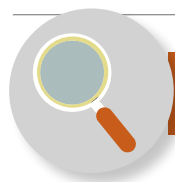


Lizzeth Sánchez ◀ Retos en la psicoterapia para personas con discapacidad



Perspectiva

Retos en la psicoterapia para personas con discapacidad

Lizzeth Sánchez

Escuela de Ciencias Psicológicas / USAC

Resumen

La ponencia “Retos en la psicoterapia para personas con discapacidad” fue compartida en el III Congreso de Psicología Clínica “Psicología y pandemia, retos para la atención” que realizó la Unidad Popular de Servicios Psicológicos y la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala los días viernes 30 y sábado 31 de julio del año en curso. Esta ponencia tuvo como objetivo reflexionar sobre la psicoterapia que se da, o no se da, a las personas con discapacidad y los retos que esto conlleva en modalidades presenciales y a distancia para poder contribuir en la sociedad y ser cada vez más inclusivos, dejando de pensar en una “psicología especial” para pensar en una “psicología/psicoterapia para todos”.

Palabras clave

Ajustes razonables, acciones afirmativas, barreras, inclusión, motivo de consulta.

Abstract

The presentation “Challenges in psychotherapy for people with disabilities” was shared at the III Congress of Clinical Psychology “Psychology and pandemic, challenges for care” held by the Popular Unit of Psychological Services and the School of Psychological Sciences of the University of San Carlos de Guatemala on Friday, July 30 and Saturday, July 31 of this year. This presentation aimed to reflect on the psychotherapy that is given, or is not given, to people with disabilities and the challenges that this entails in face-to-face and distance modalities to be able to contribute in society and be increasingly inclusive, leaving to think of a “special psychology” to think of a “psychology / psychotherapy for all”.

Keywords

Reasonable accommodation, affirmative action, barriers, inclusion, reason for consultation.

Introducción

Este trabajo explora algunos retos en la psicoterapia para personas con discapacidad tanto en modalidad virtual como presencial, la información compartida fue obtenida por medio de una investigación de carácter exploratorio realizada con personas con discapacidad, con el objetivo de conocer su experiencia al recibir terapia psicológica.

La psicoterapia para personas con discapacidad (PCD) no ha sido estudiada profundamente, pues se tiene la creencia que el quehacer psicológico se basa en la evaluación y diagnóstico. En algunos casos donde el profesional le da seguimiento al diagnóstico se pretende realizar una planificación del proceso con el fin de “rehabilitar” a la persona o el psicólogo lo refiere a una institución donde brindan “educación especial” o a un profesional especializado con el mismo fin.

En la sociedad hay una creencia latente en cuanto a la “normalización” de las personas con discapacidad, por ello se tiene una visión diferente respecto a la psicoterapia para personas con y sin discapacidad. En ocasiones la aplicación de pruebas psicológicas puede ser parte del proceso. No obstante, debe evitarse que estos procesos evaluativos sean el cen-

tro del acompañamiento psicoterapéutico, pues no siempre este es el objetivo principal para buscar este servicio.

En muchas ocasiones las personas con discapacidad buscan la psicoterapia por diversas razones, que pueden o no estar vinculadas a la condición de discapacidad. Por lo anterior, en este trabajo se abordarán los temas de psicoterapia y discapacidad, así como algunos retos de la psicoterapia en modalidad presencial y modalidad a distancia/virtual.

Psicoterapia y discapacidad

Al hablar de discapacidad, se tienen en mente múltiples terapias de acuerdo a la condición de discapacidad y lo que se requiere “rehabilitar” para “normalizar” a la persona. No obstante la psicoterapia no tiene este objetivo,

sino acompañar a la persona en situaciones específicas de la vida diaria, relativas a la familia, al trabajo, socialización, etc.

La psicoterapia, entonces, es una relación entre dos personas donde una de las partes, el psicólogo, intenta promover el desarrollo, maduración y las capacidades de la otra persona que solicita este servicio (Rogers, 1972). Cabe resaltar que la psicoterapia puede incluir evaluaciones en su proceso, pero no se limita a realizarlas en todo momento, ni es exclusivo para las PCD.

