

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA – CIEPs –  
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES  
PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR**

**MARÍA GABRIELA SOLÍS MENCOS**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE  
PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE**

**LICENCIADA**

**GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2011**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a circular emblem. It features a central shield with a figure on horseback, a lion, and a castle. The shield is flanked by two columns with banners that read 'PLUS' and 'ULTRA'. Above the shield is a crown and a cross. The outer ring of the seal contains the Latin text 'LETTERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA COACTEM' and 'ATENSIS INTER'.

**CONSEJO DIRECTIVO**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**DOCTOR CÉSAR AUGUSTO LAMBOUR LIZAMA**  
**DIRECTOR INTERINO**

**LICENCIADO HÉCTOR HUGO LIMA CONDE**  
**SECRETARIO INTERINO**

**JAIRO JOSUÉ VALLECIOS PALMA**  
**REPRESENTANTE ESTUDIANTIL**  
**ANTE CONSEJO DIRECTIVO**



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9ª Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

CC. Control Académico

CIEPs.

Archivo

Reg. 594-2011

DIR. 1,789-2011

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

29 de noviembre de 2011

Estudiante

**María Gabriela Solís Mencos**

Escuela de Ciencias Psicológicas

Edificio

Estudiante:

Transcribo a ustedes el ACUERDO DE DIRECCIÓN MIL SETECIENTOS SESENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL ONCE ( 1,767-2011), que literalmente dice:

**"MIL SETECIENTOS SESENTA Y SIETE"**: Se conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **"RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL"** de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**María Gabriela Solís Mencos**

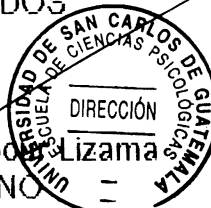
**CARNÉ No. 2006-11880**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Karla Irene Aldana Rabanales de Rodríguez y revisado por la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez. Con base en lo anterior, se **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Doctor César Augusto Lamborn Lizama  
DIRECTOR INTERINO



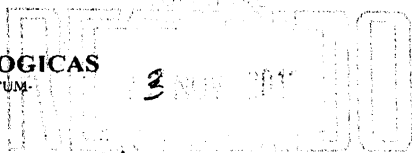
Zusy G.



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"  
Tel. 24187530 Telefax 24187543  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Escuela de Ciencias Psicológicas  
Recuperación e Integración



*J* 14:30 30-11

CIEPs 594-2011  
REG: 030-2011  
REG: 168-2011

**INFORME FINAL**

Guatemala, 22 de Noviembre 2011

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez ha procedido a la revisión y aprobación del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN titulado:

**“RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL.”**

ESTUDIANTE:  
**María Gabriela Solís Mencos**

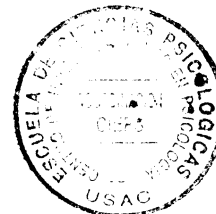
CARNÉ No:  
**2006-11880**

CARRERA: **Licenciatura en Psicología**

El cual fue aprobado por la Coordinación de este Centro el día 22 de Noviembre 2011 y se recibieron documentos originales completos el día 22 de Noviembre 2011, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

Licenciado **Helvín Orlando Velásquez Ramos**  
**COORDINADOR**



**Centro de Investigaciones en Psicología-CIEPs. “Mayra Gutiérrez”**

c.c archivo  
Arelis



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"  
Tel. 24187530 Telefax 24187543  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

CIEPS 593-2011  
REG: 030-2011  
REG 168-2011

Guatemala, 22 de Noviembre 2011

Licenciado Helvin Orlando Velásquez Ramos  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Licenciado Velásquez:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN**, titulado:

**“RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL.”**

**ESTUDIANTE:**  
**María Gabriela Solís Mencos**

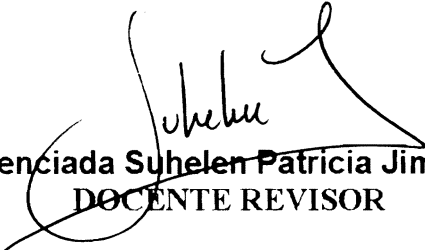
**CARNE**  
**2006-11880**

**CARRERA:** Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el día 10 de noviembre 2011 por lo que solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
Licenciada ~~Suhelen~~ Patricia Jiménez  
DOCENTE REVISOR



Arelis./archivo

Guatemala, 19 de octubre de 2011

Licenciado Helvín Velásquez  
Coordinador Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEP's- "Mayra Gutiérrez"  
Centro Universitario Metropolitano

Estimado Licenciado Velásquez:

Por este medio me permito informar que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del Informe Final de Investigación titulado "Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental"; realizado por por la estudiante:

**MARÍA GABRIELA SOLÍS MENCOS, CARNE No. 2006-11880**

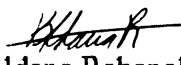
El trabajo inició en el mes de marzo y concluyó en octubre del presente año.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el CIEP's; por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondientes.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,

*Karla Irene Aldana Rabanales*  
Licenciada en Psicología  
Colegiada 5609

  
Karla Irene Aldana Rabanales de Rodriguez  
Licenciada en Psicología  
Master e Educación de Valores  
Colegiado No. 5609  
Asesora de Contenido



Guatemala 10 de octubre de 2011

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM-

9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Licenciado Helvin Velásquez.

Coordinador Centro de Investigaciones en Psicología

-CIEP's- "Mayra Gutiérrez"

Escuela de Ciencias Psicológicas

Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Velásquez:

Deseándole éxito al frente de la Coordinación, a su cargo; atentamente, le informo que la estudiante **María Gabriela Solís Mencos, carné 2006-11880** aplicó en esta institución un cuestionario de evaluación y realizó un grupo de discusión; un taller con los estudiantes del curso de Historia Crítica de la Psicología II del segundo semestre de la jornada vespertina; ésto como parte del trabajo de Investigación "**Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental**" en el periodo comprendido del 3 de agosto al 28 de septiembre del presente año, en horario de 14:00 a 17:00 horas.

La estudiante en mención cumplió con lo estipulado en su proyecto de Investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular, suscribo

Atentamente,

**"ID Y SENSEÑAD A TODOS"**

  
Licenciada Karla Irene Aldana Rabanales

Docente Historia Crítica de la Psicología II

**M.A. Karla Irene Aldana Rabanales**  
Licenciada en Psicología  
Colegiada 5609

**MADRINA DE GRADUACIÓN**

**POR MARÍA GABRIELA SOLÍS MENCOS**

**Licda. Karla Irene Aldana Rabanales de Rodríguez**

Licenciatura en Psicología

Master en Educación de Valores

Colegiado No. 5609



## DEDICATORIAS

- A Dios: Por ser un refugio y apoyo en momentos de decisiones, contradicciones, ambivalencias y alegrías; y que como ente supremo me brinda paz y tranquilidad.
- A mis padres: Por inculcar en mi los valores y principios que me han guiado en la vida y me han llevado hasta esta etapa, que es un logro más. Porque su ejemplo de vida me enseña a esforzarme en todas mis esferas personales y sociales.
- A mis hermanos: Que, como parte de mi núcleo familiar, han influido de manera ejemplar en mis decisiones y esfuerzos constantes.
- A: Todas las personas, docentes, compañeras(os), amigas(os) y demás que en cada época de mi vida dejaron una huella de aprendizaje así como la inquietud de mi desarrollo personal y profesional.

## **AGRADECIMIENTOS**

- A mis padres: Por los esfuerzos y diversos apoyos que me brindaron en mis decisiones y metas, incluyendo mi realización profesional.
- A mi asesora: Licenciada Karla Aldana por el apoyo, motivación y afecto brindado desde el inicio de mi carrera ya que fueron fundamentales para mi realización profesional.
- A mi revisora: Licenciada Suhelen Jiménez, por la motivación transmitida para la realización de esta investigación y por su amistad.
- A: La Universidad de San Carlos de Guatemala por permitirme ser parte de su comunidad estudiantil y formarme en el valor de servicio a la sociedad guatemalteca.
- A: La Escuela de Ciencias Psicológicas y su comunidad por permitirme realizar mi trabajo de investigación y ser el hogar que me enseñó la ética de la profesión y la solidaridad con el país a través de una acción y participación positiva y emprendedora.
- A: Mis amigas y amigos (Guatemala e Intercambio Monterrey) por enseñarme cuestiones que se aprenden fuera del ámbito académico pero que tienen gran importancia en el recorrido que llevará mi vida; por ayudarme en el autoconocimiento. ((:o: Por su amistad y apoyo para mi realización personal y profesional.

## ÍNDICE

	Pág.
<b>Resumen</b> .....	1
<b>Prólogo</b> .....	2
<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN</b>	
1.1 Planteamiento del problema y Marco Teórico.....	4
1.1.1 Planteamiento el Problema.....	4
1.1.2 Marco Teórico.....	9
1.1.2.1 Abraham Maslow y la teoría de la motivación.....	9
1.1.2.2 Jerarquía de las necesidades.....	12
1.2.2.3 Patología y metapatología.....	20
1.2.2.4 Salud mental.....	25
1.2.2.5 Promoción de la salud mental.....	31
1.2.2.6 La salud mental dentro de la salud pública.....	35
1.2.2.7 Relación entre satisfacción de necesidades y salud mental.....	42
1.2 Delimitación.....	46
<b>CAPÍTULO II. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	
2.1 Técnicas.....	48
2.2 Instrumentos.....	55
<b>CAPÍTULO III. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b>	
3.1 Características del lugar y de la población.....	58
3.1.1 Características del lugar.....	58
3.1.2 Características de la población.....	58
3.2 Presentación.....	59
3.2.1 Análisis global.....	72

## **CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

4.1 Conclusiones..... 89

4.2 Recomendaciones..... 92

**Bibliografía..... 96**

**Anexos..... 98**

## **RESUMEN**

“Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental”

María Gabriela Solís Mencos

Esta investigación tuvo como objetivo relacionar la Teoría de la motivación humana, específicamente la jerarquía de las necesidades, de Abraham Maslow con el tema de la salud mental y viceversa, así como conocer y profundizar cómo las personas satisfacen sus necesidades. La población muestra estuvo conformada por los estudiantes de segundo semestre, jornada vespertina, de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala a quienes se les aplicó, en un inicio, el cuestionario de evaluación de las necesidades para evaluar si sus conductas y actitudes hacia las necesidades eran favorables o desfavorables, dependiendo de las respuestas que brindaron a lo largo de este instrumento. Seguido de lo anterior, se realizó un grupo de discusión con un porcentaje menor de la unidad de análisis con quienes se abordaron temáticas sobre las necesidades y sus divisiones, importancia de las necesidades a nivel personal y social, cómo se relacionan con la salud mental, los beneficios de conocer las necesidades y evaluar su satisfacción, importancia de ellas para la psicología, entre otros tópicos de la guía. Los resultados arrojados por la interpretación de los datos, mediante la técnica de análisis de contenido, se tomaron como referencia para concretizar un taller que brindó información clara y precisa de las necesidades de Abraham Maslow y su relación con la salud mental, siendo a la vez los elementos que propiciaron en los estudiantes la reflexión respecto a la importancia del tema y su aplicación. Con la investigación se dejó la inquietud a los estudiantes de dar seguimiento al tema y al cuestionario de evaluación, prestar mayor atención a sus motivaciones y se interesen por alcanzar las necesidades de trascendencia para un mejor desarrollo intrapersonal e interpersonal.

## PRÓLOGO

En el tiempo actual, hablar de la psicología humanista y la satisfacción de necesidades desde las básicas hasta las de autorrealización resulta de vital importancia; puesto que son precisamente estos aspectos los que hemos perdido de vista en nuestra cotidianeidad y muchas veces en la práctica profesional de la psicología.

El presente estudio, toma como base la jerarquía de necesidades propuesta por Abraham Maslow y rompiendo con los paradigmas establecidos propone una nueva manera de considerar dicha jerarquía a través de la creación y elaboración de un instrumento contextualizado que pretende medir en los estudiantes del segundo semestre de la licenciatura en psicología cómo está la satisfacción de dichas necesidades y en consecuencia cómo pueden éstas relacionarse con la salud mental.

Al conocer el nivel de satisfacción de las necesidades básicas, tenemos una perspectiva del estilo de vida de las personas y al poder medir el nivel de logro de las necesidades más elevadas se puede establecer la capacidad que las personas tienen para manejar su autoestima, su fortaleza personal y caminar hacia la plena realización; todo esto acompañado de un ambiente idealmente de sólidas redes sociales iniciando con la familia en donde se establecen los primeros vínculos afectivos y de seguridad así como el proceso de socialización y adquisición de las normas y valores morales que han de ser la guía de las personas en un futuro.

Por otra parte, el nivel de inseguridad y violencia social, se refleja en el actuar y reaccionar de las personas y se compensa, en alguna medida, con la afiliación y pertenencia de éstas a sus pequeños grupos sociales y sus relaciones de amistad, en donde consolidan su personalidad y amplían su espacio de aprendizaje.

A mayor satisfacción de las necesidades propuestas en la jerarquía de Maslow, existe más posibilidad de una salud mental adecuada y la creación de un instrumento específico para conocer el nivel de satisfacción de las mismas resulta un aporte importante para la sociedad guatemalteca, ya que dicho instrumento toma en cuenta el contexto característico de nuestro país y no dudo que es desde ya un aporte invaluable para cualquier campo de la psicología en el que se quiera aplicar y apreciar.

Le invito a disfrutar del contenido de este esmerado trabajo no sin antes agradecer y felicitar a la creadora y autora del mismo, la Licenciada Gabriela Solís.

**Licenciada Karla Aldana**

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

### 1.1 Planteamiento del Problema y Marco Teórico

#### 1.1.1 Planteamiento del Problema

La corriente Humanista, de la cual parte la teoría de la motivación humana del psicólogo Abraham Maslow, vino a modificar los principios y fundamentos de varias corrientes del siglo XIX incluyendo las de la Psicología y otras ciencias de la época. Una de las teorías predominantes de entonces era el Conductismo y los postulados del estímulo, respuesta, condicionamiento, entre otros; aplicado en un inicio a los animales y posteriormente generalizado a los seres humanos. En respuesta a estas afirmaciones, Maslow junto con el surgimiento de la Tercera Fuerza populariza el tema de la jerarquía de las necesidades. “Una necesidad es un estado deficitario o falta de algo”<sup>1</sup> que puede manifestarse por medio de exigencias básicas y superiores con miras a la autorrealización y trascendencia.

El tema de las necesidades y la jerarquía planteada por Abraham Maslow no es de atención para las personas ni para los centros de educación superior como las universidades, mucho menos para los centros de atención en salud pública ya que en los casos anteriores, la mayoría de veces, sólo hay una visión lucrativa y una tendencia a visualizar al ser humano como un objeto de producción o de aprendizaje pero no como un ser humano digno de respeto y capaz de desarrollar al máximo todo su potencial para trascender de un ser material a un ser más espiritual. En el caso de las Universidades la educación ha dejado de ser Humanista para enfocarse en un sistema educativo empresarial donde el costo de los cursos es elevado o son requisito para proseguir con la carrera elegida, estos cursos son en ocasiones innecesarios; por el contrario “La educación humanista con un enfoque en el conocimiento podría ser una metodología o tecnología de la

---

<sup>1</sup> Dicaprio, Nicholas S. Teorías de la Personalidad. 2da edición, México, McGraw Hill, 1989. Pág. 359.



felicidad, de la pura excelencia, verdad, bondad, etc., y por qué no una tecnología del gozo y la felicidad".<sup>2</sup> Lo que Maslow trata de introyectar en la sociedad es el hecho de que la educación debe ser para quienes quieran aprender sobre sí mismos y para encontrar la vocación que le servirá posteriormente para el propio bienestar. Actualmente lo que menos se estimula en la educación es que las personas reconozcan sus vocaciones, habilidades, limitaciones, sus valores; que logren la independencia y el sentido crítico para oponerse si algo les disgusta o está contra sus principios. La educación puede ser tan rígida o tan falta de un sentido humanista que suprime la creatividad de las personas al negar su autenticidad o dar lineamientos de cómo se deben realizar los trabajos y cómo deben ser las conductas apropiadas.

Lo antes citado influye significativamente para que las personas hagan caso omiso a todas sus necesidades superiores y se centren sólo en las que Maslow llama básicas o inferiores. O bien, influye para que las personas tengan una tendencia a la trascendencia pero a un nivel egoísta para el propio beneficio olvidando que para lograr la felicidad y la plena autorrealización se necesita de los otros y de la sociedad en general. En este sentido, ¿qué pasa cuando las personas no satisfacen todas sus necesidades o, si satisfacen todas de manera egoísta? Maslow refiere que pueden llegar a desencadenarse patologías o metapatologías dependiendo de la necesidad que se frustre y el lugar que ocupe en su jerarquía. Si la persona presenta trastornos de conducta, de personalidad, psicológicos o emocionales su salud mental se verá afectada de la misma manera. Entonces ¿hay relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y la salud mental? La respuesta es afirmativa ya que es una situación de doble vía, es decir, si no se satisfacen las necesidades de manera adecuada la persona manifestará consecuencias a cualquier nivel o esfera personal que incidirá en su salud mental; así también si no hay salud mental la persona no podrá atender sus necesidades o las señales internas del organismo que le indican lo que debe hacer o lo que se requiere.

---

<sup>2</sup> Maslow, Abraham. *La personalidad creadora*. 7ª edición, Barcelona, Editorial Kairós, 2001, p.p. 217.

La salud mental puede tener un sentido individual y uno colectivo. En el primero, la Organización Mundial de la Salud manifiesta “La salud mental es la ausencia de trastornos mentales incluyendo un bienestar subjetivo, autonomía, competencia, reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente, capacidad de enfrentar el estrés, trabajar de forma productiva, contribuir a sus comunidades, acrecentar la competencia individual y de las comunidades para alcanzar los propios objetivos o metas”.<sup>3</sup> Y en un sentido colectivo se puede citar al salvadoreño Ignacio Martín Baró quien ve la salud mental como un fenómeno que debe desarrollarse desde la propia sociedad o comunidad para que la población pueda introyectarla y sensibilizarse. Es decir, a partir de la cultura y sus manifestaciones, los valores morales y humanos que se practiquen y a través de las experiencias que asimilen las personas desde el exterior, incidirán en la subjetividad y desarrollo de los pobladores. Sea del modo que sea concebida la salud mental tiene el objetivo de proporcionar bienestar tanto intrínseco como extrínseco a las personas para mantener adecuadas relaciones interpersonales y desarrollo personal. ¿Es por lo anterior, aplicable la teoría de las necesidades de Maslow y la salud mental a cualquier tipo de población? Si es aplicable y quienes deben darle más énfasis y atención al tema de las necesidades son las personas o profesionales que tienen como responsabilidad brindar un servicio o atención a los otros por ejemplo, psicólogos, doctores, trabajadores sociales, entre otros profesionales., quienes trabajan las diferentes esferas de las personas, la subjetividad o la solución de problemas de las personas y por tanto deben procurar encaminar todos los deseos y necesidades hacia conductas adecuadas y proactivas.

¿Cómo podrían entonces las personas atender sus necesidades y con ello lograr la salud mental? La mejor vía para esta interrogante es informar y concientizar a las personas sobre ambos temas para que ellas mismas puedan, también, encontrar la correlación. Informarles sobre los diferentes tipos de necesidades según la jerarquía de Maslow para que presten más atención a sus deseos y los

---

<sup>3</sup> Organización Mundial de la Salud. *Intervenir en Salud Mental*. Suiza, OMS, 2004, p.p. 7.

puedan clasificar en algún escalón de la organización de necesidades. Ante todo lo expuesto anteriormente, la teoría de las necesidades no ha sido de vital importancia para la educación ni para los profesionales quienes invierten más tiempo en la atención terciaria o rehabilitación que en la primaria o la divulgación. De ello que en Guatemala y en trabajos de graduación previo a optar el título de Licenciatura en Psicología, no hay investigaciones que hagan una correlación entre una necesidad y la salud mental; los que se asemejan se enfocan en situaciones tales la satisfacción o insatisfacción de una o dos necesidades específicas que pertenecen a las necesidades generales o subnecesidades de la jerarquía planteada por Abraham Maslow, pero no se abordan desde su teoría o principios. Dentro de los trabajos con fines de graduación, en la Escuela de Ciencias Psicológicas se realizaron varias investigaciones relacionadas con el tema de las necesidades, dentro de ellas se puede mencionar “La frustración de las necesidades psicosociales y familiares, y su relación con la transgresión juvenil” (1988) que tenía como objeto de estudio determinar la relación entre condicionantes socio-familiares con la conducta transgresiva y agresiva. De ello se concluyó que la frustración de las necesidades básicas de seguridad y afecto se da por maltrato, rechazo paterno y materno hacia el joven y por la poca estimulación afectiva en el hogar; por tanto es recomendable que se erradique la falta de educación incluyendo la relacionada con valores, los hábitos y costumbres inadecuadas; así como se introyecten buenos comportamientos. “Redes sociales y satisfacción de necesidades” (2000) otra enfocada a la población femenina, se pretendía describir y comparar las redes sociales y la forma como satisfacen estas sus necesidades. El trabajo realizado llevó a la conclusión que hay un porcentaje bajo (4 a 9%) pero significativo de mujeres que no cuentan con nadie y únicamente ellas resuelven sus propias necesidades, el déficit de redes en la vida limita la seguridad en ellas. Por último “Las necesidades básicas emocionales y su influencia en el desarrollo integral del niño de 6 a 12 años del área urbana, de nivel socioeconómico medio”, recalca la necesidad de que los padres ya no vieran al niño desde un enfoque tradicional sino desde un enfoque más emocional que prevalezca antes las necesidades materiales; y lo reflejen en sus actitudes

hacia el infante y con los demás (hacerlo sentir seguro, importante, aceptado, amado, elogiado). la importancia del mismo es que el conocer e identificar las necesidades emocionales del niño ayuda a un mejor desarrollo que se reflejará en la familia y escuela; esto se logra si el ambiente que rodea al niño lo acepta, lo quiere, eleva su autoestima y le crea un sentido de pertenencia.

Lo anterior refleja que algunas necesidades (una o dos) han sido abordadas en la población infantil, joven y femenina. Sin embargo este abordaje no ha sido general ni desde la perspectiva de un modelo de jerarquía como el de Maslow; no se ha realizado una visión integral de las necesidades y sus divisiones ni se ha evaluado si las personas las satisfacen.

La investigación bajo el título “Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental”, específicamente el trabajo de campo respectivo, se realizó en la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos, con estudiantes de segundo semestre de la carrera. El objetivo fue evaluar la manera en que satisfacen sus necesidades y concientizarlos sobre la importancia de ello para su bienestar y por ende su salud mental.

## 1.1.2 Marco Teórico

### 1.1.2.1 Abraham Maslow y la teoría de la motivación

Abraham Maslow se interesó en un inicio por los procesos de estímulo respuesta, conocido como Conductismo. Le parecía importante el hecho de que la Psicología Conductista podía utilizarse para preparar a cualquiera en cualquier cosa modificación, reforzadores, entre otros constructos. Conforme Maslow conoció las ideas de Watson y los principios del Conductismo, notó que esta corriente no se relacionaba con una filosofía de vida, una concepción de la naturaleza humana, no tomaba en cuenta las potencialidades del hombre, el pensamiento y los motivos; sólo se limitaba a la predicción y el control. En 1930, se interesó por los problemas psicológicos intentando resolverlos y tratarlos adecuadamente pero era imposible hacerlo desde las teorías o corrientes clásicas que predominaban como era la Psicología Conductista o Científica que ya conocía a la perfección así que optó por la corriente humanista llamada también “la tercera fuerza”.<sup>4</sup>

Creía que la psicología estaba dividida en tres grupos aislados e incomunicados entre sí. En primer lugar estaba la corriente Conductista, Objetivista y Mecanicista; en segundo lugar el Psicoanálisis y en tercer lugar la Humanista. Según su opinión, las teorías deberían mezclarse y lo expresa diciendo “soy freudiano y soy conductista y soy humanista: de hecho, estoy trabajando en lo que muy bien podría denominarse un cuarta Psicología de la trascendencia”.<sup>5</sup> Esta cuarta psicología sería su teoría de la Motivación Humana y la jerarquía de necesidades.

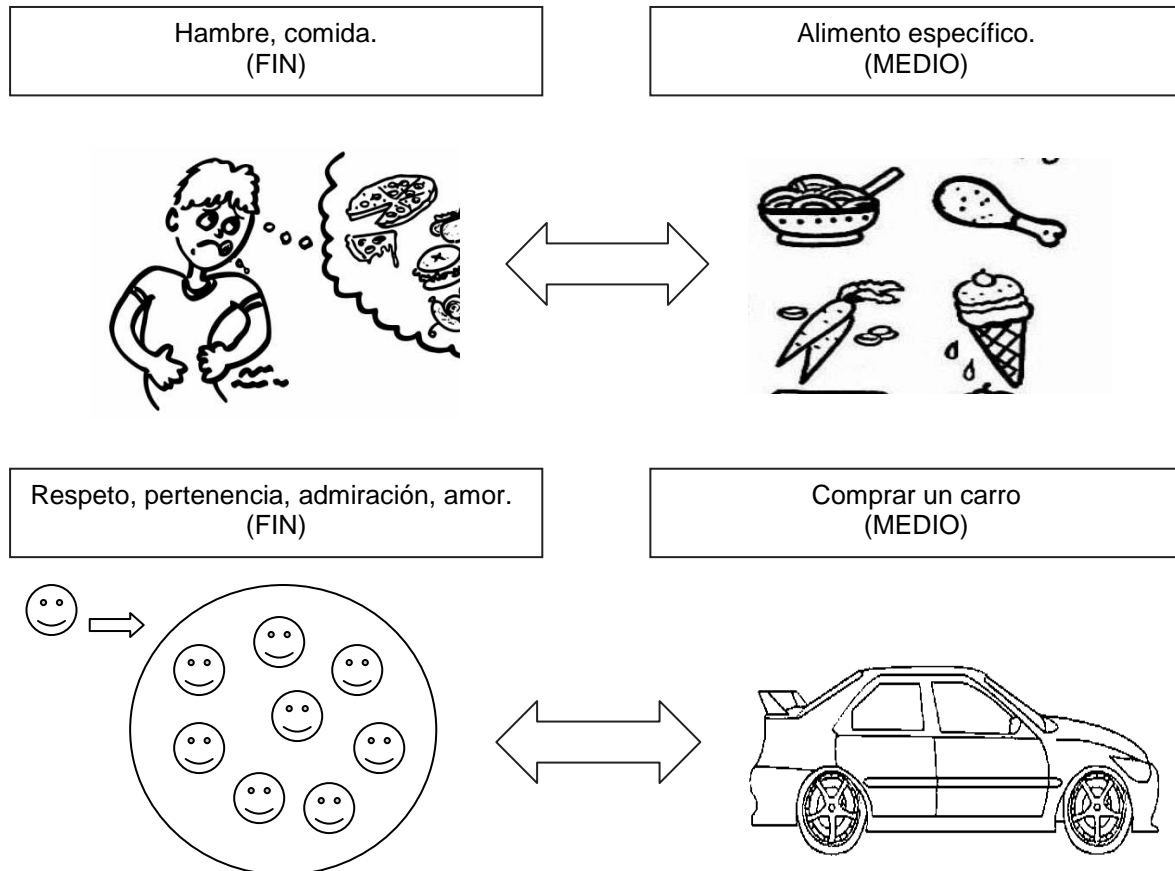
La teoría de la Motivación Humana tiene un enfoque holístico puesto que todo el individuo está motivado y no solamente una parte de él. Cuando una persona

---

<sup>4</sup> El humanismo es una corriente que reconoce el potencial humano para desarrollarse, el libre albedrío para las situaciones u opciones que se presentan en la vida, la existencia de necesidades superiores, existencia de sentimientos, deseos y emociones. Las personas son capaces de conocer lo bueno, lo malo y los valores.

<sup>5</sup> Maslow, Abraham (2001). *Op cit.* p.p. 22.

siente urgencia por una cosa específica, tiene un deseo consciente o simplemente un impulso, está motivado por algo y a la vez está haciendo explícito un motivo para satisfacer una necesidad específica.<sup>6</sup> Se debe señalar la diferencia entre un fin y un medio; un fin es igual a necesidad y el medio será la conducta que se realice para satisfacer la necesidad (fin).



Las personas pueden aprender a tener gustos por ciertas cosas que son contrarios a sus verdaderos intereses y a comportarse de manera opuesta a sus necesidades de desarrollo, ello es causa de la influencia de las instituciones actuales, de la propia cultura o factores sociales; causa que las personas supriman sus necesidades superiores o no logren satisfacer la mayoría. ¿Por qué se dice que la cultura influye? porque los seres humanos no heredan los comportamientos sino solamente impulsos en presencia de ciertos estímulos.

<sup>6</sup> Maslow define una necesidad como una falta de algo, un estado deficitario.

La persona debe aprender a encontrar satisfactores apropiados y los medios para obtenerlos; en este punto, muchas veces las personas están acostumbradas a que se les indique qué hacer y qué no, por ello al hacer elecciones propias o tener varias opciones, pueden distorsionar sus necesidades, medios, fines, entre otros aspectos, y desarrollar algún tipo de patología.

La persona, para Maslow, en cuanto a sus necesidades básicas o estados deficitarios está motivada, mientras que para sus fines de desarrollo y necesidades superiores está metamotivada.<sup>7</sup> En esta descripción, la satisfacción de las necesidades corresponde a un nivel individual en donde se debe proveer al organismo satisfactores para mantener un óptimo bienestar biológico; pero también corresponde a un nivel social porque se necesita de los otros para amar, practicar valores y llegar a la autorrealización. En ocasiones se afirma que las personas tienen un estado motivacional peculiar o diferente de otros acontecimientos del organismo; es una idea errónea porque la motivación es constante e inacabable y está presente en todos los estados orgánicos debido a que el ser humano pocas veces alcanza un estado de satisfacción completa. Cuando se satisface un deseo o necesidad, aparecen otros y el deseo primordial pasa a segundo plano.

Todos los motivos o metamotivos que se experimentan se dirigen a valores que son a su vez estados finales. Existen los valores “D” que son los fines de las necesidades deficitarias o básicas y los valores “B” que son los fines de las metanecesidades y metamotivos de las personas autorrealizadas que fomentan el ser, la existencia y el significado de la vida. Existen alrededor de 14 valores del Ser (valores “B”):<sup>8</sup> verdad (sinceridad, realidad), bondad, belleza, integridad, vida, peculiaridad, perfección, consumación, justicia, orden, simplicidad, riqueza, carácter lúdico, autosuficiencia, falta de esfuerzo.

---

<sup>7</sup>DiCaprio, Nicholas S. *Teorías de la personalidad*. 2ª edición, México, McGraw Hill, 1989, p.p. 363.

<sup>8</sup>Maslow, Abraham (2001). *Op. cit.* p.p. 70.

