

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



TITULO:

“CURSO DE ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA, CICLO I Y II 2023”

PRESENTADO POR:

MICHAEL FERNANDO DAVIS CASTRO

LUIS ALEJANDRO SÁNCHEZ PÉREZ

CARNET:

(DC16011)

(SP16013)

**INFORME FINAL DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN PARA OBTENER EL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

DOCENTE DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN:

LICENCIADA MERCY ASUNCIÓN VIERA PINEDA

COORDINADOR DEL PROCESO DE GRADO:

MAESTRO ISRAEL RIVAS

**CIUDAD UNIVERSITARIA, DR. FABIO CASTILLO FIGUEROA,
SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTROAMÉRICA, FEBRERO DEL 2024**

AUTORIDADES UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

INGENIERO JUAN ROSA QUINTANILLA QUINTANILLA

RECTOR

DOCTORA EVELYN BEATRIZ FARFÁN

VICERRECTOR ACADÉMICO

MESTRO RÓGER ARMANDO ARIAS ALVARADO

VICERRECTOR ADMINISTRATIVO

LICENCIADO PEDRO ROSALÍO ESCOBAR CASTANEDA

SECRETARIO GENERAL

LICENCIADA ANA RUTH AVELAR

DEFENSORA DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS

LICENCIADO CARLOS AMÍLCAR SERRANO RIVERA

FISCAL GENERAL

AUTORIDADES FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

MAESTRO JULIO CÉSAR GRANDE RIVERA

DECANO

MAESTRA MARÍA BLAS CRUZ JURADO

VICEDECANA

MAESTRA NATIVIDAD TESHÉ PADILLA

SECRETARIO

MAESTRA SANDRA LORENA BENAVIDES DE SERRANO

DIRECTORA ESCUELA DE POSGRADO

AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

LICENCIADO WILBER HERNÁNDEZ PALACIOS
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA.

MAESTRO ISRAEL RIVAS
COORDINADOR DE LOS PROCESOS DE GRADO DE LA UNIDAD ACADÉMICA

Índice

Resumen	7
Descripción	8
Justificación	9
Objetivos	10
1. Área clínica / Área forense.	11
1.1 La entrevista psicológica clínica	11
1.1.1 Instrumentos de evaluación	11
1.2 La entrevista psicológica forense	12
1.2.1 Instrumentos de evaluación	13
1.3 Diferencias de la entrevista en el área clínica y en el área forense.	14
CASO 1: Expediente clínico	15
CASO 2: Expediente clínico	18
CASO 3: Expediente clínico	31
CASO 1: Expediente forense	38
CASO 2: Expediente forense	42
CASO 3: Expediente forense	53
CASO 4: Expediente forense	59
CASO 5: Expediente forense	61
2. Área laboral	63
2.1 Entrevista en el área laboral	63
2.2 Instrumentos de evaluación	63
CASO 1: Informe laboral	65
CASO 2: Informe laboral	80
CASO 3: Informe laboral	87
3. Área pedagógica	101
1.1 Entrevista en el área pedagógica	101
1.2 Instrumentos de evaluación	101
CASO 1: Informe psicopedagógico	103
4. Informe psicológico	111
4.1 Evaluación psicológica	111
4.2 Método de evaluación	111
4.3 Objetivo del informe psicológico	111

4.4	Áreas del informe	111
4.5	Manejo ético de resultados	112
5.	Tipos de informes	113
5.1	Tipos de informes psicológicos.....	113
5.2	Área Clínica	113
5.3	Área Forense	114
5.4	Área Educativa	115
5.5	Área Multidisciplinaria.....	116
6.	Elementos claves del informe psicológico	117
6.1	Elementos claves.....	117
6.2	Cualificación del evaluador	117
6.3	Derechos del evaluado/evaluador	118
6.4	Documentos relacionados con el contenido del informe.....	119
6.5	Estilo de redacción del informe.....	120
6.6	Consentimiento informado	121
6.7	Resguardo y protección de la documentación	122
	PROYECTO: “Construyamos relaciones sanas”	123
	PROYECTO: “Plan de atención y rehabilitación psicosocial”	198
	Conclusiones	330
	Recomendaciones	332
	Referencias bibliográficas	334

Resumen

El presente informe aborda una variedad de temas cruciales en la práctica psicológica, centrándose en las entrevistas y la elaboración de informes en contextos clínicos, forenses, laborales y educativos. Se enfatiza la importancia de adquirir habilidades efectivas de entrevista, respetando los principios éticos y la confidencialidad de la información del paciente. Además, se destacan recomendaciones prácticas para mejorar la práctica profesional, como el entrenamiento especializado y el desarrollo de habilidades de redacción de informes claros y concisos. También dicho informe sugiere áreas de investigación futura, como la exploración de nuevas técnicas de entrevista y la evaluación de la eficacia de los diferentes tipos de informes psicológicos. Se señala la necesidad de investigar temas emergentes en el campo de la psicología aplicada, con el fin de mejorar continuamente la calidad de la atención brindada a los clientes. Esta investigación ofrece una visión integral de la entrevista y elaboración de informes en psicología, proporcionando orientación práctica y sugerencias para futuras investigaciones. Es un recurso valioso para estudiantes, profesionales y académicos interesados en mejorar su práctica psicológica y contribuir al avance del campo de la psicología aplicada.

Palabras clave: prácticas psicológicas, clínicas, forenses, labores, educativos, principios éticos, informes, entrevistas.

Descripción

El programa de pre-especialización en psicología tiene como objetivo enriquecer las habilidades y conocimientos de los graduados en psicología, centrándose en las áreas esenciales de la ciencia psicológica, tales como la educativa, clínica, jurídica-forense y laboral.

Este curso se distingue por su enfoque práctico, combinando la teoría con la aplicación práctica de los contenidos de cada módulo académico. Se busca que los estudiantes no solo adquieran una comprensión teórica profunda, sino que también desarrollen habilidades prácticas cruciales, incluyendo técnicas de entrevistas, elaboración de informes psicológicos, aplicación e interpretación de pruebas psicológicas, y la formulación de proyectos psicosociales para contribuir a la transformación de la sociedad salvadoreña.

La meta final del curso es completar el proceso de formación de los futuros profesionales de la psicología, capacitándolos para evaluar, intervenir y proponer soluciones a diversas problemáticas relacionadas con la salud mental, tanto a nivel individual como colectivo.

La estructura del programa contempla dos módulos presenciales, cada uno compuesto por dos asignaturas, con una duración de diez semanas por asignatura. La importancia de la práctica se refleja en cuatro horas semanales dedicadas a actividades prácticas, complementadas por dos horas teóricas para el estudio autónomo. Además, la enseñanza será llevada a cabo por profesionales especializados externos a la unidad académica, garantizando así una formación integral y de alto impacto en el futuro desempeño profesional de los estudiantes de psicología.

Justificación

La contemporaneidad se define por cambios rápidos, continuos y progresivos, donde las transformaciones en los ámbitos científico, tecnológico, económico, social y político inciden directamente en el desarrollo y éxito de la Universidad, la Facultad y, en particular, el Departamento de Psicología.

La sociedad salvadoreña actual se caracteriza por un entorno en constante cambio y complejidad. Este dinamismo, presente en la Universidad de El Salvador y específicamente en la Facultad de Ciencias y Humanidades, demanda una notable capacidad y tenacidad de adaptación. Esta adaptabilidad se convierte en una condición esencial que impacta la salud mental de los individuos psicosociales que forman parte de ella, enfrentándose a los desafíos exigentes que la sociedad plantea.

Surge así la necesidad de un proceso de formación académica para nuestros futuros profesionales, en el seno de la Alma Mater y especialmente en el Departamento de Psicología, para que puedan responder a las demandas, cambios y exigencias de un mundo y una sociedad que evolucionan de manera acelerada. Se busca una revolución académica y científica que refleje la realidad actual.

Ante esta realidad cambiante, se impulsa la implementación de transformaciones dentro de la Facultad de Ciencias y Humanidades, así como en los Departamentos y Escuelas que la componen. Se reconoce la necesidad de mejorar las destrezas, capacidades y habilidades de los estudiantes egresados, permitiéndoles desempeñar un papel crítico, propositivo y más académico, científico y, sobre todo, humano frente a los diversos problemas y necesidades de nuestra sociedad salvadoreña.

Objetivos

- Desarrollar habilidades para realizar entrevistas psicológicas en ámbitos clínico, forense, educativo y laboral a nivel individual, enfocado en comprensión profunda, adaptación ética y efectividad en distintos contextos para contribuir a una práctica psicológica integral.
- Adquirir destrezas para realizar evaluaciones psicológicas y elaborar informes diagnósticos en contextos clínico, psicopedagógico, pericial y laboral, con el fin de lograr una comprensión integral del individuo evaluado.
- Fomentar habilidades en los estudiantes para diseñar y ejecutar proyectos psicosociales que les capaciten para intervenir eficazmente en situaciones de crisis comunitaria, ya sean provocadas por desastres naturales o sociales.

1. Área clínica / Área forense.

1.1 La entrevista psicológica clínica

Este tipo de entrevista consiste en un proceso dinámico que va más allá de una simple conversación entre profesional y paciente. Es una oportunidad para indagar en las dimensiones emocionales, cognitivas y conductuales del individuo, permitiendo una comprensión holística de su realidad. Su importancia radica en que proporciona un espacio seguro para que el paciente exprese sus pensamientos, emociones y experiencias, facilitando así el establecimiento de una relación terapéutica sólida.

Dentro de los tipos de entrevistas psicológicas clínicas, se destacan diversas modalidades que se adaptan a las necesidades y objetivos de la intervención. La entrevista inicial, por ejemplo, se enfoca en la recopilación de información general del paciente y establece las bases para el trabajo terapéutico posterior. La entrevista diagnóstica, por su parte, profundiza en la comprensión de los síntomas y la historia del paciente, guiando hacia una formulación clínica adecuada.

Además, la entrevista terapéutica se presenta como un espacio colaborativo donde terapeuta y paciente trabajan conjuntamente para explorar y comprender los desafíos emocionales y cognitivos. Esta modalidad destaca por su enfoque orientado a la resolución de problemas y el desarrollo de estrategias de afrontamiento.

La entrevista psicológica clínica también desempeña un papel crucial en la evaluación de riesgos y la intervención en crisis. Al explorar la presencia de pensamientos suicidas, por ejemplo, el profesional puede tomar medidas preventivas oportunas, demostrando así la relevancia de la entrevista en situaciones críticas.

1.1.1 Instrumentos de evaluación

- **Entrevista estructurada:** en esta modalidad, el psicólogo sigue un conjunto de preguntas predefinidas para obtener información específica sobre la historia, síntomas y experiencias del individuo. Puede incluir preguntas sobre el desarrollo personal, la historia familiar y los síntomas actuales.

- **Entrevista no estructurada:** ofrece mayor flexibilidad, permitiendo al terapeuta adaptarse a las necesidades y respuestas del individuo de manera más orgánica. Facilita la exploración de temas emergentes y proporciona una visión más holística de la persona.
- **Historia clínica:** la recopilación de información histórica, incluyendo la historia médica, familiar y psicosocial, es esencial para comprender el contexto en el que se desarrollan los síntomas y problemas actuales.
- **Pruebas psicométricas y proyectivas:** incluyen evaluaciones estandarizadas de la personalidad, inteligencia y funcionamiento emocional. Las pruebas proyectivas, como el test de rorschach o el test de apercepción temática (tat), exploran aspectos más subjetivos y profundos de la psique.
- **Escala de evaluación de síntomas:** se utilizan escalas estandarizadas para evaluar la gravedad de los síntomas y el impacto funcional en la vida diaria del individuo.
- **Observación clínica:** la observación directa del comportamiento y las interacciones durante la entrevista proporciona información valiosa sobre la expresión emocional, la comunicación no verbal y otros aspectos del funcionamiento psicológico.
- **Entrevista familiar o de pareja:** en casos en los que las dinámicas familiares o de relación son relevantes, se pueden realizar entrevistas con miembros de la familia o la pareja para obtener una comprensión más completa del sistema.
- **Autoregistros y diarios:** se alienta a los individuos a llevar registros diarios de sus pensamientos, emociones y comportamientos, lo que puede proporcionar datos adicionales y fomentar la conciencia de los patrones.

1.2 La entrevista psicológica forense

La entrevista psicológica forense es una herramienta especializada diseñada para evaluar y comprender el comportamiento humano en el contexto legal. Su importancia radica en su capacidad para proporcionar una evaluación psicológica objetiva y relevante que contribuye a la toma de decisiones judiciales informadas. En este proceso, el psicólogo forense se convierte en un agente crucial para la administración de justicia, proporcionando una perspectiva única sobre la psicología del individuo involucrado en el sistema legal.

La entrevista psicológica forense también desempeña un papel esencial en la evaluación de la competencia parental en casos de custodia, evaluaciones de la capacidad mental en procedimientos penales y la valoración de la responsabilidad legal en casos de salud mental.

1.2.1 Instrumentos de evaluación

- **Entrevista estructurada para evaluación legal:** similar a la entrevista estructurada en la clínica, pero adaptada para abordar cuestiones legales específicas. Se enfoca en recopilar información relacionada con el caso legal, la historia personal y las circunstancias que rodean el evento en cuestión.
- **Evaluación de la credibilidad del testimonio:** se utiliza para determinar la veracidad y fiabilidad del testimonio de un individuo. Incluye la evaluación de la coherencia en la narrativa y la consistencia con otros datos disponibles.
- **Evaluación de la capacidad legal y competencia:** se centra en evaluar la capacidad de un individuo para comprender y participar en procedimientos legales, como juicios o la toma de decisiones en cuestiones legales.
- **Evaluación de la psicopatología forense:** examina la presencia de trastornos mentales y su relevancia para el caso legal. Puede incluir pruebas psicométricas y evaluación clínica para determinar el estado mental del individuo.
- **Evaluación del riesgo de violencia:** se utiliza para evaluar el riesgo de comportamientos violentos futuros, proporcionando información relevante para la toma de decisiones judiciales, especialmente en casos de libertad condicional o liberación anticipada.
- **Entrevistas con familiares y personas relacionadas:** en algunos casos, se pueden realizar entrevistas con familiares, amigos u otras personas relacionadas para obtener una perspectiva más completa sobre la conducta y la historia del individuo.
- **Pruebas psicométricas forenses:** incluyen evaluaciones específicas diseñadas para abordar cuestiones legales, como la evaluación de la simulación o la exageración de síntomas.
- **Evaluación de la competencia parental:** se centra en evaluar la capacidad de un individuo para desempeñar un papel parental adecuado, especialmente en casos de disputas de custodia.