El proceso psicoterapéutico para PCD dependerá de los conocimientos y experiencia del profesional, no específicamente de la condición de discapacidad de la persona que solicita el servicio. Este proceso lo rige el motivo de consulta y las características de los clientes. Comúnmente se realiza terapia verbal para adolescentes y adultos y terapia de juego para niños, con o sin discapacidad. Lo importante del modelo a utilizarse es que sea beneficioso para lograr los objetivos de cada caso y se realicen las adaptaciones correspondientes.

Mientras que el motivo de consulta guía el proceso y modelo a utili-

zar en psicoterapia, la condición de discapacidad es fundamental para poder realizar las adaptaciones, ajustes y/o acciones afirmativas necesarias para cada caso y así poder ofrecer el servicio con calidad y en igualdad de condiciones. Los motivos de consulta de los clientes son muy variados y pueden o no estar asociados a la condición de discapacidad. Es conveniente evitar los prejuicios respecto a este punto.

El proceso de psicoterapia lo puede solicitar cualquier persona con o sin discapacidad, sin embargo, debe cumplir con ciertos requisitos: como desear tener este acompañamiento, pues la disposición de la persona es vital para obtener resultados favorables. Otro requisito es que el cliente tenga las condiciones económicas para poder costear este servicio. En caso contrario hay posibilidades de buscar un centro de práctica psicológica del área clínica para que las personas puedan tener psicoterapia sin costo o a bajo costo. Por ejemplo, la Unidad Popular de Servicios Psicológicos (UP) brinda sus servicios de manera gratuita, está abierta a todo público desde niños de 5 años en adelante, en sus jornadas matutina y vespertina. La UP cuenta con profesionales que acompañan a los practicantes

para que puedan dar un servicio de calidad.

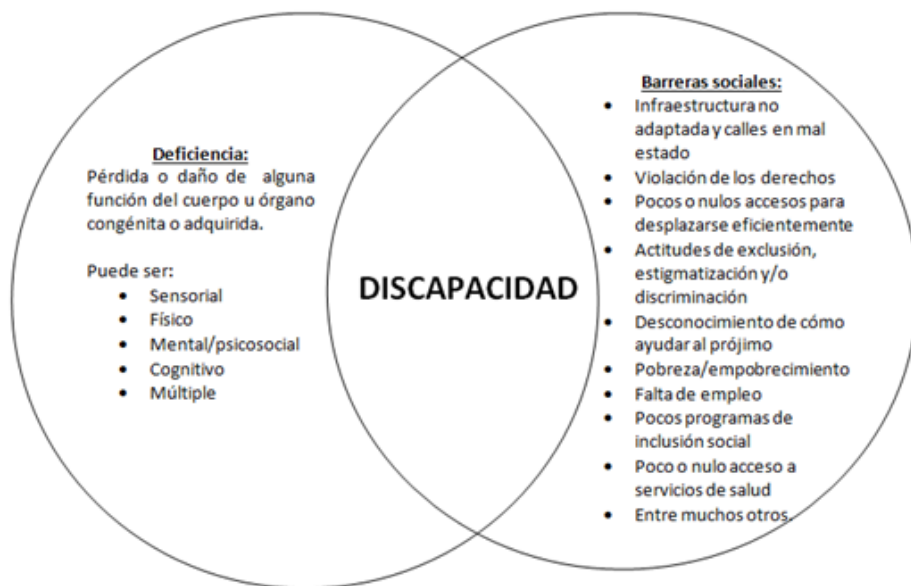
Discapacidad

La discapacidad se define de acuerdo a los paradigmas y modelos que se han desarrollado a través de la historia. Según el modelo social, la discapacidad se relaciona con un hecho social en el que la persona se encuentra en desventaja y se caracteriza

por la vivencia de barreras, poca o nula participación, violación de derechos (Shakespeare y Watson, 2002 y Tobar, 2011)