### 1.1.2.2 Jerarquía de las necesidades

Dentro de la teoría de la motivación, Maslow integró una jerarquía de necesidades, es decir, una estructura organizada con diferentes grados de fines o motivos. Cuando un nivel de necesidades se satisface adecuada y suficientemente, el siguiente nivel se convierte en el punto de atención. Sin embargo, aunque él propone una ordenanza de necesidades no siempre se satisfacen en un orden determinado ya que las personas pueden estar motivadas o metamotivadas por distintos requerimientos. Las necesidades que se toman generalmente como punto de partida son las básicas o inferiores, a medida que éstas están satisfechas se empieza a experimentar las necesidades de autorrealización, de desarrollo o superiores. El siguiente esquema resume la estratificación de las necesidades:





Cada una de las necesidades tiene a su vez necesidades más específicas que le son propias, en el siguiente cuadro se desglosan las divisiones:<sup>9</sup>

#### **NECESIDADES DE TRASCENDENCIA**

- °Necesidades asociadas con un sentido de comunidad
- °Necesidades de contribuir a la humanidad
- °Necesidad asociada con un sentido de obligación hacia otros, basada en propios dones (nobleza, solidaridad, altruismo)

#### **NECESIDADES DE AUTOACTUALIZACIÓN**

- °Necesidad de satisfacer las propias capacidades personales
- °Necesidad de desarrollar el propio potencial
- °Necesidad de hacer aquello para lo cual se está en mejor aptitud
- °Necesidad de desarrollar y ampliar las metanecesidades: descubrir la verdad, crear belleza, producir orden, fomentar justicia.

#### **NECESIDADES DE ESTIMA**

- °Necesidad de respeto
- °Necesidad de confianza basada en la buena opinión de otros
- °Necesidad de admiración
- °Necesidad de confianza en sí mismo
- °Necesidad de autovalía
- °Necesidad de autoaceptación

#### **NECESIDADES DE AMOR Y PERTENENCIA**

- °Necesidad de amigos
- °Necesidad de compañeros
- °Necesidad de una familia
- °Necesidad de identificación con un grupo
- °Necesidad de intimidad con un miembro del sexo opuesto

#### **NECESIDADES DE SEGURIDAD**

- °Necesidad de seguridad
- °Necesidad de protección
- °Necesidad de estar libres de peligro
- °Necesidad de orden
- °Necesidad de un futuro predecible

#### **NECESIDADES FISIOLÓGICAS**

- °Necesidad de liberación de sed, hambre
- °Necesidad de dormir
- °Necesidad de sexo
- °Necesidad de orden
- °Necesidad de alivio del dolor, de desequilibrios fisiológicos

---

<sup>9</sup>DiCaprio, Nicholas S. *Op. cit.* p.p. 368.

Cuando las necesidades fisiológicas son satisfechas y no constituyen un problema mayor para la persona, las necesidades de seguridad se convierten en el foco de atención o en fuerzas dominantes. Estas necesidades pueden revelarse por medio del miedo: miedo a lo desconocido, al caos, a la duda y la confusión, pérdida de control sobre las situaciones y circunstancias. Luego de estas, el siguiente escalón lo constituyen las necesidades de amor y pertenencia, estas se orientan al deseo de mantener una relación con otras personas, ser aceptado como miembro de un grupo organizado, necesidad de un ambiente familiar y participar de acciones grupales para el bien común.

De la misma manera que se tiene necesidades asociadas al organismo, también se tienen necesidades asociadas a la constitución psicológica en las que se pueden mencionar las de estima. Pueden dividirse en: necesidades asociadas con el amor, estimación propia, respeto a sí mismo y necesidades asociadas con el respeto a otros. En este tipo de necesidades suele suceder que las personas valen por lo que otros dicen u opinan, las críticas y valoraciones de los pares influye positiva o negativamente sobre la propia estima y autoimagen haciendo que para ser satisfecha, esta necesidad, se necesite tanto de los otros como de sí mismo; si los otros no contribuyen con la persona a formar una imagen realista y objetiva de ella, la persona podría estancarse en este escalón o tratar de pasar al siguiente teniendo menor éxito.

La autoactualización significa libertad de restricciones culturales impuestas y la autenticidad. Las personas que se encuentran en este nivel superior de necesidades pueden llevar a cabo las demandas culturales y sociales por el valor del deber y responsabilidad, pero cuando esto se interpone con lograr su trascendencia se oponen o reaccionan contra estas prácticas sin prejuicios, es decir, libremente. Las conductas de autoactualización llevan a la persona al escalón último de la jerarquía: la trascendencia.

Maslow menciona otros dos tipos de necesidades, que no son menos importantes por no estar dentro de su jerarquía, pero que se encuentra dentro de las características de los seres humanos. Estas necesidades son las cognoscitivas y las estéticas. Una necesidad cognitiva es el deseo de saber, entender, indagar, expresarse y de utilidad para conseguir confianza en el mundo.<sup>10</sup> Los deseos de saber y comprender son motivos que provienen de las necesidades básicas y característica del ser humano en cuanto a no ser pasivo respecto a su mundo o no dar por entendidas las cosas sino que necesita conocerlas causas de lo que sucede para darles fundamento, para aprendizaje y para introyectar toda la información exterior. Las necesidades estéticas son parte fundamental de desarrollo para ciertas personas, principalmente para las que manifiestan disgusto ante el desorden, el caos, la asimetría o fealdad en situaciones o ambientes. Estas necesidades incluyen el orden, simetría, el deseo de llenar huecos en situaciones que están mal estructuradas, aliviar la tensión producida por una actividad no terminada, estructurar hechos, clasificar y sistematizar el conocimiento. Paralelo a esto, ante ambientes o personas desagradables se pueden experimentar enfermedades pero ante ambientes y personas agradables las personas se sienten motivadas y vigorizadas.<sup>11</sup>

La anterior clasificación de las necesidades básicas y de desarrollo, serán satisfechas por el grado de motivación o metamotivación de las personas y por la cultura de la sociedad en que se desarrollen. Algo que se puede agregar respecto a la varianza entre las necesidades y su satisfacción es que hay una serie de excepciones que determinan la atención que se le dará a cada clasificación de la jerarquía y que influirán para decidir cuáles son las prioridades. Estas excepciones pueden intervenir en las personas para invertir o modificar el orden de la jerarquía:<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Maslow, Abraham (1991). *Op. cit.* p.p. 34.

<sup>11</sup> DiCaprio, Nicholas S. *Op. cit.* p.p. 369.

<sup>12</sup> Maslow, Abraham (1991). *Op. cit.* p.p. 38.

- o Para ciertas personas la autoestima es fundamental en su vida y cobra más importancia que otras metanecesidades. las necesidades de estima están arriba de las necesidades de amor, por lo que se cree lógico que el orden de satisfacción seria amor y luego autoestima; pero sucede que la persona cree que si es fuerte, poderosa, inspira respeto y tiene seguridad en sí misma; tendrá más probabilidad de ser amada.
- o Hay personas de naturaleza creativa en quienes la necesidad de creatividad es más importante que cualquier otra. Su creatividad podría aparecer no como un tipo de autorrealización causada por las satisfacciones básicas, sino a pesar de la falta de satisfacciones básicas.
- o En ciertas personas el nivel de aspiración o deseo puede estar reducido, es decir, sus objetivos menos prepotentes simplemente pueden desaparecer o perderse para siempre.
- o La personalidad de un individuo con algún tipo de trastorno psíquico o conductual, podría influir en que se dé una pérdida permanente de las necesidades de amor.
- o Otra causa de la inversión de la jerarquía es cuando una necesidad ha sido satisfecha durante mucho tiempo, porque luego se desestima (p.ej. una persona que nunca ha sufrido de hambre puede subestimar los efectos de esta y considerar la comida como una cosa sin importancia).
- o Las excepciones más importantes son las que implican ideales, un nivel social de vida, valores "B" y situaciones similares. Por ciertos valores del ser, las personas pueden convertirse en mártires o abandonar cualquier cosa por un ideal determinado.

Existen algunas diferencias entre las necesidades básicas o inferiores y las necesidades superiores o del desarrollo:

- o Las necesidades básicas están presentes en la mayoría de todos los seres vivos, mientras que las superiores son propias de los seres humanos aunque es un porcentaje reducido que las experimenta o satisface. Cuanto más superior es la necesidad es más específicamente humana.
- o Todas las personas al nacer experimentan necesidades físicas más tarde surgen los deseos de autonomía e independencia, es decir, la diferencia de estas necesidades radica en que mientras se nace con algunas de ellas otras se van desarrollando o manifestando por influencia ambiental o cultural.
- o Cuando las necesidades superiores empiezan a imperar en la persona, puede pasar más tiempo para su gratificación o incluso desaparecer. Las necesidades superiores tienen menos capacidad de dominar u organizar las conductas de la persona por lo que no presta atención o cree que si no manifiesta malestares a nivel físico, no debe atender señales internas; la privación de las necesidades superiores no producen una defensa tan desesperada o una reacción de urgencia como lo hacen las básicas.
- o Las necesidades superiores son subjetivamente menos urgentes de satisfacer ya que son menos perceptibles o pueden confundirse con otras necesidades.
- o La satisfacción de las necesidades superiores genera felicidad y riqueza de la vida interior y subjetiva.
- o La búsqueda de la gratificación de las necesidades superiores representan una tendencia general hacia la salud y alejarse de los trastornos conductuales, psicológicas o las psicopatologías.

- o Las necesidades superiores requieren condiciones externas adecuadas para satisfacerlas. Las mejores condiciones ambientales deberán ser propiciadas por instituciones y situaciones como la familiar, económica, política, educativa, entre otras.
- o Las personas que han gratificando ambas necesidades, básicas y superiores, y han conocido los efectos de cada uno de los grupos preferirán luchar para satisfacer todas sus necesidades superiores aunque deban privarse de algunas básicas.
- o La búsqueda de las necesidades superiores tiene consecuencias cívicas y sociales deseables; así como necesita a los pares y demás personas.

Existen similitudes entre las necesidades básicas y las superiores como que tienen un valor de supervivencia y crecimiento, consecuencias y forman parte de la misma integración jerárquica. Es decir, poseen la misma característica básica de ser “necesarias” (buenas para la persona) en el sentido de que su carencia ocasiona patologías o metapatologías y su satisfacción fomenta el crecimiento hacia la plena humanidad, felicidad y salud mental.

Maslow enfatiza en su teoría, frecuentemente, que los efectos de satisfacer adecuadamente una necesidad es que esta desaparece y surgen otras nuevas y superiores. Si una necesidad es o no satisfecha siempre hay consecuencias:<sup>13</sup>

- o Independencia y desprecio por los satisfactores conocidos. Es decir, hay cambio de intereses porque lo anterior se vuelve aburrido y hay nueva presencia de valores humanos.
- o Con un cambio de valores hay un cambio de capacidades cognitivas: atención, percepción, aprendizaje, memoria, olvido, pensamiento.

---

<sup>13</sup> La lista corresponde a las consecuencias de satisfacer adecuadamente una necesidad o necesidades. Si no se satisface ocurre, en la mayoría de casos, lo contrario de lo que se plantea.

- Los nuevos intereses, satisfactores y necesidades son superiores. Cuando las necesidades de seguridad están satisfechas la persona es libre de buscar amor, independencia y respeto.
- La gratificación de una necesidad cualquiera, siempre que sea verdaderamente satisfecha ayudará en la formación del carácter, al perfeccionamiento, fortalecimiento y desarrollo sano de la persona.

Cuando las personas logran percibir sus metamotivos y los llevan a la acción, cuando sienten la necesidad de practicar los valores “B” para beneficio propio y de los demás; cuando las conductas están enfocadas a la trascendencia y lucha por los ideales, es cuando las personas están en el camino hacia la autorrealización. De acuerdo con Maslow, el proceso de autorrealización puede presentarse únicamente cuando se satisfacen las necesidades básicas inferiores (fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia así como de estima) y cuando la persona se siente amada, con sentido de pertenencia, sus necesidades de amor ya están satisfechas, tiene amigos, se siente merecedora de amor, tiene un lugar en la vida y el respeto de los demás, tienen un razonable sentimiento de valía y autorespeto; se dedican a alguna tarea o vocación, sus exigencias internas coinciden con las externas (el quiero con el debo); se identifica con su trabajo (introyectarlo, incorporarlo), siente deleite porque se cumpla la justicia, necesidad de detener la violencia y la explotación; lucha contra las mentiras y falsedades, trata de rectificar las cosas y aclarar malas situaciones, disfruta haciendo el bien, disfruta la paz y la calma, no le suele gustar la pelea o guerra; parece práctico y astutos, es realista, odia la corrupción, disfruta ayudando a la autorrealización de los otros, le causa placer conocer a personas admirables y creativas; disfruta asumiendo responsabilidades, son plenamente humanas,<sup>14</sup> entre otras cosas.

---

<sup>14</sup> Maslow, Abraham (2001). *Op. cit.* p.p. 51. La plena humanidad es la capacidad de abstraer aspectos de su entorno ya sea para introyectarlos o para tener una realidad más objetiva; de amar, de tener ciertos valores, de trascender el yo, etc., esta definición es en ocasiones podría confundirse con el término de salud psicológica, pero difieren en que para una plena humanidad se debe tomar en cuenta aspectos como: los propios deseos, personalidad, trastornos mentales, ansiedades, temores o esperanzas inconscientes.

Para resumir lo anterior, algunos de los rasgos más característicos de las personas autorrealizadas son:

## AUTOACTUALIZANTES

Percepción más objetiva de la realidad	Creatividad	Espontaneidad
Sencillez		
Iniciativa	Aceptación de sí mismo, de otros y de la naturaleza	
Solución de problemas de manera asertiva		Gusto por la intimidad (soledad)
Sentido de hermandad	Seguridad	Carácter democrático
Relaciones interpersonales cimentadas	Autoconocimiento	Autonomía
		Independencia
Amar y ser amado	Trascendencia del yo	Alegría y diversión

### 1.1.2.3 Patología y metapatología

“Cuando se habla sobre el hombre psiquiátricamente sano, primeramente y lo más importante de todo es la fuerte convicción de que el hombre tiene una naturaleza esencial propia, tiene necesidades, capacidades y tendencias representativas de la especie humana. En segundo lugar, la autorrealización influye en un desarrollo pleno y sano; en tercer lugar la psicopatología es el resultado de la negación, frustración o la deformación de la naturaleza esencial del hombre.”<sup>15</sup> La anterior afirmación de Maslow hace ver que cualquier cosa que conduzca a un desarrollo sano y con miras a la autorrealización es lo beneficioso para la propia persona mientras que lo inadecuado o anormal es ocasionado por situaciones que frustren la autorrealización.

Se pueden diferenciar dos términos importantes en la teoría de la motivación humana: las patologías y las metapatologías. Las primeras son el resultado de la frustración de necesidades básicas importantes y las segundas, son la

<sup>15</sup> DiCaprio, Nicholas S. *Op. cit.* p.p. 370.



consecuencia de frustraciones en el desarrollo y las metanecesidades. Se caracteriza por la ausencia de valores de significado y de realización; las metapatologías pueden incluir tipos de personalidad inmaduros, inadecuados e infantiles; trastornos del carácter, carencia de sentimientos sociales, renunciar a convicciones y valores por la influencia de otros; falta de interés en el mundo y trastornos cognoscitivos.

Para describir con mayor profundidad, las patologías y metapatologías consideradas por Maslow con mayor frecuencia en las personas como resultado de las frustraciones o carencia de satisfactores, se presenta el siguiente cuadro:

Patología	Metapatología	Descripción
Psicosis		Cabe mencionar que dentro de esta se incluye la esquizofrenia, reacciones paranoicas, reacciones involuntarias y personas maniicodepresivas. En las personas con esquizofrenia las defensas y controles se destruyen paulatinamente y tiende a retraerse en su propio mundo interior o a destruir todo contacto con los demás y con el mundo natural, lo cual representa cierta destrucción de la comunicación recíproca entre él y el mundo. <sup>16</sup>
Neurosis		Entran conductas como la ansiedad, histeria, fobias, trastorno obsesivo compulsivo, despersonalización, hipocondriasis. En la neurosis las señales internas están debilitadas o incluso pueden desaparecer del todo por lo que, las personas tienden a recurrir a indicios

<sup>16</sup> Maslow, Abraham (2001). *Op. cit.* p.p. 193.

		externos que le guíen: comer cuando el reloj lo indica en lugar de obedecer a su apetito; se guía por relojes, reglas, pistas de otros, calendarios, horarios, agendas, insinuaciones. <sup>17</sup>
Trastornos de personalidad <sup>18</sup>		Los tipos: paranoica, ciclotímica, esquizoide, explosiva, obsesivo compulsiva, antisocial, pasiva agresiva.
Más que una patología, un efecto secundario puede ser retardo en el desarrollo.		Si los niños son privados de la necesidad de amor por los padres y demás personas de su alrededor. Puede manifestar retardo en el desarrollo físico, psicológico y social. En la edad adulta la persona será incapaz de recibir y dar amor.
	Personalidad inmadura	Formas de conducta y carácter inadecuados e infantiles ante cualquier situación.
	Carencia de sentimientos sociales	Falta de conciencia social y práctica de valores para mejorar la convivencia.
	Incapacidad de amar	No se ama a nadie, no se disfruta de nada y no se ve el valor de los logros, características o potencial de los pares. Pueden comportarse inmoralmente.
	Depresión existencial, falta de sentido de la vida	Falta de sentido, enajenación, falta de dirección, búsqueda continua del sentido de vida.
	Trastornos cognoscitivos: pensamiento paranoide	La persona deja de interpretar un hecho correctamente ya sea por omitir o agregar detalles de la situación.

<sup>17</sup> Ibid. *Op. cit.* p.p. 56.

<sup>18</sup> Para estas patologías (psicosis, neurosis, trastornos de personalidad) Maslow no presenta una descripción tan detallada y específica sino más bien nombra algunas características que podrían estar relacionadas. Es recomendable acudir al DSM IV para información más detallada y amplia.

	Baja estima	La persona cree que no vale y no es buena para nada. Siempre sobresalen sentimientos de inferioridad y vergüenza, insignificancia, toda las personas de su alrededor son superiores.
	Sentirse totalmente determinado	Sensación de falta de libre albedrío
	Fatalismo	La persona cree que las situaciones están determinadas por Dios, leyes naturales o el destino.
	Anhedonia	Es la incapacidad para experimentar placer o bien, la pérdida de interés o satisfacción en casi toda las actividades o circunstancias.

Así como se desarrollan patologías o metapatologías por la frustración de las necesidades y por la falta de satisfacciones adecuadas; se pueden manifestar sentimientos de bienestar al gratificar las necesidades. Se muestra en el siguiente cuadro una analogía respecto a las conductas, sentimientos y emociones, que resultan de satisfacer adecuada o inadecuadamente las necesidades: <sup>19</sup>

<b>Necesidad (es)</b>	<b>Deficiencia</b>	<b>Satisfacción</b>
Fisiológicas	Hambre, sed, frustración sexual, tensión, fatiga, falta de abrigo apropiado.	Relajación, liberación de la tensión, experiencias placenteras para los sentidos, bienestar físico, comodidad, seguridad.
Seguridad	Inseguridad, añorar, sentido de pérdida, temor, obsesión compulsión.	Seguridad, comodidad, equilibrio, calma, tranquilidad.

<sup>19</sup> Ibid. p.p. 384.

Amor	Timidez, sentimiento de no ser deseado y de inutilidad, vacío, soledad, aislamiento, creencia de que hace falta algo para estar completos.	Libre expresión de emociones, sentido de totalidad, sentimiento de cordialidad, sentimiento renovado de vida y fuerza, sentimiento de desarrollarse juntos.
Estima	Sentimiento de incompetencia, negativismo, sentimiento de inferioridad.	Confianza, sentido de superioridad, autoestima, respeto por sí mismo, autoconocimiento, concepto bueno de sí mismo.
Autoactualización	Alienación, metapatologías, ausencia de significado de la vida, aburrimiento, vida rutinaria, actividades limitadas.	Curiosidad por la salud, valores "B", realización de potenciales, concepción del trabajo como placentero, valores incorporados y practicados, vida creativa.

Maslow llegó a la conclusión, a partir de los datos del cuadro anterior, que "las personas normales están en un nivel totalmente diferente de motivación. La mayoría de la gente es víctima de una infinidad de síntomas de enfermedades y que aun algunos que se consideran expertos en el arte de vivir, no están conscientes de todo el alcance del potencial humano".<sup>20</sup> Si la persona satisface sus necesidades básicas y superiores tendrá resultados totalmente distintos ya que entre mayor motivación y continuidad se le dé a la jerarquía, se experimentará un desarrollo sano, la plena humanidad, la autorrealización y se buscará seguir conociendo los propios potenciales y lucha por los ideales.

Las patologías o metapatologías, como ya se ha mencionado se desatan por la supresión de las gratificaciones de las necesidades, pero esta insatisfacción puede deberse a la influencia social y cultural del medio donde se desarrolla la

<sup>20</sup> DiCaprio, Nicholas S. *Op. cit.* p.p. 376.

persona. Se hace necesaria la sensibilización respecto a temas de los instintos e impulsos humanos y demás aspectos intrínsecos ya que la cultura no puede eliminarlos por ser parte de la naturaleza del ser, lo que sí puede hacer es reprimirlos y por esa represión se desencadenan trastornos conductuales y psicológicos determinantes para un bienestar y salud integral.

#### **1.1.2.4 Salud mental**

La Salud Mental puede englobarse en dos perspectivas: la individual y la grupal o colectiva. En la primera puede tomarse como referencia la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>21</sup> que en el año 2004 hace la distinción entre “Salud” que es un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedades; y entre “Salud Mental” que es la ausencia de trastornos mentales incluyendo un bienestar subjetivo, autonomía, competencia, reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente, estado de bienestar por medio del cual los individuos reconocen sus habilidades, capacidad de enfrentar el estrés de la vida diaria, trabajar de forma productiva y fructífera, contribuir a sus comunidades, acrecentar la competencia individual y de las comunidades para alcanzar los propios objetivos o metas. La OMS conforme describe y explica lo anterior, pasa de una visión individual a una comunitaria puesto que sin las otras personas sería imposible lograr una salud mental integral.

La salud mental puede estar influenciada por los valores y creencias propios de cada individuo que han sido introyectados desde el hogar y la cultura donde se ha desarrollado, es decir, están inmersos factores individuales (subjetividad) y sociales (cultura). Las personas tienen pensamientos y conductas adecuadas o inadecuadas que pueden resultar en felicidad o sufrimiento dependiendo de la coherencia de su modo de pensar y actuar. Según los principios de la salud

---

<sup>21</sup> Organización Mundial de la Salud. *Intervenir en Salud Mental*. Suiza, OMS, 2004, p.p. 7.

mental,<sup>22</sup> toda conducta (incluyendo los comportamientos internos o mentales previos a los comportamientos externos) es una acción que tiene la finalidad de obtener algo: por un lado, con las acciones se pretende justificar y demostrar las creencias; y por el otro lado, el fin último de las conductas es conseguir un determinado valor o algo que se cree importante para el propio bienestar. Para comprender lo anterior, un valor designa un estado al que se le da importancia y que tiene cierta jerarquía dentro de las cosas; por ejemplo: éxito, seguridad, amor, felicidad, salud, amistad, riqueza, prestigio y más.

Una creencia es un sentimiento de certeza sobre el significado de algo. Estas pueden ser inconscientes y afectar la percepción que se tiene sobre sí mismo, de los demás y de las circunstancias de alrededor. Están formadas por ideas globales (p.ej. la gente es...) y por reglas (p.ej. si... entonces...) que se adquieren con ideas transmitidas mediante un proceso educativo, socializador y a través de las experiencias. Por otra parte, las capacidades son las competencias que guían los comportamientos y pueden verse afectadas por las propias creencias; estas pueden ser potenciadoras o limitantes. Las primeras favorecen la confianza en sí mismo y en las capacidades para así afrontar situaciones complejas. Las segundas inhabilitan para afrontar determinadas situaciones porque inciden en la confianza. Para conseguir un pleno control de la vida y conductas, se debe conocer cuáles son las creencias esenciales, cambiar aquellas que limitan y resolver los conflictos que pueden existir entre distintas creencias. Es necesario cambiar los valores y creencias a unos que hagan la vida fácil, propicien la felicidad y el bienestar, permitan disfrutar la vida junto y a la sociedad, ayuden a alcanzar las propias metas, permitan disfrutar la existencia y dar coherencia al comportamiento, dar coherencia al mundo, interpretar la realidad tal como es, que ayuden a una adecuada salud mental ya que con ella se podrá cambiar el que los valores y creencias intervengan en la distorsión de los hechos y la actualidad.

---

<sup>22</sup> Benitez, Laureano. *Valores y Creencias*. Revista PSICO-red. Guatemala, Liga Guatemalteca de Higiene Mental, agosto 2007, p.p. 19-21.

Los valores y creencias crean patrones de conducta así como hábitos para responder a lo que sucede en el mundo exterior de forma rápida ya que el hecho de reflexionar ante cada situación para elegir la conducta adecuada o para responder causaría desorganización cognitiva, reaccionar tardíamente, ocupar demasiado tiempo y esfuerzo. Por tanto, como estas conductas ya son automáticas, si los valores y creencias que las rigen son inadecuados así serán las acciones; si las creencias son negativas y limitantes, la interpretación de la realidad será igual. Es necesario que las personas modifiquen sus creencias y valores para que luego las automaticen y sus respuestas ante cualquier situación sean adecuadas y eficientes para sí misma y para las demás personas; la deformación de la realidad podría incidir en el bienestar y felicidad humana. Una persona con esquemas mentales negativos percibirá todo de la misma manera, si por el contrario, las creencias son positivas se podrá interpretar la realidad de la misma forma y propiciará la felicidad.

El sistema de valores y creencias que cada persona tiene es un factor esencial para el logro del bienestar personal. Este sistema se construye por las decisiones personales y está en parte influido por los valores y creencias dominantes en la sociedad o la cultura en la que se vive, más los medios de comunicación de masas que influyen las conductas, necesidades, deseos o metas, hasta el punto de que las identidades personales pueden perderse. Lo anterior podría evitarse si se tiene una adecuada educación en salud mental y modificar esquemas mentales dañinos que limiten.

Los problemas de salud mental afectan a la sociedad y no sólo a nivel individual por lo tanto constituye una lucha importante para el desarrollo general. Con respecto a esta repercusión social de la salud mental y la importancia de la consecución de esta a través de los otros, el salvadoreño Ignacio Martín Baró <sup>23</sup> explica que el problema de la salud mental debe ubicarse en el contexto histórico en donde cada individuo elabora y realiza su existencia con la incursión de las

---

<sup>23</sup> Martín Baró, Ignacio. *Psicología social de la guerra*. El Salvador, UCA Editores, 1990, p.p. 24 -36.

relaciones sociales. Martín Baró ve la necesidad de cambiar la perspectiva de la salud mental y de los trastornos mentales, viéndolos de afuera hacia adentro y no de adentro hacia afuera; es decir, no como una realización individual sino como la materialización de una persona basada en su relaciones sociales e históricas puesto que el impacto de cualquier acontecimiento incide en las relaciones sociales y estas a su vez en la salud mental.

Baró trata de cambiar las perspectivas actuales que se tienen sobre la salud mental y su definición o percepción; cree que el decir que una salud mental es la ausencia de trastornos psíquicos o un buen funcionamiento del organismo humano, es muy individualista y sólo se aplicaría a las personas que no muestren alteraciones de su pensar, sentir o actuar en el medio, que desarrolle su trabajo cotidiano sin peligros o angustia, que atienda la vida familiar sin maltratar a los hijos, quien no sea alcohólico, se trataría entonces de un problema secundario por dos aspectos: primero cualquier comunidad pensará en la supervivencia de sus miembros antes que otro problema psicosocial; y segundo, los trastornos mentales serán problemas minoritarios que sólo afectarán a un porcentaje bajo de la población ya que los otros se considerarán mentalmente sanos ocasionando que sean pocos los profesionales que se interesen por este tema.

Frente a esta definición parcial, la salud mental debería ser entendida en términos más positivos y amplios para que no sea categorizada en el modelo médico. Se debe ver al individuo como un ser histórico cuya existencia se elabora en base a sus relaciones interpersonales. La salud mental no se trata de un funcionamiento satisfactorio de la persona sino del funcionamiento de las relaciones sociales que permitan la humanización para los miembros de cada sociedad o grupo. En otras palabras, la salud mental es parte de las relaciones entre las personas y grupos más que un estado individual. El autor también habla del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM III) para mencionar que este ha introducido cambios significativos en sus planteamientos taxonómicos siendo uno de los cambios más importantes el dejar de ver los trastornos como entidades



patológicas para considerarlos como configuraciones donde convergen diversos aspectos de la vida humana como presiones y tensiones psicosociales (Eje IV) y sobre el grado de adaptación de la persona en su pasado más reciente (Eje V) que son los más importantes para evaluar a la persona desde un punto de vista psicológico y no psiquiátrico.

Las afirmaciones de Martín Baró parecen contradecir otras perspectivas de la salud mental, por ejemplo la definición de la OMS mencionada con anterioridad que habla sobre el bienestar de la persona y el reconocimiento de sus propias habilidades; que son más individualistas. O de la afirmación que la salud mental es la adaptación del individuo a su contexto. Sin embargo no las contradice, él explica que sus ideas no pretenden simplificar el problema de la salud mental en un reduccionismo social para evitar un reduccionismo individual; pretende enfatizar lo diferente que resulta cambiar la perspectiva y ver la salud o el trastorno mental desde afuera hacia adentro (desde las relaciones sociales e históricas).

Tan sólo si se cambia la perspectiva de salud mental como lo hace Martín Baró, como expresión de relaciones sociales humanizantes, entonces se posee un criterio desde la propia psicología para evaluar las identificaciones sociales como contrarias a la salud mental individual. La salud mental no puede ser adaptación a las condiciones del contexto porque estas crean y reproducen la dominación, empobrecen y violentan lo que impedirá la constitución de los individuos. La salud mental necesita verse como el esfuerzo de transformación de las condiciones opresivas de tal manera que los sujetos humanos se independicen y liberen, que sean capaces de darle un contenido propio, humanizante y solidario a su vida. Esto significa que no es un problema de adaptación individual sino de transformación personal y colectiva. Se puede complementar con lo anterior, que existe una relación esencial entre el hombre y el mundo. El hombre es un ser en sociedad por lo que el cómo estén configuradas las relaciones sociales determina en gran medida cómo es el ser concreto del hombre, cómo piensa, siente, cree, es decir, su subjetividad.

Todas las personas están vulnerables a que su salud mental sea dañada, sin embargo hay condiciones específicas que están en mayor riesgo como personas con bajos recursos económicos, desempleados, bajo nivel de escolaridad, migrantes y refugiados, personas de la tercera edad, víctimas de la violencia y maltrato en sus diferentes modalidades, reducción del ser humano a actividad mecánica u objeto, a beneficios económicos, alienación, daños o atentados a la integridad personal, entre otras. Lo mismo ocurre con el hecho básico de ser hombre o mujer puesto que aún hay dominación patriarcal y machismo en la sociedad guatemalteca que delega los roles respectivos. En esta sociedad ser mujer o ser hombre implica posibilidades y configuraciones subjetivas distintas (que se producen desde la familia). Con esto no se afirma con certeza que así sea, pero las mujeres en una sociedad varonil tienden a que su salud mental esté más vulnerable porque frustran sus deseos por parecer propios del otro sexo; las mujeres emprendedoras suelen tener problemas al querer ser parte de organizaciones o tener cargos que corresponden sólo al hombre “exitoso”. Aún no se sigue o apoya la subjetividad solidaria e igualitaria que trascienda el modelo masculino. En los llamados países del tercer mundo y particularmente en sociedades como la guatemalteca, hay que educar aún para la reflexión sobre la equidad entre ser mujer, indígena, pobre y rural ya que es una sociedad racista.