1.3 Diferencias de la entrevista en el área clínica y en el área forense.

Entrevista en el área clínica	Entrevista en el área forense
Su enfoque principal es comprender, diagnosticar y tratar los problemas de salud mental de un individuo. Se lleva a cabo en el contexto de la relación terapéutica, donde el psicólogo clínico trabaja para apoyar el bienestar emocional del paciente.	Está orientada a evaluar y recopilar información para ser utilizada en contextos legales, como en tribunales. Se enfoca en cuestiones específicas relacionadas con la ley, como la evaluación de la capacidad mental de un acusado, la validez de un testimonio o la evaluación de la idoneidad parental en casos de custodia.
El psicólogo clínico adopta un rol de facilitador terapéutico, buscando comprender las experiencias subjetivas del paciente, ofreciendo apoyo emocional y desarrollando estrategias para mejorar la salud mental.	El psicólogo forense tiene un papel más objetivo y centrado en la recopilación de datos relevantes para un caso legal. Debe seguir protocolos específicos y presentar sus hallazgos de manera imparcial ante un tribunal o entidad legal.
Se rige por los principios de confidencialidad, donde la información revelada por el paciente se mantiene en privado, a menos que haya riesgo inminente para la seguridad del individuo o de otros.	La información recopilada durante la entrevista puede ser compartida con el sistema legal y otras partes involucradas en el caso, y la confidencialidad puede tener limitaciones específicas.

1. Datos generales

Nombre: PX

Sexo: F

Edad: 29

Ocupación: Profesional

Estado civil: Soltera

Número de teléfono: - -

Motivo de consulta: Mal carácter genera problemas en el trabajo

Instrumento aplicado: Test de la figura humana de Karen Machover

Funcionalidad: El test de la figura humana busca medir los aspectos de la personalidad del sujeto en relación a su autoconcepto, imagen corporal y su estado emocional.

2. Interpretación de los resultados

La consultante presenta problemas en el autoconcepto y problemas de identidad, manifestando una postura rígida y agresiva como mecanismo de defensa al exponerse ante las demás personas. Su temor al ser percibida como débil y frágil hace que adopte rasgos “masculinos” que le ayuden a ser vista como una persona fuerte e imponente. Esto le presenta una serie de conflictos en las relaciones sociales y afectivas debido a que desea relacionarse con las demás personas y ser vista como atractiva hacia el sexo opuesto, pero dicho objetivo es mermado por su postura. Al presentar dichas problemáticas, provocan que surjan problemas de ansiedad, tristeza, frustración e inseguridad.

3. Diagnóstico

La evaluada presenta síntomas neuróticos manifiestos en agresividad infantil debido principalmente a un desarrollo inadecuado de sus estructuras de personalidad en la etapa fálica psicosexual, en conjunto de otros conflictos circundantes como angustia, ansiedad, fuertes impulsos sexuales reprimidos y falta de dirección vital.

Parte del cuerpo	Rasgos del Test	Significado
Cabeza	Erguida Hacia delante	Yo fuerte Agresividad Madurez.
Parte de la cara	Mejor parte del dibujo	Intento de comunicación social

	Rasgos faciales sombreados y contorno agresivo	Tendencia a la participación social, pero reprimida
Expresión facial	Mirada fija	Dominio Ataque
Boca	Línea hacia arriba	Infantilismo Esfuerzo por ganar aprobación Simpatía forzada Placer contenido de triunfo
Labios	Gruesos	Sensualidad
Ojos	Pequeños	Retraimiento Ensimismamiento
Pelo	Énfasis: -Vigor del sombreado	Sexualidad Narcisismo
Cuello	Largo	Dificultad para controlar los impulsos instintivos
Brazos	Largos “En jarras”	Necesidad de protección materna Orgullo Vanidad Yo “hinchado”
Manos	Puños cerrados Puño cerrado y presionado contra	Agresión reprimida Rebelión interna reprimida el cuerpo
Tronco	Reforzamiento de la línea del pecho Contorno confuso	Vivencia femenina del cuerpo como amenaza Fantasías de hechizar el sexo opuesto
Senos	Énfasis: - Sombreamiento - Borraduras	Inmadurez emocional Inmadurez psicosexual
Hombros	Destacados Conflictivos: - Borraduras - Reforzados	Protesta viril Personalidad femenina con rasgos Masculinos Preocupación con respecto a la masculinidad Preocupación con respecto al desarrollo
Ropas	Poca importancia	Resignación Inhibición inconsciente temprana Ausencia de emociones

Postura	Rígida Rigidez total y conflictos en la mano	Angustia Falta de espontaneidad Control rígido sobre conflictos Profundos Ausencia de emociones Masturbación Homosexualidad
---------	---	---

Modelo de atención	Mecanismos de defensa	Conflictos	Amenazas	Personalidad
Psicodinámico	Represión (de deseos sexuales) Regresión Desplazamiento Formación reactiva Contacto social defensivo Rebelión interna reprimida	Fuertes impulsos sexuales Falta de dirección en la vida Angustia con respecto a su rol sexual Falta de espontaneidad Control rígido sobre conflictos Ausencia de emociones	Temor a exponer el propio cuerpo Descontento con su aspecto físico Inadecuado manejo de la frustración Hipersensibilidad a las opiniones ajenas con respecto a ella	Refinamiento y cuidado personal Ansiedad Agresividad Sensualidad Orgullo/ Vanidad Neuroticismo

4. Propuesta de tratamiento

Se recomienda un seguimiento a base de terapia psicodinámica para rastrear y resolver los principales conflictos en las etapas psicosexuales que fueron afectadas por la fijación que experimenta la evaluada, para lograr una disminución y mejor tratamiento de los problemas manifiestos de ansiedad e intolerancia a la frustración.

Seguido de esto se recomienda un tratamiento en habilidades de control emocional haciendo énfasis en manejo del estrés y ansiedad.

Por último se hace la recomendación de algunas sesiones de terapia de corte gestáltico para tratar las dificultades en la identidad del rol sexual y autoimagen.

Informe psicológico

1. Datos generales

Nombre completo: SM30

Dirección: --.

Teléfono: - -

Género: Femenino

Edad: 30

Estado civil: Casada

Ocupación: Secretaria

Nombre de la madre o responsable: DH

Parentesco: Esposo

Teléfono: --

Ocupación: Técnico automotriz

2. Motivo de consulta

“Me siento triste todo el tiempo, no paro de llorar y no tengo motivación por nada.”

3. Diagnóstico

Trastorno del estado de ánimo

4. Resumen de la problemática

SM30 menciona que desde hace 6 meses aproximadamente tiene problemas de motivación, se siente triste todo el tiempo y llora constantemente. Expresa que tiene problemas para conciliar el sueño, se siente intranquila y presiente que algo malo va a suceder. Menciona que ha perdido la motivación en cosas que hacía antes, tiene que hacer un gran esfuerzo para realizar las actividades diarias y sus relaciones sociales se han visto perjudicadas. Explica que su situación empeoró cuando su padre llegó a su casa a pedirle dinero, acto que la dejó muy desconcertada por todo lo que vivió con él.

5. Historia familiar

La consultante expresa que desde niña creció en una familia disfuncional donde sus padres discutían regularmente, donde existía violencia física y psicológica. Su padre era alcohólico y cuando se encontraba en este estado se volvía violento y agresivo tanto con ella como con su madre. Menciona que la relación con sus padres era distante, no habían momentos en familia ni pasaban tiempo de calidad, expresa que muchas veces ella pasaba sola en casa ya que sus padres tenían que trabajar y cuando estaban en casa se limitaban a tener contacto entre sí.

Menciona que en la adolescencia su relación con ellos fue a peor ya que las peleas se intensifican. Sentía que no tenía libertad ni privacidad ya que su madre la limitaba y le imponía normas en las Sofía no estaba de acuerdo, siendo una familia autoritaria y disfuncional. Se le dificulta relacionarse con las demás personas ya que carecía de habilidades sociales, sus calificaciones eran regulares y no tenía mayores pasatiempos que pasar en casa viendo películas y redes sociales.

Durante su juventud, menciona que la situación familiar mejoró porque sus padres se divorciaron y ella se mudó con su madre a la casa de su abuela. En esta nueva etapa surgieron diferentes cambios, el primero de ellos fue que su madre intentó acercarse más a su hija mejorando su relación entre ambas aunque aún existían discusiones y choques de ideas. Menciona que entrar a la universidad le trajo buenos y malos momentos, ya que por la carga académica pasaba con mayor estrés, sus niveles de ansiedad aumentaron y su estado de ánimo decayó, pero a la vez tuvo la oportunidad de crear un círculo de apoyo gracias a los amigos que creó y a la persona que se volvería su esposo.

6. Análisis de los resultados

Con los datos obtenidos se puede llegar a determinar que sus antecedentes familiares han influido en la problemática que presenta en la actualidad. El estilo de crianza y su relación con sus padres han influido en la dificultad de establecer relaciones sociales, en el control de impulsos, la expresión de emociones, control del estrés y la solución de conflictos. El hecho de que el detonante para su estado haya sido el reencuentro con su padre solo afirma el conflicto no resuelto que tiene con él, por lo cuál es esencial trabajar esa área.

También es de destacar SM30 y su pareja cumplen casi 11 meses de casados por lo cual esta nueva etapa puede estar influenciando en el malestar de la consultante ya que su referencia de matrimonio (el de sus padres) distorsiona la percepción de cómo es un matrimonio, teniendo el miedo de que en cualquier momento su matrimonio irá mal como fue el de sus padres (recordar que su malestar comenzó hace 6 meses aproximadamente).

Contrato terapéutico

El presente contrato terapéutico tiene como finalidad especificar las condiciones generales de la orientación psicológica breve que usted está por iniciar. A continuación, se detallan una serie de compromisos que usted deberá respetar y que, de ser seguidos, permitirían alcanzar las metas terapéuticas planteadas por el psicólogo que le atiende. Este contrato se celebra entre el psicólogo y el denominado consultante, quienes se muestran de acuerdo con las siguientes declaraciones y cláusulas:

Declaraciones

I. Declara el terapeuta que:

- a) Brindará la mejor atención posible al cliente a través de la selección de las técnicas adecuadas para dar diagnóstico de sus necesidades, técnicas en las cuales éste último se encuentra debidamente capacitado.
- b) Garantizará la confidencialidad de la información y datos que el usuario brinde.

II. Declara el cliente que:

- a) Ha decidido voluntariamente asistir a orientación psicológica breve en búsqueda de su beneficio, por lo que se compromete a llevar a cabo las tareas o indicaciones establecidas por el terapeuta.

Cláusulas

I. Una vez iniciada la orientación se requiere de su compromiso con el cumplimiento de las actividades y su participación puntual en la hora que se acordó con el terapeuta previamente.

II. La duración del proceso de orientación será de un máximo de 5 sesiones sin costo como parte de las prácticas del terapeuta.

III. En caso de que se requiera continuar con el tratamiento su terapeuta le comunicará el proceso a seguir para llevar un proceso terapéutico más completo.

IV. El terapeuta le informará el plan a seguir, el cual será ejecutado solamente si usted lo acepta.

V. Las sesiones tendrán una duración de 40 minutos. Estas serán ejecutadas en el domicilio del consultante.


VI. Es importante que se respeten los horarios establecidos con el terapeuta para dar inicio a la sesión.

VII. Si olvida o no asiste a dos o más sesiones consecutivas sin previo aviso, se tratará de contactarlo por teléfono. Si usted no responde, se supondrá que no desea continuar con los servicios por lo que se iniciará el cierre de su caso.

X. Si desea terminar el proceso de orientación está en su derecho. Para ello se le pide que lo exprese de manera abierta, en lugar de dejar de asistir.

XI. Una vez terminado el proceso de orientación no podrá volver a solicitar atención en esta modalidad.

El terapeuta está obligado a mantener la confidencialidad de sus datos. Habiendo revisado el presente contrato y aceptando los términos que en este se establecen, ACEPTO RECIBIR ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA BREVE.



Firma del consultante



Firma del terapeuta

Inventario de Depresión de Beck

(Beck Depression Inventory, BDI)¹

NOMBRE: José Lisbeth Martínez No. _____

EDAD: 30 SEXO: F INSTITUCIÓN: _____

TERAPEUTA: Alfonso Sánchez fecha: 07/05/2023

INDICACIONES: En este cuestionario aparecen varios grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada una. A continuación, señale cuál de las afirmaciones de cada grupo describe mejor cómo se ha sentido DURANTE ESTA ÚLTIMA SEMANA, INCLUIDO EL DÍA DE HOY. Rodee con un círculo el número que está a la izquierda de la afirmación que haya elegido. Si dentro de un mismo grupo hay más de una afirmación que considere aplicable a su caso, márkela también. Asegúrese de leer todas las afirmaciones dentro de cada grupo antes de efectuar la elección.

1. 0 No me siento triste.
1 Me siento triste.
 2 Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo.
3 Me siento tan triste o tan desgraciado que no puedo soportarlo.

2. 0 No me siento especialmente desanimado respecto al futuro.
1 Me siento desanimado respecto al futuro.
 2 Siento que no tengo que esperar nada.
3 Siento que el futuro es desesperanzador y que las cosas no van a mejorar.

3. 0 No me siento fracasado.
 1 Creo que he fracasado más que la mayoría de las personas.
2 Cuando miro hacia atrás, sólo veo fracaso tras fracaso.
3 Me siento una persona totalmente fracasada.

4. 0 Las cosas me satisfacen tanto como antes.
 1 No disfruto de las cosas tanto como antes.
2 Ya no obtengo una satisfacción auténtica de las cosas.
3 Estoy insatisfecho o aburrido de todo.

5. 0 No me siento especialmente culpable.
 1 Me siento culpable en bastantes ocasiones.
2 Me siento culpable en la mayoría de las ocasiones.
3 Me siento culpable constantemente.

6. 0 Creo que no estoy siendo castigado.
1 Siento que puedo ser castigado.
2 Espero ser castigado.
 3 Siento que estoy siendo castigado.

