

Informe Counselling 2018-2020

Instituto Can Puig

Sant Pere de Ribes, 2020.

Introducción:

Este informe pretende compartir información acerca del ejercicio de estos dos últimos años comprendidos entre Octubre/2018 hasta Mayo/2020 en lo que al Acompañamiento de Counselling se refiere.

Este último año hemos introducido la posibilidad de atender a los padres que así lo necesiten en un margen aproximado de entre 4 y 6 sesiones. Tan sólo 2 de las 17 familias atendidas han alcanzado esta cifra, la moda entre las demás es que sea de 2. El feedback suele ser muy positivo al final de cada sesión, quedan muy agradecidos por esta oportunidad, que la mayoría por su nivel de estrato económico no podrían permitirse a nivel privado.

También he trabajado con grupos de pares en sesión, un total de 4, y la evolución ha sido muy significativa pues el beneficio del trabajo en grupo suele ser satisfactorio cuando el vínculo conmigo ya está establecido. En los casos en que la Fase I del Proceso acaba de empezar y el vínculo no está establecido con ambas partes no doy pié a este tipo de sesiones.

Sandra M^a Rojas Montes- Counsellor Humanista Integrativo, Instituto Can Puig.

Durante el ejercicio, nos han visitado dos profesionales de la Psicoterapia Humanista, Jesús y Carlos que han trabajado con algunos grupos de 3º y 4º de ESO respectivamente, además de realizar una sesión doble con un grupo de padres y con una alumna de 2º Bachillerato.

Tengo que decir que el volumen de sesiones y nº de alumnos atendidos este año 2019-2020 ha superado el de años anteriores. El motivo es que me he dado cuenta de que prefiero aprovechar la efervescencia de su "awareness" cuando deciden venir, ya que cuando les ha tocado esperar, han perdido motivación y/o bien luego no era el momento idóneo o bien han perdido la consciencia de necesitar acompañamiento. Por ello he venido tres días por semana y no dos mientras tuviera el cupo de alumnos cubierto, para no desaprovechar la oportunidad de poder ayudar a cuantos más alumnos mejor, pues no deja de ser parte de mi cometido y mi satisfacción profesional y personal.

He disfrutado mucho albergando sesiones completas con algunos de los docentes que me han pedido asesoramiento. Agradezco mucho su inquietud personal por aprender a desempeñar sus funciones de forma integral para los alumnos más conflictivos por uno u otro motivo.

Quiero añadir que el apoyo e inmejorable disponibilidad de Susana, nuestra psicopedagoga, para iniciar y facilitar el acceso de los alumnos y alumnas a un Plan de Acompañamiento, ha sido una labor facilitadora para mi propio desempeño anual.

En el transcurso del tiempo a dos años vista, propongo la puntual colaboración de la Psicóloga Alba Garriga, para impartir alguna charla para nuestros alumnos con una temática apropiada a

combatir “ la amenaza de los estereotipos sexistas” que todavía coexisten en el inconsciente de nuestra juventud.

Análisis Cuantitativo 2014-2020:

I. El número total de sesiones realizadas comprendidas entre Enero/14 hasta Junio/18 suman un total de **1722**, de las cuales el promedio de asistencia de los alumnos en calidad de Atención y Acompañamiento de Counselling es del **77%**. El **23%** restante, es dedicado a *consultas breves* (sesiones de hasta 20 minutos) de alumnos y docentes, planificación de agenda e investigación de casos fundamentalmente.

II. El plan de acompañamiento es *interrumpido* por parte de los alumnos en un **18%** de los casos. Las causas suelen ser por falta de motivación personal o la rápida mejoría o consecución de objetivos propuestos por parte del alumno.

III. El **22%** de los alumnos que comienzan un plan de acompañamiento en Counselling *quieren continuar* en el siguiente periodo o sucesivos, ya sea en régimen semanal, quincenal o esporádico. El 100% de los alumnos que deciden continuar es por haber experimentado el logro de sus objetivos, o haber hecho una primera toma de contacto y después de un tiempo, se deciden a comprometerse en su propio crecimiento personal.

IV. El **60%** de los alumnos atendidos *consiguen desarrollar sus propios objetivos con éxito*, dando por finalizado el acompañamiento. Debo añadir que el **50%** de estos alumnos *suele repetir al año siguiente* con una frecuencia adaptada a su necesidad.

Análisis Cualitativo 2019-2020:

I. De la totalidad de alumnos/as atendidos durante el último año (**35**):

I.I. **4 de cada 10** alumnos/as, provienen de *familias re-estructuradas*.