La salud mental es un pilar central e importante para el bienestar individual y de la sociedad pero desafortunadamente no se le da importancia como a la salud física. Los trastornos mentales junto con las demás patologías frecuentes se desencadenan con facilidad por la falta de información o tratamiento ya que este tema es objeto de ignorancia y desatención. Para determinar la magnitud de lo anterior, en el año 2004 aproximadamente 450 millones de personas a nivel mundial, tenían trastornos patológicos o de conducta. Para mencionar algunos datos más específicos, de los 450 millones, 150 millones de personas sufren de depresión en un momento específico, cerca de 1 millón se suicida cada año y 25 millones sufren de esquizofrenia, el otro porcentaje se debe la ingesta de

sustancias que producen adicción.<sup>24</sup> Lo anterior no solamente es un tema relacionado con la salud y el bienestar individual sino también confiere un tema económico para la nación puesto que intervenir en casos de patologías como la psicosis, neurosis, depresión, esquizofrenia, enfermedades somatomorfas y otras., implica destinar un presupuesto a la prevención, servicios sociales, servicios comunitarios de salud, farmacia, atención primaria, consultorios, clínicas o internación. A pesar de la importancia de este presupuesto Guatemala, como el 32% de los países de bajos ingresos para la OMS, invierte entre 1% y 2% de su presupuesto total de salud en salud mental lo que implica que los resultados sean pobres, haya recaídas en los individuos y escasas oportunidades de rehabilitación frente al 13% de prevalencia de trastornos mentales o conducta.<sup>25</sup>

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) afirma al igual que la OMS que países como Guatemala, El Salvador y Nicaragua fueron objeto de una explotación del estado del sistema de salud mental ya que se destina a esta el 1% o menos del presupuesto general de salud, es decir, que este mínimo porcentaje debe ser dividido dentro de las áreas de la psicología y psiquiatría.<sup>26</sup> Ambas organizaciones de la salud coinciden en que el presupuesto para la promoción y prevención de la salud mental es bajo comparado con otras inversiones que realizan los países.

#### **1.1.2.5 Promoción de la salud mental**

La salud mental y todas sus implicaciones deben transformarse en un servicio que esté al alcance y disposición de los individuos. Entre los nuevos desafíos está la atención a la vulnerabilidad psicosocial incluyendo a las poblaciones indígenas; el aumento de morbilidad y la problemática psicosocial de la niñez; el aumento de la demanda por parte de la sociedad, de servicios que faciliten medidas de prevención y abordaje para los trastornos mentales o conductuales y la violencia,

---

<sup>24</sup> Organización Mundial de la Salud. *Op. cit.* p.p. 8.

<sup>25</sup> *Ibid.* p.p. 37.

<sup>26</sup> Organización Panamericana de la Salud. *Salud en las Américas*. Washington D.C., OPS, 2007, p.p.142.

para que tomen en cuenta a las personas afectadas y a los miembros de su alrededor para iniciar a darle un enfoque social.

La promoción de la salud es el proceso que facilita medios a las personas para tener control sobre su salud y mejorarla. Por lo tanto, está más vinculada con el mejoramiento de la calidad de vida y ganar una mejor salud, que sólo con una disminución de síntomas. Varios factores psicológicos, sociales y conductuales pueden proteger la salud y dar apoyo a una salud mental positiva.

Para los niños y adolescentes, las intervenciones de promoción en salud mental en las escuelas aumentan la autoestima, las habilidades, la conducta prosocial, el rendimiento escolar y el ambiente social. Con ello se reducen manifestaciones de depresión y sentimientos de desesperanza, agresión y conductas delictivas, así como el uso del tabaco, alcohol y drogas. Se ha hecho eficiente la capacitación de maestros y padres de familia para la mejora y detección de problemáticas de salud mental.

En la promoción de salud mental en adultos, se pretende enfatizar una personalidad y conductas que denoten seguridad, firmeza, optimismo, propósitos, hacer frente a los desafíos, relaciones emocionales gratificantes, expresión de emociones y pensamientos positivos o negativos, integración social, manejar los cambios que se presenten, reconocerse a sí mismo y luchar contra el estrés modificando las situaciones que lo causan.

Para ambos grupos, la salud mental propicia que las condiciones biológicas y sociales de la persona le permitan desarrollar satisfactoriamente sus potencialidades y tener sentido de sí mismo y de los demás, ser realista, ser capaz de tener relaciones positivas o que le agrade estar consigo mismo.

Algunas actividades que promueven la salud mental son: <sup>27</sup>

- o Aceptarse a sí mismo: las creencias, cultura, religión, sexualidad y experiencias determinan en buena medida lo que se es y se tiene derecho a que estos aspectos de la personalidad sean respetados.
- o Hablar sobre los sentimientos: muchas personas a veces se sienten solas y agobiadas por sus problemas. Es útil compartir los sentimientos y mantenerse en contacto con las amistades. Los amigos son importantes, especialmente en los momentos difíciles.
- o Participación: hacer nuevas amistades y participar en actividades que aporten cambios positivos a la vida. Es beneficioso para la propia persona y para los demás.
- o Mantenerse activo: si las personas están deprimidas o ansiosas, el ejercicio físico regular es de ayuda porque brinda más energía. Buscar actividades que se disfruten (un deporte, nadar, caminar, bailar o montar en bicicleta).
- o Evitar el alcohol: tomar bebidas alcohólicas para solucionar los problemas sólo hará que las cosas empeoren.
- o Desarrollar habilidades: aprender nuevos oficios y adquirir habilidades puede mejorar la confianza, acrecentar las redes sociales o mejorar las posibilidades laborales.
- o Creatividad: las actividades creativas o artísticas pueden ayudar si se está ansioso, incrementan la autoconfianza (música, escritura, pintura, dibujo, poesía, cocina, jardinería).
- o Pedir ayuda: es bueno pedir ayuda aunque sea difícil hacerlo.

---

<sup>27</sup> Posada Villa, José. *Hacia una buena Salud Mental*. Revista PSICO-red. Guatemala, Liga Guatemalteca de Higiene Mental, agosto 2007, p.p. 22-23.

Lo anterior son ejemplos prácticos de cómo las personas a nivel individual pueden ayudar a su salud mental, son actividades que la propia persona hará y no necesitará a toda la sociedad para llevarlas a cabo. Estos ejemplos son funcionales en la sociedad guatemalteca porque como mencionaba Ignacio Martín Baró: la salud mental debe entenderse desde lo histórico y como Guatemala estuvo inmersa en un Conflicto Armado Interno ocasionó que las creencias, subjetividad y conductas de la población cambiarán en menor o gran medida. Luego de este Conflicto, con más frecuencia el área rural, las personas experimentaron una desorganización a nivel mental y psicológico que pudo incidir en su salud mental y demás esferas. Paralelamente, en la actualidad la violencia ha hecho que las personas velen por su propio bienestar y desconfíen del prójimo, que sean individualistas y el sentido de solidaridad y necesidad del otro este decayendo. Desde esta perspectiva ¿cómo se puede lograr la salud mental desde el punto de vista de Martín Baró que habla sobre la sociedad como factor importante para la salud mental individual? La respuesta sería que cuando Guatemala logre ser una sociedad basada en una educación en valores, humanista y con un sentido colectivo podrá basarse la salud mental en la existencia de relaciones humanizadoras; mientras tanto Martín Baró tendrá que ser llevado a la práctica paulatinamente por los profesionales, específicamente los psicólogos.

Para reflexionar sobre la necesidad de los otros en el propio bienestar, Martín Baró habla que la base de la salud mental de un pueblo o comunidad se encuentra en vínculos colectivos <sup>28</sup> que ayudan a afirmar la humanidad personal de cada uno y que no se niegue la realidad a nadie; es decir, la construcción de una sociedad nueva o mejor no es sólo un problema de índole económica o política sino también un problema de salud mental. No se puede separar la salud mental del orden social por lo que es necesario una educación en este tema que consista menos en enseñar técnicas de relajación o formas de comunicación; sino más bien en formar y socializar para que los deseos de las personas se ajusten a sus necesidades.

---

<sup>28</sup> Martín Baró, Ignacio. *Op. cit.* p.p. 37-38.

Esto significa que las aspiraciones subjetivas, grupales e individuales se orienten a la satisfacción de las verdaderas necesidades, es decir, a las exigencias que conduzcan a la humanización y no a aquellas que llevan al consumo compulsivo de cosas innecesarias o influidas por los medios de comunicación.

Es de importancia tomar en cuenta las ideas de Ignacio Martín Baró para la aplicación de las mismas en la sociedad guatemalteca, porque el sentido humanizador poco a poco se esfuma entre las actitudes egoístas e individuales, evitando conocer a profundidad los potenciales de los otros e impidiendo el desarrollo personal y social. La salud mental se construye con el aporte y participación de todos porque de lo contrario su concepto debería ser cambiado a Salud Mental propia o Salud Mental individual ya que este sentido se le está dando desde el enfoque médico, psiquiátrico, psicológico u otros. Aún el enfoque comunitario de la salud mental puede cometer errores al intervenir primeramente con los dirigentes comunitarios y no transmitiendo la información a toda la comunidad o sólo capacitando a estos para que lo transmitan a sus pares.

#### **1.1.2.6 La salud mental dentro de la salud pública**

Actualmente la salud mental se ha integrado a los programas de salud pública para su promoción en niveles preventivos como el primario, secundario y terciario.<sup>29</sup>

- o Prevención primaria: tiene como finalidad disminuir el porcentaje de trastornos emocionales en la comunidad. Agrupar a miembros de la comunidad y a instituciones para que ellos propaguen la información. Se deben hacer tres grandes grupos de población para que la intervención tenga resultados satisfactorios: niños, jóvenes y adultos y personas de la tercera edad.

En los niños y adolescentes, es importante el papel de los maestros ya que tienen a su cargo gran parte del bienestar emocional durante la vida escolar.

---

<sup>29</sup> Calderón Narváez, Guillermo. *Salud mental comunitaria*. México, Editorial Trillas, 1988, p.p. 22-25.

Los médicos y pediatras también son importantes ya que tratarán de evitar los problemas somáticos que puedan originar dificultades en el desarrollo psíquico. En el grupo de los adultos se necesita una adecuada orientación en temas maritales, laborales, religiosos y sociales para evitar problemas que puedan traducirse más tarde a trastornos psicopatológicos e incidan en el núcleo familiar.

En las personas de la tercera edad, se debe dar educación y consejo en temas de soledad, pérdida de familiares o amigos, incapacidad ocasionada por problemas físicos y matrimonios con personas de edad menor.

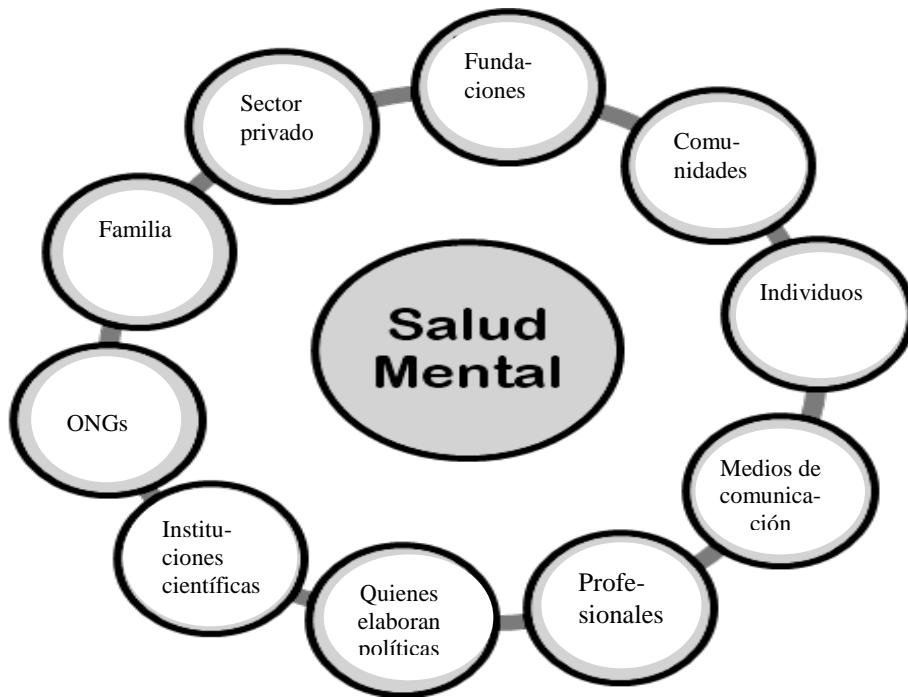
- o Prevención secundaria: tiene a su cargo la identificación temprana de los trastornos psicopatológicos o de los funcionales que resultan de conflictos internos o externos. Con esta detección se podrá dar tratamiento a los mismos evitando mayores consecuencias.

En la edad adulta se notan con mayor frecuencia las desorganizaciones psicológicas que pueden originar depresiones o suicidios como consecuencia de crisis vitales y cambios en los patrones conductuales establecidos. Lo anterior puede ser causa de insatisfacción en el trabajo, en la forma de vida y deterioro en las relaciones interpersonales.

- o Prevención terciaria: reduce los efectos residuales que se puedan manifestar después que los trastornos mentales han terminado. Es decir, trata de que la salud mental de la persona no se vea afectada nuevamente o que permanezca. Esta prevención es propia de los servicios de rehabilitación lo cuales permiten a la persona funcionar a su máxima capacidad lo más pronto posible después de ser tratado.



Todas las personas pueden colaborar para lograr la salud mental y propiciar los elementos para la misma. Esto se muestra en la siguiente gráfica: <sup>30</sup>



A pesar de que muchas personas pueden incidir en la promoción de la salud mental hay factores o barreras que impiden a las personas acceder a una atención apropiada, estos pueden ser: <sup>31</sup>

- o Estigma: muchas personas con trastornos son victimizadas por su condición y son objeto de discriminación.
- o Prioridades erradas: en el 41% de los países no existen programas de capacitación en salud mental para los agentes de salud del nivel primario.
- o Políticas y legislación en salud mental que carecen de bases racionales y de integralidad: el 40% de los países no tiene una política de salud mental; el 25% de los países no tiene legislación de salud mental; y el 30% de los países no cuenta con un programa nacional de salud mental.

<sup>30</sup> Organización Mundial de la Salud. *Op. cit.* p.p. 45.

<sup>31</sup> *Ibid.* p.p. 39

En Guatemala, la responsabilidad de velar por los tipos o momentos de prevención mencionados con anterioridad está a cargo del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social; a este ente le corresponde velar por la redacción, implementación y evaluación de planes estratégicos para la población. Para asumir su responsabilidad como rector, regulador y promotor de la salud integral incluyendo las necesidades de salud mental de la población guatemalteca, elaboró un Plan Nacional Estratégico de Salud Mental que pretende garantizar que las acciones de promoción, prevención, atención y rehabilitación se condensen y así lograr la atención de Salud Integral.<sup>32</sup>

El plan está orientado, junto con sus objetivos, a mejorar la salud mental de los guatemaltecos, enfatizando su actuación en poblaciones que se vean afectadas por problemáticas sociales como la violencia, desastres naturales o provocados, adicciones y otros problemas puramente mentales y/o conductuales. La visión del Plan plantea que para el año 2020 “el esfuerzo articulado de diversos actores sociales ha permitido construir una cultura de salud mental para el fomento de estilos de vida saludable y el acceso equitativo a servicios integrales, basados en la participación de la comunidad” y la misión radica en que “El Programa Nacional de Salud Mental impulsará la implementación de la política nacional de salud mental, de normas y protocolos de atención y el fortalecimiento de los programas y servicios”.<sup>33</sup> Paralelo a ello, el plan estratégico 2007- 2020 tiene los siguientes objetivos estratégicos:<sup>34</sup>

- o Fortalecer la red de servicios de salud incorporando el componente de salud mental en el marco del modelo integral de salud.
  - Revisar y actualizar las normas y protocolos de atención de salud mental.

---

<sup>32</sup> La Salud integral debe entenderse, en este contexto, como la ausencia de enfermedades físicas y psicológicas; es decir, velar por el bienestar general de la persona. La salud integral trata que la salud mental sea un componente más de los servicios de salud y que los mismos respondan a las particularidades y necesidades de cada persona o poblaciones tomando en cuenta la interculturalidad, género, etc.

<sup>33</sup> Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. *Plan estratégico de Salud Mental*. Guatemala, 2007, p.p.1.

<sup>34</sup> *Ibid.* p.p. 7-9.

- Reorganizar progresivamente los recursos de salud mental en la red articulada de servicios de salud según las competencias y responsabilidades correspondientes.
- o Desarrollar capacidades técnicas locales para el abordaje de la salud mental.
    - Creación de capacidades de todos los actores vinculados con la salud mental en el país, de forma progresiva y programada, a través del Plan de Capacitación en Salud Mental Nacional y Local.
  - o Movilizar actores sociales para intervenir sobre los determinantes sociales de la situación de salud mental, que garantice la participación social.
    - Promover la discusión local de los problemas de salud mental en los espacios de participación constituidos (comides comunitarios de desarrollo, comisiones municipales de salud).
    - Generar campañas de incidencia dentro del Ministerio de Salud para incorporar la salud mental como un eje fundamental del Modelo Integral de Salud.
  - o Fomentar estilos de vida saludables.
    - Establecer programas y proyectos en coordinación con otros sectores para fomentar la salud mental en diferentes etapas del ciclo de la vida.
    - Introducir en todos los programas de atención el enfoque de Salud Mental para la comunicación educativa en salud.
  - o Investigar, vigilar e intervenir sobre procesos epidemiológicos en salud mental.
    - Desarrollar la cultura de investigaciones en temas vinculados con la salud mental.
    - Garantizar que a nivel nacional y local se aplique la Guía de evaluación de daños y análisis de necesidades de salud mental en situaciones de desastre de forma oportuna.

En un sentido físico y tangible, un Plan Estratégico de Salud Mental para la población guatemalteca existe. Un plan que pretende que para el año 2020 todas las instituciones brindarán servicios de salud mental como parte de una prevención primaria y evitar recurrir a la prevención terciaria o rehabilitación; un Plan que además contribuirá a introyectar en las personas la necesidad de velar por su propia salud física y mental “Salud Integral”. Y por último, un Plan que influirá en la toma de decisiones con respecto a normas de salud y protocolos de evaluación para el bien común de todos los guatemaltecos a nivel individual y colectivo para evitar problemas o trastornos a causa de los problemas psicosociales nacionales que afectan actualmente a las personas. Sin embargo, hasta el año 2011 las personas no manifiestan una cultura de salud, no expresan su necesidad de acudir a un psicólogo u otro servicio para evaluar su salud física o mental porque no se han propagado o divulgado campañas para educar a las personas en estos temas. Si bien es cierto, existen libros, manuales, folletos, artículos y más., que hacen reflexionar a las personas sobre su propia salud y bienestar pero la información no llega a todos los sectores o poblaciones del país. Los medios de los que se valen los entes que divulgan la salud mental no son los más eficientes para abarcar toda la población porque no todas las personas tienen acceso a ellos, por tanto, lo anterior tendría más impacto si se inicia a promocionar la salud mental en las instituciones o personas que por tener algún vínculo o papel importante dentro de su comunidad, transmitirán la información.

Otro de los instrumentos que elaboró el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, tomando como referencia los Artículos 93,94 y 98 de la Constitución Política de la República de Guatemala (relacionados con el tema del Derecho a la Salud), fueron los Protocolos de atención a los problemas más frecuentes de salud mental.<sup>35</sup> Los objetivos de los mismos son orientar el proceso de abordaje diagnóstico y terapéutico en salud mental en el primer y segundo niveles de atención en salud, iniciar el reconocimiento y registro de los problemas de salud

---

<sup>35</sup> Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. *Protocolos de atención a los problemas más frecuentes de Salud Mental*. Guatemala.

mental más comunes en la atención primaria de salud, propiciar la evaluación del riesgo suicida y promover su prevención, entre otros.

Estos protocolos parecen estar más orientados al diagnóstico de un problema en específico para su tratamiento, sin embargo, lo mejor sería que los programas de prevención integren todas las esferas de la vida de la persona para que no se entienda que la salud mental es sólo ausencia o presencia de un trastorno psicológico-clínico. La salud mental es sentirse bien consigo mismo y con los demás, está integrada o formada en base a las relaciones interpersonales como mencionaba Martín Baró.

Por último, para mencionar otro instrumento más relacionado con la salud mental, la Guía de evaluación de daños y análisis de necesidades de salud mental en situaciones de desastre fue elaborada en el año 2006 y la razón fue que Guatemala es un país vulnerable ante los desastres. Ante cualquier desastre que se dé en el país, no sólo el territorio es el dañado sino también la población sufre los daños directos a nivel individual, social, psicológico y/o emocional que obviamente afectarán su bienestar. La Evaluación de Daños y Análisis de Necesidades en Salud Mental (EDAN-SM) es aplicada después de un desastre o emergencia porque ayuda a facilitar las acciones prioritarias e inmediatas que se requieren para intervenir en las comunidades.<sup>36</sup> Esta guía es uno de los inicios en cuanto a temas de prevención de desastres, pero la promoción de la salud mental desde un enfoque de las percepciones de Martín Baró se queda corta, la salud mental debe ser para una prevención futura y no momentánea o efímera, debe ser inculcada como una necesidad desde edades tempranas y desde los centros educativos porque a medida que la persona se sienta bien consigo misma y con los demás, sus conductas y objetivos se encaminaran adecuadamente.

---

<sup>36</sup> Grupo de trabajo de Centroamérica. *Evaluación de daños y análisis de necesidades de salud mental en situaciones de desastre*. Guatemala, Magna Terra Editores, 2006, p.p. 7.

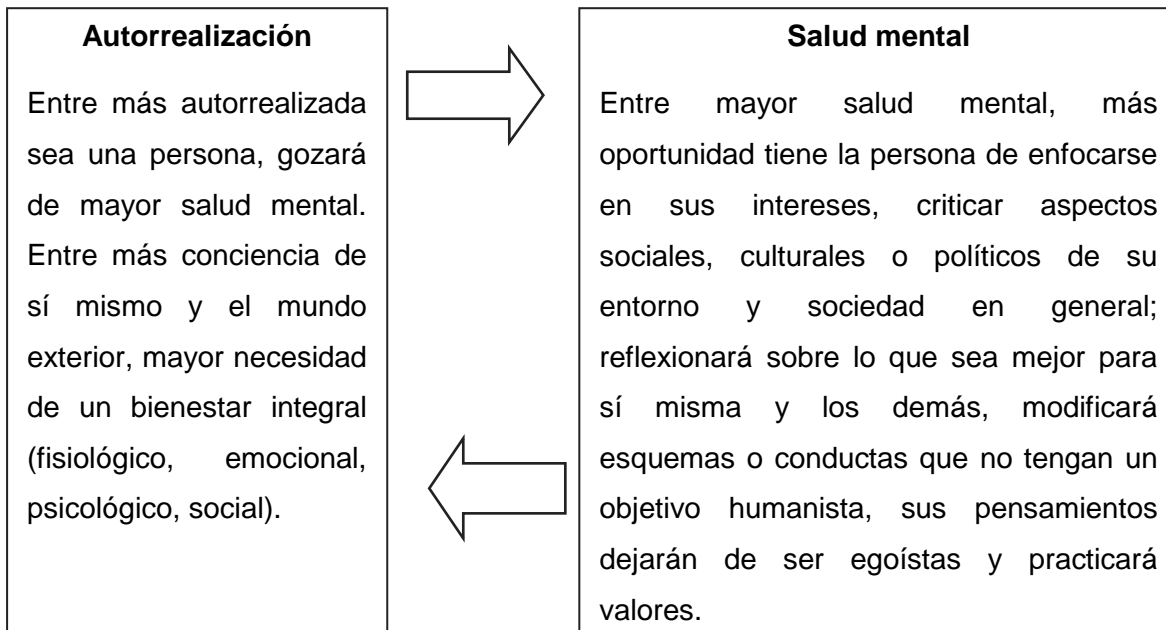
### 1.1.2.7 Relación entre satisfacción de necesidades y salud mental

Conforme se satisface cada una de las necesidades propuestas en la jerarquía, la persona crece y desarrolla al igual que lo hará la salud mental; es decir, dependiendo del grado de gratificación de las necesidades básicas o inferiores así será el grado de salud mental.<sup>37</sup>

En el tema de salud mental está inmerso el término gratificación. Si las necesidades básicas de seguridad, pertenencia, amor, respeto y las necesidades cognitivas de conocimiento y entendimiento están satisfechas adecuadamente hasta el punto de proseguir con la autorrealización, las personas se sentirán seguras de sí mismas, aceptadas, amadas, dignas de respeto, éxito, satisfacción por lograr sus metas, entre otros sentimientos de bienestar. Las personas que gozan de bienestar psicológico, emocional y/o fisiológico, es decir, un bienestar integral, son más espontáneas y expresivas; sus comportamientos son adecuados y de acuerdo a sus creencias y valores, se perciben mejor a sí mismas, a los demás y a su realidad; su percepción es la más verídica por ser más objetiva, atienden las señales internas con facilidad, conocen exactamente sus preferencias o gustos por lo que conocen qué les gusta y qué no, constantemente critican los factores sociales que se desencadenan y sus causas, pueden llegar a criticar su cultura y renunciar a conductas condicionadas socialmente porque no obedecen a sus intereses, necesitan practicar valores y cuestiones éticas para crecer aún más. Todas las características anteriores son las mismas que podría manifestar una persona autorrealizada, al mismo tiempo son las mismas que podría manifestar una persona con adecuada salud mental o considerada como "sana". La similitud parecer ser un aspecto de doble vía:

---

<sup>37</sup> Maslow, Abraham (1991). *Op. cit.* p.p. 59.



La plena humanidad y la autorrealización ayudan a la persona a su aceptación. La mayoría de las veces las cualidades personales se pasan por alto o no son valoradas ni por la misma persona ni por los otros, cuando ocurre lo contrario la persona deja de sentir vergüenza, culpa o ansiedad y deja de mostrar una conducta paralizadora, es decir, ya sabe cómo responder ante ciertos estímulos o situaciones sin entrar en pánico o desorganización cognitiva. La persona se acepta a sí misma con todas sus características negativas y positivas, deja de quejarse por aspectos desatados por la naturaleza (p. ej. clima); las respuestas fatalistas o de determinismo desaparecen porque saben que ellas tiene el control de su vida. Algo importante dentro del tema es que a medida que la autorrealización propicia la salud mental y viceversa, la persona deja de ser rutinaria porque ahora actúa de acuerdo a sus intereses y bienestar a diferencia de las que siguen un régimen diario (levantarse, alimentarse, trabajar, dormir).

Las necesidades no deberían de considerarse como aspectos de la vida que se deben gratificar o cubrir para evitar, simplemente, sensaciones desagradables; por el contrario, las necesidades deberían ser prioridades por ser propias de la persona y que los beneficios igualmente serán primero para ella y luego para los

demás y la sociedad. Las necesidades no son situaciones ajenas a la persona o a su conciencia, sino que son parte fundamental del desarrollo y la evolución humana, son el medio para un bienestar integral y la salud mental. Debido a que las necesidades personales se han visto en segundo plano ya sea por las situaciones sociales o por la influencia del consumismo, se considera más importante tener un carro que alimentarse adecuadamente, se prefiere el uso del internet en el tiempo libre que leer un libro o estimular las artes. Lo anterior se ha enraizado firmemente en las sociedades modificando los esquemas y representaciones mentales y/o sociales de las personas al desviar su atención a factores externos en lugar de los internos o intrínsecos. Paralelo a esto, la falta de educación en el tema de valores en los centros educativos y la institución familiar junto con la falta de información y promoción de la salud mental, desata que los temas de bienestar psicológico queden atrás o en lo desconocido. El resultado será una sociedad como la actual: violenta y desintegrada sin repercusiones positivas o significativas en sus poblaciones. Se está desviando la idea de Maslow con respecto a que entre más íntegro es el mundo, más íntegra es la persona.

Como afirmaba Martín Baró, la salud mental se formará o desarrollará en cada persona sólo con la influencia de los otros y de la sociedad. En este sentido, si los pares y demás personas no llegan a la autorrealización y lo que esta implica, no podrán contribuir a la sociedad aspectos positivos, negativos, trascendentes o valores, y si la sociedad, formada por las personas anteriores, no tiene la visión de salud mental tampoco podrá colaborar en nada para los que están en el proceso de la autorrealización. Entre más frustradas sean las necesidades, por diversos factores como el económico, patologías, distorsiones, subjetividad, violencia, alienación, depresiones, entre otros., menos probabilidad de autorrealización y de salud mental.

Por último un punto que, junto a la frustración de las necesidades, prevalece para que la salud mental y bienestar psicológico no tengan importancia a nivel personal y social es que la salud se ha enfocado comúnmente a la ausencia de



enfermedades físicas. Las personas prefieran acudir al médico que al psicólogo u orientador porque los resultados y alivio son más visibles y rápidos desde la perspectiva médica que desde la humanista y psicológica. Se está tan acostumbrado a los resultados tangibles e inmediatos, que los mediatos son descartados y poco funcionales en una sociedad como la guatemalteca.

*“La salud mental implica balancear ambos aspectos: mis ideas (el mundo subjetivo y los hechos (el mundo objetivo). Empezamos a funcionar mal cuando la mente empieza a desligar sus creencias y opiniones del mundo real y palpable...”<sup>38</sup>*

---

<sup>38</sup> Riso, Walter. *Pensar bien, sentirse bien*. Colombia, Editorial Norma, 2007, p.p. 62.

## 1.2 Delimitación

Los objetivos establecidos en el proyecto de investigación, enfocado a la satisfacción de las necesidades propuestas por Abraham Maslow, se alcanzaron haciendo uso de diferentes tipos de recursos como los humanos, físicos y materiales. Se requirió de un centro de educación superior que albergaba dentro de sus instalaciones a estudiantes de la carrera de Licenciatura en Psicología. Paralelo a esto, otro requisito indispensable lo conformó la población o unidad de análisis.

El centro y/o institución que sirvió de referencia para la aplicación del proyecto de investigación que incluía la un cuestionario de evaluación, la realización de un grupo de discusión y un taller sobre el tema propuesto, fue la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala; esta se encuentra ubicada en la 9ª avenida 9-45 zona 11, Centro Universitario Metropolitano –CUM– edificio “A”, de la ciudad capital. La unidad de análisis, como muestra representativa de los estudiantes de Psicología, estuvo conformada por 73 personas.

Durante el proceso de aplicación del proyecto en la población muestra se evaluó, a través de un cuestionario, el grado en que los estudiantes satisfacían sus necesidades u otros aspectos cotidianos importantes promoviendo a la vez conciencia de sus acciones o hábitos como punto fundamental que los conduce a una adecuada o inadecuada salud mental. Cada una de las preguntas planteadas a los participantes tenía relación con una necesidad específica de la jerarquía de Abraham Maslow, con posibles patologías o metapatologías y la salud mental personal. Es decir, la suma de las respuestas individuales de cada estudiante reflejaron una visión general de cómo estaba la jerarquía de las necesidades, si las satisfacía en el orden establecido o la invertía de acuerdo a sus experiencias o expectativas.

Otro punto importante fue el hecho de conocer qué situaciones o elementos se consideran una necesidad, ya que desde la propuesta de Abraham Maslow, la tecnología y otros aspectos sociales se han desarrollado e influyen en la psique o motivos de las personas.

Un factor al que también se le dio importancia en la investigación fue la relación entre la teoría de Abraham Maslow, específicamente el tema de su jerarquía de necesidades y la salud mental, enfatizando las concepciones que se le han dado a nivel individual y colectivo; en otras palabras, la salud mental desde un punto de vista médico puede referirse solamente al bienestar individual de cada persona, pero desde un punto de vista social se forma y promueve a través de los pares y demás personas de alrededor. Sea individual o colectivo el punto de vista que se le dé a la salud mental, ambos inciden en la persona y por tanto el promoverla a través de la satisfacción de las necesidades da como resultado una vida plena para la persona. Partiendo de estas ideas se hizo una relación entre necesidades y salud mental para que los estudiantes las introyectarán y aplicaran a su vida, lo cual se evaluó y conoció en el grupo de discusión realizado con un número reducido de estudiantes de la población muestra general.