7. 0 No me siento descontento conmigo mismo.
 1 Estoy descontento conmigo mismo.
2 Me avergüenzo de mí mismo.
3 Me odio.

¹ Beck *et al.*, 1979

8. 0 No me considero peor que cualquier otro.
1 Me autocrítico por mis debilidades o por mis errores.
 2 Continuamente me culpo por mis faltas.
3 Me culpo por todo lo malo que sucede.
9. 0 No tengo ningún pensamiento de suicidio.
 1 A veces pienso en suicidarme, pero no lo haría.
2 Desearía suicidarme.
3 Me suicidaría si tuviera la oportunidad.
10. 0 No lloro más de lo que solía.
1 Ahora lloro más que antes.
 2 Lloro continuamente.
3 Antes era capaz de llorar, pero ahora no puedo incluso aunque quiera.
11. 0 No estoy más irritado de lo normal en mí.
1 Me molesto o irrito más fácilmente que antes.
 2 Me siento irritado continuamente.
3 No me irrito absolutamente nada por las cosas que antes solían irritarme.
12. 0 No he perdido el interés por los demás.
1 Estoy menos interesado en los demás que antes.
 2 He perdido la mayor parte de mi interés por los demás.
3 He perdido todo interés por los demás.
13. 0 Tomo decisiones más o menos como siempre he hecho.
1 Evito tomar decisiones más que antes.
 2 Tomar decisiones me resulta mucho más difícil que antes.
3 Ya me es imposible tomar decisiones.
14. 0 No creo tener peor aspecto que antes.
1 Estoy preocupado porque parezco muy poco atractivo.
 2 Creo que se han producido cambios permanentes en mi aspecto que me hacen pare poco atractivo.
3 Creo que tengo un aspecto horrible.
15. 0 Trabajo igual que antes.
1 Me cuesta un esfuerzo extra comenzar a hacer algo.
 2 Tengo que obligarme mucho para hacer todo.
3 No puedo hacer nada en absoluto.
16. 0 Duermo tan bien como siempre.
 1 No duermo tan bien como antes.
2 Me despierto una o dos horas antes de lo habitual y me resulta difícil volver a dormir.
3 Me despierto varias horas antes de lo habitual y no puedo volverme a dormir.
17. 0 No me siento más cansado de lo normal
1 Me canso más fácilmente que antes.
 2 Me canso en cuanto hago cualquier cosa.
3 Estoy demasiado cansado para hacer algo.
18. 0 Mi apetito no ha disminuido
 1 No tengo tan buen apetito como antes.
2 Ahora tengo mucho menos apetito.
3 He perdido completamente el apetito.

19. 0 Últimamente he perdido poco peso o no he perdido nada.
 1 He perdido más de 2 kilos
 2 He perdido más de 4 kilos
 3 He perdido más de 7 kilos

Estoy a dieta para adelgazar: SI NO

20. 0 No estoy preocupado por mi salud más que de lo normal.
 1 Estoy preocupado por problemas físicos como dolores, molestias, malestar de estómago o estreñimiento.
 2 Estoy preocupado por mis problemas físicos y me resulta difícil pensar en algo más.
 3 Estoy tan preocupado por mis problemas físicos que soy incapaz de pensar en cualquier otra cosa.
21. 0 No he observado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.
 1 Estoy menos interesado por el sexo que
 2 Ahora estoy mucho menos interesado por el sexo.
 3 He perdido totalmente mi interés por el sexo

VALORACIÓN:	
Puntuación	Diagnóstico
0 - 9	Depresión ausente o mínima
10 - 18	Depresión leve
19 - 29	Depresión moderada
30 - 63	Depresión grave

Total
33

Comentarios:

Nombre Isabel Luján Martínez

FECHA: 26/04/2023

A continuación hay una lista de síntomas frecuentes de ansiedad. Lea, por favor, cada uno de ellos atentamente. Indique el grado de molestia que le ha provocado cada síntoma *durante los últimos 7 días* colocando el número adecuado en el espacio correspondiente.

- 0: Ninguno
- 1. Ligero
- 2: Moderado
- 3: Grave

- | | | |
|----|--|--------------------------------|
| 1 | Insensibilidad física o cosquilleo..... | <input type="text" value="1"/> |
| 2 | Acaloramiento..... | <input type="text" value="2"/> |
| 3 | Debilidad en las piernas..... | <input type="text" value="2"/> |
| 4 | Incapacidad para relajarme..... | <input type="text" value="3"/> |
| 5 | Temor a que suceda lo peor..... | <input type="text" value="2"/> |
| 6 | Mareos o vértigos..... | <input type="text" value="1"/> |
| 7 | Aceleración del ritmo cardiaco..... | <input type="text" value="2"/> |
| 8 | Sensación de inestabilidad e inseguridad física..... | <input type="text" value="2"/> |
| 9 | Sensación de estar aterrorizado..... | <input type="text" value="1"/> |
| 10 | Nerviosismo..... | <input type="text" value="2"/> |
| 11 | Sensación de ahogo..... | <input type="text" value="2"/> |
| 12 | Temblor de manos..... | <input type="text" value="2"/> |
| 13 | Temblor generalizado o estremecimiento..... | <input type="text" value="1"/> |
| 14 | Miedo a perder el control..... | <input type="text" value="2"/> |
| 15 | Dificultad para respirar..... | <input type="text" value="1"/> |
| 16 | Miedo a morir..... | <input type="text" value="3"/> |
| 17 | Estar asustado..... | <input type="text" value="2"/> |
| 18 | Indigestión o malestar en el abdomen..... | <input type="text" value="2"/> |
| 19 | Sensación de irse a desmayar..... | <input type="text" value="2"/> |
| 20 | Rubor facial..... | <input type="text" value="1"/> |
| 21 | Sudor (no debido al calor)..... | <input type="text" value="2"/> |

Total
38

¹ Beck, Epstein, Brown Steer, 1988

Calificación y análisis de las pruebas aplicadas

- *Inventario de Depresión de Beck*

Al calificar el inventario se obtuvo una puntuación de 33, por lo cual según lo indica la valoración del presente instrumento entra en la categoría de Depresión grave. En un análisis más detallado se destaca que la consultante presenta sensaciones de ser castigada por las cosas que le suceden, presenta mayor autculpa que antes y poca esperanza por el futuro. Llanto constante, irritación, falta de interés por las demás personas y cosas, falta de motivación, cansancio constante y desinterés por las cosas que antes disfrutaba.

Nº	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
0																			X		
1			X	X	X		X		X						X		X			X	
2	X	X						X		X	X	X	X	X	X		X				X
3						X															

- *Inventario de Ansiedad de Beck*

La consultante obtuvo una calificación de 38, lo cual indica la existencia de ansiedad en la consultante ya que según el inventario la media de pacientes con ansiedad es de 25,7 siendo así el corte de 26 puntos para determinar la existencia de un trastorno de pánico. La consultante presenta incapacidad o dificultad para relajarse, temblores, sudoración, sentimiento de ahogo, miedo constante ante el futuro o lo que vaya a pasar, así como también miedo a morir.

Nº	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
0																					
1	X					X			X				X		X					X	
2		X	X		X		X	X		X	X	X		X			X	X	X		X
3				X												X					

Hoja resumen del tratamiento psicológico

Nombre: SM30

Edad: 30

Fecha: 19/04/2023

Objetivo de la sesión

Explorar de manera general la demanda de la consultante mediante la expresión de síntomas y malestares que aquejan a la persona.

Observaciones

- Se observa que la persona a pesar de su malestar muestra disposición para poder salir de su situación actual.
- Vive únicamente con su esposo quien en primera instancia es su mayor apoyo ya que ha estado pendiente y dispuesto a colaborar en lo que pueda.
- Muestra una postura decaída, con ojeras y ojos rojos como síntomas del llanto constante y la falta de sueño pero a la vez está arreglada, limpia y ordenada.
- Como la sesión se realizó en su domicilio se observa una casa limpia y ordenada.

Conclusiones

Se concluye que con esta primera sesión es evidente la existencia de una problemática seria, donde ya no solo depende de la consultante el poder mejorar o salir de su situación, sino que también de una buena orientación profesional y un círculo de apoyo que le permita motivarla. Un dato a observar en las siguientes sesiones es el comportamiento y compromiso del esposo como también el estado del hogar ya que puede existir que ambos aspectos puedan estar condicionadas por la presencia del terapeuta, dando así mayor información de la situación.

Será necesario contactar con psicólogos para poder referirla una vez terminado el proceso ya que su caso tiene que ser tratado por un profesional.

Tarea asignada

Será importante que la consultante exprese sus pensamientos y emociones, evitando reprimirlas, por lo cual la tarea dejada es la expresión de estos en papel. Llevará un diario donde cada día irá escribiendo cómo se siente y si reconoce el motivo del porque. Dependiendo de cómo se desenvuelva en esta primera tarea las siguientes irán siendo más específicas.

Hoja resumen del tratamiento psicológico

Nombre: SM30

Edad: 30

Fecha: 26/04/2023

Objetivo de la sesión

Conocer aspectos relevantes de la demanda de la consultante que se dejaron inconclusos o que no han sido explorados todavía con el fin de tener un conocimiento más amplio de la problemática.

Observaciones

- Se observa que no existe mucho cambio con respecto a su actitud frente al problema, la colaboración del esposo y el aspecto de la casa.
- A diferencia de la primera sesión, la consultante se mostró más segura en relatar la problemática y sus antecedentes pero aún tiene dificultades para detallar más su relato.
- Mantiene una imagen limpia y ordenada, como también respeto y servicialidad por el terapeuta y su esposo.
- No realizó la tarea por motivos de *“falta de tiempo y no saber qué escribir”*

Conclusiones

Presenta dificultades para detallar los antecedentes de la problemática como también de hablar de ella, existiendo una resistencia de hablar sobre su pasado y de su familia. Explorar esto último será de suma importancia para poder conocer más a fondo su demanda y dar respuesta a ella.

Al calificar el inventario de ansiedad se determina rasgos de este trastorno, confirmando las sospechas y también dando lugar a la aplicación del inventario de depresión para poder corroborar la existencia de este también.

Tarea asignada

Al no realizar la tarea anterior se dejó nuevamente la misma con la diferencia que se le pidió al esposo motivar y recordarle la realización de esta, explicando que es de suma importancia la realización de tareas para poder trabajar su problemática.

Hoja resumen del tratamiento psicológico

Nombre: SM30

Edad: 30

Fecha: 03/05/2023

Objetivo de la sesión

Explorar su historia de vida de forma más detallada con el fin de conocer cómo ha sido su vida en las diferentes etapas y áreas a través de los años.

Observaciones

- Se observó que al hablar de su familia (padres) hubo una catarsis de emociones, provocando llanto, rabia y frustración.
- Se observó que su pasado con la familia tiene más influencia en su problemática que aspectos que le estén pasando en el presente.
- La actividad realizada permitió que el foco de atención sean las imágenes y no ella, por lo cual existió mayor soltura y comodidad en expresar sus emociones y pensamientos, como también relatas más a fondo los acontecimientos.

Conclusiones

Se concluye que la familia tiene un gran impacto en la problemática de la consultante, el poder expresar más sobre este aspecto ayudó a liberar sus pensamientos y emociones y conocer más sobre el origen de la problemática. Se determinó que la consultante logra expresarse de mejor manera cuando el fondo de atención no está en ella sino en lo que se esté haciendo.

Tarea asignada

Como fue la última sesión simplemente se le invitó a seguir escribiendo sus pensamientos y emociones, motivando e incluyendo a su esposo para que también hiciera lo mismo.

Informe terapéutico del consultante

1. Datos generales

Nombre completo: SM30

Dirección: --.

Teléfono: --

Género: Femenino

Edad: 30

Estado civil: Casada

Ocupación: Secretaria

Nombre de la madre o responsable: DH

Parentesco: Esposo

Teléfono:

Ocupación: Técnico automotriz

7. Diagnóstico

Trastorno del estado de ánimo

8. Áreas de tratamiento desarrolladas

Se ha explorado la área emocional, interpersonal y familiar

9. Áreas sugeridas a trabajar el próximo terapeuta

Se sugiere explorar las siguientes áreas: familiar, social y afectiva. También se recomienda llevar un control médico para conocer más acerca del área fisiológica evaluada por el profesional.

10. Procedimiento de evaluación y resultados

Se realizaron entrevistas abiertas con un diagnóstico activo para explorar con más detalle la situación de la consultante a la vez que esta realizaba acciones para trabajar en dicha problemática.

11. Recomendaciones

Se recomienda continuar el caso con otro terapeuta para explorar más a fondo la problemática y poder intervenir en las demandas de la consultante. Se recomienda incluir a profesionales de otras ramas de la salud para llevar un control más amplio y que pueda obtener mayores resultados ante su situación.

Se recomienda incluir su círculo de apoyo para tener un resguardo y motivación para poder afrontar la problemática de manera más eficiente y segura. Se recomienda incluir a los padres de la consultante para poder intervenir de mejor manera la problemática.

Test de la figura humana: "Caso: la vida de Carla"

Curso de especialización:

Docente: Lic. Mercy Asunción Viera.

Alumno: Davis Castro Michael Fernando. DC16011



Nombre: Carla.

Edad: 29 años

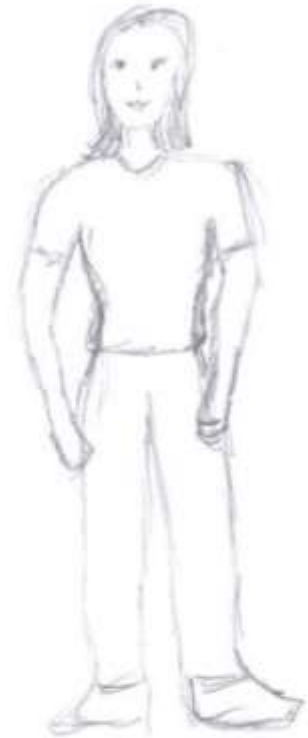
Motivo de consulta: Mal carácter genera problemas en el trabajo.

Estado civil: soltera

Nivel académico: profesional

Área	Problemas
Social	Inseguridad, aislamiento, aversión social, fatiga, estrés, conflictos.
Emocional	Miedo, tristeza, enfado, vergüenza, ira.
Familiar	Falta de comunicación, distanciamiento.
Cognitiva	Pensamientos negativos, conceptos erróneos sobre sí misma. Insomnio, estrés.
Afectiva	Baja autoestima, ansiedad, depresión.
Conductual	Conflictos interpersonales.