La discapacidad de acuerdo a este modelo no se atribuye a la persona, sino de la persona con una deficiencia que está rodeada de diversas barreras que obstaculizan su inclusión plena en la sociedad. Esto se puede graficar de la siguiente manera:

Diagrama 1
Diferencias entre deficiencia y discapacidad





Se debe considerar que el modelo de la discapacidad tiene enfoque de derechos y vela por su cumplimiento en igualdad de condiciones que las personas sin discapacidad con el fin de tener una sociedad inclusiva.

Inclusión en psicoterapia

Para lograr la inclusión se deben eliminar las múltiples barreras que obstaculizan la inclusión social de las PCD. Para lograr esta inclusión en el ámbito de la psicoterapia se deben considerar las barreras que las PCD han experimentado por parte de los psicólogos en sus consultorios. Estas barreras pueden ser físicas/arquitectónicas, de comunicación y sociales, por ejemplo, los prejuicios, referir a los clientes a otros colegas o instituciones por desconocimiento en materia de discapacidad, no tener un consultorio/oficina adaptada al diseño universal, entre otros.

Algunas recomendaciones que los profesionales deben tomar en cuenta para poder brindar psicoterapia a PCD son:

- Formarse en materia de discapacidad con enfoque de dere-

chos y tener actualización constante.

- Tomar en cuenta en todo el proceso psicoterapéutico a las PCD para cualquier decisión.
- Conocer y realizar ajustes razonables y acciones afirmativas para que las PCD puedan llevar el proceso psicoterapéutico en igualdad de condiciones.
- Apegarse al código ético en todo momento.
- Adaptar todo el material y recursos para que sean accesibles para todos.
- Conocer, aprender y práctica la lengua de señas.
- Conocer, aprender y practicar la escritura en Braille para poder tener todos los documentos que se utilizan en el proceso psicoterapéutico accesibles para PCD visual o realizar documentos a computadora/digitales que puedan ser accesibles para los programas de lectura que utilizan las PCD visual.

La formación en discapacidad es importante para poder brindar psicoterapia a PCD pues se ob-

tienen conocimientos respecto a sus derechos. No obstante, esta formación no es exclusiva para los profesionales de la psicología, sino para todos los profesionales a los que puedan ser requeridos sus servicios.

Acciones afirmativas y ajustes razonables

El objetivo último es que se tenga una sociedad para todos, que sea accesible y que promueva la participación social de las PCD. Mientras este objetivo se cumple para lograr igualdad se deben realizar acciones afirmativas y/o ajustes razonables. Ambas son acciones que benefician la inclusión, solventan temporalmente las barreras existentes hasta que se vuelva accesible.

De acuerdo a la Convención sobre Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006) los ajustes razonables son modificaciones y adaptaciones necesarias y adecuadas para garantizar a las PCD el goce en igualdad de condiciones con las demás y de todos los derechos humanos y libertades fundamentales. Por su parte, las acciones afirmativas “corresponden a las medidas de tipo especial, temporales y muy específicas,

para corregir de manera incisiva la discriminación mientras subsista una situación particular, por lo que deben ser adecuadas y proporcionales a la misma” (Del Pino, 2015, p.62).

Un ejemplo de lo que significa esta necesidad de adaptación es el siguiente: La UP tiene su sede en el tercer nivel del edificio A del Centro Universitario CUM, donde se encuentra la Escuela de Psicología, si una PCD física requiere el servicio no podrá acceder por la barrera física/arquitectónica de subir gradas, pues no hay un elevador. Como no se cuenta con elevador, la acción que se puede realizar es ubicar un lugar apto en el primer nivel para que la persona pueda tener la psicoterapia que está solicitando. Cabe aclarar que esta acción no puede ser permanente, se debe promover la realización de proyectos para que el edificio en un futuro (esperamos cercano) sea más accesible, lo cual incluye la instalación de un elevador.