El realizar un taller con la unidad de análisis enfatizó la relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y la salud mental con el fin de lograr que los estudiantes le dieran un significado práctico a la teoría; en ocasiones los estudiantes solamente reciben la teoría por parte de los docentes pero no se les motiva a darle una aplicación real o práctica en la vida cotidiana o en otros aspectos individuales o sociales. Por lo anterior, la intervención permitió que los estudiantes aplicaran la teoría a su vida personal, reflexionaran sus acciones y se propiciara un aprendizaje significativo del tema.

## **CAPÍTULO II**

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **2.1 Técnicas**

Una de las técnicas que se aplicó inicialmente a la población para la obtención de información necesaria y con ello alcanzar los objetivos del estudio fue el cuestionario de evaluación de las necesidades del modelo de la jerarquía de Abraham Maslow (C.E.N.J.A.M). Este cuestionario constaba de cien preguntas enfocadas a la satisfacción y no satisfacción de los distintos grupos de necesidades: fisiológicas, de seguridad, de amor y estima, de pertenencia, autoactualización y trascendencia; presencia de posibles patologías o metapatologías y conductas que denotaran salud mental adecuada o inadecuada. Para facilitar la modalidad de las respuestas del cuestionario, los estudiantes respondieron y/o marcaron una de las cinco opciones de respuesta que se presentaron en cada interrogante, basadas en el sistema Likert. Este instrumento arrojó datos importantes que reflejaron si el estudiante satisfacía sus necesidades, cuáles no satisfacía adecuadamente, a qué grupo de necesidades prestaba mayor atención, o bien, si se encontraba en una etapa de trascendencia que implicaba estar enfocado en la consecución de las necesidades superiores. Los datos aportados por este cuestionario se utilizaron para graficar los resultados generales respecto al tema de las necesidades y su satisfacción; esta herramienta permitió, a su vez, que los estudiantes reflexionaran respecto a sus conductas, estilo de vida, percepciones, experiencias, entre otros aspectos.

Aplicar el cuestionario al inicio del estudio evitó la distorsión de la información por parte de los estudiantes y permitió que estos respondieran sinceramente a cada cuestionamiento; de lo contrario, la población habría profundizado más en el tema para responder de la manera que creían era la adecuada o que se esperaba de ellos.

Posteriormente, como una técnica importante para la recolección de información, se realizó un grupo de discusión con 10 estudiantes de la población general. Se plantearon 13 preguntas a los participantes con la temática de las necesidades de Abraham Maslow y la salud mental. Para su realización se propició, inicialmente, un ambiente cálido y de confianza para que los estudiantes hablaran y expresaran sus ideas sobre los tópicos o planteamientos, intercambiaran información, defendieran sus puntos de vista y enriquecieran sus conocimientos sobre lo que se discutía. A cada participante se le entregó un documento con las preguntas de la discusión para que anotaran sus ideas o fundamentos antes o después de discutir y exponer.

Los datos recabados en el cuestionario y en el grupo de discusión se tomaron en cuenta para la realización de un taller con los estudiantes, en el se brindó información más amplia y profunda del tema de las necesidades de la jerarquía de Maslow, la importancia de la salud mental y un tema que fue imprescindible en este estudio: la relación entre la satisfacción de las necesidades y la salud mental.

El taller favoreció un aprendizaje significativo en los estudiantes ya que estos se empoderaron de la teoría y se les dejó la inquietud de considerarla como una opción de trabajo en el ámbito personal y profesional, a lo largo del taller se realizó una guía de ocho actividades enfocadas a evaluar y autoevaluar la comprensión de los participantes con respecto a los temas que se desarrollaron. Esta guía se tomó de base para complementar el análisis e interpretación de los datos dado que contenía información valiosa sobre la funcionalidad e importancia que tuvo, para la población, la ejecución del taller sobre el tema de las necesidades de Abraham Maslow y la salud mental. Al finalizar la intervención se escribieron las observaciones, dudas, comentarios y otros aspectos desatados durante el taller en una hoja con el modelo de PNI-R (positivo, negativo, interesante y recomendaciones). La misma se tomó en cuenta para realizar las recomendaciones pertinentes al taller para posteriores realizaciones o replicas.

Con las técnicas descritas anteriormente se logró obtener abundante e importante información para el estudio y se complemento con los resultados computados del cuestionario.

Se procedió a calificar los cuestionarios para vaciar los puntajes obtenidos por cada estudiante, los mismos se clasificaron por grupo de necesidades, patología o metapatología y punteo general. Los 73 participantes, es decir la población muestra, se clasificó en tres grandes grupos dependiendo de la edad; el primer grupo lo conformaron los estudiantes de 17 a 19 años de edad o adolescentes, el segundo grupo los estudiantes de 20 a 40 años correspondientes a la edad adulta temprana y el tercer grupo los estudiantes de 41 a 65 años correspondiente a la edad adulta intermedia,<sup>39</sup> la anterior clasificación se llevó a cabo para indagar sobre los resultados por grupos de edad y comparar sus percepciones, conductas y otros elementos concernientes al tema de las necesidades y la salud mental. A continuación se muestra un ejemplo de la tabla utilizada para el vaciado de la información de los punteos del cuestionario:

Rango de edad: _____									
		<b>GRUPO DE NECESIDADES</b>							
EDAD	SEXO	FISIOI.	SEGU.	AMOR	ESTIMA	AUTOA.	TRASC.	PATOL.	TOTAL

La tabla anterior se realizó por cada grupo de edad para facilitar la visualización de los punteos divididos y generales y con ello realizar las gráficas que se muestran posteriormente.

<sup>39</sup> Fernández, Nestor. *El adulto*. UNAM: Andragogía, su ubicación en la educación continua. Julio 2001

El tener la información condensada en las tablas anteriores permitió a su vez, utilizar el modelo de Escalamiento tipo Likert para clasificar los puntajes generales del cuestionario en favorable o desfavorable.

El escalamiento tipo Likert fue un método desarrollado por Rensis Likert a inicios de los años treinta. Consistía en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios ante los cuales se pedía la reacción de las personas, es decir, se presentaba cada afirmación y se pedía al participante que externara su reacción eligiendo una de las cinco opciones de la escala. A cada opción se le daba un valor numérico que indicaba cuánto se estaba de acuerdo con la afirmación presentada.<sup>40</sup>

Cada estudiante, dependiendo de sus respuestas, obtuvo una puntuación que oscilaba entre la puntuación mínima que era 100 puntos y la puntuación máxima que era 500 puntos. Cuanto más alta fue la puntuación obtenida por los participantes más favorable fue su actitud respecto al tema que se estaba evaluando: la satisfacción de necesidades; por el contrario, cuanto más baja fue la puntuación obtenida más desfavorable fue la actitud mostrada respecto al tema. Para encasillar los puntajes de de cada estudiante respecto al tema, se utilizó la siguiente gráfica:<sup>41</sup>

---

<sup>40</sup> Hernández Sampieri, Roberto., Collado, Carlos y Baptista, Pilar. *Metodología de la investigación*. Tercera edición, México, Mc Graw Hill, 2003. p.p. 368.

<sup>41</sup> Hernández Sampieri, Roberto. *Op. cit.* p.p. 373.

Dentro de los rangos numéricos anteriores se marcó la puntuación total obtenida por cada persona, quienes obtuvieron una puntuación menor a 300 puntos, es decir, que mostraron una actitud desfavorable fueron seleccionados para participar en el grupo de discusión. El objetivo de que los estudiantes que obtuvieron un puntaje por debajo de lo esperado participaran en la discusión fue motivarlos a que se interesaran en el tema y en sus necesidades.

Se utilizó la gráfica de barras para esquematizar los resultados obtenidos en el cuestionario; se seleccionó este tipo de gráfica porque permitió la distribución de frecuencias, es decir, fue útil para el agrupamiento de datos en categorías que mostraron el número veces que ocurrió o se presentó un valor o dato determinado en la tabla de resultados del trabajo de campo.<sup>42</sup> Este tipo de representación gráfica y resumida de los datos del cuestionario mostró la media y el porcentaje de estudiantes que satisfacían o no adecuadamente sus necesidades, cómo satisfacían cada grupo de necesidades, a qué grupo de estas les daba más atención o si habían indicios de patologías o metapatologías.

El uso de esta técnica de análisis permitió comparar los tres grupos de estudiantes, clasificados por rangos de edades, e indagar si la edad cronológica y experiencia adquirida intervienen en la percepción de las necesidades y las conductas para llegar a satisfacerlas. Para lo anterior se utilizó la siguiente tabla de distribución de los datos:

GRUPO DE NECESIDADES:			
EDAD	TOTAL	MEDIA	PORCENTAJE
17 A 19			
20 A 40			
41 A 65			

<sup>42</sup>Bernal Torres, César Augusto. *Metodología de la investigación*. Segunda edición, México, Pearson Educación, 2006. P.p. 182.



La tabla anterior resumió todos los punteos en rangos de edad, es decir, por cada grupo de edad se mostró el puntaje total de cada grupo de necesidad, patologías o metapatologías y puntuación total (que debía oscilar entre 100 y 500 puntos según el modelo de escalamiento tipo Likert, mencionado anteriormente). Para obtener un puntaje total por cada rango de edad se sumaron los resultados obtenidos por cada estudiante y se colocó en la columna total; para obtener la media o promedio del puntaje neto se tomó de referencia el puntaje total y se dividió dentro del número de estudiantes correspondientes a ese rango, en términos estadísticos se utilizó la siguiente fórmula<sup>43</sup>:

$$\bar{X} = \frac{X_1 + X_2 + X_3 + \dots + X_n}{n}$$

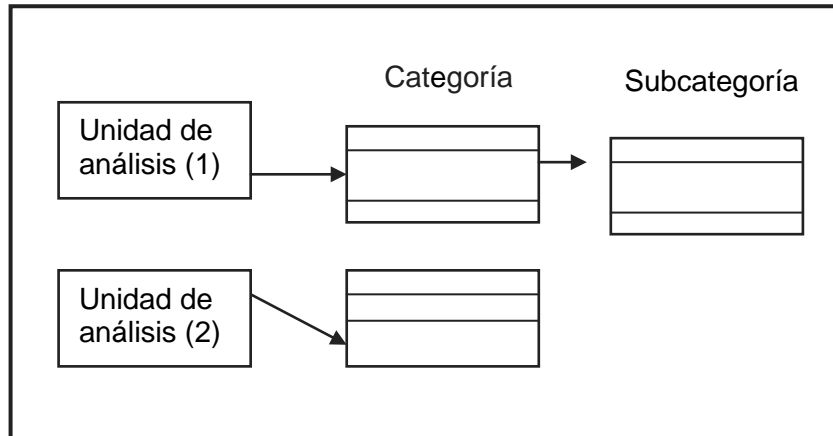
Para indagar sobre el desarrollo del grupo de discusión que incluyó las ideas, planteamientos, dudas, sugerencias y demás elementos por parte de los estudiantes, se utilizó el análisis de contenido como una técnica de investigación para hacer inferencias válidas y confiables de datos con respecto a su contexto<sup>44</sup> o el tema que fue abordado. Del grupo de discusión se tomaron de base las características relevantes del contenido de la información y se les transformó en unidades de análisis, categorías y subcategorías. La unidad de análisis se basó en la modalidad por tema, es decir en una oración o enunciado respecto a algo. El tema estuvo conformado por cada una de las preguntas realizadas en la discusión, en las categorías se caracterizaron las unidades de análisis y las subcategorías se elaboraron de acuerdo a las respuestas, anotaciones y observaciones de los participantes sobre los temas de la jerarquía de las necesidades de Abraham Maslow su satisfacción, la salud mental, la psicología, entre otros.

---

<sup>43</sup> Ibid. p.p. 189.

<sup>44</sup> Hernández Sampieri, Roberto. *Op. cit.* p.p. 412.

Como ejemplo del análisis de contenido que permitió representar y describir brevemente la información recabada, se muestra el siguiente esquema:



El taller que se brindó, para finalizar la intervención llevada a cabo, a toda la población muestra del estudio recalcó el título de la investigación y el papel de la salud mental en el bienestar personal y social de las personas. En este también se reforzó nuevamente el tema de las necesidades como un factor importante e imprescindible de aplicación dentro del contexto de la Psicología o se aborde desde la prevención primaria o terciaria en el ámbito de la salud o médico. La guía de actividades realizada durante el desarrollo del mismo, permitió evaluar si los estudiantes dieron un significado a las temáticas, si asociaron o introyectaron los contenidos y sobre todo si valoraron el taller como una actividad significativa para su vida y a nivel académico.

Se anotaron observaciones, conductas que ocurrieron durante el desarrollo del taller, las participaciones y/o dudas de los estudiantes en un modelo de PNI-R (positivo, negativo, interesante, recomendaciones) mismo que tomó en cuenta como un punto de referencia para hacer recomendaciones al taller si se quiere replicar y al estudio.

El modelo de PNI-R que se utilizó fue el siguiente:

Lugar y fecha: _____ Hora: _____			
Taller: _____ Objetivo(as) del taller: _____			
No. De participantes: _____			
Positivo	Negativo	Interesante	Recomendaciones
Observaciones: _____			

## 2.2 Instrumentos

Los instrumentos que permitieron la recolección de datos e información útil para el posterior análisis, las inferencias y recomendaciones de la investigación fueron los siguientes:

a. **Cuestionario** con preguntas cerradas. El objetivo de este fue realizar un conjunto de preguntas respecto a uno o más aspectos que se pretendían; en su modalidad de preguntas cerradas, este instrumento, mostró alternativas de respuesta delimitadas, es decir, se presentó a los estudiantes las probabilidades u opciones de respuesta que podían seleccionar.

Este instrumento se elaboró tomando en cuenta los criterios y teoría de Abraham Maslow, específicamente la temática de la jerarquía de las necesidades. De acuerdo a la bibliografía consultada hay seis grupos de necesidades, cada grupo tiene otras necesidades asociadas que permiten apreciar de mejor manera las características de los estratos de la jerarquía. En base a esta clasificación se realizaron bloques de preguntas correspondientes a las necesidades fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima, de autoactualización y de trascendencia; paralelamente se formularon preguntas que correspondían a

indicios de patologías y metapatologías comunes también propuestos por Maslow. Las preguntas de las necesidades se colocaron en el mismo orden mencionado, mientras que las de patologías y metapatologías se distribuyeron a lo largo del cuestionario para evitar aglomerarlas en un solo bloque e impedir que los estudiantes respondieran negativamente a estas interrogantes por creer que lo contrario daría resultados desfavorables para sí mismos.

Cada conjunto de preguntas evaluó si el estudiante mostraba una actitud favorable o desfavorable ante las afirmaciones que se le presentaron en cuanto al tema de las necesidades. Las preguntas se redactaron como oraciones que expresaban sucesos o acciones de la vida diaria e ideas que la persona no había concretizado pero que sí estaban dentro de sus aspiraciones o deseos; las interrogantes se presentaron junto con cinco opciones de respuesta basadas en el escalamiento tipo Likert por lo que cada respuesta tenía una valoración numérica de 1 a 5 puntos que posteriormente se sumaron con las otras y se obtuvo un puntaje general que indicó si la persona satisfacía adecuadamente o no sus necesidades.

**b. Guía de tópicos** con preguntas abiertas. Este instrumento sirvió de base para llevar a cabo el grupo de discusión con temas generales sobre las necesidades de la jerarquía de Abraham Maslow y la salud mental; en este grupo, como una técnica de investigación cualitativa, participaron 10 personas previamente seleccionadas en base un perfil o características específicas como una puntuación menor que 300 puntos. Los participantes conversaron sobre uno o más temas propuestos por la moderadora, quien coordinó la sesión, con una duración aproximada de noventa minutos y que a su vez animó a los estudiantes a que dieran a conocer sus comentarios e ideas, surgiendo así la discusión.

**c. Taller.** Se tomó de referencia los resultados del cuestionario y el grupo de discusión para adecuar la información relevante del tema de las necesidades de Abraham Maslow y la salud mental y con ello planificar una exposición en la modalidad de taller para los estudiantes. La modalidad de taller se eligió como la

opción ideal de trabajo con los participantes porque permitió una interacción docente- alumno, trabajo en grupo y la cooperación de todos para el aprendizaje. Por último, a lo largo del desarrollo del taller los estudiantes resolvieron una guía de actividades que constaba de ocho ítems enfocados a los temas brindados; la guía permitió evaluar la actividad y que los estudiantes se autoevaluaran. El realizar una guía paralela al taller permitió mayor atención de las personas y una participación activa o interactiva que logró un aprendizaje más significativo en esa población.

**d. Modelo PNI-R** (por las iniciales de sus componentes: Positivo, negativo, interesante y recomendaciones). En esta hoja se evaluó y sintetizó la información del taller, las actividades, participación y demás aspectos explícitos. Con este modelo se logró tener una panorámica general y rápida de lo realizado para concretar las modificaciones y/o recomendaciones al programa si se requiere su futura aplicación.

## **CAPÍTULO III**

### **PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

#### **3.1 Características del lugar y de la población**

##### **3.1.1 Características del lugar**

La Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala ubicada en la 9ª avenida 9-45 zona 11, Centro Universitario Metropolitano –CUM– edificio “A”, de la ciudad capital sirvió como institución de referencia para la aplicación de los instrumentos, a los estudiantes de segundo semestre, concernientes al trabajo de campo de la investigación propuesta.

A esta casa de estudios superiores asisten los futuros profesionales que quieren formarse en una de las ciencias sociales-humanistas como la Psicología, o bien, especializarse en una carrera técnica como educación especial, terapia de lenguaje, orientación vocacional y laboral, entre otras. La Escuela se interesa por estar a la vanguardia de las ciencias psicológicas, el desarrollo científico y tecnológico, la salud física, el deporte y la recreación con el fin de formar profesionales altamente calificados, con liderazgo, comprensión del entorno, propositivos, impulsores de valores humanos, con alta productividad en el trabajo de equipo y creativos ante las demandas psicosociales de la población. Su misión es intervenir y asesorar en procesos psicosociales frente a la diversidad etnocultural de la sociedad guatemalteca.

##### **3.1.2 Características de la población**

La unidad de análisis como muestra representativa de los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Psicología fue de 73 personas, entre ellas hombres y mujeres que oscilaban entre las edades de 17 a 50 años. Las características principales que se requirieron de la muestra seleccionada fueron: ser estudiante

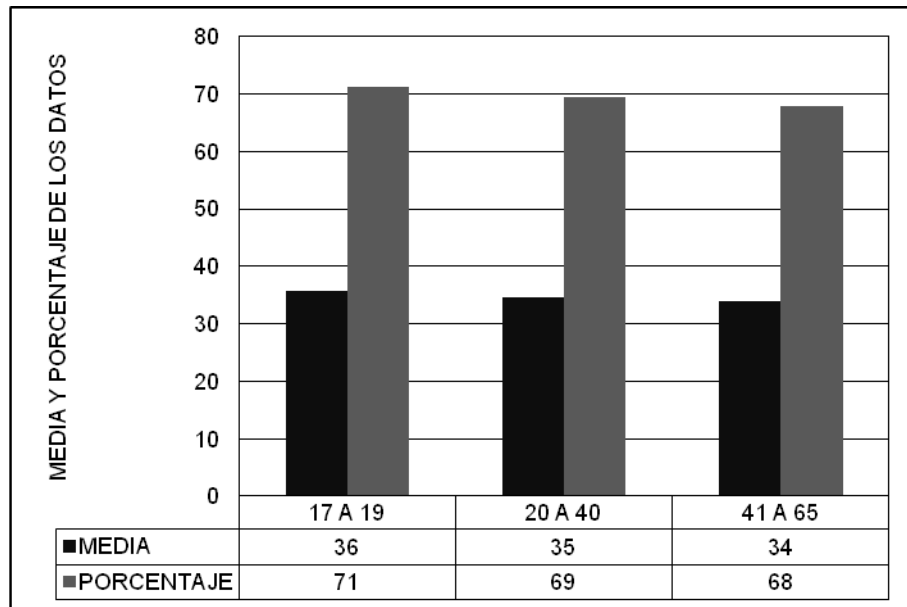
de la carrera de Licenciatura en Psicología, ser estudiante de segundo semestre, estudiar en la jornada vespertina y cursar la temática de Historia Crítica de la Psicología II, es decir, se empleó un tipo de muestreo homogéneo.

### **3.2 Presentación**

La información y datos recabados durante la presente investigación a través de los instrumentos mencionados como el cuestionario, el grupo de discusión y el taller enfocado al tema de estudio, fueron vaciados según el instrumento, en gráficas de barras y en esquemas de análisis de contenido para obtener una perspectiva general que permitiera el análisis posterior sobre lo que se pretendía indagar, que era el tema de las necesidades y su relación con la salud mental.

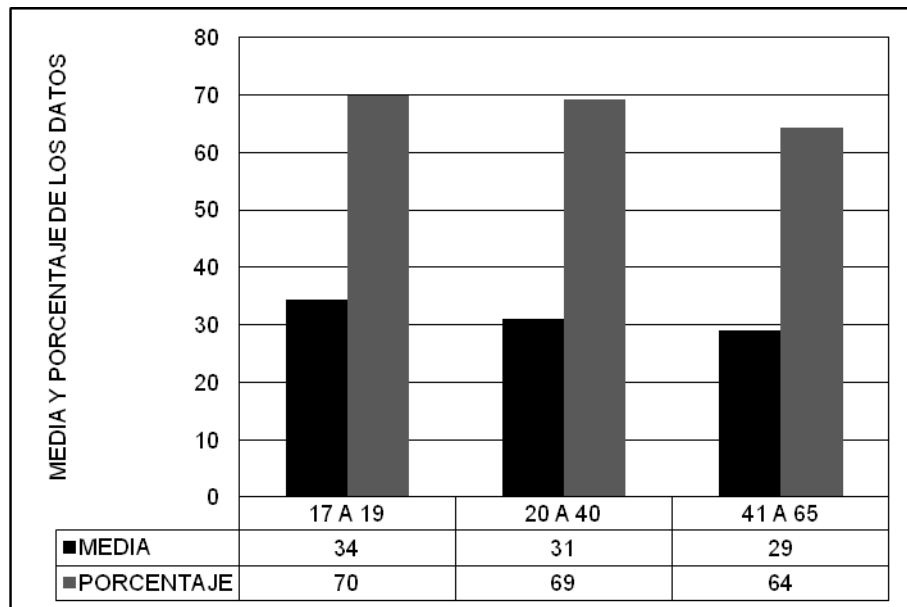
En un inicio los puntajes obtenidos por cada estudiante en el cuestionario se condensaron en tablas, ejemplificadas con anterioridad, en base a estas se pudo realiza graficas de barras y comparar los resultados de cada rango de edad establecido; con ello se logró presentar la información de manera breve, sencilla, válida y confiable. Las siguientes gráficas están encabezadas con el grupo o nivel de necesidades de la jerarquía de Abraham Maslow o la temática que evaluó el cuestionario, cada rango de edad muestra dos barras paralelas de resultados, una de estas corresponde a los puntajes obtenidos de los estudiantes (media) y la otra barra presenta los resultados por porcentaje. En la parte inferior se detalla cada uno de los datos por rango de edad para que se pueda tener una visión más general de lo que representa la gráfica, como se muestra a continuación:

**GRÁFICA NO.1  
NECESIDADES FISIOLÓGICAS**



**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo de necesidades era de 50.

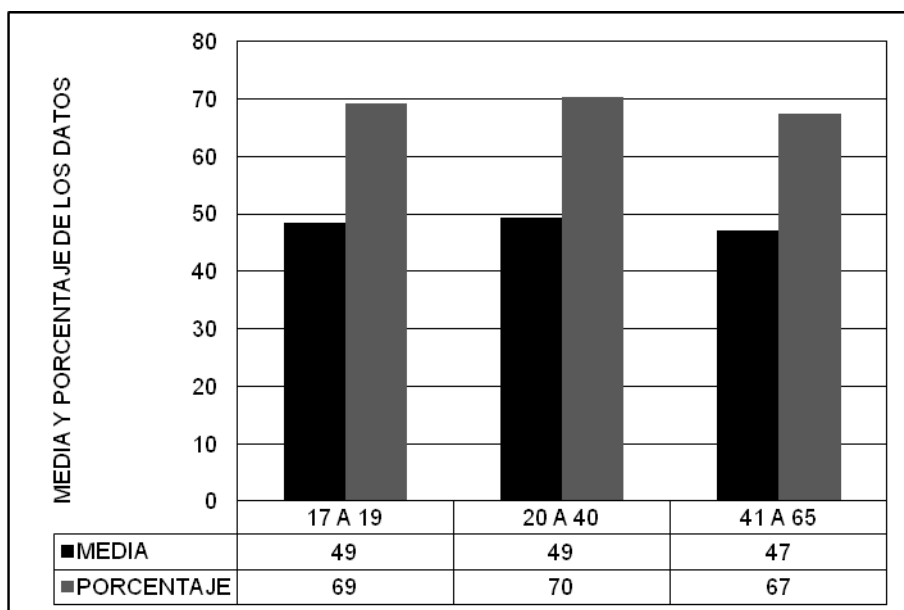
**GRÁFICA NO.2  
NECESIDADES DE SEGURIDAD**



**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo de necesidades era de 45.

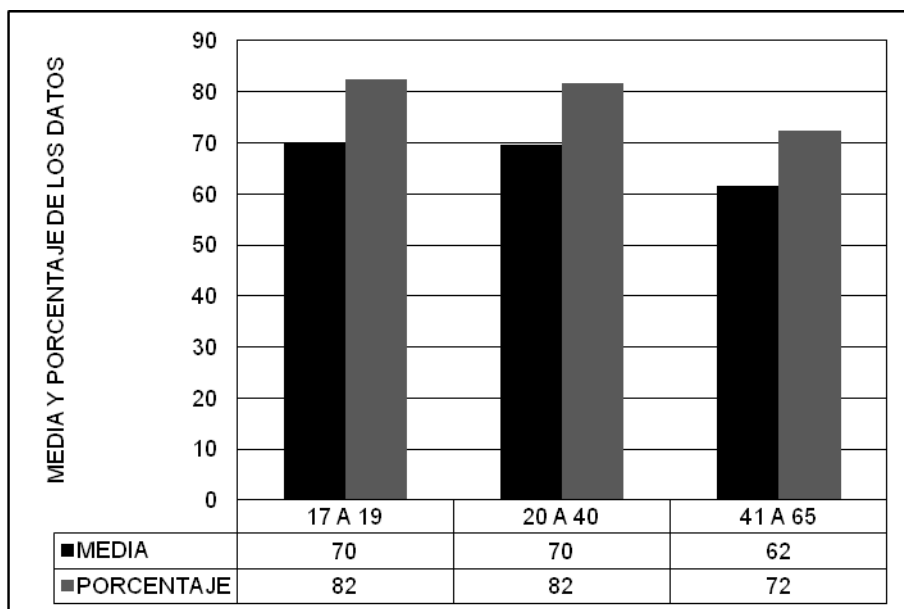


**GRÁFICA NO.3  
NECESIDADES DE AMOR Y PERTENENCIA**



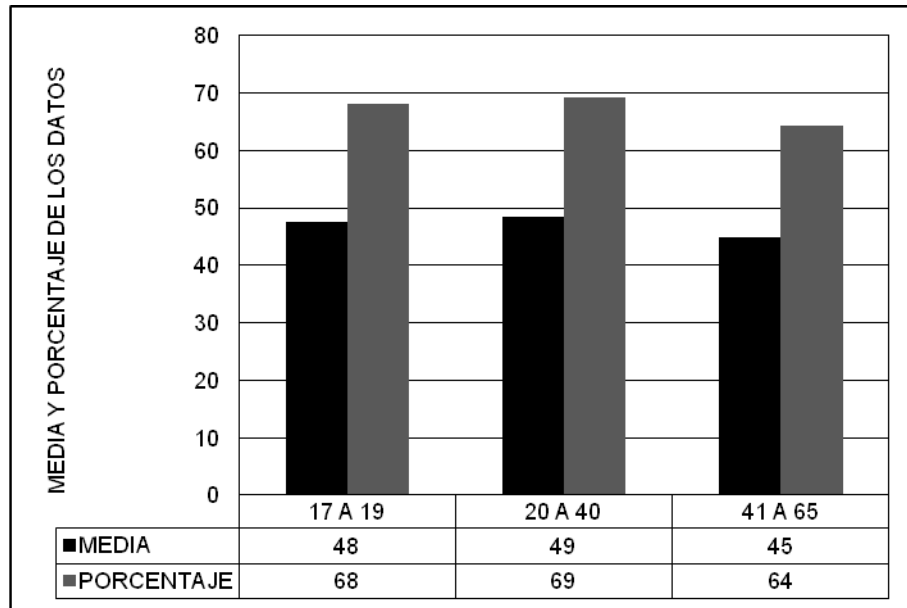
**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo de necesidades era de 70.

**GRÁFICA NO.4  
NECESIDADES DE ESTIMA**



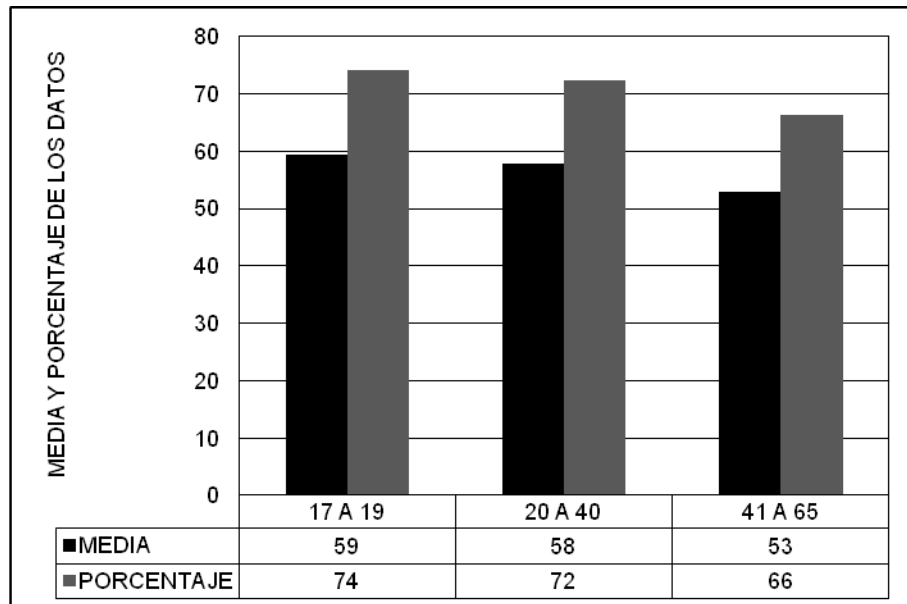
**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo de necesidades era de 85.