Indicador	Descripción	Análisis
Tiempo de reacción	Demoró 5 minutos	Persona poco detallista
Identificación	Con el dibujo	Proyección de sí misma
Zona del cuerpo por donde comienza	Cabeza	La persona tiene un equilibrio y orden
Desarrollo del dibujo y zonas de conflicto	Hombros	Busca la perfección
Percepción del dibujo	De sí misma	Se proyecta en el dibujo
Énfasis del dibujo	rostro	La persona busca ser aceptada



Áreas a trabajar

34

Modelo de atención/abordaje	Mecanismos de defensa	Conflictos	Amenazas	Personalidad
<p>Psicodinámico</p> <p>Conocer la historia de la consultante.</p> <p>Aprender a gestionar las emociones/conflictos internos</p> <p>Trabajar la asertividad en terapia de diálogo</p>	<ul style="list-style-type: none"> Proyección 	<ul style="list-style-type: none"> Mala gestión de las emociones Impulsividad Falta de control emocional Mala comunicación Irritabilidad 	<p>Discriminación por parte de su contexto laboral</p> <p>Aislamiento progresivo</p> <p>Inadaptabilidad</p>	<p>Baja autoestima</p> <p>Agresividad</p> <p>Inestabilidad emocional</p> <p>Mala gestión del temperamento</p>

Indicador	Descripción	Análisis
Presión del trazo	Presión fina	Persona delicada con los demás
Dibuja órganos sexuales	No	La persona no está muy enfocada en su sexualidad
Dibuja órganos anatómicos	Sí	Denota equilibrio
Posición espacial	Al centro de la página mirando al frente	Capacidad para enfrentar al mundo y los problemas
Rostro	Borroso y pequeño	Timidez, introversión

Indicador	Descripción	Análisis
Brazos	Largos	Ambición y apatía hacia los demás
Manos	Grandes	Impulsividad, poca inteligencia intersocial
Piernas	Proporcionales al cuerpo	Independencia social
Pies	Grandes	Falta de seguridad en sí misma
Tamaño del dibujo	El tamaño es pequeño	Timidez, inseguridad y sentimientos de inferioridad

Diagnóstico

primario: Trastorno de la personalidad negativista.

Secundario: Carencia de habilidades interpersonales.

Terciario: Trastorno por evitación.

Recomendaciones:

Al no poder adaptarse a su zona de trabajo por las malas relaciones interpersonales y su mal gestionamiento de las emociones, el carácter y su temperamento, es necesario reforzar la asertividad, mejorar el autoestima y la confianza en sí misma para entablar relaciones interpersonales saludables dentro y fuera de su área laboral, fomentar la recreación social, la interacción progresiva y la confianza en sí misma para transmitir lo que siente y piensa de forma saludable, mejorando así sus relaciones interpersonales y mejorando así su nivel de interacción social.

Informe forense

1. Datos generales

Nombre:	Robert Ledgard
Edad:	Indefinido
Sexo:	Masculino
Ocupación:	Cirujano
Residencia:	España
Estado civil:	Viudo
Nombre del conyugue:	Gal Ledgard
Edad del conyugue:	Indefinido
Hijos/as:	1
Nombre de la hija:	Norma Ledgard
Edad de la hija:	Indefinido

2. Motivo de la evaluación

Conocer el perfil psicológico del individuo

3. Resumen del perfil del individuo

Robert Ledgard presenta una obsesión con su investigación sobre la piel sintética y la transformación del cuerpo humano. A la raíz de dicha obsesión patológica lo ha llevado a realizar acciones poco éticas e inmorales que han dañado la integridad de otras personas. Tiende a ser perfeccionista ante su investigación y labor, haciendo todo lo posible para que su objetivo sea alcanzado sin importar las condiciones.

Se muestra carente de empatía ante el sufrimiento de las demás personas, llega a infligir daño físico y psicológico sin mostrar arrepentimiento ni culpa alguna. Sus acciones van motivadas por el cumplimiento de sus metas y el placer propio. Presenta características seductivas y manipulativas para ejercer control sobre las demás personas, haciendo que estas realicen acciones que le ayuden a conseguir sus objetivos sin plena consciencia de ello. Su estatus en la sociedad le da un poder que le ayuda a ejercer todos sus actos.

4. Historia familiar

Vivía una vida tranquila junto a su familia hasta que su esposa sufrió un accidente automovilístico dejándole quemaduras de segundo y tercer grado, además de otras heridas físicas y psicológicas. En esta etapa Gal entró en una depresión por su estado físico, repudiando y odiando su imagen con lo cual decidió suicidarse. Este suceso fue muy difícil para Robert y su hija llegando a marcar significativamente a ambos.

Tiempo después durante una fiesta encontró a su hija en un jardín en un estado de disociación con muestras de un posible abuso sexual, teniendo que ser hospitalizada y tratada, pero sin éxito, cometiendo igual a su madre un suicidio.

5. Análisis de los resultados

Robert Ledgard es una persona con rasgos obsesivos, llega a ser perfeccionista ante las cosas, siendo moralmente ambiguo impulsado por su trauma personal y dispuesto a llevar a cabo acciones extremas en busca de sus objetivos científicos.

6. Conclusiones

Robert Ledgard presenta un trastorno de la personalidad antisocial, suele mostrar un comportamiento irresponsable, falta de empatía y remordimiento, y pueden tener dificultades para adherirse a las normas sociales y legales. Su falta de empatía es la principal característica del individuo ya que no presenta empatía al momento de ejercer violencia ante las demás personas y no se observan remordimientos ni deseos de cambiar.

Informe forense

1. Datos generales

Nombre:	Vicente
Edad:	Indefinido
Sexo:	Masculino
Ocupación:	Costurero
Residencia:	España
Estado civil:	Soltero
Nombre del conyugue:	--
Edad del conyugue:	--
Hijos/as:	--
Nombre del hijo:	--
Edad de la hija:	--

1. Motivo de la evaluación

Conocer el perfil psicológico del individuo

2. Resumen del perfil del individuo

Vicente presenta una personalidad rebelde con comportamientos violentos. Se involucra en actividades delictivas y muestra una actitud desafiante hacia la autoridad. A pesar de dichos comportamientos se muestra emocionalmente volátil, alternando entre momentos de rabia y vulnerabilidad.

Presenta problemas en las relaciones interpersonales, suele tener una personalidad seductiva hasta llegar el punto de incomodar a las demás personas. Tiende a tener relaciones románticas problemáticas esto debido a su propio conflicto interno haciendo que sea complejo establecer vínculos saludables. Es de destacar que el individuo consume sustancias psicotrópicas que hacen que su comportamiento sea aún más problemático. Tiene niveles altos de resiliencia ya que a pesar de las adversidades puede tener una mentalidad fuerte y decidida, adaptándose al entorno e idear estrategias que le permitan poder afrontar la problemática y seguir adelante.

Historia familiar

Su círculo familiar es muy limitada, teniendo solo a su madre como familia próxima, siendo esta misma la jefa de la tienda donde trabaja. A pesar de ser su única familia la relación con ella es problemática, suele ser distante y cortante con esta. No existe complicidad ni confianza entre ellos, simplemente se basa en una relación formal.

Análisis de los resultados

Vicente es una persona enigmática y compleja, presenta un historial problemático y una actitud rebelde. Su búsqueda de identidad y su capacidad de resistencia son aspectos destacados de su personalidad. Estos rasgos lo llevan a realizar acciones precipitadas e irresponsables, pero existe arrepentimiento y remordimiento ante estas, como es el caso del supuesto abuso sexual de la hija de Robert Ledgard, donde a consecuencia de sus impulsos primitivos sexuales y el consumo de sustancias psicotrópicas se vio involucrado en el supuesto delito.

Conclusiones

Vicente es víctima tanto de los actos inmorales de Robert Ledgard como también de sus propios conflictos internos, siendo estos los causantes de involucrarse en problemáticas recurrentes.



PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Tom Wingo EDAD: -- SEXO: Masculino OFICIO: Trabajador informal

II. MOTIVO DE CONSULTA.

El consultante llegó a la consulta con motivo de ayudar a su hermana a controlar y eliminar los intentos de suicidio de esta, como también los problemas de depresión.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO.

Desde niño perteneció a una familia disfuncional, dominado por un padre dominante, agresivo y machista. Durante su infancia fue víctima de un abuso sexual causado por personas externas a la familia, debido a un asalto a su hogar, siendo su madre y su hermana también víctimas de dicho acto. Fue abusado de forma anal por un hombre adulto quien lo amenazaba de asesinarlo si se rehusaba. A pesar de este hecho atroz, no solo la violación fue el único evento traumático ya que el ver y escuchar a su hermana y madre ser violadas también generó un impacto en Tom, ya que se sentía impotente a hacer algo al respecto. También el presenciar como su hermano mayor asesinaba a los abusadores, creciendo así su nivel de impotencia y culpa.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

- Desconfianza
- Agresividad
- Tristeza
- Bloqueo emocional
- Irritabilidad
- Falta de resiliencia

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

Estrés postraumático, depresión (distimia), falta de gestión emocional, ansiedad.

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Apego evitativo y desorganizado

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

Su personalidad se basa en la forma de crianza que tuvo de sus padres, copiando ciertos rasgos de estos como la evitación de afrontar los conflictos, la agresividad, el distanciamiento emocional y problemas en las relaciones interpersonales.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Abuso sexual
- SECUNDARIO: Estrés postraumático
- TERCIARIO: Depresión (distimia)

XI. PROPUESTA DE ABORDAJE

- Se propone trabajar, desmitificar y profundizar el abuso sexual.
- Desensibilizar el trauma sobre el abuso sexual sufrido.
- Establecer técnicas y ejercicios que ayuden a controlar los síntomas de ansiedad
- Fomentar la expresión de emociones
- Trabajar en habilidades sociales
- Mejorar las relaciones interpersonales



PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Savannah Wingo EDAD: -- SEXO: Femenino OFICIO: Escritora

II. MOTIVO DE CONSULTA.

Llegó a la clínica queriendo atención psiquiatra para poder controlar su depresión mayor y su desesperanza de vida.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO.

Toda su niñez vivió en el núcleo de una familia disfuncional, con padres ausentes y agresivos, en el cual existía violencia verbal, psicológica y física. Vivía constantemente oprimida, donde debía de callar todo lo que pasaba y continuar como si las cosas estuvieran bien. Durante la infancia sufrió de violación por un grupo de hombres que asaltaron su hogar siendo víctimas también su madre y su hermano. Cabe mencionar que este evento nunca fue hablado con nadie debido a que su madre le hizo prometer no hablar sobre ello.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

- Tristeza constante
- Llanto
- Ideas e intentos suicidas
- Desesperanza de vida
- Disociación
- Aislamiento

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

Depresión mayor, estrés postraumático, ansiedad, disociación.

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Apego evitativo y desorganizado

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

Presenta una personalidad sumisa debido a un sometimiento y abuso psicológico durante la infancia, donde sus padres le fomentaban que mantener una postura callada y plana era sinónimo de niña buena e ideal. Siente sentirse culpable por las cosas que le pasan a las demás personas, teniendo sentimientos de inferioridad y baja autoestima.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Abuso sexual
- SECUNDARIO: Depresión
- Terciario: Suicidio

XI. PROPUESTA DE ABORDAJE

- Desensibilizar el trauma de abuso sexual
- Establecer estrategias que ayuden y fomenten el sentido de la vida
- Trabajar en la expresión de emociones
- Desarrollar estrategias alternativas ante los intentos de suicidio o autolesiones
- Trabajar en la reconstrucción de la relación con su cuerpo y la sexualidad.



PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Luke Wingo EDAD: -- SEXO: Masculino OFICIO: --

II. MOTIVO DE CONSULTA.

Llegó a consulta debido a una carga emocional que lleva desde mucho tiempo, siente rechazo a sus padres ya que fueron muy negligentes con él.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO.

Cuando era un adolescente presenció como su madre y sus dos hermanos eran violados sexualmente por un grupo de hombres que habían asaltado a su hogar por lo cual en su instinto de protegerlos asesinó a sangre fría a dos de ellos, llevando consigo el trauma de acto como también de lo sucedido con su familia.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

- Frustración
- Tristeza
- Agresividad
- Impulsividad
- Culpa
- Impotencia

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

Ansiedad, estrés postraumático, depresión (distimia),

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Desorganizado

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

Al ser el hermano mayor de tres hijos siempre recayó una responsabilidad ante él de ser el protector y cuidador de estos, asumiendo un rol de padre y amigo al tener un padre ausente y agresivo, lo cual lo llevó a tener una personalidad protectora, guiadora y fuerte.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Estrés postraumático

- SECUNDARIO: Ansiedad
- TERCIARIO: Depresión (distimia)

XI. PROPUESTA DE ABORDAJE

- Fomentar la expresión de emociones y sentimientos
- Estrategias que ayuden al control de la ansiedad
- Desensibilizar el trauma padecido
- Búsqueda soluciones alternativas y asertivas ante los problemas
- Entrenamiento en ayudar a personas que han sufrido traumas



PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Lila Wingo EDAD: -- SEXO: Femenino OFICIO: Ama de casa

II. MOTIVO DE CONSULTA.

Llegó a consulta para poder entender más a su hija, ayudarle y a la vez resolver los problemas personales que ha llevado por mucho tiempo.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO.

