein y Mildred B. Hoffman. El Dr.

> Feuerstein es el fundador y director del Centro Internacional para la Mejora del Potencial de Aprendizaje (ICELP) en Jerusalén, Israel. Nacido en Rumanía en 1921, las teorías de Feuerstein y sistemas aplicados se han implementado tanto en las aulas clínicas como en las instituciones académicas."

Noguez, S. (2002) en su entrevista con el Dr. Reuvens Feuerstein habla de la maleabilidad de la inteligencia que ha dado lugar a más de 2,000 estudios de investigación científica y un sinnúmero de casos de estudio con diferentes poblaciones de aprendizaje. Fue profesor de niños sobrevivientes del Holocausto hasta 1948. Vio que estos niños cuyas familias y culturas habían sido destruidas en el Holocausto necesitaban atención. Así, comenzó una carrera que asistió a las necesidades psicológicas y educativas de los niños refugiados inmigrantes. El Programa de Enriquecimiento Instrumental de Feuerstein (EIF) está integrado por 14 instrumentos; cada uno de ellos está enfocado a una función cognitiva determinada que, al ser trabajada, propicia la corrección de deficiencias cognitivas relacionadas. El aprendiz avanza a través de una serie de ejercicios con criterios de complejidad y abstracción crecientes, los cuales van acompañados de elementos novedosos que propician el interés y la motivación intrínseca para realizar las actividades del programa.

La meta a alcanzar en esta ocasión, era evaluar el manejo de las matemáticas en Sebastián y en la lecto-escritura, para visualizar su incorporación a la Universidad. Previo al accidente había sido aceptado en el ITAM a cursar la carrera de Actuaria.

Adicionalmente como en todas las etapas anteriores, el ejercicio físico ocupó un lugar especial en la rehabilitación de Sebastián. Continuó jugando tenis con sus compañeros, pero

ahora de una manera más profesional, pues el doctor les comento que en cuanto jugara bien al tenis, podría empezar a conducir un automóvil de nuevo, pues era señal que sus reflejos estaban al 100%.

Su padre nos comenta:

> "Una tradición en nuestra familia es escalar las montañas. A los seis años, Sebastián subió por primera vez la Malinche y así en reiteradas ocasiones escaló dicha montaña. A los 16 años subió por primera vez el Iztaccihuatl y por segunda a los 17 años. Para ascender a las montañas es necesario: prepararse física y mentalmente, planearlo con anticipación, trabajar en equipo, realizar un esfuerzo significativo, tener capacidad de logro y mucho corazón, mucho coraje! Por esto fue altamente motivante para nuestra familia y para Sebastián mismo, que solo seis meses después del accidente pudiera volver a subir a la cima de la Malinche con amigos y familiares. Y quince días más tarde, de acuerdo a lo planeado, ascendió a 4,600m de altura del Iztaccíhuatl."

Como Viney (1976) indica, la resolución de las crisis, pone de manifiesto la reorganización y reintegración del funcionamiento personal y familiar. Si aunamos a esta premisa, la actitud y determinación de toda la Familia De Palacio y Maza, se hace visible como el ingenio, creatividad y flexibilidad de cada miembro de la familia, son las actitudes que posibilitan la reorganización y reintegración de Sebastián a una nueva forma de vida. Los centros de rehabilitación fisiológica, lo daban por rehabilitado. Nuevamente, familiares y amigos, y de manera especial su escuela de preparatoria, les posibilita la reintegración de Sebastián a retomar su camino de vida. A partir de esta etapa, es cuando Sebastián tiene mayor número de recuerdos. Es “la fuerza de su yo, y su historia previa”, lo que lo empujan a seguir adelante, con gran talante y determinación.

CAPITULO CUATRO: CONCLUSIONES

¿Qué aprendemos de este caso?.... Hacer posible lo imposible

Resulta evidente, que cualquier circunstancia catastrófica en la vida se puede presentar de una manera fortuita, inesperada, de repente. Y cuando enfrentamos cualquier sación crítica, la sabiduría popular ha hecho que nos percatemos del sentimiento de pérdida: "nadie sabe lo que tiene hasta que lo ve perdido".

Por otro lado, cuando identificamos una crisis (ya sea circunstancial o crisis de desarrollo) la emoción que nos embarga es la incertidumbre: "¿Qué voy a hacer?".