**GRÁFICA NO.5  
NECESIDADES DE AUTOACTUALIZACIÓN**



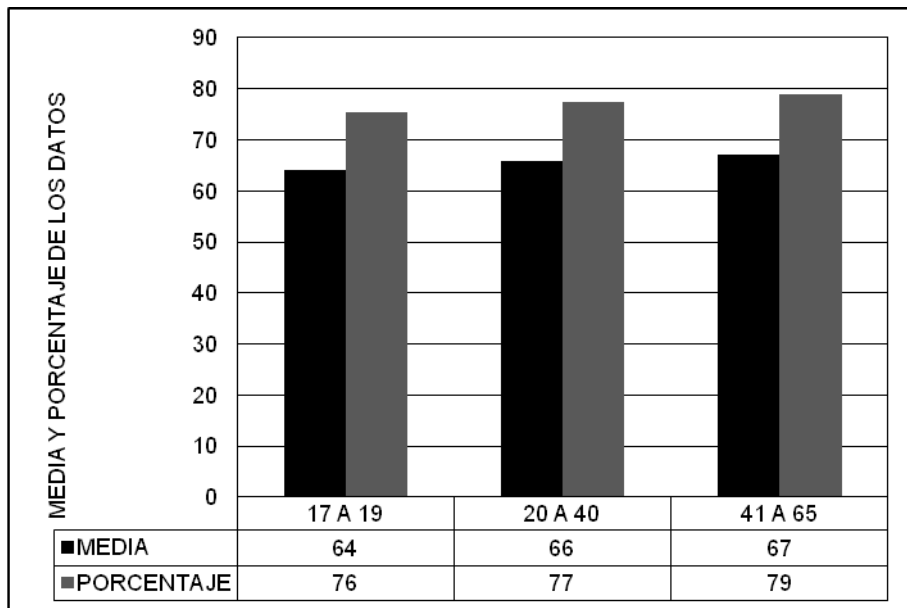
**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo de necesidades era de 70.

**GRÁFICA NO. 6  
NECESIDADES DE TRASCENDENCIA**



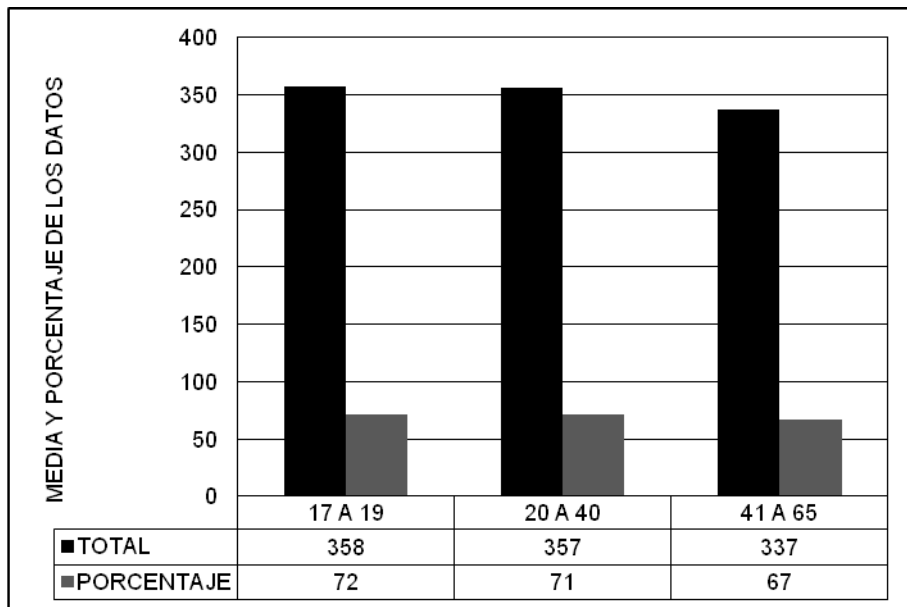
**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo de necesidades era de 80.

**GRÁFICA NO.7  
PATOLOGÍAS Y/O METAPATOLOGÍAS**



**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para este grupo era de 85.

**GRÁFICA NO.8  
SATISFACCIÓN DE LA JERARQUÍA DE NECESIDADES**



**Fuente:** respuestas de la unidad de análisis en el cuestionario C.E.N.J.A.M. Anexo 1. Observación: el puntaje neto esperado para el cuestionario en general era de 500.

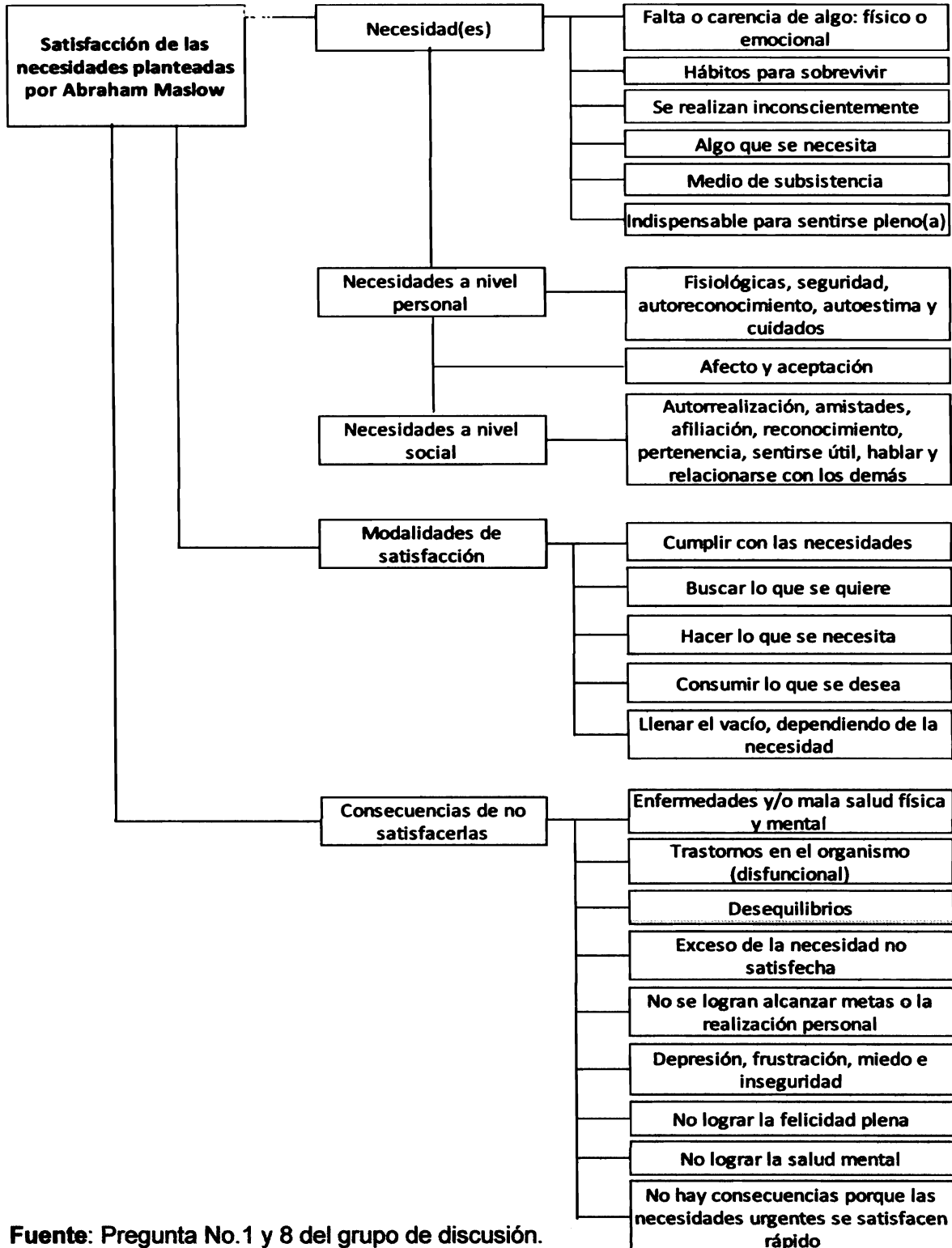
Consecutivamente, se procedió a sintetizar la información obtenida mediante la realización del grupo de discusión con los estudiantes. Este grupo discutió trece preguntas verbalizadas por la moderadora sobre el eje de las necesidades de Abraham Maslow y su relación con una salud mental, los niveles de la jerarquía y cómo estos se pueden desglosar para el contexto personal y social, la importancia de la psicología y de una evaluación de las necesidades. Los estudiantes proporcionaron la información solicitada de acuerdo a su experiencia y conocimientos adquiridos durante su formación académica. Durante la discusión grupal de los ítems planteados se hicieron anotaciones en los documentos brindados a los participantes, estos contenía las mismas preguntas indicadas por la moderadora y un espacio en el que se anotaron ideas, interrogantes u observaciones consideradas como importantes por la unidad de análisis.

Las trece preguntas se interpretaron en base al análisis de contenido con la modalidad por tema; como ya se mencionó, esta técnica se caracteriza por presentar la unidad de análisis, categorías y subcategorías. Las unidades de análisis fueron cada una de las preguntas hechas a los participantes y las categorías se redactaron de acuerdo a la clasificación que se hizo de los datos proporcionados por los estudiantes, es decir, la unidad de análisis se desglosó en varios enunciados (categorías) para que toda la información recabada se pudiera dividir en rubros y fuera fácil su visualización y su respectiva interpretación. Las subcategorías se formaron de acuerdo a las narraciones y exposiciones de las diez personas, como muestra representativa de la unidad de análisis general. Toda la información se redujo a unidades o frases cortas que facilitó hacer los esquemas factibles y entendibles a los lectores.

A continuación se presentan siete esquemas que corresponden a las preguntas llevadas a cabo a los estudiantes del grupo de discusión, se coloca la pregunta o preguntas al inicio para que el lector tenga una concepción más concreta de lo esquematizado:

## ESQUEMA NO.1

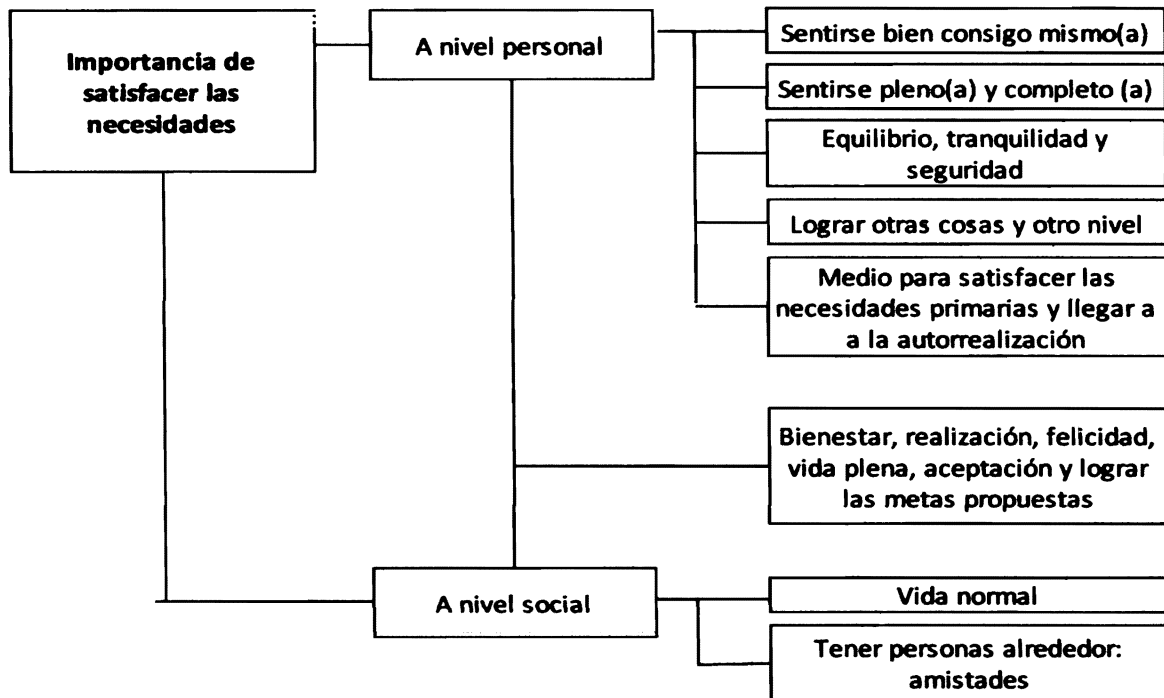
**¿Qué es una necesidad, cómo las satisfago y cuáles se manifiestan a nivel personal y social? ¿Qué consecuencias traería el no satisfacer adecuadamente las necesidades planteadas por Abraham Maslow en su jerarquía?**



Fuente: Pregunta No.1 y 8 del grupo de discusión.

## ESQUEMA NO.2

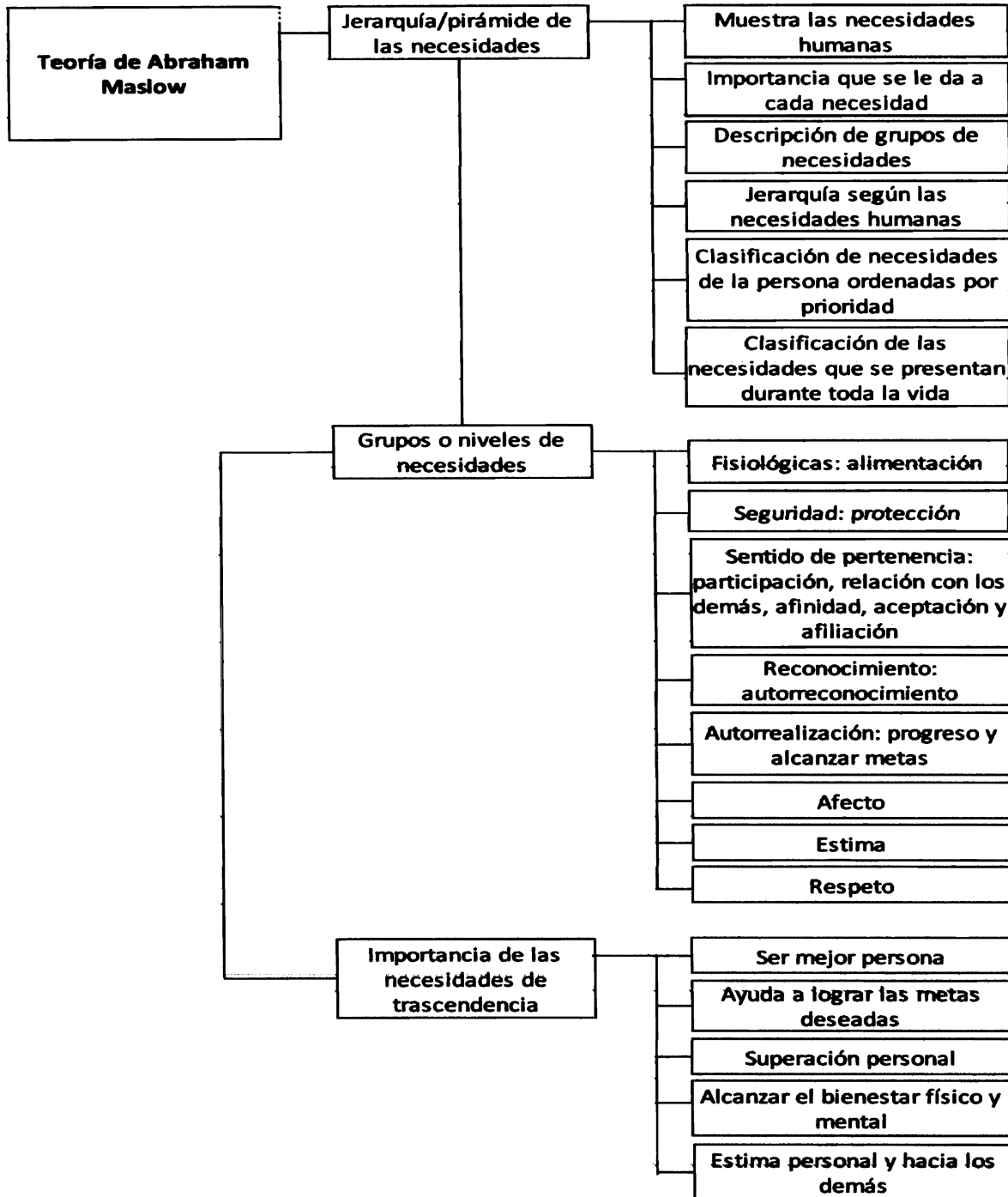
¿Cuál es la importancia de satisfacer las necesidades a nivel personal y social?



Fuente: Pregunta No.2 del grupo de discusión. Anexo 2.

### ESQUEMA NO.3

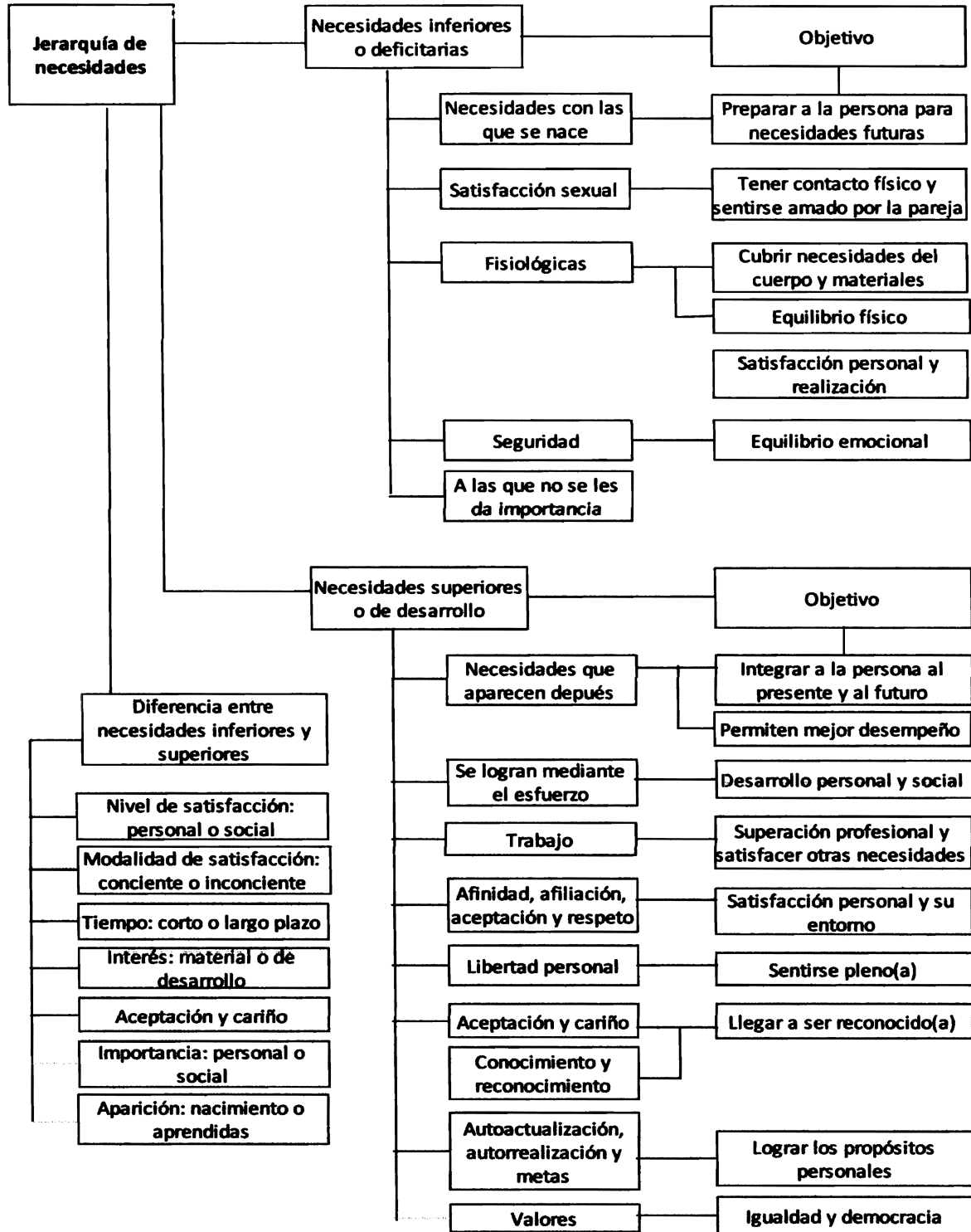
¿Qué es la jerarquía de las necesidades de Abraham Maslow y qué grupos de necesidades plantea? ¿En qué radica la importancia de las necesidades de trascendencia?



Fuente: Pregunta No.3 y 7 del grupo de discusión.

## ESQUEMA NO.4

**¿Cuáles son las necesidades inferiores o deficitarias y cuál es su objetivo? ¿Cuáles son las necesidades superiores o de desarrollo y cuál es su objetivo? ¿Qué diferencia hay entre las necesidades inferiores y las superiores?**

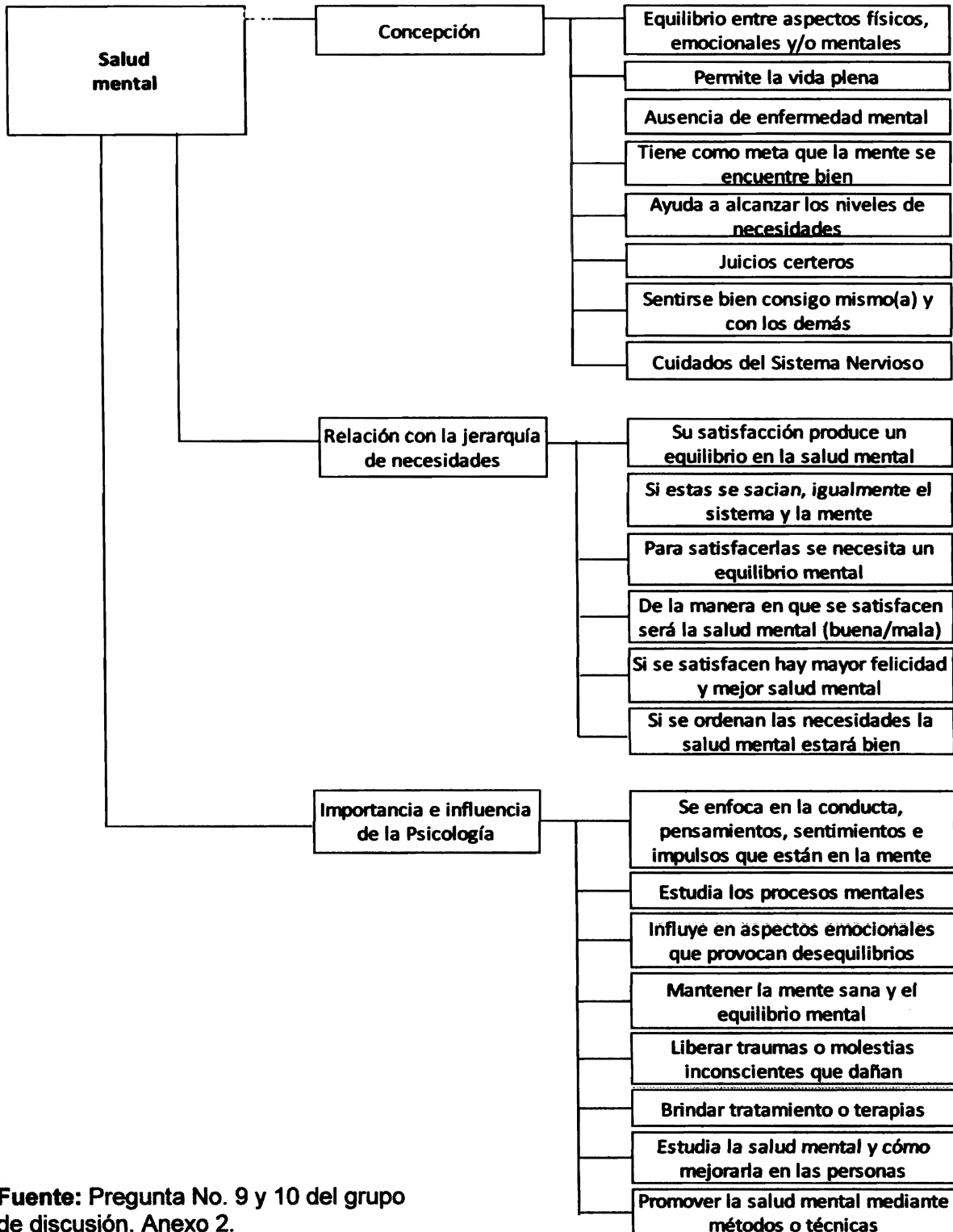


Fuente: Pregunta No.4, 5 y 6 del grupo de discusión.



## ESQUEMA NO.5

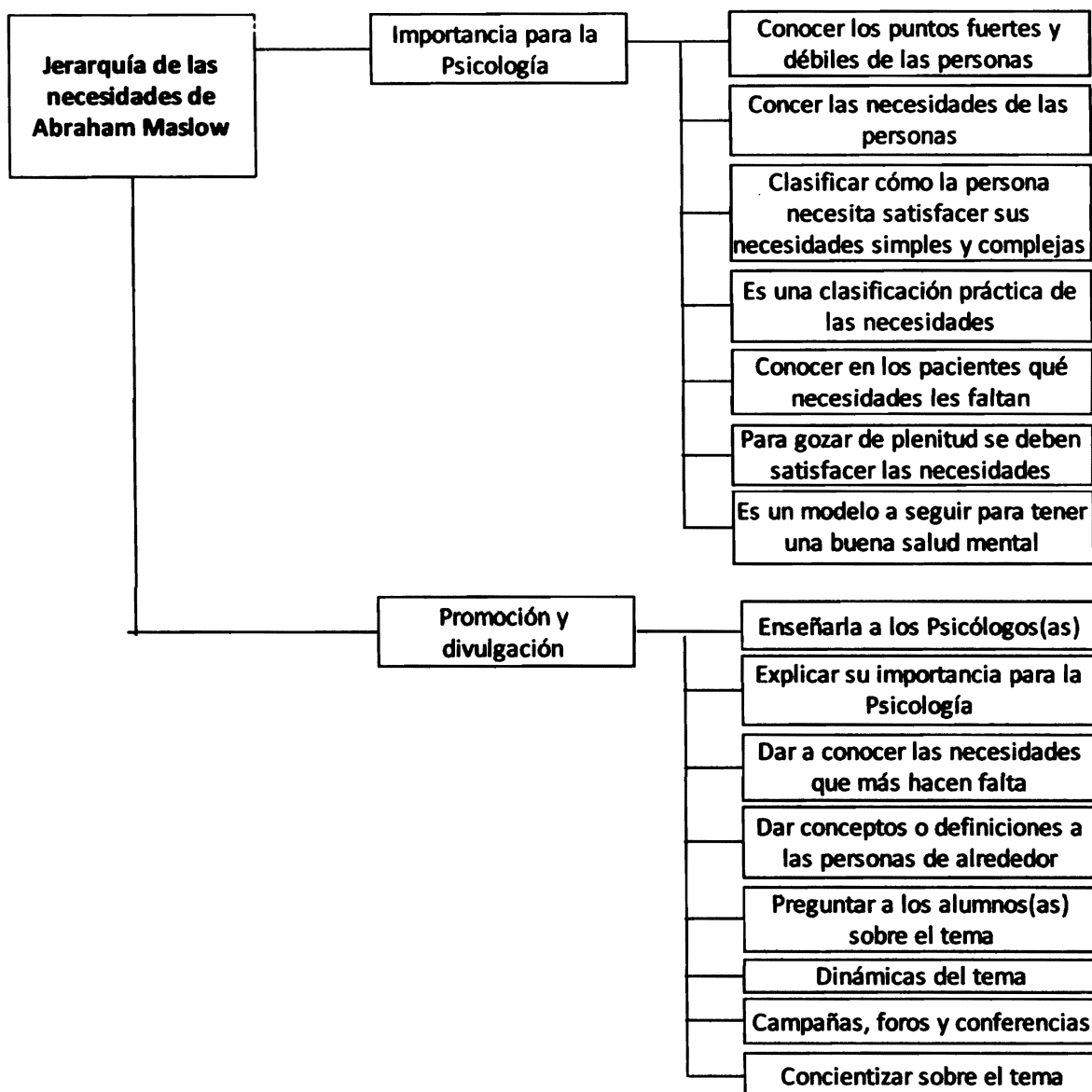
**¿Qué es la salud mental y cómo influye la psicología en esta? ¿Qué relación hay entre la satisfacción de las necesidades de la jerarquía de Abraham Maslow y la salud mental?**



Fuente: Pregunta No. 9 y 10 del grupo de discusión. Anexo 2.

## ESQUEMA NO.6

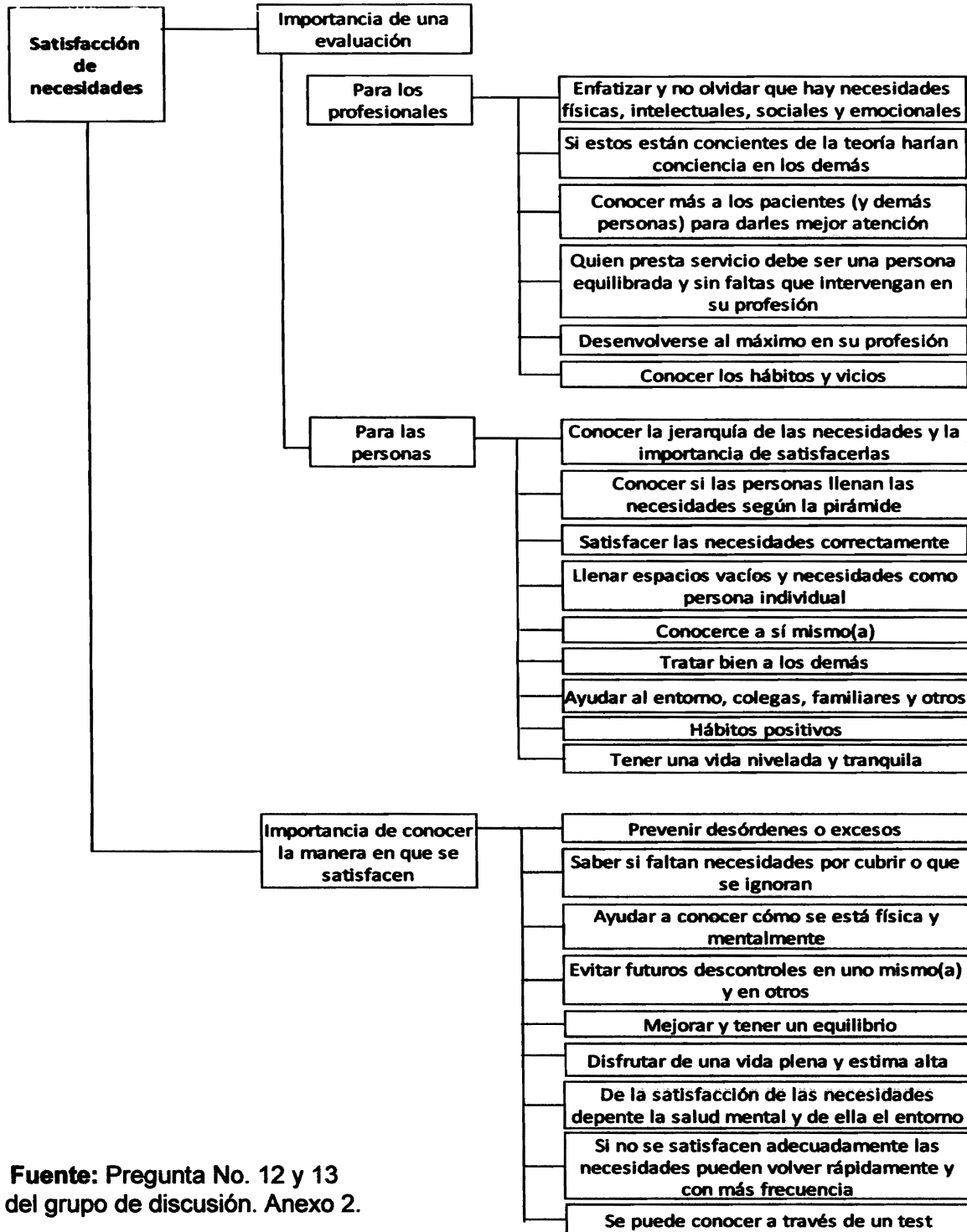
¿Qué importancia tiene la jerarquía de Abraham Maslow para la psicología? ¿Qué se puede hacer para dar a conocer la teoría?