La accesibilidad empieza por brindar servicios para todos, es decir, permitir el ingreso. No obstante, solo dar ingreso no es inclusión, sino que el servicio debe ser accesible o adaptarlo para que la PCD pueda recibirlo en igualdad de condiciones que las demás

personas. Los ajustes razonables los solicitan las personas con discapacidad y se deben realizar en consenso con ellos, se debe evitar realizar acciones porque “creemos que es lo mejor para ella/él”. Se debe tener un diálogo con la PCD que solicita la psicoterapia para poder realizar los ajustes pertinentes, acordes y necesarios de acuerdo a cada uno.

Aspectos a tomar en cuenta

De acuerdo a la experiencia en psicoterapia de las PCD se ve la necesidad de señalar algunos aspectos que se deben considerar. Es relevante mencionar que son aspectos generales que pueden ser considerados para todas las personas, no únicamente para PCD.

- Características de la persona: la edad, el género, nivel socioeconómico, lugar de residencia (zona, barrio, urbano, rural, etc.), cantidad de miembros en la familia, con quién vive, la condición de discapacidad, etc. Es preciso evitar la generalización y evitar el mismo proceso de psicoterapia por el hecho de tener una característica similar a otra que ya se le brindó este

proceso, como en el caso de la condición de discapacidad.

- Motivo de consulta: cada persona llega por un motivo de consulta diferente y siempre será así, debido a sus características personales y la experiencia vivida. El motivo de consulta puede o no estar relacionado con la condición de discapacidad, asumirlo sería un error, tal como se mencionó anteriormente.
- Aspectos éticos: es importante aplicar el código ético del Colegio de Psicólogos (2010). Como primer punto se debe tener conocimientos sobre discapacidad, éticamente no podría darle psicoterapia a una PCD si se desconoce este campo, pues se podría atentar contra su dignidad y no aplica alegar ignorancia al respecto. Se debe conocer el motivo de consulta. Tener claros los objetivos de acuerdo a lo que desea la PCD que solicita la psicoterapia. Se deben realizar los ajustes necesarios, no pueden ser más ni menos de los necesarios, respetando el enfoque de derechos. Se debe informar al cliente lo que se hará y lo que no se hará durante el proceso, por medio

de un consentimiento informado. Todo el proceso se debe llevar en consenso con la persona que solicita la psicoterapia.

- Accesibilidad: los materiales, recursos, muebles e infraestructura debe ser accesible o se deben realizar ajustes para lograr la mayor accesibilidad posible de los mismos.

Retos en la psicoterapia

Hay diversidad de retos que se presentan a la hora de brindar psicoterapia para PCD. A continuación se presentan algunos que se extrajeron de las experiencias de PCD que han llevado un proceso psicoterapéutico.

Psicoterapia presencial/física

- No todos los profesionales tienen conocimiento en materia de discapacidad con enfoque de derecho.
- El desconocimiento de lengua de señas para poder comunicarse con PCD auditiva.
- El desconocimiento de Braille para hacer documentos accesibles para PCD visual.

- El desconocimiento de cómo planificar, realizar y ejecutar las acciones afirmativas y/o ajustes razonables que se requieren para que todo sea accesible.

- Tener prejuicios, pensar que: las PCD asisten a psicoterapia por la condición de discapacidad, que hay una “psicología especial”, que las PCD necesitan ser “rehabilitados”, que las PCD necesitan trabajar en su autoestima, que las PCD necesitan ser acompañados por sus padres o cuidadores aunque ya sean independientes, etc.

- Brindar psicoterapia de calidad y con igualdad de condiciones.
- No tener la actitud de querer brindar psicoterapia a PCD por el compromiso que se asume en cuanto la formación.

- Otras.