Mantuvo muchos problemas matrimoniales con su esposo quien era alguien posesivo, agresivo y machista. Constantemente era humillada, maltratada y menospreciada por este, lo que la llevó a distanciarse cada vez más de él y atacarlo a sus espaldas, para luego divorciarse y comenzar una nueva relación de pareja con otra persona. Además de todo el abuso que recibía de su esposo, vivió un evento traumático tanto para ella como para sus hijos, tratándose de una violación sexual por parte de unos hombres que asaltaron su hogar, además de ser víctima de la violación también tuvo que presenciar como sus hijos también eran violados para luego ver como su hijo mayor asesinaba a dos de los hombres a sangre fría siendo ella la asesina del tercer hombre.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

- Estrés postraumático
- Ansiedad
- Bloqueo emocional
- Negación de la realidad
- Agresividad
- Tristeza constante
- Llanto

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

Estrés postraumático, ansiedad, depresión (distimia)

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Apego evitativo y ansioso

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

Al estar en una familia disfuncional y un esposo dominante y agresivo adopto una postura de sumisión y plana, donde su personalidad reside en complacer al “dominante” y atacar a otro “más sumiso o débil”. Por lo cual su personalidad se ha basado en la adaptación del ambiente.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Abuso sexual
- SECUNDARIO: Estrés postraumático
- TERCARIO: Depresión (distimia)

XI. PROPUESTA DE ABORDAJE

- Desensibilización del trauma de abuso sexual
- Entrenamiento de comunicación asertiva
- Expresión de emociones y sentimientos
- Estrategias de abordaje y control de la ansiedad



PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Henry Wingo EDAD: -- SEXO: Masculino OFICIO: Pescador

II. MOTIVO DE CONSULTA.

Llegó a la consulta debido a una sensación de vacío e impotencia por perder a su familia, ya que su esposa se divorció de él y no tiene una buena relación con sus hijos.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO.

Perdió a su hijo cuando este era un joven al tratar de luchar por las tierras donde creció que su madre había vendido, en consecuencia, Henry se sintió muy impotente e inútil ya que como padre no pudo proteger a su familia. Su esposa se divorció de él y mantiene una relación muy distante con sus otros hijos, viviendo una vida solitaria y monótona.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

- Agresividad
- Estrés postraumático
- Tristeza
- Irritabilidad
- Impotencia

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

Estrés postraumático, ansiedad, depresión (distimia).

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Apego evitativo y ansioso

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

Su personalidad se basa en el constructo machista del concepto de hombre de la época en donde se desarrolla, donde debe de tener una postura firme, agresiva e imponente. La expresión de emociones está prohibida como también la manifestación de afecto y cariño.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Estrés postraumático
- SECUNDARIO: Ansiedad

INFORME DE EVALUACIÓN FORENSE

1. Datos e información del perito

Nombre: Luis Alejandro Sánchez Pérez

Numero de contacto: --

Correo electrónico: --

Calificación profesional en el área: Psicólogo

2. Datos de la persona evaluada

Nombre: Carlos Dinarte Echeverría

Edad: Indefinido

Sexo: Masculino

Ocupación: Trabajador informal

3. Objeto de la pericial

- 1) Valorar si el perfil psicológico de Carlos Dinarte coincide con un perfil de abusador, violentador o agresor capaz de realizar los actos por los que se le acusa.
- 2) Explorar más datos que retroalimentan la situación problema y ayude a una conclusión más clara.

4. Análisis de la evolución psico biográfica y descripción del hecho

Carlos Dinarte Echeverría fue acusado por abusar sexualmente a su hija de 16 años en diversas ocasiones. El abuso sexual se realizaba de manera coital en el hogar cuando la madre no se encontraba en esta, amenazando de muerte a Tirsa a no hablar del asunto con su madre ni con otra persona. Este delito se mantuvo por cinco años sin ser declarado ni comunicado por nadie.

Su crianza fue desarrollada de manera tradicional con una cultura y costumbres primitivas en el que el hombre es el cabecilla de la familia y existe una inferioridad hacia la mujer. Dicha cultura determina el rol que debe llevar el hombre ante la familia y la sociedad, el cual debe de ser un ser dominante, agresivo, no expresar emociones ni vulnerabilidades, tener siempre la razón de las cosas e imponer de cualquier forma sus creencias y posturas.

Proviene de una familia disfuncional donde su madre fue la principal educadora y proveedora, basándose en el castigo y maltrato como medio de enseñanza, generando en él una postura agresiva e irritante ante los demás, pero a la vez una postura pasiva ante su madre.

5. Exploración psicopatológica

Carlos Dinarte Echeverría, se muestra evitativo al ser preguntado sobre los sucesos a que es acusado, tiende a limitarse a brindar respuestas cortas sin llegar a profundizar más sobre los hechos. Existe un patrón en sus declaraciones y es que siempre culpa a terceras personas sobre los hechos, tanto sobre lo que se le acusa como también a sus problemas personales, negando toda responsabilidad propia ante los sucesos.

Tiene un lenguaje verbal y no verbal agresivo, se expresa de manera coloquial y vulgar, siempre se muestra a la defensiva y quiere llevar el control sobre las cosas. Se observan rasgos narcisistas que lo lleva a menospreciar a las demás personas y a juzgarlas de mala manera.

6. Conclusiones

El perito del presente informe ha redactado el contenido del mismo con imparcialidad y con arreglo a su leal saber y entender, y a los principios de la Psicología. Con todos los respetos al Tribunal que corresponda, se emiten las siguientes conclusiones:

PRIMERA: Carlos Dinarte Echeverría no ha sido completamente sincero en sus declaraciones durante la sesión, manipulaba las respuestas y sucesos, evadiendo cualquier responsabilidad que recae en éste, en consecuencia existen contradicciones e incoherencias en sus relatos, por lo cuál pierde credibilidad en su palabra y punto de vista.

SEGUNDA: Carlos Dinarte presenta un Trastorno antisocial de la personalidad debido a su falta de empatía, irresponsabilidad constante, engaños o mentiras repetidas, impulsividad y ausencia de remordimiento por los actos realizados.

TERCERA: Las declaraciones de la demandante acerca de los abusos recibidos por su padre coinciden con el perfil analizado de este y sus antecedentes, coincidiendo en su forma de reaccionar ante las adversidades e imponer sus deseos y necesidades sin importar la integridad de las demás personas.

Es cuanto cumple informar,
En San Salvador, a 10 de junio de 2023
Fdo.

Luis Alejandro Sánchez Pérez
Datos de contacto
[Correo electrónico](#) / Número
San Salvador



INFORME DE EVALUACIÓN FORENSE

1. Datos e información del perito

Nombre: Luis Alejandro Sánchez Pérez

Numero de contacto: --

Correo electrónico: --

Calificación profesional en el área: Psicólogo

2. Datos de la persona evaluada

Nombre: Tania Dinarte

Edad: Indefinido

Sexo: Femenino

Ocupación: Trabajadora informal

3. Objeto de la pericial

- 1) Explorar los daños psicológicos que presenta Tania Dinarte en el supuesto caso de abuso sexual de su hija.
- 2) Comprobar si los síntomas clínicos de Tania Dinarte, en el caso de existir, configuran algún cuadro psicopatológico, especificando cronicidad y pronóstico.
- 3) Indagar la existencia o no de la complicidad de Tania Dinarte en el supuesto caso de abuso sexual de Tirsas Dinarte.

4. Análisis de la evolución psico biográfica y descripción del hecho

Tania Dinarte es la madre de Tirsas Dinarte quien vela como víctima de constantes abusos sexuales, violencia física y psicológica por su padre Carlos Dinarte. Según las declaraciones, Tania no tenía conocimientos de estos hechos desde un inicio sino hasta años después, siendo esta la que apoyó y motivó a Tirsas a realizar la denuncia contra Carlos.

Tania menciona que sufrió de constantes abusos por parte de Carlos, desde violencia física hasta psicológica. Explica que era agredida físicamente con golpes a puño cerrado, patadas, jalones de cabello y objetos de arma blanca. Indica que sufrió violencia doméstica desde su matrimonio, siendo ésta de manera gradual mediante insultos y elevaciones de voz hasta violencia física y amenazas de muerte. Tania explica que a pesar de todo lo que hacía Carlos nunca pensó que llegaría a abusar sexualmente de su propia hija, ignorando así todas las señales que indicaban lo contrario.

Tania Dinarte creció en un pueblo de escasos recursos con ideales y creencias machistas, donde le fomentaron que su rol de mujer era la de servir al hombre incondicionalmente, siendo su objetivo de vida ser una buena esposa y madre a la vez.

5. Exploración psicopatológica

Tania Dinarte presentó llanto constante, autculpa y rabia al relatar los sucesos, remordimiento del pasado y en ocasiones desesperanza hacia el futuro. A pesar de su condición se mostró cooperativa en todo momento, ayudó a aclarar dudas existentes y brindó información adicional que ayudara a conocer más acerca de la situación.

Durante la entrevista se mostraba con un lenguaje corporal cerrado, cohibido y defensivo, tenía dificultades para mantener el ritmo de la conversación debido al llanto y la autculpa pero era coherente y clara en sus respuestas. No se observaron alteraciones en su estado mental ni otra patología existente.

6. Conclusiones

El perito del presente informe ha redactado el contenido del mismo con imparcialidad y con arreglo a su leal saber y entender, y a los principios de la Psicología. Con todos los respetos al Tribunal que corresponda, se emiten las siguientes conclusiones:

PRIMERA: Tania Dinarte apoya completamente a su hija Tirsa sobre el supuesto caso de abuso sexual y todas las agresiones sufridas por parte de Carlos Dinarte, tiene muy claro su lado y está dispuesta a apoyarla para que el caso sea a beneficio de la supuesta víctima.

SEGUNDA: Tania fue clara y concisa en las declaraciones en contra de Carlos Dinarte y culpa a este como victimario de todas las acusaciones que se le han hecho, dando respaldo y evidencias de las supuestas atrocidades que ha realizado tanto a su hija como a ella misma.

TERCERA: Tania no presenta ninguna psicopatología pero sí síntomas de depresión y ansiedad que serán necesarios tratar con un profesional de la salud mental.

Es cuanto cumple informar,
En San Salvador, a 10 de junio de 2023
Fdo.
Luis Alejandro Sánchez Pérez
Datos de contacto
[Correo](#) / Número
San Salvador



INFORME DE EVALUACIÓN FORENSE

1. Datos e información del perito

Nombre: Luis Alejandro Sánchez Pérez

Numero de contacto:

Correo electrónico: --

Calificación profesional en el área: Psicólogo

2. Datos de la persona evaluada

Nombre: Tirsa Dinarte

Edad: 16

Sexo: Femenino

Ocupación: Estudiante

3. Objeto de la pericial

- 1) Explorar la existencia de daño psíquico en los supuestos casos de abuso sexual por Carlos Dinarte a través de su adolescencia.
- 2) Valorar si existe causalidad entre el hecho de haber sido víctima de violencia sexual y la sintomatología desarrollada por Tirsa Dinarte. Teniendo en cuenta, por tanto, la estructura de la personalidad de Tirsa, el estado anterior y la vulnerabilidad/resiliencia de esta.
- 3) Indagar a profundidad los sucesos ocurridos con respecto al abuso sexual, físico y psicológico que ayuden a clarificar el caso.

4. Análisis de la evolución psico biográfica y descripción del hecho

Tirsa Dinarte realizó la denuncia por abuso sexual por parte de su padre Carlos Dinarte durante 3 años consecutivos. Explica que también recibió violencia psicológica y física, siendo marginada, agredida y abusada desde que tiene memoria. Tirsa explica que desde niña vio las atrocidades que realizaba Carlos pero éste la amenazaba de muerte tanto a ella como a sus seres queridos para que no expresara con nadie lo que estaba viviendo.

Explica que la agresividad de Carlos no solo iba dirigida a ella sino también a su madre quien era humillada, maltratada y agredida física y mentalmente desde su matrimonio. También era agresivo con sus vecinos y con la familia de Tiana, mostrándose brusco y de mal vocabulario ante ellos. Tirsa vivió una infancia llena de violencia intrafamiliar, escasez de recursos básicos como alimentación, educación, acceso a medicinas y atenciones médicas, afecto, sentimiento de pertenencia y validación. Creció en un entorno agresivo y machista, haciéndola sentir inferior solo por el mero hecho de nacer siendo mujer.

5. Exploración psicopatológica

Al momento de realizar la entrevista se mostró cooperativa y clara, no hubo signos de manipulación ni distorsión de la realidad. Tirsa relataba los hechos de forma pausada pero sin perder el ritmo, ni se observaron intentos de mentir o exagerar las cosas. Durante la sesión se mostró tranquila y segura pero a medida que iba relatando los hechos se quebraba emocionalmente, se producía llanto, ira, resignación pero a la vez resiliencia de poder seguir adelante.

Su estado mental se ve altamente alterado por todo lo sucedido, se muestra más a la defensiva, presenta un estado de alerta constante, desconfianza hacia las demás personas (sobre todo a hombres), presenta alteraciones en el estado de ánimo, problemas del estado de sueño y vigilia, ansiedad y síntomas de depresión.

6. Conclusiones

El perito del presente informe ha redactado el contenido del mismo con imparcialidad y con arreglo a su leal saber y entender, y a los principios de la Psicología. Con todos los respetos al Tribunal que corresponda, se emiten las siguientes conclusiones:

PRIMERO: Evidentemente los sucesos de abuso sexual constante sumando a los años de vivencia de violencia física y mental ha ocasionado que su estado mental se vea alterado, siendo los síntomas de ansiedad y depresión las más altas.

SEGUNDO: Las declaraciones de Tirsa contradicen lo dicho por el victimario ya que explica los sucesos con mayor detalle, con más pruebas y veracidad, caso contrario a las declaraciones de Carlos donde existen muchas incongruencias, contradicciones y poca información.

TERCERO: Tirsa Dinarte presenta síntomas de depresión y ansiedad producto de años de violencia física y mental, sumado al abuso sexual. Por lo cual es necesario que se someta a un proceso de terapia psicológica para poder afrontar toda la problemática y sus consecuencias.

Es cuanto cumple informar,
En San Salvador, a 10 de junio de 2023
Fdo.
Luis Alejandro Sánchez Pérez
Datos de contacto
[Correo](#) / Número
San Salvador





PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Tom Wingo.

EDAD: 51 años.

SEXO: Masculino.

OFICIO: Entrenador de futbol americano y profesor de Literatura.