Fuente: Pregunta No. 11 del grupo de discusión. Anexo

## ESQUEMA NO.7

**¿Qué tan importante es saber si se satisfacen adecuadamente o no las necesidades? ¿Qué beneficios traería para todos los profesionales una evaluación de la satisfacción de las necesidades de Abraham Maslow y qué beneficios traería para las demás personas?**



**Fuente:** Pregunta No. 12 y 13 del grupo de discusión. Anexo 2.

Durante la aplicación del taller, con el mismo nombre del proyecto de investigación se realizaron anotaciones y observaciones de la ejecución del mismo en un modelo PNI-R que dividió la información en rubros como positivo, negativo, interesante y recomendaciones. Lo anterior se anotó en un apartado de observaciones en la planificación del taller (ver anexo 3) para que se puedan tomar en cuenta en una aplicación mediata del mismo y de la guía de actividades. Cabe mencionar que la guía de actividades realizada a lo largo del taller se utilizó para conocer las ideas de los estudiantes respecto a la importancia de la intervención realizada desde la aplicación del cuestionario hasta la finalización de la misma, con la presentación y exposición de la teoría; de este último instrumento se extrajeron algunos puntos de vista y comentarios que se transcribieron y se presentan más adelante en el apartado de análisis global.

Con lo anterior, incluido los esquemas presentados, y tomando en cuenta los objetivos planteados desde el inicio del estudio, el planteamiento del problema, la justificación y todos los aspectos teóricos metodológicos se obtuvieron datos útiles e imprescindibles para realizar el análisis global e inferir acerca del tema de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y la salud mental.

### **3.2.1 Análisis global**

Las entidades encargadas de velar por el bienestar y salud física y/o mental de los guatemaltecos y guatemaltecas invierten alrededor del 1% del presupuesto general en salud, es decir, con esta cantidad menor de ingreso se debe abarcar la medicina, la psicología y la psiquiatría por lo que se presta más atención a los casos donde se debe hacer una intervención de rehabilitación o bien, una intervención terciaria en donde los efectos de enfermedades o trastornos ya han dejado secuelas en la persona o están afectando su vida personal, laboral o social.

Lo anterior deja concluir que si el presupuesto de salud se gasta en brindar toda la atención terciaria, la intervención primaria pasa a ser un aspecto de segundo plano y de menor importancia. En este ámbito, de la atención primaria, se puede mencionar que la promoción de la salud tanto física como mental es de vital importancia para la prevención de problemas superiores o crónicos que requieran posteriormente un gasto mayor y continúe disminuyendo el porcentaje mínimo que se da a la salud. Pocos son los centros o instituciones que promueven la atención primaria, a través de jornadas o evaluaciones, y que están concientizando a los guatemaltecos y guatemaltecas hacia una cultura de prevención que a su vez aminore los gastos nacionales y de las mismas personas.

La psicología juega un papel importante en la promoción de la salud mental es por esto que el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social creó un Plan Nacional Estratégico de Salud Mental que pretende mejorar la salud mental de los guatemaltecos y guatemaltecas afectados por problemáticas sociales como la violencia, desastres naturales o provocados, adicciones y otros problemas puramente mentales y/o conductuales que puedan generar otros tipos dificultades o trastornos.

Como nuevos partícipes o miembros dentro del área de la psicología, que a su vez es de gran influencia en el tema de la salud, se debe introyectar el compromiso hacia la sociedad guatemalteca en el tema de la prevención primaria; pero aunque es difícil decidir de qué manera se podría aportar algo a la salud conjugando el tema de la psicología y la salud mental y, la relación de doble vía que ambos temas tienen, se pensó y seleccionó para esta investigación el tema de las necesidades de la jerarquía de Abraham Maslow agregando la variante del tema de la salud mental. Se puede pensar que ambas partes no tiene relación porque la teoría de Maslow surgió en otra época y actualmente todo es diferente, todo está en constante cambio, hay nuevas teorías o paradigmas y/o la psicología ha revolucionado por ejemplo, del estructuralismo hasta la corriente cognitiva o terapia breve que ya no necesitan un diván o largas conversaciones de asociación

como ocurría con el psicoanálisis. Sin embargo, la teoría de Maslow se tomó de base como un referente y una guía de acción para las personas para que paso a paso o nivel por nivel logren llegar a la cúspide de la pirámide para su propia trascendencia y con ello lograr la salud mental necesaria para un bienestar integral de beneficio propio y social; ya que como afirma Martín Baró la salud mental no se trata de un funcionamiento satisfactorio de la persona sino del funcionamiento de las relaciones sociales que permitan la humanización para los miembros de cada sociedad.

Con la idea anterior de Martín Baró, también se logró adaptar la jerarquía de las necesidades, ya que Maslow señala en sus niveles o divisiones de la misma que muchas veces se necesita de los otros o de la sociedad para sentirse apoyado, aprobado, amado, respetado, admirado, entre otros aspectos que influyan en la valía y autoestima de las personas. Tomando como referencia estas ideas se diseñó un cuestionario de evaluación de la satisfacción de las necesidades para indagar las respuestas de los estudiantes ya que en base a estos resultados se conocerían sus conductas o reacciones hacia ciertas situaciones de la vida diaria o su manera asertiva o no asertiva de hacer frente a las problemáticas que se le presenten. El cuestionario, conjuntamente con el grupo de discusión y el taller realizado con la población muestra, fueron los instrumentos empleados para resaltar la importancia de la salud mental en la satisfacción de cada grupo de necesidades, propuestos por Abraham Maslow, y poder llegar al siguiente nivel así como la importancia de cubrir cada escalón para llegar a la salud mental, puesto que en el camino a la trascendencia hay muchas experiencias positivas o negativas que enseñan a las personas a ser mejores cada día y a practicar los valores humanos o morales que necesita Guatemala y sus pobladores.

Muchas personas aún creen que un motivo es un sentimiento innecesario o algo que se debe satisfacer cuando se pueda o haya tiempo de sobra, es decir, estas personas no satisfacen adecuadamente los requerimientos internos físicos o emocionales que su organismo o psique demanda. La persona por tanto pasa su

vida sólo limitándose a conseguir el placer momentáneo que le producen ciertas conductas o situaciones y no está luchando para lograr la salud mental necesaria o no está dentro de sus intereses trascender. Al mismo tiempo, se encuentran situadas en el nivel de las necesidades fisiológicas porque sólo responden a impulsos y su actuar es automático o inconsciente como por ejemplo: alimentarse, dormir, beber, buscar alivio en momentos de enfermedad, sexo, hábitos higiénicos y otras acciones. Algunos de los estudiantes que respondieron de esta manera en el cuestionario de evaluación aplicado forman parte de un porcentaje minoritario lo que evidencia que la mayoría de personas está consciente de que una necesidad es la falta de algo en específico, carencia de algo, un medio de subsistencia y algo indispensable para sentirse pleno (ver esquema 1) por tanto, si creen necesario hacer algo o adquirir algo lo harán para llenar ese vacío o falta específica.

Dependiendo de la edad, situación económica y otras causas así serán los requerimientos o necesidades que tengan y satisfagan las personas. El cuestionario arrojó datos importantes en cuanto a qué necesidades se consideran fundamentales y cuáles pueden esperar para su satisfacción. A continuación se muestra el orden en que los estudiantes consideran que deben satisfacer algunas necesidades o motivos: comer, dormir, estudiar, sed, familia, seguridad, practicar valores, trabajo, graduarse, autoaceptación, contribuir a la humanidad, desarrollar el potencial humano, orden, obtener buenas calificaciones, la empatía, sexo, pareja, celular, pertenecer a un grupo y manejar carro.

La población muestra está de acuerdo que primeramente las necesidades fisiológicas o básicas son las que requieren satisfacerse con suma importancia para la sobrevivencia pero las necesidades de seguridad, amor y pertenencia, estima, autoactualización y trascendencia parecen no tener un orden como está estipulado en la jerarquía ya que mezclan subnecesidades de todos los niveles, en otras palabras, los estudiantes no lograrán satisfacer completamente un solo nivel de la jerarquía para pasar al siguiente sino que abrazarán varios niveles pero dejándolos incompletos en su satisfacción lo cual no les permitira llegar a la

trascendencia que propuso Maslow. La cultura guatemalteca es un elemento que intervino también en las respuestas de los estudiantes, siendo un país considerado en vías de desarrollo, machista y conservador las personas aún se rigen por ello y dejan de satisfacer ciertas necesidades para evitar situaciones desagradables como problemas con la familia o la sociedad, la exclusión o, simplemente no actúan por fuerzas culturales inconscientes que los rigen; por ejemplo Abraham Maslow indica que el sexo es parte de las necesidades fisiológicas y que conjuntamente con las otras subnecesidades de ese nivel deben ser satisfechas adecuadamente para subir al nivel de las necesidades de seguridad, sin embargo, la mayoría respondió que el sexo es una de las necesidades que deben satisfacerse en última instancia.

Para representar el esquema mental que tienen los estudiantes respecto a la manera en que deben satisfacerse las necesidades, la importancia que tiene cada nivel o cómo ellos ordenarían sus requerimientos, se muestra la siguiente jerarquía obtenida a través de las respuestas del cuestionario:





Como muestra la imagen anterior, los estudiantes piensan que las necesidades de seguridad deben satisfacerse después de las necesidades de estima, sin embargo desde la teoría utilizada, si no hay un lugar donde se brinde la protección o cuidados necesarios para sentirse querido o estimado no se logrará una seguridad personal y más adelante no se podría dar muestras de afecto a otras personas porque en el hogar, el lugar donde hay seguridad, no se proporcionó amor.

Las necesidades fisiológicas siguen siendo las principales y las de trascendencia los anhelos finales, son únicamente las necesidades de seguridad, amor y pertenencia y estima las que están invertidas al compararlas con la jerarquía de Abraham Maslow, esta modificación de los estudiantes respecto al orden y la modalidad en que satisfacen sus necesidades puede ser la causa de tres factores específicos: a) la edad b) la cultura guatemalteca y c) el desconocimiento de la teoría y la jerarquía de Maslow.

Muchas personas necesitan que se les indique qué deben hacer o cómo actuar para satisfacer su necesidad de seguridad pero paulatinamente deberán modificar esta conducta para llegar a la independencia. Para quienes se inician en la independencia o consecución de la trascendencia y la salud mental, una guía podría ser la jerarquía de las necesidades de Abraham Maslow para que tengan la noción de cómo el ser humano llega a la trascendencia, porque de lo contrario, si no se les habla del tema su esquema mental respecto a los niveles de necesidades continuara distinto a lo establecido, cómo en la imagen, y la trascendencia será un camino difícil.

Con lo anterior no pretende desaprobado las acciones de los estudiantes ni afirmar con certeza que la jerarquía es el único modelo hacia la trascendencia y que se debe cumplir a cabalidad porque de lo contrario habrán consecuencias nocivas, lo que se pretende con la investigación es proporcionar a las personas un modelo a seguir para que logren la salud mental y el bienestar integral. Se seleccionó esta teoría porque desde su nacimiento se sigue enseñando en algunas ramas de las

ciencias porque aún no ha sido modificada o sobrepasada por otra teoría similar y porque puede aplicarse en distintos contextos como el psicológico o el laboral.

La edad, como uno de los tres factores específicos indicados anteriormente, influye en la toma de decisiones, en la asertividad o en los intereses de cada persona; por ello en las gráficas de barras de los resultados del cuestionario se dividió a la unidad de análisis en tres grandes grupos específicos: adolescencia (17 a 19 años de edad), adultez temprana (20 a 40 años de edad) y adultez intermedia (41 a 65 años de edad); la segmentación anterior deja observar si hay diferencia en los resultados por situaciones como el cambio de la adolescencia a la adultez o la influencia de la experiencia adquirida por los adultos. Las necesidades fisiológicas y de seguridad, junto con sus subnecesidades, son satisfechas en mayor medida en los adolescentes por el rol que juega la familia (ver gráfica 1 y 2). La mayoría de adolescentes aún conviven con sus padres y hermanos o hermanas bajo un mismo techo, esto permite que las necesidades de alimento o sed sean satisfechas sin mayor problema y necesidades como alivio del dolor también sea por parte de los progenitores. Como ejemplo de lo anterior: en el hogar los padres brindan desayuno, almuerzo, cena y refacción si se está acostumbrado a ello, acomodan un cuarto para cada hijo o hija y si se está enfermo buscan el medicamento necesario o consultan a un especialista para aminorar los malestares; esto es visto por los adolescentes como protección y se sienten seguros o protegidos. Por el contrario, los adultos que han dejado sus hogares para vivir de manera independiente o con su nueva familia no sienten seguridad por factores económicos, por ejemplo, no saben con certeza si la pareja le brindará la seguridad que necesita o si el dinero que adquiere como remuneración a su trabajo será el necesario para la alimentación.

El nivel de las necesidades de amor y pertenencia y, estima son satisfechas con más notoriedad por los estudiantes encasillados en la adultez temprana. Mientras que los adolescentes están en una transición a la adultez y por tanto hay señales de rebeldía o tratan de ser independientes, los adultos reconocen que su familia

es un eje importante en su desarrollo personal y profesional. Los adultos logran concretar sus sueños de integrarse a un grupo deportivo, musical o de otra índole ya que tiene acceso a un trabajo que le brinde el factor económico para costear sus propias exigencias; pueden recordar edades más tempranas y saber que su familia, su pareja actual o parejas anteriores, amistades o pares le brindaron afecto y respetaron su integridad lo que le condujo a estimarse a sí mismo y a los demás. Las personas de la adultez intermedia reflejaron resultados menores, al igual que los adolescentes, ya que en ocasiones pueden ser personas divorciadas, viudas o haber experimentado la muerte de otros seres queridos y con ello sus emociones y sentimientos se tornan negativos.

Las necesidades de autoactualización muestran mayor satisfacción por parte de los adultos comprendidos entre las edades de 20 a 40 años, es decir, adultez temprana; en esta edad las personas inician a confeccionar su plan de vida o qué harán en un tiempo posterior, los pensamientos se enfocan más en el futuro o los resultados mediatos que en los inmediatos. Conforme las personas estudian y van integrándose a grupos o asociaciones, se busca empleo, se trabaja y otras situaciones la persona descubre sus propias capacidades y limitaciones, busca sobresalir en las áreas que se le facilita y explota su propio potencial, desarrolla la empatía, busca las causas o la verdad de situaciones que ocurren y se inicia en la práctica de valores o justicia. Lo anterior no lo conseguiría en la adolescencia porque hay orgullo, no se está consciente de lo que no se puede lograr y lo que sí o no poder hacer algo es sinónimo de fracaso. Otro punto importante es que puede ser egoísta y practicar los valores no coincide con ello; pero al pasar a la adultez se desarrolla un sentido de solidaridad y todos los hábitos se pueden volver valores.

La trascendencia es el último escalón en la pirámide de las necesidades y fueron los adolescentes quienes mostraron los mejores resultados en el cuestionario (ver gráfica 6). En la actualidad se observan muchas campañas presididas por los adolescentes en cuanto a cuidar el medio ambiente, cuidar las colonias, practicar

deporte para evitar la violencia, reciclar materiales, voluntariados en hospitales o departamentos de Guatemala, practicar valores y muchas más acciones; el objetivo de ello es que cesen muchas de las problemáticas sociales en el país, ya que también les afecta a ellos. Han desarrollado un sentido de comunidad y de querer contribuir a la humanidad por lo que participan en diversos movimientos que no son vedados por otras personas o instituciones como hubiera ocurrido antes. Puede que ocurra que los adultos tengan menos interés en la trascendencia porque ya fueron partícipes en actividades similares, no les queda el tiempo suficiente para trazarse metas y cumplirlas, creen que ya hicieron todo lo que debían o se enfocan en otros aspectos como el trabajo y la familia; los adolescentes tienen menos obligaciones y más apoyo por parte de los adultos quienes desean que los primeros logren lo que otros no lograron. Los adultos del segundo rango, 20 a 40 años, obtuvieron una puntuación menor en este grupo de necesidades pero piensan que la importancia de la trascendencia radica en que al lograrla se es mejor persona, posibilita el bienestar físico y mental, incide en alcanzar las metas deseadas, influye en la estima personal y de las demás personas y que es una necesidad superior o de desarrollo.

Las preguntas del cuestionario encaminadas a evaluar la posible presencia de indicios de patologías o metapatologías como anhedonia, falta de sentido de vida, determinismo, entre otras, indican que los adolescentes son los más propensos a esta situación (ver gráfica 7). Una causa es que los adolescentes son más volubles y les impresionan más las situaciones o problemas sociales, piensan que las personas les molestan cuando les dan consejos o hacen preguntas, se sienten seguros si se les indica qué deben hacer o guiándose por pistas; actualmente sus conversaciones se hacen por medio de celular o redes sociales como Facebook o Messenger por lo que no ven la importancia de tener que estar físicamente con los demás, pueden agregar u omitir detalles de lo que sucede para su propio beneficio, ya que en esta edad aun son comunes los castigos o prohibiciones por parte de los progenitores o, pueden ser vulnerables a la influencia de grupos negativos como maras o Emo (Emotional) que les inculcan la idea que nadie les

quiere y que nada tiene sentido, lo que a largo plazo puede ocasionar problemas en la salud mental y física y, por tanto, algunas trastornos emocionales, conductuales, cognitivos o fisiológicos. El grupo de estudiantes conformado por los adultos, tienen más experiencia y tratan de responder con mayor asertividad a las dificultades o bien, buscan apoyo profesional (médicos o psicólogos) o de otras personas (padres, amigos, pares, vecinos, familia o pareja) que les apoyen con problemáticas o situaciones en las que no saben qué hacer o tratan de pedir consejos, acción que los adolescentes no harán con tanta facilidad.

Todos los estudiantes debían obtener una puntuación mínima de 100 puntos o bien, una puntuación máxima de 500 puntos para considerar su actitud o respuestas hacia el cuestionario como muy desfavorable o muy favorable; los tres grupos de la muestra obtuvieron resultados que se pueden situar entre los 300 y los 400 puntos, es decir que sus respuestas denotan una actitud favorable hacia todos los enunciados o frases que se les presentaron (ver gráfica 8). Si bien, los estudiantes de los diferentes rangos de edad mostraron algunas necesidades o niveles y puntajes altos o bajos en comparación a los otros grupos, todos están en camino hacia una trascendencia y salud mental adecuada siempre y cuando se les indiquen los pasos para lograrlo. Considerando la cultura guatemalteca y la educación en Guatemala, los resultados en general se consideran adecuados ya que por el contrario, desde los inicios de la edad escolar se les inculcaba a las personas los valores, la empatía, la importancia de trascender para lograr los objetivos, esforzarse por conseguir las metas e ideales y muchas ideas que incidían en su desarrollo personal, emocional, laboral y social, los puntajes obtenidos debían ser más altos en comparación con los actuales; paralelo a ello, si en Guatemala no se hubiera desatado un conflicto armado interno que marcara la psique y vida de los guatemaltecos y guatemaltecas en todos sus aspectos, la salud mental estaría presente con más auge en las personas y los adultos de esa o esta época estarían en el último nivel de la pirámide; la promoción de la salud mental e integral sería un pilar importante dentro del tema de la salud, todos conocerían de qué se trata y cómo se logra, en contraste con la actualidad.

Esa falta de conocimiento sobre el tema de la jerarquía, de la salud mental y la psicología como la ciencia que la promueve, incide en que los estudiantes no actualmente no tengan conocimiento del tema. Es cierto, en la educación primaria y/o media se enseñan contenidos de diversos cursos: matemática, física, química, ciencias sociales o naturales, música y más pero no se les da un espacio para el desarrollo de las habilidades y potencialidades, no hay un curso donde puedan ser creativos o exponer sus ideas y protestas, no hay un curso de valores donde se enseñe el propósito y ventajas de los mismos y sobre todo donde se les hable de salud mental. Citando a Maslow, él afirmaba que en los centros escolares se priva a los estudiantes de hacer uso de la creatividad desde el momento en que se les dice cómo hacer las tareas y los lineamientos que debe seguir o, cuando no se incentiva la modificación que hacen a los trabajos; decía también que la educación no debería ser tan premeditada sino que primeramente los estudiantes debían conocer sus habilidades a través de la práctica para ingresar a una carrera técnica o más profesional.

Es en la educación superior o universidad, si los estudiantes ingresan a carreras de índole humanista o social, donde se les habla de la teoría de la motivación de Abraham Maslow, del Humanismo y de la salud mental; por ello muchos desconocían la importancia del tema propuesto para la investigación sobre las necesidades y su relación con la salud mental, fue después de realizar el cuestionario y una lectura general de la teoría que asociaron los elementos y expresaron ideas concretas, claras y acertadas quienes participaron en el grupo de discusión.

Todas las necesidades mencionas con anterioridad son vistas desde la jerarquía, como un grupo de niveles que se debe seguir paso a paso para llegar al último escalón, sin embargo, estos niveles pueden dividirse en necesidades inferiores o deficitarias y superiores o de desarrollo; las primeras se refieren al plano personal ya que son básicas para la sobrevivencia, mientras que las de desarrollo incitan a las personas a ser mejores cada día, practicar valores y conocerse a sí mismo.

Los estudiantes creen que las necesidades inferiores son aquellas con las que se nace y que preparan a las personas para la vida futura, las que se relacionan con una satisfacción sexual por el contacto físico con la pareja, las fisiológicas, las de seguridad y las necesidades a las que no se les da importancia (ver esquema 4). Los planteamientos anteriores son correctos pero cabe mencionar que no son las necesidades a las que no se les brinda atención, sino más bien sucede que muchas de esas necesidades se satisfacen de manera inconsciente o automática lo que impide que la persona se dé cuenta que la está satisfaciendo y por otro lado, son necesidades que los familiares pueden satisfacer lo que también impide que se esté consciente de lo básico que son las mismas por ejemplo: seguridad, amor y afecto por parte de los otros. Las necesidades superiores son aquellas que aparecen después de las inferiores e integran a la persona al presente y futuro, se logran mediante el esfuerzo, es el trabajo para satisfacer otras necesidades y la superación personal, es la libertad personal y el afecto para sentirse pleno, la autorrealización porque se logran las metas personales y también son los valores ya que permiten la igualdad y democracia. Ambos tipos de necesidades se complementan para que la persona logre un bienestar integral.

Todas las acciones o conductas anteriores que encaminan a la persona a la trascendencia traen consigo beneficios a nivel personal y social. Si se satisfacen las propias necesidades la persona goza de un bienestar consigo mismo, se siente completa, le permite un equilibrio, tranquilidad, seguridad y es un camino hacia la autorrealización. A medida que las necesidades personales están saciadas, la persona siente la necesidad de hacer algo por los otros y es cuando muestra empatía, solidaridad y justicia para alimentar la amistad (ver esquema 2).

Sean necesidades inferiores o superiores, deficitarias o de desarrollo y personales o sociales pueden satisfacerse buscando lo que se requiere, cumplir con esos requerimientos, hacer lo que se necesita, consumir lo que se desea o llenar los vacíos, ya que de lo contrario, los estudiantes están conscientes, que el ignorar las necesidades podría ocasionar enfermedades a nivel físico y mental, trastornos en

el organismo, desequilibrios; problemas a nivel psicológico o emocional como: frustración, depresión, miedo e inseguridad; exceso o disminución de esa necesidad en específico y a un nivel superior no lograr las metas propuestas ni la realización personal, mantenerse en un estado de infelicidad y sobre todo no lograr la salud mental. Un punto contradictorio en cuanto al tema de las consecuencias es la afirmación que hicieron respecto a que el no satisfacer una necesidad no ocasiona dificultades ya que las necesidades urgentes se satisfacen inmediatamente, es cierto, si se está consciente de que algo hace falta o se requiere las conductas estarán enfocadas en ello pero ¿qué sucede si la persona no está consciente de las necesidades que son urgentes porque no conoce qué es una necesidad o la jerarquía de las necesidades? El resultado serían todas las consecuencias antes mencionadas, a menos que las personas estén conscientes de sus necesidades porque prestan la atención debida a todos sus requerimientos físicos, emocionales y cognitivos (ver esquema 1).

Si la persona está consciente de sus necesidades sentirá el deseo de avanzar paulatinamente en cada uno de los niveles propuestos en la jerarquía y al mismo tiempo conocerá cómo está su salud mental. Conforme las personas entran al terreno de la trascendencia estarán conscientes de todo lo que implica la salud mental y la concepción que tiene de ella se irá acrecentando. La Organización Mundial de la Salud afirma que la salud mental es la ausencia de trastornos mentales, incluyendo un bienestar subjetivo, autonomía, competencia, estado de bienestar, reconocer las habilidades, enfrentar el estrés de la vida diaria, trabajar de forma productiva y fructífera, contribuir a las comunidades, entre otros aspectos; y Martín Baró considera que esta se construye en la participación social y con las demás personas. Lo anterior deja ver que el tema de la salud mental es muy amplio para solamente decir que es la ausencia de enfermedades y un bienestar.

Se conoció la opinión de los estudiantes respecto a sus concepciones del tema de la salud mental para poder ampliar sus exposiciones o aclarar dudas, también se



abarcó otro tema importante que fue la jerarquía de las necesidades de Abraham Maslow y su relación con la salud mental y cómo la psicología podría influir en ello. Los estudiantes tienen la noción de la definición de cada uno de los temas anteriores, sin embargo sólo se limitan a expresar lo que han escuchado de otras personas o el saber popular ya que la salud mental la conciben como un equilibrio entre aspectos físicos, emocionales y/o mentales, la ausencia de enfermedad mental, que la mente se encuentre bien, hacer juicios certeros, sentirse bien consigo mismo y con los demás y cuidar del sistema nervioso. Esto demuestra que la promoción de la salud mental por parte de las entidades encargadas es deficiente y los contenidos que han recibido durante sus años escolares no hacen referencia a temas similares, inclusive muestra que la salud mental se percibe en ocasiones como parte de la medicina o los profesionales de esa rama en lugar de la psicología (ver esquema 5).

Para evitar las consecuencias negativas de no satisfacer adecuadamente las necesidades y para que estas no sean ignoradas, se estructuró el cuestionario de evaluación aplicado en un inicio a los estudiantes. Para validar con mayor precisión el instrumento se preguntó a los estudiantes qué beneficios traería este para las personas y para los profesionales de la psicología; respondieron que a las personas en general una evaluación de sus necesidades y la modalidad en que las satisfacen ayudaría a conocer la importancia de las mismas, si siguen el orden de la pirámide, si se conocen a sí mismos, tratan bien a los demás, practican hábitos positivos, tiene un vida nivelada y tranquila y ayudan al entorno. Para los profesionales es importante conocer el grado de satisfacción de las necesidades de las personas ya que serán más sensibles al recordar que estas tienen necesidades físicas, intelectuales, sociales y emocionales; conociendo la teoría pueden concientizar a los demás, conocer a los pacientes y brindarles mejor atención, así como, desenvolverse con éxito en su profesión. La información arrojada por el cuestionario podría prevenir desórdenes o exceso, conocer las necesidades que se ignoran o cuales de ellas hacen falta cubrir, conocer la salud física y mental, lograr y mantener un equilibrio para que las necesidades no

satisfechas no regresen con más frecuencia (ver esquema 7). Con todo lo anterior se revela la importancia del tema de investigación tanto para los profesionales como para las demás personas, incluyendo la población muestra.

Los temas en los cuales los estudiantes mostraron dificultad e interrogantes se retomaron en el taller realizado y mediante una guía de actividades se reforzaron aún más las temáticas referentes a la jerarquía de las necesidades y la salud mental. El objetivo del mismo fue concluir la participación realizada, como parte del estudio, además de asociar los datos del cuestionario y el grupo de discusión con la teoría de Abraham Maslow; ello permitió que se tuviera una visión general e integral del tema, pudiéndole dar una importancia personal y dentro de la psicología como futuros profesionales de esta rama. A continuación se muestran algunas de las opiniones recabadas durante el taller:

*“La pirámide de necesidades de Abraham Maslow resulta ser de mucha importancia ahora en la actualidad ya que los seres humanos tenemos muchas necesidades y esa jerarquía lo resume muy bien, porque es todo lo que los seres humanos necesitamos para tener una vida plena”.*<sup>45</sup>

*“Si logramos satisfacer todas nuestras necesidades lograremos una buena salud mental y lograremos desempeñar un buen papel en cada una de nuestras actividades diarias”.*

*“Mientras satisfago mis necesidades con la pirámide me puedo dar cuenta de lo que necesito y crecer. La persona con salud mental tiene una mejor salud psicológica”.*

*“Las necesidades que propuso Abraham Maslow son muy importantes para el desarrollo del ser humano ya que en ellos crea una alta autoestima, un sentido a la vida y por consiguiente una buena salud mental que es lo que tanta falta le hace a nuestro país”.*

---

<sup>45</sup> Las transcripciones que se muestran son algunas de las conclusiones que realizaron los estudiantes o unidad de análisis al finalizar el taller. En ella debían abarcar todos los temas explicados y enfocada a la relación entre satisfacción de necesidades y la salud mental.

*“Todo ser humano tiene la necesidad de cubrir los elementos descritos en el pirámide de Abraham Maslow, para poder lograr su máximo potencial como ser humano. En Guatemala muchos niños no reciben de su familia y personas cercanas las necesidades superiores e inferiores de las que habla Maslow”.*

*“Creo que la satisfacción de nuestras necesidades como bien lo planteaba Maslow, es muy necesario para nuestra salud mental... hay diferentes tipos de necesidades todas importantes, pero unas son más relevantes que otras. El logro o fracaso en el cumplimiento de las mismas logrará en cada uno un bienestar mental, o bien, tendrán consecuencias en el pensar y por consiguiente en el actuar. Debemos entonces preocuparnos y ocuparnos en trabajar y lograr la satisfacción de nuestras necesidades y así tener una buena salud mental”.*

*“La pirámide de las necesidades de Maslow nos muestra una base de necesidades indispensables para que el ser humano se desarrolle de una forma plena e integral y que si no se lograra en parte alguna de estas necesidades se caería en una patología o metapatología...”.*

Algunas de las conclusiones hacen analogía con Guatemala en cuanto a que le hace falta una cultura de salud mental y que las personas desde su infancia no reciben los cuidados, afecto u otros elementos básicos para desarrollar la salud mental durante su adolescencia o adultez, es decir, los estudiantes asociaron la información con su propia experiencia o trataron de contextualizar lo aprendido. Otras afirmaciones coinciden en que la salud mental, obtenida a través de la adecuada satisfacción de las necesidades, desata consigo muchas características positivas o valores como afecto por uno mismo y por los demás, autoestima, el logro de metas, trascender, tener una vida plena e influye en todas las actividades diarias que se realizan. Por otro lado, están conscientes que una persona que ha llegado a la trascendencia y la salud mental tiene las siguientes características: percepción más objetiva de la realidad, creatividad, espontaneidad, sencillez, iniciativa, aceptación de sí mismo y de los demás, capacidad para solucionar problemas de manera asertiva, sentido de humanidad, seguridad, carácter democrático, relaciones interpersonales cimentadas, autoconocimiento,

autonomía, independencia, amar y ser amado, trascendencia del yo, alegría, diversión y autonomía; lo que concierne a gusto por la intimidad no lo consideran típico de una persona autorrealizada porque creen que a estas personas se deben a otras o su satisfacción está en la ayuda y compañía de los demás, sin embargo, es erróneo ya que una persona que ha trascendido encontrará placer si pasa tiempo consigo mismo para poder seguir conociéndose. Es importante aclarar este punto para que las personas lo tomen en cuenta como un factor favorable y positivo rumbo a la trascendencia.

