



Mi vivencia en Hospital Psiquiátrico

Dra Xinia Jara Castro
Dra. en Psicología
Especialista en Psicóloga Clínica
Pensionada del HNP - CCSS

Desde que inicié mis labores como Psicóloga Clínica en 1978, mis anhelos más profundos fueron siempre trabajar con personas (en esos momentos limitados mentalmente), que en algún momento de sus vidas fueran más independientes y seguras de sí mismas, en sus actividades del diario vivir. Nunca perdí las esperanzas, y los objetivos personales iban orientados a este fin. Teniendo siempre claro, como cristiana católica que soy, que con la confianza puesta en nuestro Hacedor lo lograríamos.

Por esta razón, inicié programas de Rehabilitación, acompañados con Técnicas de Modificación de Conducta, de manera que los Usuarios (en ese momento mis pacientes adoptados por mí como hijas e hijos profesionalmente hablando) pudiesen vivir y actuar lo más independientemente posible. Debían incorporar poco a poco esquemas de Vida Diaria, como cualquier ser humano. Nunca perdí esta expectativa, era mi primordial misión.

Fue al inicio un poco complicado, sobre todo teniendo en cuenta que siempre existen mentes humanas cerradas a la innovación y con expectativas “cajón”; donde creían que nada se lograría y que nuestros esfuerzos eran en vano o inútiles. Muchas críticas, entrabamientos, bloqueos a última hora en los programas, pero en mí siempre existió una actitud positiva y nada conformista ni derrotista.

Perseveré en Programas de Vida Diaria, en los diferentes pabellones, entrenando personal,

algunos abiertos al cambio, otros pasivos, pero siempre estimulando a la transformación. Primero al personal y luego a sus trabajos.

Todo cambió cuando se introdujeron técnicas de “Trabajo en Equipos Interdisciplinarios”. Donde independientemente les gustara o no, íbamos a trabajar de esa manera. En ese momento el apoyo fue incondicional de mi querida Directora de Enfermería Flory Knudsen.

El trabajo en equipo fue increíble y se lograron muchos objetivos. En la mayoría: de Rehabilitación para la Vida Diaria, Externa.

Recuerdo, entre otras cosas, la Recolección de café, que se hacía en cafetales asignados en convenio con el Beneficio de Café. Otro maravilloso, fue tomar los buses para aprender a pagar y comportarse adecuadamente, rumbo a juegos en campos verdes de La Sabana y otros más. Que, obviamente, sin la ayuda de Equipos Interdisciplinarios iba a ser difícil o casi imposible de lograr.

Ante los obstáculos que aparecían, quedaba la opción de paralizarse con ellos o continuar a pesar de las críticas siempre negativas. Decidíamos continuar y al final hoy vemos la victoria obtenida.

Agradezco a todas las personas que colaboraron con estos programas y la ayuda incondicional que nos prestaron.

Siempre estuvieron a mi lado personas muy valiosas de Terapia Ocupacional y Enfermería, e imprescindible fue la ayuda que obtuvimos del Servicio de Psicología Clínica.