

Su fin último es trabajar e integrar las experiencias vividas, así como el mantenimiento o la recuperación de un papel socialmente activo. Es decir que no se trata solamente de poder expresar sentimientos y compartirlos, sino que, además, intenta encontrar un sentido a esos sentimientos, teniendo en cuenta las formas de ver y pensar de cada uno de los integrantes.

El alto valor que se le da a esta técnica es que las soluciones a los problemas se buscan en el grupo, basados en la experiencia de cada uno de sus integrantes.

Es un espacio de solidario, de confianza y respeto, donde todos contribuyen al desarrollo de sus miembros y de la comunidad.

Los problemas de salud mental se manifiestan como pena, miedo, pesadillas, ansiedad, mal de nervios etc. Pero también se manifiestan en el cuerpo, muchas veces el dolor de cabeza o de estómago están producidos por la tensión y las preocupaciones por lo que se ha vivido.

6. ¿Qué problemas atiende el trabajador de Salud Mental?

Muchos de los problemas de salud mental que se dan en las comunidades son consecuencias de la guerra y la violencia provocada por esta. En algunos casos, los problemas que ya tenía la persona se han visto agravados por la violencia vivida en las comunidades.

Esta situación, puede afectar a unas personas más que a otras, por lo tanto la importancia de los problemas entre las personas puede ser distinta.



Los problemas de salud mental se manifiestan como pena, miedo, pesadillas, pensadera, mal de nervios etc. Pero también se manifiestan en el cuerpo; muchas veces el dolor de cabeza o de estómago están producidos por la tensión y las preocupaciones por lo que se ha vivido.

Pero hay que hacer más que eso, digo yo.

Pues si Matildita, hay que saber que problemas atiende un Promotor y para que lo sepamos bien lo leo del librito, otra vez:



Pero también es frecuente que las personas hayan encontrado formas de enfrentar los problemas, en este caso es importante identificar esas fortalezas para promoverlas.

En el contexto de la guerra, la salud mental trabaja sobre varios temas:

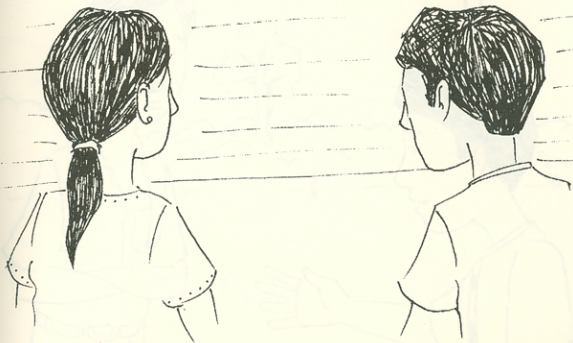
A) la represión

La represión es la forma que utilizaron los agentes del Estado de Guatemala para mantener el control de la población, para lograrlo se plantearon varios objetivos:

1. Destruir las relaciones de confianza en las comunidades y todas las formas de solidaridad entre sus miembros.
2. Intimidar a las personas y sus familias, para que no protesten ni exijan cambios y,
3. Para cambiar la forma de pensar y sentir de la población.

El promotor de salud mental comunitaria debe estar preparado para trabajar sobre los daños provocados por la represión en las comunidades; algunos de estos daños son:

- a). El miedo,
- b). El susto,
- c). Preocupaciones y tensión nerviosa
- d). La Pensadera
- e). Problemas de sueño
- f). La tristeza



Es importante decir, que los efectos que dejó la guerra en Guatemala son diversos, y por lo tanto las formas de abordarlos o en el mejor de los casos solucionarlos depende de la historia comunitaria, lo importante es, que cada tema se trabaje a partir de las necesidades manifiestas de las personas que integran los grupos.

Finalmente el trabajo de salud mental requiere de personas que comprendan la realidad nacional, los sufrimientos y el dolor que dejó la guerra en Guatemala.

1. Destruir las relaciones de confianza en las comunidades y todas las formas de solidaridad entre sus miembros.

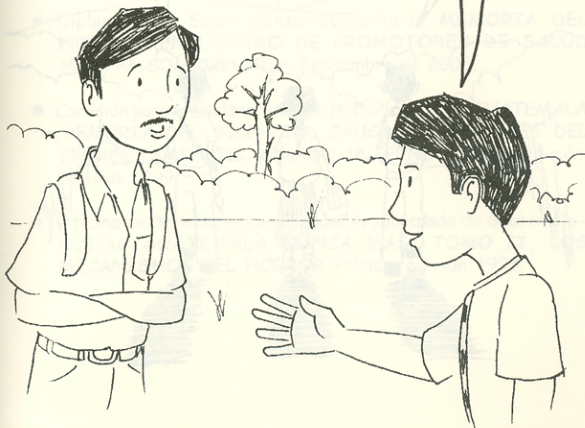
2. Convencer a las personas y sus familias para que no protesten ni exijan cambios.

3. Para cambiar la forma de pensar y sentir de la población.



**Estoy de acuerdo con eso último:
Hay que dejarse de cosas y hablar
del pasado para que sane.**

**Y yo estoy de acuerdo con vos Miguelito.
¿A todo esto? ¿Ustedes para donde iban?
Porque yo acabo de regresar.**



Es importante decir, que los efectos que dejó la guerra en Guatemala son diversos, y por lo tanto las formas de abordarlos en el tiempo y en el espacio son diferentes. Es importante que se integren los grupos.

¡Pues iremos mañana! ¡La camioneta se iba despuesito que lo vimos!

Y voy a ir con mi familia a buscar a otros promotores que nos podrán contar su experiencia. ¡Vamos!

¡Aprovechemos entonces y vayamos a buscar a otros promotores que nos podrán contar su experiencia! ¡Vamos!



BIBLIOGRAFÍA

- Carlos Martín Beristain, Francesg Riera. **SALUD MENTAL, LA COMUNIDAD COMO APOYO**. Primera edición, diciembre de 1992. Virus Editorial, San Salvador.
- Diplomado en Salud Mental Comunitaria. **MEMORIA DEL SEGUNDO ENCUENTRO DE PROMOTORES DE SALUD MENTAL COMUNITARIA**. Mayo de 2003.
- Diplomado en Salud Mental Comunitaria. **MEMORIA DEL NOVENO ENCUENTRO DE PROMOTORES DE SALUD MENTAL COMUNITARIA**. Noviembre de 2003.
- Comisión para el Esclarecimiento Histórico -CEH-. **GUATEMALA MEMORIA DEL SILENCIO, CAUSAS Y ORÍGENES DEL ENFRENTAMIENTO ARMADO INTERNO**. Primera edición, junio de 1999.
- Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala -ODHAG-. **GUATEMALA NUNCA MÁS, TOMO II, LOS MECANISMOS DEL HORROR**. Primera edición, 1998.