

# Experiencias de Éxito

Experiencias

Experiencias Experiencias



**Licda. Johanna Garita**  
Profesora Universidad Latina,  
Campus Heredia

## Una decisión al servicio de las personas

Ingeniería de Sistemas o Psicología, el más fácil acceso a los mercados laborales tradicionales, o el ejercicio de una profesión inspirada en el servicio a favor del ser humano. Era esta la disyuntiva de Johanna Garita cuando daba sus primeros pasos como estudiante en la Universidad Latina, Sede Heredia.

Hoy, poco más de 4 años después, esta joven profesional en psicología celebra haber atendido el consejo de su vocación, ante la buena mirada y aprobación de sus padres, quienes originalmente le apostaban a la primera opción.

"Lo más gratificante de la carrera de psicología es lo que uno le puede devolver a la gente. No es solo que las personas lleguen a uno, sino ser capaz de ayudarles, servir de herramienta para potenciar sus propios medios, motivar su voluntad y su deseo para superar sus problemas y situaciones particulares. Y para mí no hay paga más grande que esa".

Estas palabras dejan claro su sentir, cuando se le pregunta qué es lo más gratificante del ejercicio de la carrera en psicología.

"Necesito el contacto con la gente, hacer cosas, soy una persona dinámica y disfruto ayudando a los demás, me visualizo muy aburrida si me dedicara a otra profesión". Así se define esta joven profesional, de entretenida conversación.

No duda en sostener que el éxito no es un hecho aislado y más bien afirma: "La exitosa es la persona y la base del éxito es su perseverancia. Una persona es exitosa cuando ha logrado conseguir sus objetivos y sus metas. Mientras haya perseverancia, voluntad y empeño en todo lo que se haga, aunque la meta sea grande o chiquita, alcanzarla será un éxito. Me considero exitosa en mi carrera como profesional, me considero exitosa como hija y también como pareja".

Discurriendo entre lo académico y otras aristas de su vida personal, su amena charla nos conduce, también, hasta el análisis y valoración de los esquemas holísticos en la aplicación de la psicología.

"Antiguamente el psicólogo se casaba con las técnicas específicas de determinado modelo de psicología. Con este nuevo modelo, el holístico, se busca que el profesional en psicología logre integrar técnicas de otros modelos para aplicarlas al suyo y ser aún más efectivo. Se debe adaptar, amalgamar y potenciar la efectividad de cada técnica, en beneficio del paciente, de la persona."

Satisfecha con su manera intensa de vivir, aún las cosas más simples, no escatima a la hora de compartir algunos detalles de su vida privada: "Me encanta cocinar, ir al cine, tengo dos conejos, los amo, son parte de mi vida, me encanta pasar el tiempo con ellos y aunque su expectativa de vida es de unos 8 ó 10 años, tengo la fe de que me duren más. En ellos valoro su ternura, me parecen humildes, cariñosos y educados y son, estos valores, los que aprecio y procuro estimular en las personas y trato también de inculcar a mis estudiantes".

Aunque confiesa, sin reparo, disfrutar intensamente de la lectura formal, mantenerse actualizada en lo académico y practicar la investigación, también se toma su tiempo para disfrutar de otra de sus pasiones: los libros de ficción.

A sus amigos recomendaría el libro: **Amar o depender** de Walter Riso, cuyo mensaje resume así: "El ser humano tiene la capacidad para salir adelante a pesar de todos los obstáculos, a pesar de que a veces nos aferramos mucho a las relaciones. Podemos superar todo, no vivir adheridos a una persona y para cuando las cosas no funcionen, tener la postestad, la capacidad y la voluntad de cambiar para bien".

"Me encanta el libro de la **Sabiduría**, de Chopra. En él podemos resumir lo que el ser humano debe hacer para entenderse y encontrar su propio yo, para utilizar y aplicar toda su sabiduría interior en el aprovechamiento de las diferentes circunstancias que lo rodean".

Cuando se aborda el tema de los dogmas, asume una posición muy seria y medita la respuesta, como dejando sentir la trascendencia de sus acciones: "En mi vida personal y como profesional soy, más bien, muy ecléctica, la única rigidez que aplico como un dogma, se refiere al secreto profesional. Es la vivencia íntima del paciente, el primer y mayor mandato profesional y lo que marca mi desempeño profesional".