Como punto final, se logró que los estudiantes utilizaran nuevos conceptos en su lenguaje técnico o profesional, lo cual se observa en la redacción de sus conclusiones. Utilizan en sus planteamientos los términos de necesidad, salud mental, jerarquía de necesidades y patología o metapatología para referirse a elementos de la teoría abordada durante toda la intervención lo que puede tomarse como indicios de un aprendizaje significativo, que era uno de los objetivos. Así como integraron los constructos anteriores se espera que modifiquen sus conductas o, estas sean más asertivas, para escalar los niveles de la jerarquía y con ello satisfacer adecuadamente todas las necesidades logrando paralelamente la promoción de la propia salud mental.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 4.1 Conclusiones

1. La sección de la jerarquía de las necesidades, como parte de la teoría de la motivación humana, no ha sido abordado como temática importante en la promoción de la salud mental por lo que no se ha considerado necesaria una la evaluación de las mismas. En respuesta a ello, se unificó la teoría de Abraham Maslow con el tema de la salud mental logrando influir en la concepción que tienen los estudiantes e introyectar en ellos la relación existente entre la satisfacción de motivos personales y sociales para lograr un bienestar mental que incide en la salud física.
  
2. La jerarquía de las necesidades y la salud mental tienen una relación de doble vía, ya que para llegar a la trascendencia, es decir, lograr ser una persona con características como creatividad, percepción objetiva, espontaneidad, asertividad, que disfruta de la soledad e intimidad, democrática, autónoma, con autoconocimiento, capacidad de amar, entre otras; se deben escalar todos los niveles de la pirámide al mismo tiempo que se está favoreciendo la salud mental. Inversamente, quien promueve su propia salud mental podrá percibir sus motivos o necesidades de tipo fisiológico, afectivo, emocional, espiritual, moral, cognitivo, estético, social y/o reconocerá sus requerimientos personales y las necesidades colectivas de sus pares, comunidad y sociedad en general; por tanto, a medida que la persona experimenta un bienestar personal y social se encamina en la cúspide de la trascendencia.
  
3. Las problemáticas sociales actuales en las que está sumergida Guatemala como la violencia, situación económica y otras influencias externas, intervienen para que las personas desarrollen una cultura individualista o egoísta ya que se vela por el propio bienestar y preservación; esto incide en no prestar

atención a las teorías humanistas o temas relacionados con la práctica de valores. Por tanto, la teoría de Abraham Maslow ha quedado rezagada en la historia de la psicología y no se concibe la idea de su aplicación en el contexto cultural, académico, laboral o personal.

4. Muchas teorías pueden relacionarse con el tema de la salud mental y aún así la falta de promoción de la misma tiene como consecuencia la inversión de más recurso económico en la prevención terciaria. Para evitar lo anterior, la participación con los estudiantes permitió que una población mínima de los futuros psicólogos se empoderaran de información, para que puedan tomarla en cuenta al momento de ejercer la profesión y enfatizen en todas sus intervenciones el tema de la salud mental y potencial humano como factor determinante en el ámbito personal y social, tal como las concepciones de la Organización Mundial de la Salud y de Martín Baró.
5. Con el tema propuesto en la investigación se amplió la visión de los participantes en cuanto a la aplicación de teorías consideradas antiguas, con temas actuales que son necesarios para todas las personas. Así mismo, la intervención propició que los estudiantes hicieran uso de nuevos términos en su lenguaje profesional y contextualizaran la teoría con sus propios requerimientos y la sociedad guatemalteca.
6. Los estudiantes están conscientes de la jerarquía de las necesidades planteada por Abraham Maslow pero no conocen todos los niveles o subdivisiones ni las características de los mismos, por tanto, en la búsqueda su propia trascendencia podrían invertir las necesidades y/o suprimirlas lo que resultará en consecuencias negativas a nivel personal, psicológico, emocional, cognitivo, social y a nivel de la salud mental
7. Se afirma que el cuestionario de evaluación de la satisfacción de las necesidades de la jerarquía de Abraham Maslow proporcionó datos válidos para ratificar que la población adolescente y las personas de la edad adulta

temprana son quienes muestran mayor grado de satisfacción de sus necesidades y por tanto de salud mental; varios factores son los que inciden en que los motivos se satisfagan con los fines adecuados, es decir, dependiendo de factores intrínsecos y extrínsecos se logrará ser asertivo en las conductas que conllevan a la satisfacción de las necesidades. La población mencionada tienen más factores a su favor como la protección y cuidado de los progenitores, un lugar de residencia, ayuda económica, apoyo en la toma de decisiones, aprobación por parte de los familiares y pares o facilidad de establecer relaciones interpersonales, lo que permite una satisfacción adecuada de todos sus requerimientos a diferencia de la población de la adultez intermedia quienes deben buscar por sus propios medios cómo suplir sus intereses, paralelo a ello, tienen menos posibilidad de dedicar cierto tiempo a pasatiempos, grupos específicos, amistades, artes y por el contrario se centran más en la familia y compromisos laborales.

8. En la evaluación de las patologías y/o metapatologías, se cree que si los adolescentes y personas de la adultez temprana obtuvieron mejores resultados en cuanto a la satisfacción de necesidades, también tendrían menor incidencia de trastornos o problemáticas conductuales, cognitivas o sociales; lo anterior se niega ya que los participantes de la adultez intermedia mostraron datos más favorables en esta área. Las personas entre las edades de 40 a 65 años toman de base experiencias para responder de manera más asertiva a las situaciones, acercándose a la satisfacción adecuada de sus necesidades a diferencia de los adolescentes que son más vulnerables y sensibles a factores externos que dificultan la consecución de sus intereses.
9. Los resultados observados en las gráficas indican que los estudiantes muestran conductas y actitudes favorables y asertivas hacia el tema de la satisfacción de las necesidades y la consecución de la salud mental, ya que en el cuestionario, los datos computados indican que los puntajes sobrepasan el 50 por ciento del resultado neto.

## 4.2 Recomendaciones

A los estudiantes:

- Realizar cuestionarios, como el presente, que evalúen diversos aspectos de las esferas de la vida de las personas. Con la información que estos arrojan se puede indagar sobre las necesidades o problemática que aquejan la vida de los individuos, tanto a nivel personal como social. Aún cuando un cuestionario no sea concebido un instrumento estandarizado, una serie de preguntas estructuradas adecuadamente y que sean válidas y confiables servirán para prestar un buen servicio a nivel profesional en el área de la psicología, más específicamente en el contexto clínico.
- Interesarse por el área de la investigación, porque es a través de esta que se pueden formular hipótesis o crear relaciones, como en la presente investigación, que podrán afirmarse o negarse con certeza. Lo anterior, acrecienta el propio conocimiento teórico metodológico y aporta información imprescindible a la Escuela de Ciencias Psicológicas, a los profesionales, otros estudiantes y personas en general.
- Autoaplicarse nuevamente el cuestionario de evaluación para que puedan comparar los resultados obtenidos en ambas aplicaciones y con ello poder indagar sobre la importancia de toda la información brindada durante el taller para su vida y salud mental; o simplemente, observar qué grupo de necesidades aún requiere de mayor atención y satisfacción para evitar consecuencias perjudiciales.
- Llevar a cabo actividades recreativas y artísticas, afiliarse a un grupo de su interés, iniciarse en la práctica de valores u otras acciones más para promover su propia salud mental y gozar de la compañía, estima y afecto de los pares y demás personas para terminar de satisfacer sus requerimientos.



A los profesionales:

- Considerar el cuestionario, grupo de discusión y taller realizados en la presente investigación como una opción o modalidad didáctica para enseñar la teoría de Abraham Maslow y el tema de la salud mental; de esta manera los estudiantes introyectarán la información significativamente ya que se les muestra cómo llevar la teoría a la práctica que es uno de los fines que persigue la educación. Es necesario el conocimiento teórico para crear relaciones o combinaciones que llevadas a la praxis son de relevancia para la sociedad y evocan datos imprescindibles para continuar creando modalidades de evaluación de las problemáticas que aquejan a las personas.
- Aplicar el cuestionario de evaluación de las necesidades del modelo de la jerarquía de Abraham Maslow (CENJAM) en el ámbito laboral y/o profesional como una evaluación más de la exploración general que se hace a las personas cuando se presta servicio. Este instrumento arroja datos sobre las respuestas y conductas adecuadas o inadecuadas que las personas realizan en situaciones diversas de la vida cotidiana, algunas conductas que pueden conducir a patologías o metapatologías; o bien, simplemente puede utilizarse como una evaluación autoaplicada que durante su ejecución brindará a las personas el insight o la reflexión de sus acciones.
- Las temáticas de la Motivación Humana de Abraham Maslow y la salud mental adecuadas en un cuestionario, grupo de discusión y un taller para los estudiantes son nuevas herramientas que se puede tomar en cuenta en las ciencias humanistas para ser aplicadas de manera sistemática con el objetivo de crear conciencia en las personas de que el ser humano posee necesidades de distinta índole que inician en las fisiológicas y culminan en las de trascendencia, o sensibilizarles sobre la importancia de la salud mental en todos los ámbitos de la vida. Pueden considerarse como instrumentos importantes de evaluación en las ciencias médicas y psicológicas para detectar el nivel de funcionamiento y razonamiento de las personas, ya que el

cuestionario, por ejemplo, muestra cómo la persona responde ante ciertas situaciones o dilemas de la vida cotidiana y el taller, junto con la guía de actividades arroja, información de cuán importante o significativo puede ser el conocimiento de las necesidades.

- Empoderarse de nuevas metodologías de trabajo en el aula o del tema de la tecnología educativa para dar a conocer los contenidos curriculares. Sería de beneficio que los docentes que utilizan durante el período de clase, la narración o exposición oral para brindar los cursos, den mayor participación a los estudiantes para que estos puedan contextualizar el contenido, lo lleven a la práctica, lo analicen y sintetizan. Lo anterior evitará que se pierda la atención e interés por temas fundamentales dentro del campo de la psicología. Tal como fue el caso del grupo de discusión y taller sobre el tema de las necesidades y la salud mental en donde se propició la participación activa de los estudiantes para que el aprendizaje fuera significativo e interactivo.

A la Escuela de Ciencias Psicológicas:

- Motivar a los estudiantes a ser innovadores, emprendedores e investigadores en el área de la psicología para que estén actualizados constantemente en temas evaluación, diagnóstico, teorías o corrientes psicológicas, modalidades de terapia, entre otros y, aplicarlos sistemáticamente en las poblaciones a las que presten servicio y en los centros de práctica profesional supervisada para fomentar resultados positivos inmediatos o mediatos.
- Iniciar a los alumnos en la capacidad de abstraer las ideas importantes y esenciales de teorías diversas de la psicología para adaptarlas al contexto guatemalteco, a las problemáticas sociales actuales y a las necesidades personales y sociales ya que es conveniente que los estudiantes sustenten sus acciones o metodologías en teorías y bibliografías para evitar trabajos al azar o inválidos.

- Fomentar en los estudiantes el interés por teorías antiguas, modernas o poco convencionales de la psicología para que, de manera grupal, se pueda dar una nueva perspectiva que pueda enfocarse en una o varias áreas específicas de la Psicología. Esto será un ejercicio para que a largo plazo los propios profesionales en formación puedan replicarlo en el nivel profesional y así proporcionar un servicio adecuado y eficiente a los guatemaltecos y guatemaltecas.
  
- Brindar más información sobre la Teoría de la Motivación Humana y la salud mental para que se tome en cuenta como referencia en temas de bienestar emocional, mental y físico, así como en la psicología laboral o industrial, ya que muchos de los incentivos brindados a los colaboradores en las empresas se determinan a partir de las necesidades o del nivel de la jerarquía en que se encuentren las personas, logrando con ello mejor desempeño del recurso humano y retención de personal. O bien, explicar esta teoría u otras más, y luego criticarla desde diversos puntos de vista para que los estudiantes decidan por sí mismos la importancia de su aplicabilidad u omisión.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bernal Torres, César Augusto. *Metodología de la investigación*. Segunda edición, México, Pearson Educación, 2006. Págs. 304.

Calderón, Narváez. *Salud mental comunitaria*. México, Editorial Trillas, 1988. Págs., 300.

DiCaprio, Nicholas S. *Teorías de la personalidad*. 2ª edición, México, MacGraw Hill, 1989. Págs., 559.

Fernández, Nestor. *El adulto*. UNAM: Andragogía, su ubicación en la educación continua. Julio 2001. <http://www.tuobra.unam.mx/publicadas/021123224856-EL.html>

Hernández Sampieri, Roberto., Collado, Carlos y Baptista, Pilar. *Metodología de la investigación*. Tercera edición, México, Mc Graw Hill, 2003. Págs. 705.

Glazman Nowalski, Raquel, Figueroa Campos, Milagros. *Modalidades de trabajo docente-alumno en la educación superior*. Centro de apoyo y servicios académicos Universidad Autónoma de Nuevo León, 1996. Págs., 57.

Grupo de trabajo de Centroamérica. *Evaluación de daños y análisis de necesidades de salud mental en situaciones de desastre*. Guatemala, Magna Terra Editores, 2006. Págs., 47.

Liga Guatemalteca de Higiene Mental. *Revista PSICO-red*. Guatemala, agosto 2007. Págs., 39.

Liga Guatemalteca de Higiene Mental. *Boletín PSICO-red*. Guatemala, octubre 2008. Págs., 11.

Llopis Goig, Ramón. *Grupos de discusión*. España, Editorial ESIC. Págs., 243.  
[http://books.google.com/books?id=ZuKMii2TatcC&printsec=frontcover&dq=grupo+de+discusi%C3%B3n&hl=es&ei=Hb72TcmBBc31gAeosrzpCw&sa=X&oi=book\\_result&ct=result&resnum=2&ved=0CC8Q6AEwAQ#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com/books?id=ZuKMii2TatcC&printsec=frontcover&dq=grupo+de+discusi%C3%B3n&hl=es&ei=Hb72TcmBBc31gAeosrzpCw&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=2&ved=0CC8Q6AEwAQ#v=onepage&q&f=false)

Martín Baró, Ignacio. *Psicología social de la guerra*. El Salvador, UCA Editores, 1990. Págs., 520.

Maslow, Abraham. *Motivación y personalidad*. Madrid, Ediciones Díaz de Santos, S. A., 1991. Págs., 436.

Maslow, H. Abraham. *La personalidad creadora*. 7ª edición, Barcelona, Editorial Kairós, 2001. Págs., 480.

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. *Protocolos de atención a los problemas más frecuentes de Salud Mental*. Guatemala. Págs., 57.

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. *Plan estratégico de Salud Mental*. Guatemala, 2007. Págs., 20.

Morris, Charles., y Maisto Albert. *Psicología*. Duodécima edición, México, Pearson Educación, 2005. Págs., 691.

Organización Mundial de la Salud. *Invertir en Salud Mental*. OMS, 2004. Págs., 48.

Organización Panamericana de la Salud. *Salud en las Américas: 2007*. Washington D.C., OPS, 2007. Págs., 453.

Papalia, Diane., y Wendkos Sally. *Psicología*. México, McGraw Hill, 1990. Págs., 762.

Riso, Walter. *Pensar bien, sentirse bien*. Colombia, Edit. Norma, 2007. Págs., 202.

ANEXOS

## **ANEXOS**

- Anexo 1**                    Cuestionario de evaluación de las necesidades del modelo de la jerarquía de Abraham Maslow: C.E.N.J.A.M.
- Anexo 2**                    Guía de temas para los estudiantes sobre la relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental. Grupo de discusión.
- Anexo 3**                    Planificación de taller para estudiantes sobre la relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental.
- Anexo 4**                    Material de apoyo visual del taller para los estudiantes sobre la relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental.
- Anexo 5**                    Guía de actividades para estudiantes participantes del taller “Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental”.
- Anexo 6**                    Modelo PNI-R. Desarrollo y actividades del taller



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

## CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LAS NECESIDADES DEL MODELO DE LA JERARQUÍA DE ABRAHAM MASLOW: C.E.N.J.A.M

Fecha de aplicación: \_\_\_\_\_

Nombre (solamente coloque sus iniciales): \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: F \_\_\_\_\_ M \_\_\_\_\_

Semestre que cursa actualmente: \_\_\_\_\_

El presente cuestionario tiene como objetivo primordial evaluar si usted satisface adecuadamente sus necesidades, desde las fisiológicas hasta las de autorrealización, así mismo usted como participante aportará información valiosa para la realización del proyecto de investigación (con fines de graduación) titulado “Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental”.

En este cuestionario usted deberá ser sincero y transparente en sus respuestas. Para garantizar la confidencialidad del mismo sólo deberá colocar, en los espacios indicados al inicio, los datos que se le piden.

### Instrucciones:

A continuación se le presenta un cuestionario con 100 preguntas. En las primeras tres preguntas se especifica cómo deberá responder cada una de ellas, a partir de la cuarta pregunta deberá encaminar su respuesta solamente a una de las cinco opciones que se le brindan tal y como se muestra a continuación:

Completamente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completamente falso
-------------------------	-----------	------------------------	-------	---------------------

Ahora, inicie con la pregunta No.1 y complete todas en orden sin dejar preguntas en blanco. Recuerde que a partir de la cuarta pregunta deberá seleccionar una opción de respuesta marcándola con una “X”. Tómese su tiempo y no consulte con ningún compañero(a) sobre cómo debería responder porque las respuestas son de índole personal; dé su propia opinión.



1. ¿Qué es una necesidad para usted? Marque, en el círculo, la opción que más se asemeje a su opinión.

- Falta de algo
- Sentimientos innecesarios
- Algo que debo satisfacer cuanto tenga tiempo de sobra

2. ¿Cuáles de las siguientes opciones considera usted una necesidad? Marque, en los círculos, las opciones que se asemejen a su opinión.

- |   |  |
|---|--|
| <input type="radio"/> Dormir                    | <input type="radio"/> Seguridad                        |
| <input type="radio"/> Manejar carro             | <input type="radio"/> Orden                            |
| <input type="radio"/> Comer                     | <input type="radio"/> Celular                          |
| <input type="radio"/> Pareja                    | <input type="radio"/> Trabajo                          |
| <input type="radio"/> Satisfacer la sed         | <input type="radio"/> Estudiar                         |
| <input type="radio"/> Familia                   | <input type="radio"/> Pertenecer a un grupo específico |
| <input type="radio"/> Autoaceptación            | <input type="radio"/> Desarrollar el potencial humano  |
| <input type="radio"/> Contribuir a la humanidad | <input type="radio"/> Obtener buenas calificaciones    |
| <input type="radio"/> Sexo                      | <input type="radio"/> Graduarse                        |
| <input type="radio"/> Practicar valores humanos | <input type="radio"/> Recibir regalos                  |
| <input type="radio"/> Empatía                   |  |

3. ¿Qué orden de importancia le daría a los siguientes grupos de necesidades para satisfacerlos? Coloque en los cuadros de las opciones los números del 1 al 6. El número 1 será para el grupo principal, según su opinión, y así sucesivamente hasta colocar el número 6 a las necesidades que crea se deben satisfacer en último lugar.

	Necesidades de seguridad
	Necesidades fisiológicas
	Necesidades de estima
	Necesidades de amor y pertenencia
	Necesidades de autoactualización/ autorrealización
	Necesidades de trascendencia

Recuerde que en las preguntas siguientes solamente puede marcar una opción como respuesta, siendo esta la que se asemeje más a sus acciones, pensamientos o experiencia.

		Completa- mente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completa- mente falso
4	Duermo de 6 a 8 horas diarias					
5	Cuando no duermo el tiempo suficiente siento que se me dificulta realizar mis actividades cotidianas					
6	Siento que las personas me molestan y observan					
7	Por hacer tareas u otras actividades duermo 3 ó 4 horas diarias					
8	Cuando tengo hambre y/o sed busco inmediatamente qué comer y beber					
9	Cuando tengo hambre o sed y estoy en clase u ocupado espero terminar lo que estoy haciendo para luego satisfacer esas necesidades					
10	Como más por placer que por el sustento					
11	Creo que muchos comentarios que escucho de las otras personas, letras de algunas canciones o lecturas están dirigidas especialmente a mi					
12	Participo en huelgas de hambre para protestar contra los problemas sociales					
13	Cuando tengo dolores o malestares corporales ingiero inmediatamente medicamentos para aliviarme					
14	No he tenido sexo porque mi familia o la sociedad dice que tengo que esperar a casarme					
15	El no tener sexo hace que tenga curiosidad por el tema y busque pornografía					
16	Creo que las personas conocen mis pensamientos e ideas					
17	Prefiero que en las tareas se me diga qué hacer o se me den instrucciones y no tener la libertad de decidir cómo hacerlas.					
18	Tengo miedo de las cosas nuevas o desconocidas					
19	El pensar en mi futuro me causa ansiedad o desesperación porque no sé qué pasará					

		Completa- mente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completa- mente falso
20	Ya sé que haré en los próximos cinco años por eso me siento tranquilo y trabajo en ello					
21	Prefiero estar a solas y refugiarme en mis pensamientos para no tener que relacionarme con el exterior y los otros					
22	Me gusta que todo tenga un orden porque si no siento que pierdo el control de las cosas					
23	Evito realizar actividades que pongan en peligro mi vida					
24	Me refugio en mis padres o en mi pareja cuando tengo problemas porque ellos me hacen sentir mejor					
25	Si me dicen que cierta calle o lugar es peligroso hago caso omiso porque creo que no me pasará nada					
26	No siento apetito por eso como cuando veo que las personas comen o cuando el reloj lo indica					
27	Cuando se me da demasiada libertad suelo meterme en problemas					
28	Cuando quiero tener novio(a) inicio una relación íntima con otra persona					
29	Prefiero que otra persona me diga si quiero ser su novio(a) ya que yo no lo haría porque me siento incapaz					
30	Cuando me gusta un grupo, por ejemplo: deportivo, musical, etc., ingreso a este					
31	No sé en qué momento o cuándo debo hacer la cosas por eso me guío por pistas de otros, calendarios, horarios, insinuaciones, etc.					
32	Prefiero estar en casa porque creo que no es importante pertenecer a un grupo específico					
33	Hablo e interactúo con mis vecinos					
34	Me siento solo y aislado aún cuando hay gente a mi alrededor					
35	Me dicen que soy de las personas que no entienden la situación o circunstancias de los otros					
36	Engaño y lastimo a los otros sin sentir remordimiento					

		Completa- mente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completa- mente falso
37	Cuando estoy realizando cualquier actividad mis pensamientos se enfocan a recordar si hice algo, si deje la puerta cerrada, si en el camino sucedió algo					
38	Me cuesta expresar mis sentimientos y amor a las otras personas					
39	Practico los valores humanos como el respeto, justicia, solidaridad, etc., con las otras personas para relacionarme mejor con ellas					
40	Cuando me muestran gestos de amor los ignoro y no respondo a ellos					
41	Me lavo las manos constantemente por los gérmenes que pude contraer en la calle o de otras personas					
42	El no tener amigos, novia(o) o relación con los demás me hacen sentir preocupación					
43	Siento la necesidad de pertenecer a un grupo que comparta mis habilidades u opiniones					
44	Comparto la idea de que no es importante tener una familia puesto que puedo valerme por mí mismo(a)					
45	Me siento bien conmigo mismo(a) y me gusta lo que soy actualmente					
46	Cuando me siento ansioso repito constantemente frases o palabras para sentirme mejor					
47	Quiero seguir estudiando y superarme para ganarme el respeto y admiración de las personas que me conocen					
48	Siento que soy inferior a otras personas					
49	A veces me siento una persona diferente que no encaja con los otros					
50	Quiero ganar mucho dinero para despertar envidia en los demás					
51	Cuando las personas hacen algo por mi desconfío de ellos porque pienso que se están aprovechando de mí, me están engañando o tramando algo en mí contra.					

		Completa- mente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completa- mente falso
52	Sueño con ser una persona famosa para sentirme bien conmigo mismo(a)					
53	Sé que valgo por la persona que soy y no por lo que tengo					
54	Quiero cambiar cosas de mi aspecto físico					
55	Me siento frustrado porque no puedo ser como las otras personas que admiro					
56	Adopto estilos, vestimenta u otros aspectos de las demás personas					
57	Prefiero utilizar el tiempo en mí mismo que estar con otras personas					
58	Cuando alcanzo una meta me felicito					
59	Tengo la idea de que mis acciones y manera de ser no le agrada a los otros por eso busco la forma de que me acepten					
60	Sé que puedo hacer todo lo que me indiquen y lo haré con éxito					
61	Me gusta más jugar videojuegos o estar frente a la computadora que salir a caminar o interactuar con otra personas					
62	Me gusta lastimarme, castigarme o criticarme a mí mismo(a)					
63	Me observo en el espejo sin sentir pena o criticarme					
64	No creo las cosas positivas o felicitaciones que me expresan las otras personas					
65	Cuando busco un empleo creo no llenar los requisitos y sentirme incompetente					
66	Siento que no encajo en esta sociedad y por eso me aílo de todos para tratar de encontrar le un sentido a mi vida					
67	Cuando no hago las cosas que me gustan y en las que tengo talento me siento ansioso(a) por hacerlas					
68	Me siento libre para ser yo mismo(a) y realizar lo que quiera sin temer a lo que digan los demás					
69	Le presto mucha atención a lo que puedan pensar y decir las demás personas de mí y mis acciones					
70	Me rebelo contra las reglas sociales que me impiden ser yo mismo(a)					

		Completa- mente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completa- mente falso
71	Todas las personas de mi alrededor son superiores que yo					
72	Opino que la cultura de la sociedad guatemalteca debería cambiar					
73	Participo en huelgas o protestas que impliquen cambios sociales, políticos, etc.					
74	Contradigo lo que me desagrada y está en contra de mis ideales					
75	Hago justicia cuando veo que hay discriminación o corrupción en mi familia y/o con mis compañeros					
76	No puedo tomar mis propias decisiones para cambiar lo que me sucede porque todo está determinado por Dios, fuerzas naturales o por el destino, por tanto lo que tenga que ocurrir será lo mejor					
77	Cuando tengo dudas sobre un tema en específico o sobre lo que dice la demás gente, investigo y leo					
78	Cuando sé que alguien está mintiendo se lo hago saber					
79	Me inscribo en cursos, talleres, etc., que sean de mi interés					
80	Pienso que después de obtener mi título de Licenciatura debería seguir una Maestría o especializarme					
81	Otros observan en mí características y talentos que yo no considero como tales					
82	Creo que mi vida es rutinaria por ello hago cosas nuevas					
83	Elegí la carrera de Psicología porque siento que debo ayudar a las personas					
84	En mi opinión las personas deberían ayudarse mutuamente para el desarrollo social					
85	Ingresé a la carrera de Psicología porque es bastante remunerada económicamente					
86	De la carrera de Psicología me gusta el trabajo comunitario					
87	Cuando sucede algo le agrego o quito detalles para recordarlo de una manera más positiva o negativa					
88	Quiero hacer algo con lo cual pueda ayudar a la sociedad guatemalteca y se me recuerde					

		Completa- mente verdadero	Verdadero	Ni falso, ni verdadero	Falso	Completa- mente falso
89	Tengo varias ideas de cómo ayudar a mi colonia, barrio o zona para que sea mejor					
90	Participo en voluntariados de ayuda comunitaria					
91	Ninguna actividad me causa interés o placer					
92	Ayudo a mis compañeros de estudio y/o trabajo					
93	Cuando veo a personas en situaciones más difíciles que las mías quiero ayudarlas					
94	Cuando regalo mis cosas luego me arrepiento					
95	Creo que Guatemala nunca cambiara aunque todos contribuyamos					
96	Pienso en cómo poder contribuir para mejorar mi país y si puedo lo anoto					
97	Suelo ser parte de juntas directivas o comités para poder organizar actividades, contribuir y generar cambios					
98	Conozco las noticias del día y las comparto o discuto con mis compañeros(as)					
99	Motivo a mis compañeros(as) a interesarse por trabajos comunitarios					
100	Me son indiferentes las situaciones que afectan a Guatemala y sus habitantes					

Se agradece su colaboración por la información brindada en el cuestionario anterior, toda la información será confidencial.