II. MOTIVO DE CONSULTA: “Mi madre me pidió ayudar en la situación en la que se encuentra mi hermana y yo ya tengo muchos problemas con mi propia familia, no sé qué más hacer”.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO:

A los 13 años fue abusado sexualmente junto con su hermana y su madre por tres delincuentes en una noche, su hermano mayor llegó para ayudarles y mató a dos de los delincuentes con un arma de fuego, y su madre mató al tercero, que su hermano mayor lo viera siendo abusado le afectó demasiado, pero no como el silencio al día siguiente del evento al que su madre los obligó, les hizo limpiar todo, repitió que no había sucedido nada, y les hizo guardar el secreto a su padre al día siguiente, eso le afectó mucho más que el mismo acto de ser abusado, eso ha ocasionado que la familia sufra diferentes problemas entre ellos, la separación de sus padres, el descuido familiar, la pérdida de su hermano mayor, y en varias ocasiones el intento de suicidio de su hermana, lo que genera tensión y problemas constantes en Tom en la actualidad, a esos eventos agregar que, culturalmente, se le ha enseñado desde pequeño a reprimir todo y mejor tomárselo con buen humor en lugar de enfrentar la realidad de lo que le pasó.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

Progresivamente se aleja cada vez más de su familia, es incapaz de poder disfrutar de las actividades cotidianas y que en el pasado le resultaban placenteras, como ir a pescar o pasar tiempo con sus seres queridos, le acompañan ideas de culpa desde su niñez, e ideas de que es inferior que sus hermanos, constantemente hace comentarios de que sería mejor estar muerto que vivir su vida, tiene ideas de vergüenza reprimida desde su infancia, desconcentración, cuando se ve amenazado con algún tema en específico recurre a cambiar de tema, o reprime lo que verdaderamente piensa, siente o quiere decir, prefiriendo tomarse las cosas con humor como mecanismo de defensa.

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

- Anhedonia
- Depresión
- Aislamiento social
- Ideas de muerte

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Vida familiar: Proviene de una familia conflictiva que se desintegró cuando él tenía 15 años, su hermano mayor, a quien admiraba falleció hace dos años y su hermana gemela presenta intentos de suicidio, ahora

él está casado y tiene 3 hijas, pero su relación con su esposa se deteriora cada vez más.

Padre: Su padre es camaronero, y no se lleva bien con él ya que cuando vivieron juntos él les agredía física y verbalmente. 58

Madre: Ama de casa y el paciente la culpa directamente de muchos de los problemas que han vivido, por lo que mantiene una relación distante con ella, insultándola, lo que refleja el poco respeto que le tiene.

Sabanah: Es su hermana gemela, con quien mantiene una buena relación a pesar de que ella decidió vivir en la ciudad, lejos de él, es escritora y tiene intentos de suicidio a los 13 años y en la actualidad, por lo que reside en un hospital psiquiátrico.

Luke: Fue su hermano mayor y falleció hace dos años, él protegía a sus hermanos, por lo que Tom le tiene mucho respeto y cariño.

Sally: Es su esposa, durante 7 años de casados tuvieron 3 hijas, pero en el último año su matrimonio se ha vuelto distante, y su esposa le engañó con un compañero de trabajo y piensa en que lo mejor pueda ser separarse, aunque piensa en sus hijas y eso le hace reconsiderar el no terminar su relación con su esposa.

Hijas: Mantiene una buena relación con sus 3 hijas a quienes intenta cuidar y amar, para que no pasen por lo mismo que él cuando fue joven, demuestra amarlas pues no quiere ni perderse el cumpleaños de su hija menor.

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

En su infancia era tímido, callado, mantenía buena relación con sus hermanos, reprime lo que sucedió, evade todo tema que le incomode, suele ser impulsivo, rencoroso y no suele perdonar fácilmente, se le dificulta dejar el cigarrillo, presenta un mecanismo de defensa de proyección (se proyecta en su hermana), de introyección (ocultar el dolor y seguir adelante), negación (el pasado “nunca pasó, nunca existió”), tomándose las cosas con humor para suavizar el impacto de la realidad, tiene culpabilidad, apatía y desequilibrio personal.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Estrés postraumático
- SECUNDARIO: Anhedonia
- Terciario: Ansiedad

XI. PROPUESTA DE ABORDAJE:

Al ser alguien que reprime mucho la información que le resulta incómoda, esa información que es causante de mucho estrés y tensión en él y su familia, es indispensable hacer un buen report, no abordarle de forma directa para tocar el tema sino ir con calma, ganar su confianza y demostrarle que se puede confiar en este proceso. Nuestras Metas principales estarán abocadas a la elaboración y superación de la experiencia traumática, de modo tal que la persona se sienta más segura, le dé un nuevo sentido a su vida y pueda continuar con sus metas establecidas. Para ello se deberá dar énfasis en el estado emocional posterior al evento traumático, incluyendo la culpa como un síntoma importante a trabajar. Nuestro plan terapéutico consistirá en abordar la exploración de las características de la agresión, Identificación de emociones, disminución de ansiedad, identificación y erradicación de la culpa, mitos e ideas irracionales, expresión y manejo del enojo y el miedo, baja autoestima y autoconcepto, sexualidad, identificación de recursos internos, logro de mayor capacidad asertiva, identificación de recursos externos y redes de apoyo, resignificación del evento y proyecto de vida.



PERFIL DEL PACIENTE

I. IDENTIFICACIÓN DEL PACIENTE

NOMBRE: Savannah Wingo.

EDAD: 51 años.

SEXO: Femenino.

OFICIO: Escritora.

II. MOTIVO DE CONSULTA: “Ya no encuentro una razón para vivir”.

III. DESCRIPCIÓN DEL EVENTO TRAUMÁTICO: Tenía 13 años cuando 3 delincuentes entraron a su casa, abusando de ella, de su madre y de su hermano gemelo Tom, su hermano mayor al ver tal escena entró a casa y mató con una escopeta a dos de los abusadores y al tercero lo mató su madre, esa misma noche su madre y ellos limpiaron la casa y el desastre causado, limpiaron la sangre, tiraron los cuerpos y no le avisaron a la policía ni a nadie más, su madre pasó repitiendo toda la noche que nada de eso había pasado, y al día siguiente, su padre llegó a casa pero, no le contaron nada, días después del accidente intentó suicidarse, pero fue rehabilitada, hasta en la actualidad que ha intentado suicidarse nuevamente.

IV. SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL PACIENTE.

Se esfuerza por evitar situaciones, lugares y personas que le recuerdan el evento traumático. Presenta síntomas de irritabilidad, se mantiene en alerta excesiva, presenta un desequilibrio personal, apatía, frustración al no poder expresar lo que siente, e incluso pérdida de la memoria del evento traumático como mecanismo de defensa, pero logra plasmar ciertas ideas en sus poemas y libros.

V. PSICOPATOLOGÍAS PRESENTES.

- **Angustia generalizada**
- **Trastorno obsesivo compulsivo**
- **Depresión**
- **Ansiedad Generalizada**

VI. VÍNCULOS Y APEGOS.

Vida familiar: Tuvo una infancia conflictiva debido a los problemas generados en su círculo familiar, con un padre maltratador y una madre manipuladora, sólo encontraba consuelo y felicidad con sus dos hermanos: Tom y Luke, se mudó a la gran ciudad para rehacer su vida, pero últimamente ha recaído en los fantasmas del pasado que le hacen recurrir únicamente con su hermano gemelo Tom, ya que sufrió la pérdida recientemente de su hermano mayor

VII. ESTRUCTURA DE PERSONALIDAD.

Savannah es una persona gentil y muy creativa, pero al verse forzada a reprimir todos sus traumas del pasado se frustra y presenta una tendencia a ver el suicidio como única alternativa, reprime sus eventos

traumáticos y ha quedado tan marcada por esa experiencia, hasta tal punto de vivir con ansiedad, es dependiente de sus hermano Tom hasta el punto de considerarlo a él como su memoria, trasladando en él la responsabilidad de cargar con ese recuerdo trágico.

VIII. DIAGNÓSTICO.

- PRIMARIO: Trastorno por estrés postraumático.
- SECUNDARIO: Ansiedad
- Terciario: Depresión

XI. PROPUESTA DE ABORDAJE:

El rapport será esencial para ganar confianza, ya que no es fácil compartir información luego de un evento tan traumático como el que la paciente vivió, en este caso, restablecer la funcionalidad de la paciente es un objetivo fundamental, llevar un control de sus actividades diarias, trabajar su autoestima, retomar aquellas actividades que le generaban pasión, establecer una red de apoyo en caso de que vuelva a sentirse mal, planear actividades a futuro con la paciente y mantenerla activa para que elimine de su mente la idea de suicidio, será indispensable mantener un control para evitar las recaídas, por eso será necesario mantener activa y comunicada su red de apoyo, en conclusión: hacerle sentir que alguien está presente para ella, ayudarle a mantenerse activa y segura, ayudarle a conectarse con su red de apoyo y dar seguimiento al caso de manera continua.

Perfil del victimario

Libro: “El Salvador, violencia intrafamiliar, testimonio de un grito silencioso”

Descripción del victimario en base al personaje: “Don Carlos, padre de Tirsa”.

Personalidad del victimario: (Incluido el estilo de vida, afrontamiento al estrés y desequilibrio emocional del mismo)

Suele utilizar la violencia física y verbal para someter a las personas que desea, principalmente a su esposa e hija, su fuerza física y autoridad le proporciona las herramientas más efectivas para generar miedo en sus víctimas para doblegarlas y obtener todo lo que desea, posee una clara personalidad violenta, se frustra con mucha facilidad, y toda la rabia e ira que genera la gestiona descargándola o proyectándola hacia los demás, es decir, su violencia va destinada a las personas indefensas que le rodean, en este caso su esposa e hija.

Necesita esa sensación de poder y por eso recurre a someter a quien le rodea, necesita tener a quién culpar de sus miserias, “alguien que pague los platos rotos”

Tiene un modo de pensar rígido: es una persona conservadora que no soporta las novedades.

No gestiona bien su frustración: Si algo no sale como él quiere o esperaba, suele experimentar rabia o ira, exteriorizándola con su propia familia,

Es egoísta: Sólo mira por su propio bienestar y comodidad, es incapaz de sentir empatía y de ponerse en el lugar de los demás.

Controlador y posesivo: Necesita tener controlada a su familia, hasta el punto de matar si alguien se mete “con lo que le pertenece”.

Autoritario: necesita ejercer su poder y dominio, sometiendo a las personas a su alrededor, utilizando su fuerza física para implantar miedo en sus víctimas y someterlas a su voluntad.

Autoestima baja: en el fondo es una persona miserable, con una percepción negativa de él mismo, sabe de sus limitaciones, de sus incapacidades personales, económicas y de vida.

Historia de consumo de sustancias psicotrópicas:

Consume alcohol con frecuencia, gran parte de su salario (que es poco), va dedicado a ingerir alcohol, este consumo de alcohol supone un incremento añadido en la frecuencia de la violencia ejercida, e impide el razonamiento normal de la relación entre las acciones y consecuencias, lo que puede llevarle a realizar actos de violencia mayor, hasta un asesinato.

Naturaleza de las interrelaciones del sujeto:

La forma en la que se relaciona con sus allegados principales está basada en la violencia física, emocional y hasta sexual, lastimando físicamente con acciones como abofetear, empujar, agarrar, sacudir, patear y pegar, intenta controlar diferentes aspectos de la vida de sus víctimas, como en la forma de hablar, relacionarse y hasta vestirse, humilla a su familia frecuentemente y les hace sentir indignas, les amenaza con lastimarlas, se pone constantemente enojado y celoso cuando su familia se relaciona con alguien más.

Sus relaciones en conclusión están basadas en la intimidación que ejerce sobre sus allegados, y en cómo les doblaga.

Relaciones sexuales: Como tiene un delirio de grandeza, cree que tiene el poder absoluto de hacer y decirle a su familia lo que a él se le antoje, eso incluye abusar de ellas sexualmente, como con su hija, en el que espera el momento adecuado en cuanto estén a solas, y puede agredirla física y sexualmente, lo que se denomina “abuso sexual intrafamiliar”, en donde está presente el incesto, y se cubre bajo amenazas, estas acciones se ven potenciadas por el abuso del alcohol que le da coraje para dar rienda suelta a sus impulsos y deseos sexuales incluso si se trata de su propia hija o si debe forzar a su esposa contra su voluntad para darse placer a él y solo a él.

Finalmente, su conducta estará dominada por la impulsividad, inestabilidad emocional y por la ira, lo que genera habilidades sociales y de comunicación deficiente y un bajo o nulo arrepentimiento por las acciones que cometa.

“Curso de especialización”

Alumno: Davis Castro Michael Fernando. DC16011

2. Área laboral

2.1 Entrevista en el área laboral

La entrevista psicológica laboral se revela como una herramienta estratégica en el proceso de selección de personal, permitiendo a los empleadores evaluar no solo las habilidades técnicas, sino también las competencias emocionales y comportamentales de los candidatos. Su importancia radica en la capacidad para prever la idoneidad de un individuo para un entorno de trabajo específico, contribuyendo así a la formación de equipos cohesivos y productivos.

Dentro de los tipos de entrevistas psicológicas laborales, se destacan tres enfoques distintos:

- **Entrevista individual:** Este formato clásico permite al entrevistador y al candidato interactuar directamente, explorando no solo las habilidades técnicas, sino también la personalidad, motivación y adaptabilidad del individuo al entorno laboral específico.
- **Entrevista de panel:** En esta modalidad, el candidato es evaluado por un grupo de entrevistadores, cada uno aportando su perspectiva y experiencia. Este enfoque proporciona una evaluación más completa y objetiva del candidato.
- **Entrevista de grupo:** Utilizada en procesos de evaluación de equipos, esta modalidad observa la dinámica interpersonal y las habilidades de trabajo en grupo. Los candidatos participan en actividades conjuntas, lo que permite al entrevistador evaluar cómo interactúan y resuelven problemas en un contexto colaborativo.

2.2 Instrumentos de evaluación

- **Evaluación de competencias técnicas:** se centra en evaluar las habilidades específicas y conocimientos técnicos relacionados con el trabajo para el cual el candidato está siendo considerado. Esto puede incluir pruebas escritas, ejercicios prácticos o preguntas específicas sobre experiencias laborales anteriores.
- **Evaluación de competencias comportamentales:** se enfoca en evaluar las habilidades blandas y comportamientos del candidato, como la comunicación, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la gestión del tiempo y la adaptabilidad. Puede llevarse a cabo mediante preguntas situacionales o ejercicios de role-playing.
- **Pruebas psicométricas:** incluyen evaluaciones de personalidad, inteligencia emocional, habilidades cognitivas y otros aspectos psicométricos. Estas pruebas proporcionan una

medida objetiva de características específicas que son relevantes para el desempeño laboral.