Actualmente está optando por la Maestría en Psicología Clínica e imparte, en la Universidad Latina, Sede en Heredia, un curso denominado: **La hora de crecimiento integral**, más que un curso teórico, una propuesta de psicoterapia

integral, mediante la cual procura promover y estimular la vocación de sus alumnos, potenciando desde los valores éticos y profesionales más altos, hasta los valores humanos más preciados, como herramientas indispensables para el desempeño integral de su profesión. Vivencias que profesa y comparte diariamente con sus padres, con su pareja y que encuentran inspiración en los pequeños detalles y valores, como los de sus amados conejos, tiernos, humildes, cariñosos y educados.



**Karla Solís Salas**

Egresada en Psicología de la Universidad Latina, Campus Heredia

## Danzando con la vida

Karla Solís Salas comparte con los lectores parte de su vida de éxito

Inició su vida académica en el kínder Las Tortuguitas de la ciudad de Alajuela, en donde continúa viviendo, fueron la Escuela Holanda y el Colegio El Carmen las que la formaron durante su niñez y adolescencia. Vino luego, la difícil etapa de decidir a qué se dedicaría el resto de su vida. Su orientación era ayudar a los demás, en su mente rondaba el gusanillo de la medicina, sin embargo, optó por la carrera de Psicología. El contacto cercano y la satisfacción de ver sonreír de nuevo a sus pacientes la hicieron decidir que era mejor curar la herida que muchos seres llevan en su corazón durante años, que curar una herida superficial. Todo esto la mantiene con deseos de seguir adelante en su misión, a lo que dedica su esfuerzo y secreto de éxito: pasión por lo que se hace.

Conforme pasa el tiempo y practica su profesión, se siente más satisfecha de esa decisión. Ha tenido la oportunidad de trabajar con niños y con adultos mayores, aunque su preferencia es por estos últimos. No comparte el concepto de asilo al que compara con el abandono, prefiere el centro diurno de atención integral para adultos mayores, su gran proyecto que espera concretar en un futuro cercano.

Actualmente comparte su tiempo entre el cuidado de un sobrino, su casa, su trabajo en la clínica con niños con problemas de aprendizaje y sus labores como profesora en la Carrera de Psicología de nuestra Universidad. En su tiempo libre practica la danza, el baile folclórico nacional y forma parte del Grupo Lalajuela, del cual es aventajada bailarina.

El secreto es ser feliz y hacer feliz a la gente a su alrededor. Debemos superar las adversidades, aprender a manejar la vida, la que es como una danza, a veces compleja, a veces difícil, pero siempre maravillosa, terminó diciendo esta profesional.



**Licda. Selenia Salazar**

Patronato Nacional de la Infancia, PANI

Los devenires de la Licda. Selenia Salazar, psicóloga clínica, entre las aulas de la Universidad Latina, Campus Heredia, donde se desenvuelve como docente y su actividad profesional en el delicado y complejo Departamento de Adopciones del Patronato Nacional de la Infancia, fueron, insospechadamente, los elementos convergentes para propiciar la fragua final de futuras profesionales, de altísima calidad, en la compleja rama de la psicología.

Y es que tan afortunada coincidencia de actividades permite que nuestra universidad y sus alumnos de psicología, tengan acceso al PANI como escenario, de primer nivel, para que estudiantes a punto de graduarse, realicen su práctica en esta Institución.

Es así como en la actualidad, algunos de los estudiantes de la universidad realizan su práctica profesional en la institución. Ahí, en la Oficina Local San José Este, llevan a cabo su trabajo en atención de denuncias, emergencias y consultorías acerca de situaciones relacionadas con personas menores de edad. Es ahí donde empiezan su función como psicólogas.