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

## **GUÍA DE TEMAS PARA LOS ESTUDIANTES SOBRE LA RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL**

### **GRUPO DE DISCUSIÓN**

Lugar y fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_

Número de participantes: \_\_\_\_\_ No. Sesión: \_\_\_\_\_

Moderador(a): \_\_\_\_\_

Preguntas:

- 1. ¿Qué es una necesidad, cómo la satisfago y cuáles se manifiestan a nivel personal y social?**
- 2. ¿Cuál es la importancia de satisfacer las necesidades a nivel personal y social?**
- 3. ¿Qué es la jerarquía de las necesidades de Abraham Maslow y qué grupos de necesidades plantea?**
- 4. ¿Cuáles son las necesidades inferiores o deficitarias? ¿Cuál es su objetivo?**
- 5. ¿Cuáles son las necesidades superiores o de desarrollo? ¿Cuál es su objetivo?**
- 6. ¿Qué diferencia hay entre las necesidades inferiores y las superiores?**
- 7. ¿En qué radica la importancia de las necesidades de trascendencia?**
- 8. ¿Qué consecuencias traería el no satisfacer adecuadamente las necesidades planteadas por Abraham Maslow en su jerarquía?**



9. **¿Qué es la salud mental? ¿Cómo influye la psicología en esta?**
  
10. **¿Qué relación hay entre la satisfacción de las necesidades de la jerarquía de Abraham Maslow y la salud mental?**
  
11. **¿Qué importancia tiene la jerarquía de Abraham Maslow para la psicología?  
¿Qué se puede hacer para dar a conocer la teoría?**
  
12. **¿Qué tan importante es saber si se satisfacen adecuadamente o no las necesidades?**
  
13. **¿Qué beneficios traería para todos los profesionales una evaluación de la satisfacción de las necesidades de Abraham Maslow? ¿Qué beneficios traería para las demás personas?**



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

## PLANIFICACIÓN DE TALLER PARA ESTUDIANTES SOBRE LA RELACION ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL

Objetivos	Actividad	Recursos	Observaciones
<p><b>General:</b>            Proporcionar información relevante acerca de la jerarquía de las necesidades de Abraham Maslow y la relación con salud mental a la población muestra.</p> <p><b>Específicos:</b>            Realizar un taller con los estudiantes para que presten mayor atención a los contenidos y su aprendizaje sea significativo.</p> <p>Propiciar los elementos necesarios para que los estudiantes reflexionen sobre sus necesidades y</p>	<p>Para llevar a cabo el taller con las temáticas de la jerarquía o pirámide de las necesidades de Abraham Maslow y la salud mental se utilizará material visual: presentación en Power Point.</p> <p>A cada estudiante o grupo de estudiantes se les brindará una guía de actividades (ver anexo 5) la cual resolverán a lo largo de la exposición y en el momento indicado. La misma se elaboró para que los estudiantes presten mayor atención, disposición, participación y tengan un aprendizaje significativo.</p> <p><b>Actividad No. 1</b> de la guía: se introducirá a los estudiantes en el tema del taller la actividad de ordenar palabras en una secuencia lógica para descubrir el tema. Posteriormente se empezará el taller.</p> <p><b>Actividad No.2</b> de la guía: para retroalimentar y evaluar si los estudiantes comprendieron los términos “medio” y “fin”, se les pedirá que en los cuadros señalados dibujen un ejemplo de lo anterior.</p>	<p><b>Humanos:</b>            Estudiantes de segundo semestre de la Licenciatura en Psicología. Escuela de Ciencias Psicológicas.             Docente de segundo semestre.</p> <p><b>Materiales:</b>            Presentación en Power Point sobre el tema “Relación entre la satisfacción de las necesidades planteadas Abraham Maslow y</p>	<p>*Se les indicará a los estudiantes al inicio del taller que la guía de actividades se tomará como trabajo de zona o bien, algún incentivo para lograr mayor atención.</p> <p>*Leer con los estudiantes las instrucciones generales y de cada actividad de la guía para corroborar que comprendieron las instrucciones.</p>

<p>la satisfacción de las mismas.</p> <p>Explicar la relación entre satisfacción de necesidades y salud mental.</p>	<p><b>Actividad No.3</b> de la guía: antes de iniciar el tema de la jerarquía o pirámide de las necesidades, los estudiantes deberán resolver una sopa de letras para identificar cada uno de los grupos o niveles de la misma. Cuando lo hayan solucionado escribirán cuántos grupos encontraron. Se compararán sus respuestas con la explicación.</p> <p><b>Actividad No.4</b> de la guía: se le indicará a los estudiantes que deberán escuchar con atención las instrucciones: “Si se le dice un grupo de necesidades, en la columna que dice “subnecesidades” deberá colocar dos ejemplos de subnecesidades pertenecientes a ese grupo. Si por el contrario se le dice subnecesidades, deberá colocar en la columna que diga “grupo de necesidades” el nombre del grupo al que pertenecen”. En la fila número 1,2 y 5 se les dirá las subnecesidades para que ellos coloquen el grupo de las necesidades. En las filas 3,4 y 6 se les dirán solamente los nombres de los grupos de necesidades para que coloquen dos subnecesidades.</p> <p>Esta información será importante ya que les servirá posteriormente para identificar las necesidades inferiores y las superiores. Se les pedirá que pinten cada grupo de distinto color.</p> <p><b>Actividad No.5</b> de la guía: luego de explicar de manera general la jerarquía de las necesidades y lo que incluye cada grupo de estas, así como evaluar, se pedirá a los estudiantes que en su</p>	<p>salud mental”</p> <p>Guía de actividades para los estudiantes</p> <p>Cañonera</p> <p>Laptop</p> <p>Pizarra</p> <p>Marcadores</p> <p>Crayones</p> <p><b>Físicos:</b></p> <p>Salón de clases</p> <p>Escuela de Ciencias Psicológicas.</p>	<p>*Preguntar continuamente y en cada tema, a los estudiantes, si tienen dudas sobre el mismo para resolverlas.</p>
---	---	--	---

	<p>guía realicen la actividad número 5 en la cual deben encerrar en un círculo las características que muestra una persona que ha llegado a la trascendencia o al último nivel de la jerarquía. En esta actividad se todas las opciones de respuesta son correctas.</p> <p><b>Actividad No. 6</b> de la guía: se explicará a los estudiantes el tema de las patologías y metapatologías identificadas por Maslow en las personas que no satisfacen adecuadamente sus necesidades, para no causar confusión en estos solamente se les dirán algunas características de los trastornos, es decir, no se les dirán los nombres de cada trastornos y sus divisiones solamente conductas o características. Para evaluar si los estudiantes reflexionaron sobre las características indicadas y si lo pueden relacionar con situaciones de la vida diría, se les presenta una conducta y un ejemplo de la misma, de manera desordenada, para que unan con una línea las frases adecuadas.</p> <p><b>Actividad No. 7</b> de la guía: posteriormente al tema de la jerarquía de Abraham Maslow, se introducirá a los estudiantes en el tema de la salud mental, su definición y algunas actividades propias de la misma o de las instituciones para promoverla. Se indicará que se debe realizar la actividad número 7 de la guía para autoevaluar su comprensión respecto al tema, para ello deberán leer las oraciones que se les presentan y encerrar en un círculo su respuesta, eligiendo entre las opciones que son verdadero y falso.</p>		
--	---	--	--

	<p><b>Actividad No. 8</b> de la guía: se hablará sobre la relación de las necesidades y la salud mental y como estas dos partes pueden tener una correspondencia de doble vía, lo anterior será el preámbulo para la finalización del taller. Para que los estudiantes puedan analizar y sintetizar toda la información brindada a lo largo del taller, se pedirá que realicen una conclusión que englobe los temas vistos, al terminar la conclusión deberán dibujar la misma. Lo anterior tiene el objetivo de que los estudiantes puedan expresar la síntesis del taller ya sea de manera verbal o gráfica y ambas acciones puedan complementarse.</p> <p>Al finalizar el taller se recogerán las guías de actividades y les agradecerá la participación de los estudiantes.</p>		<p>Se puede dar un espacio a los estudiantes para que hagan comentarios sobre el taller, guía de actividades o situaciones que se dieron durante el mismo.</p>
<p><b>Observaciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Planificar el taller con una duración mayor a los 90 minutos (2 horas ó 2 horas y media aproximadamente).</li> <li>○ Si el tiempo brindado para la ejecución del taller es mínimo, puede tomarse en cuenta dos opciones:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eliminar algunas de las actividades de la guía</li> <li>2. Disminuir los ítems de cada una de las ocho actividades de la guía, es decir, si en el ejercicio hay 8 ítems se pueden dejar solamente 4.</li> </ol> </li> </ul>			

- La guía de actividades podría utilizarse como una evaluación previa al taller para indagar sobre los conocimientos previos que tiene los estudiantes respecto a los temas que se abordaran, esto permitirá modificar o adecuar el taller respecto a las necesidades teóricas de las personas, enfatizar temas, mencionar otros o eliminarlos.
  
- Si se necesita ahorrar tiempo, se puede indicar que la guía de actividades puede realizarse en parejas o tríos, ello ayudará al mismo tiempo a que haya una retroalimentación entre los grupos.
  
- En el apartado del tema de la relación entre la satisfacción de necesidades y salud mental, podrían ser los estudiantes quienes aborden el contenido tomando de base las intervenciones anteriores como el cuestionario, el grupo de discusión y la teoría de Abraham Maslow y salud mental. Si el taller se llevó a cabo con el apoyo de una laptop y cañonera puede hacerse una diapositiva con lo que expresen los estudiantes; si no se dispone de este recurso podría utilizarse la pizarra o papelógrafos. El objetivo de la acción anterior es que los participantes asocien, relacionen o contextualicen toda la información.



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**MATERIAL DE APOYO VISUAL DEL TALLER PARA LOS ESTUDIANTES SOBRE LA  
RELACION ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR  
ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL**

**ACTIVIDAD NO. 1**



**“RELACIÓN ENTRE  
SATISFACCIÓN DE  
LAS NECESIDADES  
PLANTEADAS POR  
ABRAHAM MASLOW  
Y SALUD MENTAL”**

**ABRAHAM MASLOW**

Inició como Conductista “Preparar a cualquiera  
en cualquier cosa, modificar”



¿Dónde quedan las  
potencialidades del  
hombre, el pensamiento  
y los motivos...?



Corriente Humanista (tercera fuerza)

De la corriente humanista podría surgir una cuarta  
fuerza:

Teoría de la motivación humana



La persona siente urgencia o deseo por una cosa  
específica, está motivado por algo: una necesidad

Dos términos importantes:

Fin → necesidad

Medio → conducta que se realiza para  
satisfacer la necesidad

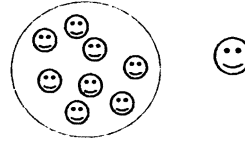
Hambre, comida (FIN)



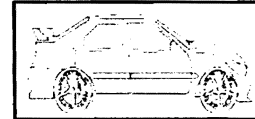
Alimento específico, comprar (MEDIO)



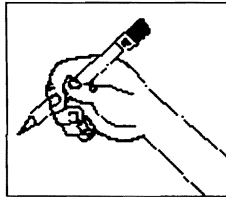
Respeto, pertenencia, admiración, amor (FIN)



Comprar un carro (MEDIO)



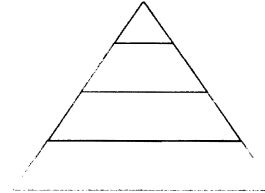
## ACTIVIDAD NO. 2



Dentro de la teoría de la motivación

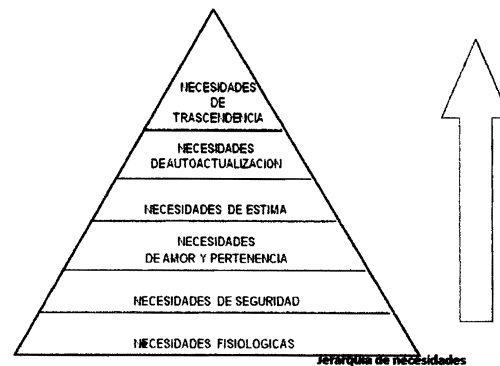
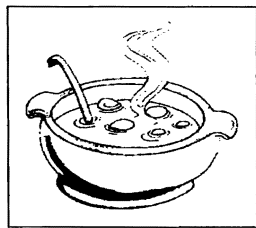


Una jerarquía/pirámide de necesidades:

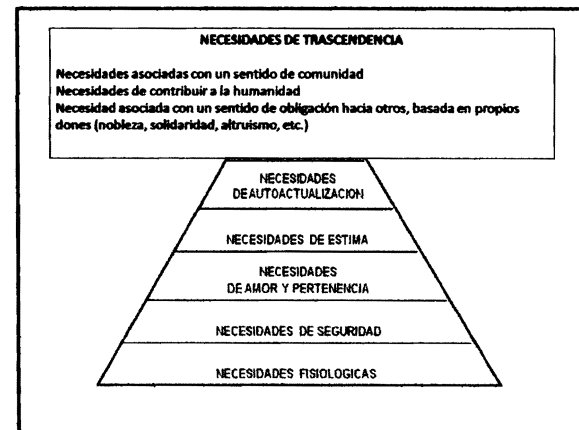
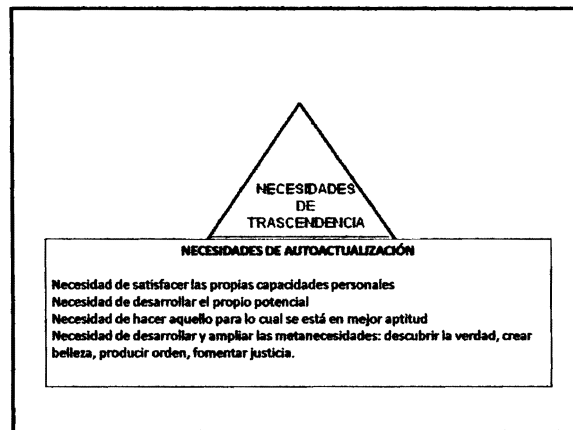
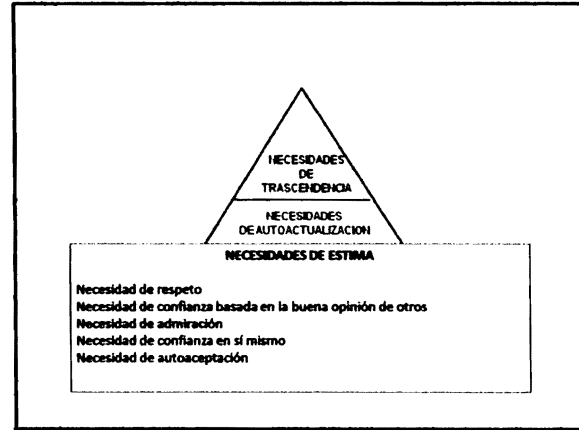
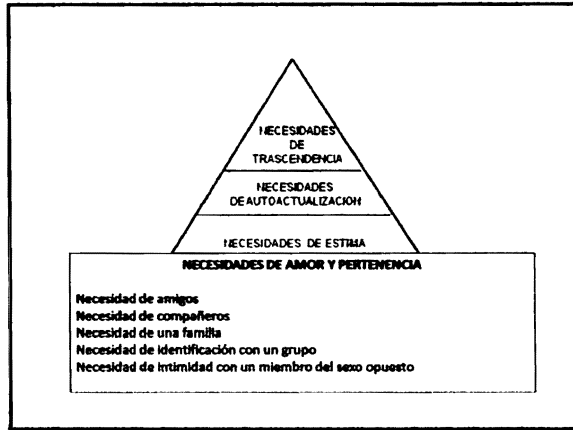
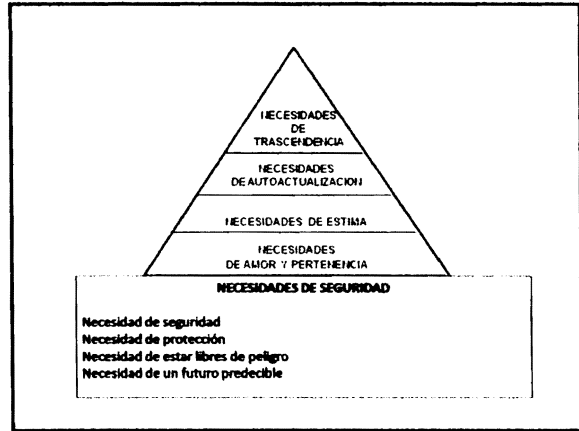
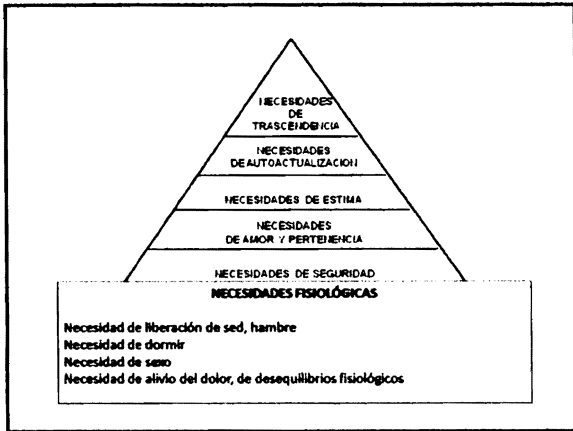


Estructura organizada con diferentes grados de fines o motivos (necesidades)

## ACTIVIDAD NO. 3







- No siempre se satisfacen en un orden determinado ya que las personas pueden estar motivadas por distintos requerimientos.
- No se creen importantes ciertas necesidades.
- Se está enfocada en otros intereses.
- El nivel de aspiración o deseo puede estar reducido, es decir, los objetivos menos importantes pueden desaparecer o perderse.

- La personalidad con algún tipo de trastorno psíquico o conductual podría influir en que se de una pérdida permanente de las necesidades (p.ej.de amor).
- Por ciertos valores del ser, la persona puede convertirse en mártir o abandonar cualquier cosa por un ideal determinado.

## ACTIVIDAD NO. 4



Dentro de la jerarquía hay necesidades inferiores y superiores.

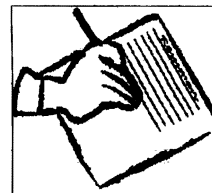


- Necesidades inferiores o deficitarias: fisiológicas, seguridad, amor y pertenencia
- Necesidades superiores, de desarrollo o metanecesidades: estima, autoactualización y trascendencia

Maslow menciona otros dos tipos de necesidades que se encuentra dentro de las características de los seres humanos.

- Necesidades cognitivas: deseo de saber, entender, indagar y expresarse para lograr la confianza en el mundo. Conocer las causas para aprender
- Necesidades estéticas: gusto por el orden, disgusto por el desorden y caos, la asimetría o fealdad en situaciones o ambientes.

## ACTIVIDAD NO. 5



## QUÉ SUCEDE SI NO SE SATISFACEN LAS NECESIDADES

Maslow indica que puede desatarse:



- **Patologías:** necesidades inferiores
- **Metapatologías:** necesidades superiores o metanecesidades

### Características patológicas en los niños y niñas:

- Puede manifestarse retardo en el desarrollo físico, psicológico y social. Si no recibió amor, en la edad adulta la persona será incapaz de recibir y dar amor.

### En adolescencia y adultez:

- Las defensas se destruyen paulatinamente y tienden a retraerse en su propio mundo interior, destruir todo contacto con los demás y el mundo natural: destrucción de la comunicación entre ella y el mundo.

- **Ansiedad:** miedo irracional
- **Hipocondriasis:** creer que se tiene una enfermedad, se refugian en ella.
- **Recurrir a indicios externos como guía:** comer cuando el reloj lo indica en lugar de obedecer a su apetito; se guía por relojes, reglas, pistas de otros, calendarios, horarios.

### Características metapatológicas:

- **Formas de conducta y carácter inadecuados e infantiles** ante cualquier situación.
- **Carencia de sentimientos sociales:** Falta de conciencia social y práctica de valores para mejorar la convivencia.
- **Incapacidad de amar, no se ama a nadie.**
- **No se disfruta de nada**

- **No se ve el valor de los logros, características o potencial de los otros.**
- **Baja estima**
- **Se manifiestan sentimientos de inferioridad y vergüenza, insignificancia, toda las personas de alrededor son superiores.**
- **Sentirse totalmente determinado, falta de libre albedrío.**

- **Fatalismo:** las situaciones están determinadas por Dios, leyes naturales o el destino.
- **Anhedonia:** incapacidad para experimentar placer o bien, la pérdida de interés o satisfacción en casi toda las actividades o circunstancias.
- **Falta de sentido de la vida.**

## ACTIVIDAD NO. 6



## SALUD MENTAL

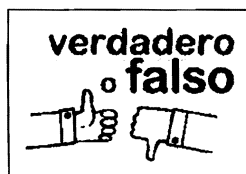
Ausencia de trastornos mentales, bienestar subjetivo, autonomía, competencia, reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente, reconocer las propias habilidades, enfrentar el estrés de la vida diaria, trabajar de forma productiva y fructífera, contribuir a las comunidades para lograr las metas personales y sociales. (OMS 2004)

La salud mental es el funcionamiento de las relaciones sociales que permiten la humanización para los miembros de cada sociedad o grupo. Es parte de las relaciones entre las personas y grupos más que un estado individual (Martín Baró).

## SITUACIONES QUE IMPIDEN LA SALUD MENTAL

- Bajos recursos económicos, desempleo
- Bajo nivel de escolaridad
- Migrantes y refugiados
- Personas de la tercera edad
- Atentados a la integridad personal
- Ser hombre o mujer
- Violencia y maltrato

## ACTIVIDAD NO. 7



## RELACIÓN ENTRE SATISFACCIÓN DE NECESIDADES Y SALUD MENTAL

Conforme se satisfacen las necesidades de la jerarquía, la persona crece y desarrolla su salud mental; es decir, dependiendo del grado de gratificación de las necesidades inferiores y superiores así será el grado de salud mental

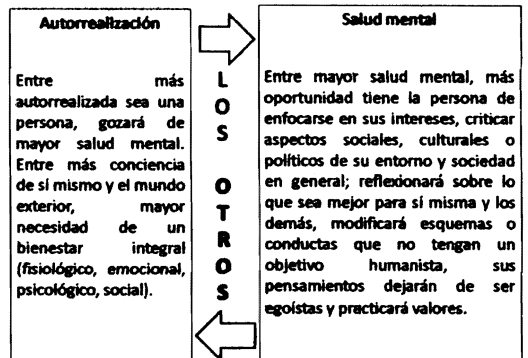
Cuando la persona satisface sus necesidades de trascendencia se autorrealiza, es decir:

- Se siente segura de sí misma, aceptada, amada, digna de respeto y éxito.
- Siente satisfacción por lograr sus metas.
- Es más espontánea y expresiva.
- Sus comportamientos son adecuados y de acuerdo a sus creencias o valores.

- Goza de bienestar psicológico, emocional y/o fisiológico: bienestar integral.
- Se percibe mejor a sí misma, a los demás y a su realidad.
- Su percepción es objetiva.
- Conoce preferencias o gustos, qué le gusta y qué no.

- Critica los factores y su cultura.
- Renuncia a conductas impuestas socialmente porque no es parte de sus intereses.
- Necesita practicar valores y cuestiones éticas para crecer aún más.

== SALUD MENTAL



## ACTIVIDAD NO. 8





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**GUÍA DE ACTIVIDADES PARA ESTUDIANTES PARTICIPANTES DEL TALLER  
“RELACIÓN ENTRE SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR  
ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL**

Fecha: \_\_\_\_\_ No. Carné: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

A lo largo del taller deberá realizar las actividades propuestas en la presente guía, para llevar a cabo cada una de estas se le indicará el momento y el número de actividad. Tendrá que completar cada una de las actividades para que sea válida su participación, trate de responder leyendo con atención las instrucciones.

**Actividad No. 1:**

Para completar esta actividad, primero debe leer las siguientes palabras y pensar en qué orden deberían ir:

NECESIDADES POR ENTRE MASLOW PLANTEADAS DE  
ABRAHAM SALUD LAS Y MENTAL RELACIÓN SATISFACCIÓN

Cuando esté seguro(a) del orden lógico y crea que haya descubierto la oración, que será el tema del taller, coloque en los siguientes espacios las palabras:

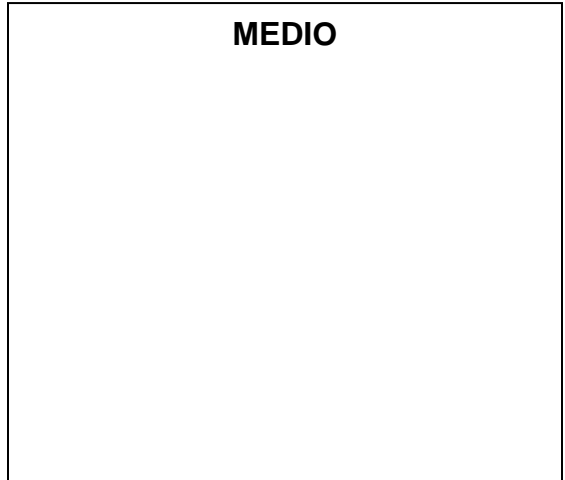
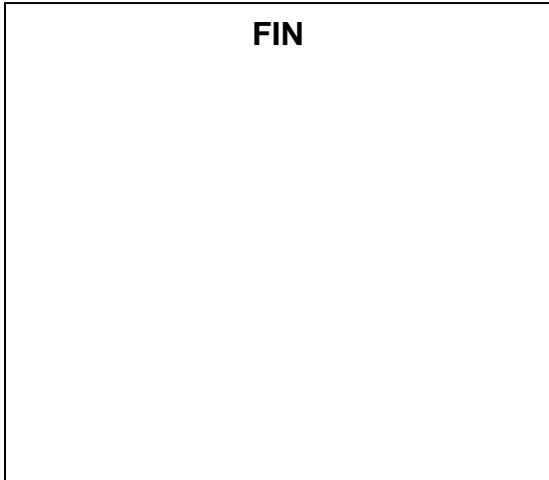
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Actividad No. 2:**

De acuerdo a la explicación y los ejemplos de dos de los términos importantes en la Teoría de la Motivación Humana de Abraham Maslow, realice un dibujo que ejemplifique claramente lo que significa “fin” y “medio” en los cuadros siguientes:



**Actividad No. 3:**

En la siguiente sopa de letras usted deberá buscar cada uno de los grupos de necesidades propuestos por Abraham Maslow en su jerarquía o pirámide. Utilice un color diferente para marcar cada una de las palabras encontradas y así se le facilite visualizar las mismas. Cuando haya terminado, coloque en la parte de abajo cuántos grupos de necesidades encontró.

A	F	A	Q	W	R	I	K	E	G	S	Y	Y	Y	I	O	A	D	V	C	B	N	L	A
E	D	A	S	R	Y	A	C	V	Y	H	D	F	H	A	C	G	E	U	I	J	B	F	U
R	V	P	S	E	R	F	I	S	I	O	L	O	G	I	C	A	S	L	M	F	E	S	T
G	D	Q	D	V	Y	B	G	R	E	Z	X	M	O	L	I	H	D	R	V	H	U	E	O
V	S	G	S	G	Q	E	C	V	U	B	T	J	I	K	P	L	Ñ	M	B	S	Q	G	A
T	Y	H	G	B	C	E	T	A	Z	X	W	T	I	O	P	N	V	C	D	E	Y	U	C
H	R	V	W	I	A	D	R	G	C	D	J	Y	H	L	U	K	J	W	Q	A	S	R	T
Y	M	A	E	I	P	T	E	F	U	H	V	N	M	L	K	U	T	R	Ñ	D	E	I	U
N	H	D	S	C	O	D	F	G	Y	B	V	S	E	Q	Z	X	I	Z	S	O	P	D	A
M	N	T	X	C	B	A	A	M	O	R	Y	P	E	R	T	E	N	E	N	C	I	A	L
O	B	A	D	F	E	D	U	I	N	G	L	P	O	D	C	Z	T	Z	Q	U	X	D	I
L	F	D	X	D	W	N	M	Q	W	D	D	H	Y	I	O	P	L	K	N	Ñ	F	W	Z
M	J	G	V	B	Y	O	D	P	Q	F	T	V	Y	G	H	K	B	N	M	E	D	C	A
Ñ	K	V	C	U	W	K	C	E	E	I	A	K	A	D	Y	V	D	J	D	J	A	R	C
E	O	A	G	U	C	E	S	B	N	D	H	V	E	H	O	R	S	X	V	Y	D	Q	I
F	S	M	D	D	T	V	U	N	Q	C	F	I	F	K	A	R	U	B	Y	R	X	C	O
H	W	I	A	P	Ñ	N	I	T	H	D	I	D	E	Y	V	C	S	W	I	O	Y	M	N
Q	E	T	D	C	E	T	F	A	Y	D	C	A	U	D	E	E	U	H	J	I	K	L	O
G	E	S	C	V	Z	S	A	C	E	V	R	V	Y	B	P	I	N	M	O	P	X	A	S
Y	Y	E	E	X	Q	Z	T	V	Y	H	F	U	N	I	M	O	P	L	Ñ	T	R	E	G

Total de grupo de necesidades encontradas: \_\_\_\_\_

**Actividad No. 4:**

Para esta actividad escuche con atención las instrucciones que se le darán. Si se le dice un grupo de necesidades, en la columna que dice “subnecesidades” deberá colocar dos ejemplos de subnecesidades pertenecientes a ese grupo. Si por el contrario se le dice subnecesidades, deberá colocar en la columna que diga “grupo de necesidades” el nombre del grupo al que pertenecen.

	<b>GRUPO DE NECESIDADES</b>	<b>SUBNECESIDADES</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		

Lea con atención el cuadro anterior que completó, cuáles de esos grupos de necesidades cree que son las necesidades inferiores o deficitarias y las superiores o de desarrollo. En la pirámide que se presenta a continuación deberá pintar de un mismo color las necesidades inferiores y con otro color diferente las que considere superiores.





**Actividad No. 5:**

En el siguiente cuadro hay un conjunto de palabras o frases, léalas con atención y relaciónelas con todo lo que se ha hablado del tema de la jerarquía o pirámide de las necesidades de Abraham Maslow. Encierre en un círculo las características que crea que tiene una persona que ha logrado satisfacer todos los grupos de necesidades es decir, desde las fisiológicas hasta las de trascendencia.

Percepción más objetiva de la realidad	Creatividad	Espontaneidad
Sencillez	Iniciativa	Aceptación de sí mismo, de otros y de la naturaleza
Solución de problemas de manera asertiva		Gusto por la intimidad (soledad)
Sentido de hermandad	Seguridad	Carácter democrático
Relaciones interpersonales cimentadas	Autoconocimiento	Autonomía
	Independencia	
Amar y ser amado	Trascendencia del yo	Alegría y diversión

## Actividad No. 6:

A continuación se le presenta un cuadro con dos columnas de palabras, de acuerdo al tema de las patologías y metapatologías que resultan de no satisfacer adecuadamente las necesidades de la jerarquía o pirámide de Abraham Maslow, una con una línea las frases de la columna "patología/metapatología" con las frases de la columna "ejemplo".

<b>PATOLOGÍA/ METAPATOLOGÍA</b>	<b>EJEMPLO</b>
1. Retardo en el desarrollo	*Mi amigo no disfruta de la compañía de los demás, dice que no le gusta salir al cine, jugar futbol, salir a comer o charlar. Parece que nada le causa felicidad o lo emociona.
2. Destrucción de la comunicación entre la persona y el mundo	*Linda siente que no puede hacer las cosas sin la ayuda de los demás, cree que haga lo que haga el trabajo de los demás siempre será mejor que el de ella.
3. Hipocondriasis	*Al niño se le dificulta atender cuando se le llama por su nombre o responder a los abrazos que le dan las personas.
4. Baja autoestima	*Un compañero de clase me dijo por segunda vez que se quiere morir.
5. Fatalismo	*Toda la contaminación y desastres naturales que se viven no son consecuencia de las acciones del ser humano, es porque Dios y la naturaleza así lo quieren.
6. Anhedonia	*La persona opta por estar sola y no mantener relaciones sociales con los demás.
7. Falta de sentido de vida	*Alicia le dijo a Marta que tiene dolor de cabeza y garganta, al llegar a casa Marta siente los mismos malestares que su amiga.

### Actividad No. 7:

En esta actividad, deberá encerrar en un círculo la letra “V” si cree que la oración presentada es verdadera y la letra “F” si cree que la oración es falsa. Lea con atención cada uno de los enunciados y relaciónelos con la información que se le ha brindando hasta este momento.

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 1. Aumentar la autoestima, las habilidades, la conducta prosocial, el rendimiento escolar y el ambiente social es tarea de la salud mental.   | V | F |
| 2. La salud mental interviene en la persona para que esta desarrolle satisfactoriamente sus potencialidades, tenga sentido de sí misma y de los demás, sea realista y capaz de mantener relaciones positivas. | V | F |
| 3. La salud mental aumenta las manifestaciones de depresión, sentimientos de desesperanza, agresión y conductas delictivas.   | V | F |
| 4. La salud mental ayuda en la participación social de las personas, es decir, les permite crear nuevas amistades y participar en actividades que aporten cambios positivos a la vida.                        | V | F |
| 5. La creatividad de las personas no tiene importancia en el tema de salud mental.  | V | F |
| 6. La salud mental promueve el ejercicio para que las personas estén activas y no deprimidas.   | V | F |
| 7. La expresión de sentimientos y emociones por parte de las personas está vinculada con la salud mental.   | V | F |

### Actividad No. 8:

Para finalizar su participación en el taller sobre el tema de “Relación entre satisfacción de las necesidades planteadas por Abraham Maslow y salud mental”, redacte una conclusión que abarque todos los temas y/o aspectos explicados y esté enfocada a la relación entre satisfacción de necesidades y salud mental. Luego, en base a esa conclusión escrita realice un dibujo de la misma.

**Conclusión:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Dibujo:**





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
 ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**TALLER: “RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PLANTEADAS POR ABRAHAM MASLOW Y SALUD MENTAL”**

(PNI-R. Desarrollo y actividades del taller)

**Datos Generales**

Fecha: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_ No. de PNI-R: \_\_\_\_\_

No. de participantes: \_\_\_\_\_ Nombre del docente: \_\_\_\_\_

Lugar de ejecución: \_\_\_\_\_

Observador/a: \_\_\_\_\_

Actividad(es): \_\_\_\_\_

POSITIVO	NEGATIVO	INTERESANTE	RECOMENDACIONES