

## Trabajar con personas con discapacidad: mi experiencia

**Escrito por: Grethel Nohemy González**

Soy psicóloga y mi experiencia en el Centro Integral de Desarrollo Corazón Contento inicio primero como voluntaria. Trabajar con jóvenes con discapacidad en fue algo difícil al llegar por primera vez a un centro donde ves distintas personas que tienen diferentes capacidades y personalidades, esto me llamó mucho la atención ya que era una experiencia que no me esperaba.

Cuando inicié como voluntaria al centro, era una joven inexperta en el área estaba estudiando psicología llevaba 3 o 4 año desde comencé a interactuar con jóvenes con distintas discapacidades. El miedo al ver cómo trabajar o conocer cada uno de estos chicos que no son igual, entender que tiene distintas necesidades, y conductas que jamás había visto, interactuar de esta manera con ellos, ver el trabajo de cada docente, me sentía perdida, con miedo, no saber cómo interactuar con ellos y también a poner un límites con ellos, tratarlos como niños o que son incapaces de hacer algo por sí solos... todas estas inseguridades y miedos, era un mezcla de emociones y nuevos retos para mi carrera profesional me impulsaron a seguir visitando el centro y además me dí a la tarea de investigar, leer y conocer sobre las patologías de los chicos que ahí se encontraban.

Cuando entre como voluntaria, me pusieron de ayudante de unos de los profesores del área terapia ocupacional, en el cual le ayudaba a hacer el taller con los jóvenes, se trabajaba psicomotricidad y musicoterapia. Siempre a la par del profesor en el trascurso del tiempo ya iba conociendo como era cada joven, que dificultades tenia, sus crisis que presentaba y como podía interceder a la hora de una dificultad, al inicio no fue fácil poder controlar a un joven y como trabajarlo en el cual me pasaron distinta dificultades como agresión, no te miraban como autoridad, te faltaba al respeto, en algunos casos más complicado hubieron escenas donde me tiraban las cosas, el fresco y bromas pesada.

Esto no me impidió motivarme y seguir adelante aprendiendo de ellos siempre y cada momento, pasó el tiempo y fui agarrando confianza y seguridad . Los jóvenes también tuvieron un cambio, ya me respetaban y hacían caso, el profesor tenía seguridad de que en algún momento podía salir y dejarme a cargo del grupo, me decían que aportara ideas de cómo trabajar con cada caso, hubo un tiempo que salía con ciertos jóvenes a trabajar su motricidad, todo este tiempo que estuve con ellos fui creciendo como persona, y aprendí a tratarlos como cualquier persona .

Me cambiaron de área y comencé a trabajar en el área de psicología en el cual estaba muy nerviosa pero me emocionaba saber que iba estar en esa área, pero como todo comienzo se inicia desde cero, siempre con ayuda y observando en la terapia, pasaba con la directora del centro en el cual le agradezco mucho, por darme la oportunidad de enriquecer mis conocimientos y aprender de ella como trabajar cada caso, y valorarlo. Estuve un tiempo con ella donde me explicaba cómo trabajar. Fue algo emocionante y a la vez nerviosa y con miedo. Unas de las cosas que me gustaban era que me exigía y me dejaba sola para probar mi capacidad y que podía hacerlo cuando ella tenía que salir de urgencia pero nunca me dejaba sola siempre me decía que investigara o cómo podemos trabajarlo y que intentara hacerlo sola, me daba la seguridad para hacerlo y ponerlo en práctica.

Después de un tiempo ya no estaba con ella, comencé a tener mis propios casos de psicología, en el cual siempre me supervisaba y me decía que cualquier cosa pidiera ayuda es muy cómodo saber que podía pedir ayuda y que no se negaría a darme la mano, pero con el tiempo fui teniendo experiencia y creciendo enormemente como profesional en el cual me exigía yo misma hacerlo sola y poder manejar cualquier dificultad que se me presentaba.

Cuando tienes seguridad y la capacidad de seguir adelante no hay nadie que te detenga, en el cual todo lo que he aprendido desde que entre, al centro integral de desarrollo corazón contento fue una experiencia radical y enriquecedora de conocimiento y experiencia profesional y personal.

Después de unos años para entrar como trabajadora de planta el cual me siento muy orgullosa de mí y de mis capacidades que voy aprendiendo diario de cada uno

de mis paciente y no solo de ellos también la convivencia con todo los trabajadores del centro, no puedo decir que soy la misma de antes, la inexperta y con dudas y miedo.

Es hasta el momento y me siento satisfecha en todo lo que hago en el centro, como trabajadora, pero debo seguir trabajando para mejorar cada día y avanzar como persona y profesional. Creo que debo poner metas más altas para seguir creciendo, con apoyo de mis superiores, compañeros y familia.

## **Sin educación emocional no sirve resolver ecuaciones**

### Análisis

El artículo nos enseña lo importante que es el estado emocional en general tanto como para maestro, niños, adolescentes, y nosotros como seres humanos debemos tener un equilibrio emocional que nos permite trabajar positivamente, adaptarnos en cualquier ámbito, controlar nuestras emociones, ser empático con los demás, dar seguridad y sentirse seguro de lo que hacemos nos ayuda a disminuir la ansiedad y no entrar en cuadro depresivo.

A veces se nos hace difícil controlar nuestras emociones y caemos en un desequilibrio emocional el cual cometemos el error de expresarlo, que nos moleste las cosas, no saber escuchar, y tener cuidado en las necesidades del niño, esto provoca baja autoestima, desmotivación, inseguridades, impulsividad, y no podrá gestionar sus emociones es importante que nosotros como docente aprendamos a controlarnos y enseñarle a los niños y jóvenes como deben canalizar estas emociones. Al niño alcanzar una adecuada inteligencia emocional mejorar y tendrán un aprendizaje más efectivo en las actividades,

Nosotros como profesionales debemos ayudar o enseñar cómo controlar sus emociones empezando desde la educación a los padres para que estos puedan transmitir de una forma adecuada a sus hijos con ejemplos y conversaciones así será de mejor resultado la intervención ya que se trabajara de forma conjunta para el bienestar del niño.