Inmediatamente sentimos miedo, perdemos la esperanza y nos ponemos en situación de derrota interna. Este sentimiento, provoca en nosotros los recuerdos de todas las derrotas, crisis y problemas del pasado. Esto, sin lugar a dudas, nos hace sentirnos incapaces e impotentes, y por otro lado nos lleva a perder la creatividad, la paciencia, el buen humor, la energía y las ganas de enfrentar la situación.

Una crisis, en efecto, es una situación crítica; pero si solo le vemos su lado negativo, es inevitable que se convierta en algo peor, porque estoy proyectando sobre la crisis una imagen tremendamente negativa, lo cual tiene un impacto. Desafortunadamente, esta proyección es algo que hacemos todo el tiempo con las personas, los objetos y las situaciones: las *juzgamos y etiquetamos.* Y cuando ponemos etiquetas, no estamos en la disposición mental, emocional, ni afectiva, de crear y encontrar soluciones, y se tiende más bien, a la *victimización.* Entonces nos surge la interrogante:

¿Cómo resolver las crisis?

Frente a las crisis lo más importante es la ***actitud***.

En la descripción de las Primeras Reacciones, la actitud de Julieta era muy proactiva y positiva, tan es así, que su amigo médico optó por no comentarle nada sobre la gravedad del asunto y junto con sus otros compañeros, decidieron apoyarla en todo lo que quisiera. De manera similar, cuando el papá de Sebastián le preguntó al Dr. Álvarez Dib haciendo uso de dos plumas sobre su escritorio: "Si trazamos una línea recta donde en un extremo está la vida y en el otro la muerte, ¿en dónde se encuentra mi hijo?". Esta pregunta manifiesta una necesidad de precisión para poder generar los escenarios posibles ante los que se encontraban, lo que nos muestra una actitud responsable para identificar donde estaban parados y desde ahí "lanzar las flechas", hacia donde tendrían que transitar.

Y finalmente su madre, nos comentó que para salir a flote como en el mar, no tenía que oponer resistencia. Tenía que aceptar lo sucedido y fluir con el día a día, poniendo toda su atención a los pequeños-grandes detalles que le favorecían permanecer en el aquí y el ahora.

Esta actitud positiva y proactiva de los 3 miembros de la familia de Sebastián, se mantuvo a lo largo de todo el proceso, coloreada en mayor y/o menor medida por la **creatividad** para encontrar las soluciones pertinentes para Sebastián y para ellos, de acuerdo a su entorno, contactos y posibilidades reales de actuación en cada situación. Así se manifiesta, cuando sus papás deciden, no irse de inmediato a la CDMX a la terapia de rehabilitación y mejor regresar a Tlaxcala pues vieron por primera ocasión a su hijo sonreír con su amigo Fernando.

Y al tomar esta decisión, de manera creativa empezaron su rehabilitación con las maestras de Montessori que habían tenido sus hijos. Julieta organizó un roll de apoyo de familiares y amigos que recogían a Sebastián cada día, para ir a visitar sus casas, el colegio, tiendas, restaurantes y recordar lo que sus acompañantes y Sebastián habían vivido en esos lugares, así le permitiría realizar más sinapsis neuronales; el enseñarle a jugar con la pelota y el tenis; empezar a cantar canciones de rock en español, y así con todas estas actividades lograron una fuerte estimulación sináptica neuronal. Favorecieron la comunicación y la convivencia del amor creativo, que substituyó por ese mes al 100%, al trabajo profesional de terapeutas profesionales.

Importancia de darnos un espacio interno para discernir y tomar decisiones.

Este tiempo (el mes de julio) les permitió a los 4 miembros de la familia el re-encontrarse en el hogar mismo, después de los 30 días que permanecieron en el hospital, y de los 20 días que estuvieron de viaje los papás. Viviendo y experimentando las secuelas que el accidente le había provocado a Sebastián, (tuvo que aprender a deglutir y comer solo, a manejarse adecuadamente en el día y la noche, a bañarse, vestirse, a hablar, etc. etc.) pero a la vez se dieron el espacio y el tiempo para analizar todas las alternativas que les llevarían a la rehabilitación completa de Sebastián. Estuvieron en contacto con hospitales, centros de rehabilitación, doctores, especialistas terapéuticos, etc. Tiempo indispensable para llevar a cabo un sano proceso de discernimiento y toma de decisiones.