Psicoterapia a distancia/virtual

Es necesario iniciar mencionando que en esta modalidad se evidencian los mismos que se encuentran en la terapia presencial/física. Otros retos encontrados son:

- Conectividad y tecnología: tener una buena señal de inter-



net, lo que implica mayores costos. También tener y saber utilizar un buen dispositivo tecnológico, además de conocer el funcionamiento de la plataforma que se usará. Se debe discutir con el cliente para que la plataforma a usar sea accesible para ambos. Esto es un reto mayor cuando las personas que solicitan el servicio son de escasos recursos y no tienen acceso a estos recursos.

- Ambiente: tener un lugar específico para tomar la psicoterapia, hay que considerar que no toda la población cuenta con espacio suficiente para tener una habitación por miembro de la familia, se debe tratar de buscar otras opciones donde tengan privacidad. No tener distractores, contar con buena iluminación (tener cámara encendida para que haya contacto entre ambos) y silencio.
- Documentos accesibles: en este caso los documentos utilizados son digitales y deben ser enviados a los clientes por un medio al que ambos puedan acceder. Hay que considerar el formato del documento digital que se comparte, pues para algunos los documentos en Word son más accesibles que en PDF, etc.

- Otros

En la teleterapia los retos aplican tanto para el cliente como para el psicólogo. Por otro lado, la psicoterapia a distancia/virtual puede ser una fortaleza y convertirse en un ajuste adecuado. Por ejemplo, esta modalidad puede ser un ajuste razonable para brindar psicoterapia a PCD física, pues evita la movilidad fuera de casa y uso de transporte que muchas veces es inaccesible. Esto sería posible si se resuelven los retos antes mencionados. Además, si no se tiene conocimiento de Braille, realizar y compartir los documentos digitales pueden ser una forma accesible para los lectores que utilizan las PCD visual.

Conclusiones

Este trabajo afirma que no hay una "psicología especial" que tiene como fin "rehabilitar" a las PCD. Lo que hay es una psicoterapia para todos, donde el psicólogo conoce el motivo de consulta y los objetivos planteados por el cliente para desarrollar un proceso psicoterapéutico con esa base.

La importancia para que el psicólogo conozca la condición de discapacidad del cliente es para realizar los ajustes y/o acciones afirmativas, no para saber el rumbo que debe tomar el proceso psicoterapéutico. Pues las PCD con frecuencia acuden a psicoterapia por diversas razones, no específicamente por la deficiencia y/o discapacidad.

La psicoterapia que se ofrece a las PCD debe tener calidad e igualdad de condiciones que las otras personas, además debe ser lo más accesible posible. En caso necesario realizar los ajustes razonables y/o acciones afirmativas con el fin de eliminar las barreras y avanzar hacia una sociedad inclusiva.

La inclusión se logra eliminando todos los obstáculos de la sociedad. Unos de los pasos para lograrlo es la formación en materia de discapacidad con enfoque de derechos, eliminar los prejuicios y tener el deseo de querer brindar psicoterapia a PCD. Es importante aclarar que esta formación no es exclusiva para los psicólogos, sino para todos los profesionales.

Referencias

- Del Pino, M. (2015). Catálogo de medidas para la igualdad. Consejo Nacional para la Discriminación. Secretaría de Gobernación. México.
- Organización de Naciones Unidas (ONU). (2006). Convención de Derechos de las Personas con Discapacidad. https://www.ohchr.org/Documents/Publications/AdvocacyTool_sp.pdf
- Rogers, C. (1972). El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapéutica. Editorial Paidós. España.
- Sánchez, L. (2021). ¿Personas con capacidades diferentes o personas con discapacidad? *Revista Análisis de la Realidad Nacional*. Abril 2021, N.202. Pp. 25 – 44. Guatemala. <http://ipn.usac.edu.gt/wp.../uploads/2021/04/IPN-RD-202.pdf>
- Shakespeare, T. y Watson, N. (2002). The social model of disability: an outdated ideology? *Research in Social Science and Disability* Vol. 2, pp. 9-28.
- Tobar, A. (2011). El campo de atención a la discapacidad en Guatemala, Sus efectos de exclusión y empobrecimiento. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, FLACSO.