I.II. **3/4** alumnos de cada 10, son *emigrantes* (principalmente originarios de Sudamérica o Marruecos) o bien son nacidos en España, *hijos/as de padres emigrantes*.

I.III. **2/3** alumnos de cada 10, han consumido *marihuana o alcohol* o lo están haciendo en el momento de emprender el Plan de Acompañamiento. La mayoría de esos alumnos rebaja el consumo la en la Fase Inicial del Acompañamiento o lo rechaza, mientras que los alumnos que no pueden o no quieren dejar de consumir estas sustancias, interrumpen el Proceso de Counselling.

I.IV. Entre **1/2** alumnas (no alumnos) de cada 10, han padecido o padecen a lo largo de su etapa adolescente algún tipo de *abuso sexual*, en mayor o menor nivel de gravedad. *El 100% que lo padece durante el Plan de Acompañamiento se atreve a denunciarlo o cuanto menos a comunicarlo a mi o a los padres*.

I.V. El **50%** del total de alumnos atendidos, muestran rasgos o *estilo de conducta* tipo trastorno de personalidad *borderline* (desbordamiento emocional, disociación, explosiones de ira, promiscuidad, autolesiones, trastornos alimentarios (por atracón, bulimia, principio de anorexia), y normalmente se suavizan estos síntomas después de un Plan " anual" de Acompañamiento terapéutico.

I.VI. El **50%** del total de alumnos atendidos, padecen *fenómenos somáticos*, físicamente con dolores de cabeza agudos, dolor en la zona abdominal, cuadro depresivo, incapacitación por miedo irracional, explosiones de ira o similares.

I.VI. **7 de cada 10** alumnos atendidos sufren síntomas derivados de "*perfeccionismo patológico*", los mecanismos de defensa narcisistas y obsesivo-paranoides suelen aparecer como síntomas de desvalorización, egotismo, aislamiento, falta de habilidad social, incapacitación para terminar las tareas escolares, dificultades para establecer apego sano con sus compañeros/as o profesores, etc..

I.VII. **2 de cada 10** alumnos que vienen a Counselling, sufren o han sufrido durante su infancia o preadolescencia algún tipo de *acoso escolar*.

I.VIII. **1 de cada 10** alumnos atraviesan una *crisis de identidad sexual*, nada extraño en esta etapa de su desarrollo adolescente.

I.IX. Por último, un dato que me sorprende y en mi opinión me resulta muy frustrante, es que **2 de cada 10** alumnos atendidos, tienen *un padre* (no se ha dado el caso de una madre, al menos de momento) *drogodependiente de alcohol o drogas* como el consumo de cannabis o cocaína, algo muy perjudicial porque el alumno/a ha de convivir en un foco de re-traumatización constante, donde el espacio seguro por excelencia, su hogar, brilla por su ausencia con todo el perjuicio a nivel de desarrollo cognitivo y capacidad de apego sano, lo que implica en esta etapa y de cara a su futuro como adultos desarrollados con un estilo de crianza inseguro, ambivalente y desorganizado durante su niñez.

Mis Técnicas Habituales en Counselling:

- **Desarrollar un estado de " presencia" basado en Mindfulness. Entrenamiento en respiración consciente como mecanismo autoregulador y la imaginación como recurso facilitador para construir nuevas redes neuronales.**
- **Técnicas emocionales humanistas provenientes de la Escuela de la Gestalt, el Duelo terapéutico y las terapias corporales como el " Focusing", la Arte-terapia y Escritura Creativa.**
- **Tratamiento del Trauma basado en Brainspotting y el Neuroprocesamiento de las partes del Sistema Familiar Interno (IFS).**
- **Psicoeducación emocional y cognitiva y Asertividad.**
- **Reconocimiento del tipo de personalidad según el Process Communication Model y sus 6 tipos de adaptaciones, percepciones, necesidades psicológicas, entornos de desarrollo preferidos, canal de comunicación acorde con su tipo de personalidad para luego dar pautas de cómo pueden establecer el canal de comunicación correcto a cada interlocutor y atender sus propias necesidades psicológicas para lograr la idónea autonomía, superar la dependencia, facilitar la autogestión del estrés y el favorecer el autoconocimiento.**
- **EL VÍNCULO Y LA ALIANZA TERAPÉUTICA RESULTAN CLAVE PARA ALCANZAR EL ÉXITO DE CUALQUIER TÉCNICA. SIN ÉSTE, LAS TÉCNICAS PODRÍAN DAR BENEFICIOS AUNQUE NO TAN DURADEROS, FRUTO DE UNA RE-ESTRUCTURACIÓN COGNITIVA Y EMOCIONAL PROFUNDA.**