En paralelo, le permitió a cada miembro de la familia, estar en contacto consigo mismo, *reorganizarse y reintegrarse personal y familiarmente*, como Viney (1976) lo apunta. Entre

más confianza tenemos en nosotros mismos, mas amor hay en lo que se hace y hay más poder para lograr el éxito y la tranquilidad que anhelamos. Gran parte de la tarea es volver a tener confianza en uno mismo, ser consciente de nuestras capacidades y de que nadie es víctima de la situación.

Ámbito familiar.

En el tema de las crisis, es sumamente importante detenerse a reflexionar un poco sobre la relación con nuestros familiares. Se trata de un espacio de gran aprendizaje, pues ellos conocen todos los botones que nos hacen reaccionar. Así nuestras relaciones cercanas a nivel afectivo, son las que además de darnos satisfacción y bienestar, también nos dan los mayores desencantos y tristezas.

Virginia Satir nos comenta que es en la familia el lugar donde pueden encontrarse el amor, la comprensión y el apoyo, aun cuando todo lo demás haya fracasado. Así le sucedió a Sebastián, fue el lugar donde pudo recuperar el aliento y sacar nuevas energías para enfrentarse mejor al mundo exterior. Así, también nos lo comentan los otros 3 miembros de la Familia.

Es de llamar la atención en el caso de Sebastián, que aunque tiene pocos recuerdos de los meses de junio, julio y agosto su actitud y determinación por salir adelante, se manifestaba a lo largo de todo el día, con cada ejercicio de rehabilitación. Sus padres nos comentan que ponía atención a las explicaciones del día y la noche y su necesidad de dormir; a la importancia de salir a hacer ejercicio y guardar un horario que gráficamente se le mostraba día a día, para que entendiera en que momento (horario) estaba y que actividad le

correspondía. Es a partir de septiembre, que sus decisiones y toma de conciencia está más presente y va marcando al resto de la familia el ritmo y rumbo a seguir de acuerdo a sus avances.

De esta forma, visualizamos en la Familia De Palacio y Maza una familia nutricia por la comunicación directa, clara y sincera que mantienen entre ellos; con una auto-estima alta que no se empequeñece por las adversidades que vivieron. Con normas flexibles, amorosas, humanas y sujetas a cambio. Con un enlace abierto a la sociedad, de manera confiada, como lo demuestra su relación con médicos, terapeutas, e instituciones de salud y educativas.

Sin embargo, hay que reconocer que gran parte de las crisis surgen debido a los deseos y expectativas que tenemos hacia los demás. Esto se da de manera recurrente en el ámbito familiar y nos lleva a querer planear y controlar sus vidas: “mi papa no debe morir, mi mamá tiene que envejecer muy bien, mis hijos no deben ser drogadictos, mi esposo tiene que ser bueno” pero al asumir las relaciones desde esta perspectiva, olvidamos que en la vida, como en la lotería, a cada persona le toca un boleto distinto, un papel distinto que tienen que desempeñar y que todos tenemos libre albedrío.

En cierta forma, hemos perdido la perspectiva del respeto hacia los derechos y las libertades de los demás. Nos hemos apropiado de la gente. Lo cierto es que al estar así de aferrados a los demás, terminamos pensando en cómo el otro debería comportarse con uno: “debería llamarme, debería cuidarme, debería estar aquí a esta hora” y así, de tanto obligar a los a

los demás a ser lo que deseamos de ellos, terminamos creando películas de Disneylandia en nuestra mente.

En definitiva, nunca debemos perder de vista, aunque estemos pasando por una crisis de desarrollo o circunstancial, que aunque una persona nos de problemas, es digna de amor, incluso si no es “buen hijo” o “buen esposo” o “buen amigo”; esa persona, al igual que nosotros, necesita amor desinteresado, incondicional. Esta forma de amar no es fácil y se tiene que aprender, ya que el problema no es el otro, sino las ataduras del propio corazón, las expectativas y deseos que he imaginado sobre cómo debería ser su comportamiento.

El poder para cambiar… poder para transformarse.

Tocar el tema de las ataduras del corazón, nos alinea con el tema del cambio, de la transformación. Si queremos algo, es necesario hacer el esfuerzo y abrazar el cambio.