- **Evaluación de la aptitud para el trabajo en equipo:** se evalúa cómo el candidato trabaja en colaboración con otros. Esto puede llevarse a cabo mediante la observación de la participación en actividades de grupo durante la entrevista o mediante ejercicios específicos de trabajo en equipo.
- **Entrevistas estructuradas y no estructuradas:** las entrevistas estructuradas siguen un conjunto predefinido de preguntas, mientras que las entrevistas no estructuradas permiten una mayor flexibilidad. Ambos enfoques buscan evaluar la personalidad, motivación, valores y habilidades interpersonales.
- **Evaluación de la alineación con la cultura organizacional:** se busca determinar si el candidato comparte los valores y la visión de la empresa. Esto puede evaluarse a través de preguntas específicas sobre la cultura organizacional, así como mediante la observación de comportamientos y actitudes durante la entrevista.
- **Evaluación de proyectos o tareas prácticas:** en algunos casos, se le puede pedir al candidato que complete una tarea práctica o un proyecto relacionado con las responsabilidades del trabajo para evaluar sus habilidades en un contexto laboral simulado.

N	Tipo de test administrado y que mide						Resultados de la entrevista	IPV- El Inventario de Personalidad para Vendedores	Experiencia según CV	Conclusiones/ Sugerencias	Posición de terna
	Nombre completo	Puesto al que aplica	Edad	Sexo	Universidad	Profesión					
1	DP26	Vendedor de autos	26	M	Universidad de El Salvador	Licenciado en Administración de empresas	Presenta habilidades de comunicación verbal y escrita, capacidad para establecer relaciones sólidas con los clientes, aptitud para trabajar en equipo y colaborar con otros departamentos, capacidad para comprender sus necesidades y preferencias. También posee habilidades de organización y gestión del tiempo. Fuerte ética de trabajo y motivación para lograr los objetivos establecidos. Se observó un lenguaje corporal abierto y relajado, lenguaje formal y habla fluida, no se observaron comportamientos desafiantes ni imprudentes.	Posee facilidad para establecer relaciones con los demás, muestra combatividad que le permite persuadir al cliente y tiene control de sí mismo. Sabe ponerse en lugar de los demás, sabe escuchar y comprender. Puede controlar sus emociones y mantener la calma en situaciones de estrés. Es un individuo seguro de sí mismo, que le gustan las situaciones novedosas e inesperadas, capaz de enfrentarse a riesgos.	Voluntario de Atención al Cliente – Fundación Empresarial para el Desarrollo Educativo (FEPADE) Posee Cursos sobre Marketing, Comportamiento del Consumidor, Ventas y Negociación	Posee habilidades aptas para el puesto, tiene una actitud positiva ante las demandas que requiere, tiene conocimientos sobre la venta y experiencia básica para ejercer el rol. Posee persuasión y seguridad en sí mismo aunque a la vez su introversión puede llegar a ser un problema para la venta. A pesar de poseer experiencia básica en venta no tiene experiencia en la venta de autos ni en otras ramas similares, sin embargo posee pasión e interés por los autos por lo cual puede someterse a una capacitación para poder ejercer el rol.	1
2	CG24	Vendedor de autos	24	F	Universidad de El Salvador	Egresada de Licenciatura en Administración de empresas	Presenta habilidad para el servicio al cliente y capacidad para trabajar en entornos orientados al cliente, buena capacidad de comunicación y escucha activa, capacidad para trabajar en equipo y colaborar eficazmente con otros miembros del personal, habilidades numéricas y capacidad para manejar el dinero con precisión, orientación al detalle y capacidad para realizar múltiples tareas de manera efectiva. Durante la entrevista se observó una conducta abierta y simpática, constantemente alegre y de buen humor, lenguaje coloquial e informal.	Es una persona activa y dinámico, cuenta con capacidad para soportar y provocar situaciones conflictivas con el deseo de ganar, posee una actitud dominante por poder o ascendencia. Es una persona que soporta adecuadamente las acciones frustrantes, capaz de comprender los fracasos y de no personalizar las situaciones en que se ve implicado. Posee agresividad comercial.	Experiencia laboral en atención al cliente en Starbucks Escalón en el periodo de enero de 2019 a febrero de 2020	Posee habilidades de persuasión y venta destacables, su facilidad de hablar y extroversión son buenos para un puesto de vendedor. Posee conocimientos de venta y experiencia en atención al cliente, sin embargo no posee conocimientos sobre autos ni curiosidad sobre estos. Es de destacar que aún no es graduada de su licenciatura. No es apta para el puesto.	2



Selección de personal

Venta de autos



Funciones que deberá desempeñar

67

Desempeñará un papel fundamental en el proceso de venta de vehículos. Su principal objetivo es satisfacer las necesidades de los clientes y cerrar ventas exitosas. A continuación, se detallan algunas responsabilidades y tareas típicas de un vendedor de autos:

- Atención al cliente: debe brindar una excelente atención al cliente. Esto implica recibir a los clientes en el concesionario, escuchar sus necesidades y preferencias, y proporcionar información detallada sobre los vehículos disponibles.
- Presentación y demostración de vehículos: debe mostrar los vehículos a los clientes de manera atractiva y profesional. Debe destacar las características y beneficios clave de cada automóvil, así como realizar demostraciones de manejo cuando sea necesario.
- Identificación de necesidades: debe ser capaz de identificar las necesidades individuales de cada cliente. Esto implica realizar preguntas relevantes para comprender su estilo de vida, requisitos de espacio, preferencias de rendimiento y cualquier otra consideración importante al elegir un vehículo.

- Asesoramiento y recomendaciones: Basándose en las necesidades identificadas, debe asesorar a los clientes y recomendar los vehículos más adecuados para ellos. Debe ofrecer información objetiva y ayudar a los clientes a tomar decisiones informadas.
- Negociación de precios y condiciones: debe tener habilidades sólidas de negociación para llegar a acuerdos en cuanto a precios, condiciones de venta y opciones de financiamiento. Debe ser capaz de manejar objeciones y encontrar soluciones que satisfagan las necesidades tanto del cliente como del concesionario.
- Gestión de documentos y trámites: manejar los documentos y trámites relacionados con la venta de vehículos. Esto incluye preparar contratos de compra, organizar la transferencia de propiedad del vehículo y garantizar que todos los aspectos legales y administrativos se lleven a cabo correctamente.
- Seguimiento y servicio postventa: Después de la venta, el vendedor debe realizar un seguimiento con los clientes para garantizar su satisfacción y abordar cualquier problema o pregunta adicional. También puede ser responsable de coordinar servicios de mantenimiento, reparaciones y garantías.

Además de estas responsabilidades, debe mantenerse actualizado sobre los nuevos modelos de vehículos, las tendencias de la industria y las estrategias de ventas. Debe ser proactivo, estar dispuesto a establecer contactos con clientes potenciales y participar en eventos de promoción para generar oportunidades de venta.

Perfil de una persona vendedora de autos

69

Excelentes habilidades de comunicación:

Un vendedor de autos exitoso debe ser capaz de comunicarse de manera efectiva con los clientes. Debe tener habilidades de escucha activa para comprender las necesidades y preferencias del cliente, así como habilidades persuasivas para presentar los beneficios del vehículo que está promoviendo.

Conocimiento de productos:

Un vendedor de autos debe tener un amplio conocimiento sobre los diferentes modelos de vehículos que vende. Debe estar al tanto de las características técnicas, las opciones de personalización, el rendimiento, la seguridad y otros aspectos relevantes de los automóviles para poder brindar información precisa y responder a las preguntas de los clientes.

Orientación al cliente:

Debe ser capaz de establecer una buena relación con los clientes, mostrar empatía y comprensión, y adaptarse a sus preferencias individuales. La capacidad de crear confianza y construir relaciones a largo plazo es fundamental para el éxito en esta profesión.

Habilidades de negociación:

La negociación es una parte integral de la venta de automóviles. Un vendedor de autos debe tener habilidades sólidas de negociación para llegar a acuerdos beneficiosos tanto para el cliente como para el concesionario. Esto implica la capacidad de presentar ofertas atractivas, manejar objeciones y encontrar soluciones que satisfagan las necesidades de ambas partes.

Conocimientos financieros:

Los vendedores de autos deben ayudar a los clientes a obtener financiamiento para la compra de un vehículo. Por lo tanto, es importante tener conocimientos básicos sobre opciones de financiamiento, préstamos, arrendamientos y otras formas de pago. Además, es útil comprender los aspectos básicos de la contabilidad y las tasas de interés para brindar asesoramiento financiero adecuado.

Actitud proactiva:

Debe tener una actitud proactiva y estar dispuesto a buscar activamente oportunidades de venta. Esto puede implicar el seguimiento de clientes potenciales, participar en eventos de promoción, establecer contactos con clientes antiguos y buscar formas creativas de atraer a nuevos compradores.

Orientación a los resultados:

El éxito en la venta de automóviles está estrechamente relacionado con el logro de objetivos de ventas individuales y del concesionario. Un buen vendedor de autos debe tener una mentalidad orientada a los resultados y estar dispuesto a esforzarse para alcanzar y superar las metas establecidas. Esto implica ser persistente, tener una mentalidad competitiva y estar dispuesto a enfrentar desafíos.

1° Candidato

71

Nombre completo: DP26

Edad: 26

Residencia: San Salvador

Estado civil: Soltero

Nivel académico: Licenciado en administración de empresas.

Entrevista y observación

Presenta habilidades de comunicación verbal y escrita, capacidad para establecer relaciones sólidas con los clientes, aptitud para trabajar en equipo y colaborar con otros departamentos, capacidad para comprender sus necesidades y preferencias. También posee habilidades de organización y gestión del tiempo. Fuerte ética de trabajo y motivación para lograr los objetivos establecidos. Se observó un lenguaje corporal abierto y relajado, lenguaje formal y habla fluida, no se observaron comportamientos desafiantes ni imprudentes.

Es licenciado en Administración de Empresas, tiene experiencia en atención al cliente en la Fundación Empresarial para el Desarrollo Educativo (FEPADE). También cursos de marketing, comportamiento del consumidor, ventas y negociación. Tiene pasión por los automóviles.

Resultados de la prueba IPV

72

	FACTOR	VALOR	
DGV	Disposición General a la Venta	7	Mayor Promedio
R	Receptividad	7	Mayor Promedio
A	Agresividad	5	Promedio
I	Comprensión	7	Mayor Promedio
II	Adaptabilidad	6	Promedio
III	Control de sí mismo	7	Mayor Promedio
IV	Tolerancia a la Frustración	6	Promedio
V	Combatividad	5	Promedio
VI	Dominancia	6	Promedio
VII	Seguridad	6	Promedio
VIII	Actividad	7	Mayor Promedio
IX	Sociabilidad	6	Promedio

Nombre completo: CG24

Edad: 24

Residencia: San Salvador

Estado civil: Soltera

Nivel académico: Egresada en licenciatura en administración de empresas

Presenta habilidad para el servicio al cliente y capacidad para trabajar en entornos orientados al cliente, buena capacidad de comunicación y escucha activa, capacidad para trabajar en equipo y colaborar eficazmente con otros miembros del personal, habilidades numéricas y capacidad para manejar el dinero con precisión, orientación al detalle y capacidad para realizar múltiples tareas de manera efectiva. Durante la entrevista se observó una conducta abierta y simpática, constantemente alegre y de buen humor, lenguaje coloquial e informal.

Es egresada de la licenciatura en administración de empresas, Tiene experiencia laboral en atención al cliente en Starbucks. Posee conocimientos básicos en autos.

Resultados de la prueba IPV

74

	FACTOR	VALOR	
DGV	Disposición General a la Venta	7	Mayor Promedio
R	Receptividad	6	Promedio
A	Agresividad	6	Promedio
I	Comprensión	7	Mayor Promedio
II	Adaptabilidad	4	Bajo
III	Control de sí mismo	5	Promedio
IV	Tolerancia a la Frustración	5	Promedio
V	Combatividad	7	Mayor Promedio
VI	Dominancia	6	Promedio
VII	Seguridad	6	Promedio
VIII	Actividad	5	Promedio
IX	Sociabilidad	8	Mayor Promedio

Preguntas utilizadas en la entrevista

1. Háblame de ti
2. ¿Por qué te interesa el puesto?
3. ¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?
4. ¿Cuál es tu meta en la vida?
5. ¿Por qué no has durado en tus trabajos anteriores?
¿Por qué duraste tan poco en tu anterior empleo?
6. Cuéntame de algún momento de tu vida laboral en el que hayas cometido un error, ¿cómo lo solucionaste?
7. ¿Cómo manejas la presión?
8. ¿Qué pasaría si después de 5 años trabajando con nosotros no obtuvieras un ascenso? ¿Sería frustrante para ti?
9. ¿Cuál es tu mayor debilidad o defecto?
10. ¿Cómo describirías tu trabajo ideal?
11. ¿Cómo te ves en 5, 10 años? ¿Coincide el puesto con tus expectativas a futuro?
12. ¿Cuál ha sido el mayor error en tu vida? ¿Qué aprendiste? ¿Aprendes de tus errores? ¿Tus experiencias te ayudaron a madurar?
13. Menciona una situación concreta de tu vida laboral en la que hayas demostrado tu liderazgo
14. ¿Cuál es el mayor riesgo que has tomado?
15. ¿Por qué deberíamos contratarte?