Les inculco el valor de que su función sea puramente psicológica. Así resume Selenia el objetivo de su labor, como tutora de aventajadas estudiantes. Esta idea nace como respuesta obligada por lo limitado de los recursos y la gran cantidad y multiplicidad de funciones en la institución, donde, a veces, el psicólogo termina haciendo las veces de trabajador social, abogado y consejero. Siempre trato de que tengan especificidad en el rol de psicólogos, es decir que tengan definidas sus características de psicólogo. Ellas deben hacer valoraciones psicológicas, en donde apliquen pruebas psicológicas, fundamentales para la toma de decisiones. Ello permite el psicodiagnóstico, un diagnóstico psicológico, mediante el cual valoramos cómo está la situación de la persona, niño, niña o familia, tomando en cuenta los factores individuales, familiares y sociales para definir las terapias específicas por

aplicar en el caso que nos ocupe. Ese es el valor del diagnóstico, como en todos los campos del saber.

De su rol como tutora de estudiantes, nos platica Selenia: soy tutora por parte de la universidad, ellas tienen una supervisora, psicóloga de planta del PANI. Las estudiantes y yo mantenemos una relación muy cercana que me permite supervisar cómo abordan un caso y cómo manejan una situación. Durante los primeros cuatro meses, de los ocho de la práctica, iniciamos con psicodiagnóstico, se aplican pruebas, se realizan entrevistas y se elaboran informes de psicodiagnóstico de una situación dada: abandono, negligencia, abuso sexual, maltrato, problemas de pareja por la custodia, entre otros. En esta etapa, se les instruye en la aplicación de pruebas psicológicas, hasta que logren dominarlas más allá de lo teórico y puedan aplicarlas a la realidad y a la integralidad del caso, es decir, integrar esas pruebas a la dinámica de las personas, a la dinámica familiar. De toda la experiencia obtienen una síntesis diagnóstica, para identificar la situación conflictiva del niño e implementar determinado plan de tratamiento.

Los restantes cuatro meses abordamos la psicoterapia breve, una modalidad de la psicoterapia que se extiende entre ocho y doce sesiones, durante las cuales se focaliza muy bien la situación conflictiva que está viviendo la persona menor de edad que va a ser nuestro centro.

Por mi experiencia con estas alumnas y con alumnos de otras universidades, puedo catalogar a estas estudiantes de la Universidad Latina, Sede en Heredia, como muy destacadas. Es real la diferencia que hay en su formación profesional, es mejor. Esto se constata en la oficina, ellas se destacan en sus labores, comparadas con otros estudiantes que por ahí han pasado, es notable su mejor manejo de situaciones y casos y sus opiniones profesionales son muy respetables.

La Escuela de Psicología de la Universidad ha venido implementando un modelo de enseñanza de la psicología, más bien holístico. Esta psicóloga ve, ahora, mayor amplitud de pensamiento: en la disposición de aprender nuevas cosas, para cuestionar; ve un pensamiento más enfocado en aspectos sociales, en la familia. A veces no basta con un tratamiento, reflexiona, sino hay que ir más allá, tratar de dar mejores condiciones a un niño, a una familia o sacarlo de determinado ambiente a otro donde el tratamiento tenga mejor efecto, es decir, cambiar el origen del problema.

Señala que en una institución como en la que ella trabaja, es muy difícil aplicar un modelo puro, como por ejemplo el psicoanálisis. "Yo lo puedo aplicar en mi consultorio, durante 12 años. En la institución debe hacer cambios rápidos, ser creativos, tomar lo mejor del psicoanálisis y dotarnos de visiones más sistémicas, como la de la familia y ahí es más fácil aplicar el modelo sistémico, porque nos ayuda a ser más ágiles en las técnicas y logramos que las personas tomen conciencia, más rápido, de su situación, mediante este tipo de terapia".

Al resumir su experiencia con las alumnas próximas a graduarse en relación con su trabajo profesional y su labor en el PANI, con satisfacción, orgullo y un dejo de gratitud en su acento, no escatima en valorar:

"Yo aprendo cada día de las estudiantes y trato de enseñarles todo lo que pueda, transmitirles mi experiencia y conocimiento de años, riqueza en contenidos, trato de hacer algo que hubiera deseado de mis profesores: darme consejos, tips, favoreciendo su desarrollo como buenas profesionales y como excelentes personas."

Ellos tienen excelente potencial, van a ser muy buenos profesionales y esta Institución brinda la oportunidad de relacionarse con una cotidianidad muy amplia y real, trastornos de personalidad, situaciones familiares complejas, situaciones sociales, situaciones familiares, una gama de posibilidades de aprender, como en una escuela de la vida real.