Algunas crisis existenciales nos surgen, porque hemos caído en la cuenta que no podemos ser felices de la forma en que estamos viviendo. Ante esta apertura de visión, la honestidad y el observarse así mismo con atención, nos dan el poder necesario para cambiar. Reconocer lo que está mal en mí, permite apreciar el cambio que uno tiene que hacer para superar las crisis y las dificultades.

Sin embargo, estos cambios pueden planearse y llevarse a cabo poco a poco, acumulando fuerza interior, con paciencia. Para ello requiero apreciar los espacios de soledad, de introspección y disfrutar del silencio interior. Sin embargo, algunas personas, por temor a estar solas, prefieren estar “mal acompañadas”, lo que las hace sufrir.

Como ya se puntualizó, el problema de las crisis es justamente cómo las enfrentamos, cómo las vemos y cómo nos posicionamos ante ellas. La imaginación bien utilizada nos permite ver las crisis como ocasiones para mejorar, en vez de percibirlas solamente como causa de sufrimiento y dolor.

A lo largo de este estudio de caso, la necesidad de cambio y de transformación, tanto de Sebastián como de su familia nuclear, fue debido al accidente automovilístico que el joven de 18 años enfrentó. A lo largo del presente escrito, se pone de manifiesto la actitud proactiva y muy creativa que mantuvieron ante la crisis circunstancial del accidente. A la distancia, este incidente es visto por la familia en su conjunto, como un punto de inflexión para crecer, auto transformarse y ver las nuevas posibilidades que la vida puede allegarles, con la convicción que lo único que te inmoviliza es la muerte.

Bernard, V. y Lizana, M. (2016) nos dicen: "Manejar las crisis implica volver a mirar hacia adentro y preguntarse: ¿Qué es lo que yo no acepto, qué es lo que yo no entiendo, y que es lo que yo no hago para resolver las crisis? No se puede dar lo que no se tiene... No hacer nada malo es insuficiente: hay que hacer cosas buenas en la vida, ya que seremos juzgados por nuestros actos."

Valores que guían nuestra actuar.

Para dar respuesta a las interrogantes anteriores, requiero darme un tiempo, un espacio de silencio interior. No tanto del silencio externo, sino bajar la velocidad de los pensamientos que uno crea. Hacer cada vez más espacio entre cada uno, y así empezaré a sentir cada vez más paz. A este proceso se le llama de introspección, y gracias a él, uno empieza a

desarrollar un gusto por estar solo consigo mismo. La introspección es una burbuja de energía, que vuelve a llenar el alma y gracias a ese esfuerzo es posible volver a controlarse. Cuando uno toma la disciplina de observarse, ante cualquier dificultad o caos, uno puede decidir cómo actuar.

Si retomamos la analogía de los pensamientos como semillas, es claro que si sembramos una semilla de pensamiento positivo y limpio, y nos concentramos en ella, le daremos energía, así como el sol se la da a la semilla que yace en la tierra. Y así como la semilla despierta y empieza a crecer, así los pensamientos en los que nos concentramos despiertan y empiezan a crecer. Por lo tanto, sembremos pensamientos positivos, y tengámonos paciencia, honestidad y humildad en este proceso de observarnos, para sembrar la semilla del cambio y transformación.

Es necesario hacer un esfuerzo claro para ser feliz. La Familia De Palacio y Maza lo tenía claro. Así como mantenemos a nuestro cuerpo saludable y en forma, también hay que nutrir y recargar nuestro espíritu. Cuando uno practica la meditación vuelve a ser uno consciente de quien es y puede observar lo que siente, y así puede llegar a los rasgos de personalidad más profundos y transformarlos. Todos estos momentos de meditación que la familia nuclear procuró; la invitación a otros familiares y amigos a sumarse a esta invocación espiritual, desde el inicio del relato cuando Julieta se encontraba en la cafetería del hospital aguardando a que la primera intervención quirúrgica terminara, les permitió generar una atmósfera de confianza y positividad en torno al incidente. Con esta confianza, se pudieron desprender del pasado, (culpas, averiguaciones innecesarias de como sucedió

el accidente, porque a Sebastián le tenía que suceder esto? etc.) y les permitió aventurarse con valor en lo que se iban proponiendo, paso a pasito…

Con todo lo descrito, podemos concluir que podemos**: ¡¡Hacer posible lo imposible!!**

BIBLIOGRAFÍA

Bhullar, A. (2015). *The Growth of Spiritual Intelligence*. Indian Journal of Educational Studies : An Interdisciplinary Journal 2015, Vol.2, No.1, ISSN No. 2349-6908

Bernard, V y Lizana, M. (2016) Meditar para ser Feliz: el arte de manejar las emociones. Asociación Espiritual Brahma Kumaris, Costa Rica

Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. New York: Basic Books

Céspedes, G (2005). *La nueva cultura de la discapacidad y los modelos de rehabilitación*. Aquichán vol.5 no.1 Bogotá Jan./Dec. 2005

De Peretti, A. (1973). *Libertad y Relaciones humanas*. Editorial Marova: Madrid

Emmons, R. (2004). *Spiritual Intelligence*. [Documento en línea]. Disponible en http://mindwise.com/spiritual_intelligence shtml [Consulta: 2015,]

Gallegos, Ramón (2013) Inteligencia Espiritual Amazon kindle. Mexico

George, M. (2006). *A la luz de la Meditación: una guía para meditar y alcanzar el desarrollo espiritual,* Brahma Kumaris World Spiritual University, Editorial Kier, Argentina

Guzman, J. (2017) *CÓMO LIDERAR A LOS MILLENNIALS EN LAS ORGANIZACIONES.* Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de: Especialista en Alta Gerencia. Universidad Militar de Nueva Granada. Bogotá, Colombia.

Janki, D. (2004). *De dentro a fuera: una mejor forma de vivir, aprender y amar*. Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris, Barcelona.

Lafarga J, (1988) *Desarrollo del Potencial Humano* Vol 1,2,3, Edit. Trillas 1988

Miller, K. & Iscoe I. (1963) *The Concept of Crisis: current status and mental health implications.* Human Organization,

Minuchin, S. y Nichols, M. (1994) *La recuperación de la familia: Relatos de esperanza y renovación.* Paidós Terapia Familiar. Ediciones Paidós Ibérica, S. A.

Navalón, A. (2017) Millennials: dueños de la nada. ¿Vale la pena construir un discurso para aquellos que no tienen la función de escuchar?, *EL PAIS*, 13 de Junio

Noguez, S. (2002) El desarrollo del potencial de aprendizaje Entrevista a Reuven Feuerstein. *Revista Electrónica de Investigación Educativa REDIE* vol.4 no.2 Ensenada nov. 2002 versión On-line ISSN 1607-4041

Rogers, C. (2007) *El Camino del Ser*. Editorial Kairós: Barcelona.

Sandoval, V. (2013) México, séptimo lugar en accidentes de tránsito: OPS, *W Radio,* 01 de enero,http://www.wradio.com.mx/noticias/actualidad/mexico-septimo-lugar- en accidentes-de-transito-ops/20130101/nota/1818146.aspx.

Satir, V., y Baldwin, M (1983). Satir paso a paso: una guía para crear cambios en las familias. Palo Alto, CA: Libros de Ciencia y Comportamiento

Satir, V. Banmen, J., Gerber, J., &Gomori, M. (1991). *The Sartir model: The family and beyond*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books

Satir, V. (2002) *Terapia Familiar paso a paso* .Edit. Pax México, Librería Carlos Cesarman, SA

Sayles, C (2002) Cambio transformacional: basado en el modelo de Virginia Satir Marzo de 2002, Volumen 24, Número 1, pp 93-109 Rev. Terapia familiar contemporánea

Sinek, S. (2016, Octubre 29) Millenials in the Workplace, Inside Quest. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=MplyK9jrzqc

Slaikeu, K. (2000) *Intervención en crisis: Manual para práctica e investigación*. Editorial El Manual Moderno, SA de CV Mexico

Strano, A. (2000) *Descubrir la Espiritualidad.* Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris, Barcelona

Taplin, J. R. (1971) *Crisis Theory: Critique and reformulation*. Comunity Mental Health Journal, 1971, 13-23

Viney, L.L, (1976) The concept of crisis: A tool for clinical psycologists. *Bulletin of the British Psychological Society, 1976, 29, 387-395*