Ingresa los resultados del candidato 1

	FACTOR	VALOR	
DGV	Disposición General a la Venta	7	Mayor Promedio
R	Receptividad	7	Mayor Promedio
A	Agresividad	5	Promedio
I	Comprensión	7	Mayor Promedio
II	Adaptabilidad	6	Promedio
III	Control de sí mismo	7	Mayor Promedio
IV	Tolerancia a la Frustración	6	Promedio
V	Combatividad	5	Promedio
VI	Dominancia	6	Promedio
VII	Seguridad	6	Promedio
VIII	Actividad	7	Mayor Promedio
IX	Sociabilidad	6	Promedio

INTERPRETACIÓN

DGV	DGV.- Disposición General para la Venta: Muestra una disposición general para la venta ligeramente mayor que el promedio, es decir, posee facilidad para establecer relaciones con los demás, muestra combatividad que le permite persuadir al cliente y tiene control de sí mismo. En sí, cuenta con rasgos de personalidad idóneos para actividades comerciales.
R	R.- Receptividad: El índice de receptividad está ligeramente mayor que el promedio, por tanto, se puede decir, que es una persona que sabe ponerse en lugar de los demás, sabe escuchar y comprender, cuenta con capacidad de adaptación a personas y circunstancias. posee control de sí mismo y resistencia a la frustración.
A	A.- Agresividad: Es una persona activa y dinámico, cuenta con capacidad para soportar y provocar situaciones conflictivas con el deseo de ganar, posee una actitud dominante por poder o ascendencia, seguro de sí, gusta de riesgos.
I	I.- Comprensión: El índice de comprensión está ligeramente arriba del promedio, por tanto, se puede decir que es empático y objetivo en sus relaciones humanas, intuitivo y capaz de integrar en su contexto un suceso cualquiera.
II	II.- Adaptabilidad: Cuenta con una habilidad para adaptarse fácil y rápidamente a situaciones y personas diferentes, es flexible en sus actividades tanto intelectuales como de relación.
III	III.- Control de sí mismo: El índice de control de sí mismo está ligeramente arriba del promedio, es decir, es un individuo controlado, dueño de sí mismo, capaz de una buena administración de su potencial psicológico o físico, es una persona organizada y perseverante, hábil para ocultar sus sentimientos.
IV	IV.- Tolerancia a la frustración: Es una persona que soporta adecuadamente las acciones frustrantes, capaz de comprender los fracasos y de no personalizar las situaciones en que se ve implicado.
V	V.- Combatividad: Es una persona capaz de entrar en conflictos y soportar los desacuerdos, posee agresividad comercial.
VI	VI.- Dominio: Señala a una persona con voluntad de dominio, con deseos de ganar, de manipular, persuasivo y cautivador, es dominante y con actitud ascendente propia de personas con jerarquía
VII	VII.- Seguridad: Es un individuo seguro de sí mismo, que le gustan las situaciones novedosas e inesperadas, capaz de enfrentarse a riesgos.

VIII	VIII.- Actividad: El índice de actividad ligeramente mayor que el promedio, señala a una persona activa que no le gusta pasividad.
IX	IX.- Sociabilidad: Es extrovertido, capaz de crear nuevos contactos y convivir con los demás, es sensible a las relaciones humanas y prefiere estar acompañado que solo.

Ingresa los resultados del candidato 2

	FACTOR	VALOR	
DGV	Disposición General a la Venta	7	Mayor Promedio
R	Receptividad	6	Promedio
A	Agresividad	6	Promedio
I	Comprensión	7	Mayor Promedio
II	Adaptabilidad	4	Bajo
III	Control de sí mismo	5	Promedio
IV	Tolerancia a la Frustración	5	Promedio
V	Combatividad	7	Mayor Promedio
VI	Dominancia	6	Promedio
VII	Seguridad	6	Promedio
VIII	Actividad	5	Promedio
IX	Sociabilidad	8	Mayor Promedio

INTERPRETACIÓN

DGV	DGV.- Disposición General para la Venta: Muestra una disposición general para la venta ligeramente mayor que el promedio, es decir, posee facilidad para establecer relaciones con los demás, muestra combatividad que le permite persuadir al cliente y tiene control de sí mismo. En sí, cuenta con rasgos de personalidad idóneos para actividades comerciales.
R	R.- Receptividad: Es una persona que sabe ponerse en lugar de los demás, sabe escuchar y comprender, cuenta con capacidad de adaptación a personas y circunstancias, posee control de si mismo y resistencia a la frustración
A	A.- Agresividad: Es una persona activa y dinámico, cuenta con capacidad para soportar y provocar situaciones conflictivas con el deseo de ganar, posee una actitud dominante por poder o ascendencia, seguro de sí, gusta de riesgos.
I	I.- Comprensión: El índice de comprensión está ligeramente arriba del promedio, por tanto, se puede decir que es empático y objetivo en sus relaciones humanas, intuitivo y capaz de integrar en su contexto un suceso cualquiera.
II	II.- Adaptabilidad: Puede llegar a adaptarse a situaciones y personas, y ser flexible en actividades tanto intelectuales como de relación, estas cualidades están ligeramente abajo del promedio de la norma.
III	III.- Control de sí mismo: Es un individuo controlado, dueño de sí mismo, capaz de una buena administración de su potencial psicológico o físico, es una persona organizada y perseverante, hábil para ocultar sus sentimientos.
IV	IV.- Tolerancia a la frustración: Es una persona que soporta adecuadamente las acciones frustrantes, capaz de comprender los fracasos y de no personalizar las situaciones en que se ve implicado.
V	V.- Combatividad: El índice de combatividad está ligeramente mayor que el promedio, es decir, es una persona capaz de entrar en conflictos y soportar los desacuerdos. Posee agresividad comercial.
VI	VI.- Dominio: Señala a una persona con voluntad de dominio, con deseos de ganar, de manipular, persuasivo y cautivador, es dominante y con actitud ascendente propia de personas con jerarquía
VII	VII.- Seguridad: Es un individuo seguro de sí mismo, que le gustan las situaciones novedosas e inesperadas, capaz de enfrentarse a riesgos.

VIII VIII.- Actividad: Es una persona activa que no le gusta la pasividad.

IX IX.- Sociabilidad: El índice de sociabilidad ligeramente mayor que el promedio, muestra a una persona extrovertido, capaz de crear nuevos contactos y convivir con los demás, sensible a las relaciones humanas y el cual prefiere estar acompañado que solo.v

N	Tipo de test administrado y que mide						Resultados de la entrevista	16PF	Test Dominó 48D	Experiencia según CV	Conclusiones/ Sugerencias
	Nombre completo	Puesto al que aplica	Edad	Sexo	Universidad	Profesión		Cuestionario que mide la personalidad de los adultos. Es robusto, completo y ampliamente utilizado como una medida fiable de 16 rasgos de personalidad que describen y predicen el comportamiento de una persona en una variedad de contextos.	Evalúa la capacidad para conceptualizar y aplicar el razonamiento sistemático a nuevos problemas y constituye una excelente medida del factor "g", escasamente contaminada por factores culturales.		
1	PC36	Jefe de Departamento de Psicología	36	M	Universidad de El Salvador	Licenciado en Psicología	Se encontró que posee una gran experiencia en el ámbito clínico, ofreciendo servicios de atención psicológica de forma individual y grupal. Tiene habilidades en evaluación psicológica y diagnóstico, terapia individual y grupal, en la implementación de técnicas cognitivo-conductuales, trabajo en equipo y coordinación de grupos. En la entrevista se le observó ser una persona formal, atenta y respetuosa.	Es de destacar que tuvo una puntuación elevada en distorsión por lo cual queda invalidada la prueba debido a que quiso distorsionar sus datos para tener un mejor resultado.	Obtuvo un resultado 31.5 en la Prueba de Domino D48, en base a sus capacidades lógicas, una Capacidad de Inteligencia que se encuentra en un rango Superior al Termino Medio comparado con el promedio de la población.	Experiencia laboral de 5 años en atención psicológica clínica en FUNDACLINI CASV	Posee grandes habilidades como psicólogo clínico, tiene experiencia en la rama y sabe como resolver las problemáticas que se le presentan. Tiene una alta inteligencia y niveles altos de resolución de problemas. Pero tiende a querer aparentar ser una persona con mayores habilidades que las poseidas, esto puede llevar a una competitividad insana ya que querrá hacerse notar más que los demás, por cual puede traer consecuencias negativas al ambiente laboral y a la obtención de resultados. No es apto para el cargo.

Resultados de la prueba 16PF

Z **PERFIL DE PERSONALIDAD**

X **EVALUADO:**

D	DISTORSION	11
A	A. RELACIÓN SOCIAL	2
B	B. LIMITES EN SU RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	2
C	C. INDEPENDENCIA Y CONTROL DE SÍ MISMO	2
E	E. SOLEMNIDAD Y ACTITUD DE ASCENDENCIA SOBRE EL GRUPO	8
F	F. TRATO Y SOCIABILIDAD	4
G	G. DINAMISMO- LEALTAD GRUPAL	4
H	H. TENDENCIA A LA SOCIABILIDAD Y SEGURIDAD EN SI MISMO	3
I	I. SENSIBILIDAD EMOCIONAL	9
L	L. CONFIANZA – CREDIBILIDAD.	8
M	M. EXPRESIÓN ACTITUD COGNITIVA-OBJETIVIDAD	8
N	N. SUTILEZA- PERSPICACIA - ASTUCIA	8
O	O. ADECUACIÓN A SU ENTORNO	9
Q1	Q1. POSICIÓN SOCIAL	4
Q2	Q2. DEPENDENCIA Y SEGURIDAD PERSONAL	5
Q3	Q3. DESARROLLO PERSONAL Y AUTOESTIMA	4
Q4	Q4. TENSIÓN Y CONTROL DEL STRESS	9

RECURSOS PERSONALES

D. DISTORSIÓN

En puntuaciones altas la persona evaluada ha querido mostrarse con un perfil mejor de lo que realmente es a fin de agradar. Lo adecuado son puntuaciones promedio. Las puntuaciones altas invalidan los resultados y su confiabilidad.

A. RELACIÓN SOCIAL

Tendencia a poseer buen genio, facilidad para tratar, ser cooperador, amable y adaptable a las situaciones que se le presentan. Tendencia a integrarse de manera activa a su entorno social y asumir positivamente las críticas.

B. LIMITES EN SU RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS - INTELIGENCIA

En puntajes altos posee la aptitud para percibir y comprender las cosas con rapidez. Generalmente son personas cultas y de carácter con mucha actividad mental rápida. Buena habilidad resolutive frente a situaciones nuevas y las que rutinariamente asume mediante el empleo de pensamiento abstracto y /o pensamiento concreto. En puntajes bajos suelen tener un pensamiento más concreto y menos abstracto.

C. INDEPENDENCIA Y CONTROL DE SÍ MISMO

En puntajes altos denota madurez emocional, calmado, algo flemático, muy realista en cuanto a la vida, capaz de enfrentar las cosas con facilidad. Consciente de sus posibilidades personales. En puntajes bajos suelen tener menor estabilidad emocional.

E. SOLEMNIDAD Y ACTITUD DE ASCENDENCIA SOBRE EL GRUPO

En puntajes altos, manifiesta una actitud tendiente a ser positiva. Busca ser muy competitivo, rebelde en determinadas circunstancias, pudiendo llegar a ser algo terco cuando cree tener la razón. En algunas ocasiones puede ser solemne y estricto. Capaz de enfrentar de manera directa las cosas.

F. TRATO Y SOCIABILIDAD

En puntajes altos suelen ser alegres, muy comunicativos, francos, impetuosos y en ocasiones arriesgados. Con frecuencia se le elige como líder o dirigente de grupos. En puntajes bajos suelen ser sobrios, taciturnos, serios, muy reflexivos, preocupados y cautos en lo que van a realizar.

G. DINAMISMO- LEALTAD GRUPAL

En puntajes altos suelen poseer un carácter fuerte, enérgico, bien organizado. Generalmente muy consciente y emocionalmente maduro. Suele estar orientado hacia el logro de principios morales y éticos en su desempeño. Se le observa que suele meditar antes de realizar alguna actividad, por lo que prefiere a la gente eficiente. Puede ser muy escrupuloso, persistente, moralista y muy juicioso al tomar decisiones. En puntajes bajos suelen desacatar las normas y reglas.

H. TENDENCIA A LA SOCIABILIDAD Y SEGURIDAD EN SI MISMO

En puntajes altos tienden a ser sociables, dinámicos, espontáneos, arriesgados, aventurados, desinhibidos, audaces. Es poseedor de respuestas emocionales en abundancia. Se interrelaciona con la gente en todas las circunstancias y soporta situaciones emocionales sin fatigarse. Tiene la tendencia a ser sentimentales.

I. SENSIBILIDAD EMOCIONAL

En puntajes altos presentan mucha sensibilidad emocional, suelen ser muy afectuosos, sensitivos, dependientes, y buscan sobre protección. Son capaces de direccionar un equipo operando sobre bases prácticas y realistas. En puntajes bajos suelen ser muy calculadores, extremadamente confiados en sí mismo y muy realistas por lo que en ocasiones suelen exagerar.

L. CONFIANZA – CREDIBILIDAD.

En puntajes altos suele ser desconfiado, intolerante, poco constante en su accionar suele estar muy celoso y con algunas envidias. En puntajes bajos suele ser muy respetuoso de los demás confiados en sí mismo, realista y genera confianza.

M. EXPRESIÓN ACTITUD COGNITIVA-OBJETIVIDAD

En puntuaciones altas se muestra pragmático e inclusive ansioso de hacer las cosas como se deben hacer. Suele ser juicioso y constante, sobre todo en momentos críticos. Suele ser muy objetivos

N. SUTILEZA- PERSPICACIA - ASTUCIA

En puntajes altos suele ser una persona muy hábil, astuto, socialmente consciente de su entorno, por lo que es fácil direccionar grupos. Le agrada estudiar, formarse, es calculador y muy preciso en sus apreciaciones. Puede tener una tendencia a ser cuidadoso experimentado mundano, desafiante. Es terco y analítico. Es inclinado a encontrar solución a las situaciones novedosas. En puntajes bajos suele ser ingenuo, sin muchas pretensiones en la vida, sincero, pero algo "torpe" en su relación social.

O. ADECUACIÓN A SU ENTORNO

En puntajes altos suele ser muy aprensivo. Asimismo, autorecriminante, inseguro en sus decisiones y muy preocupado. Suele asumir responsabilidad por hechos que realmente no necesariamente lo es. En puntajes bajos suele ser sereno, apacible, persistente, autoconfiado, cuidadoso. Posee la tendencia a ser plácido, de buen control personal en situaciones difíciles. Muy confiado en sí mismo y en sus habilidades para manejar situaciones y personas. Afronta con tranquilidad las situaciones y se siente siempre seguro de sí mismo.

Q1. POSICIÓN SOCIAL

En puntajes altos suele ser autosuficiente, con habilidad para emplear sus recursos personales y del entorno. Suele trabajar solo y prefiere sus propias decisiones siendo muy autosuficiente. Siempre está bien informado y le gusta experimentar. En puntajes bajos suelen ser muy conservador, le gusta respetar y mantener las ideas establecidas, poco tolerantes

con los cambios. Se interesa en cuestiones intelectuales. Con poca frecuencia se encuentra defendiendo ideas nuevas.

Q2. DEPENDENCIA Y SEGURIDAD PERSONAL

En puntajes altos suele ser un sujeto independiente, autosuficiente, suele hacer las cosas como cree que deben hacerse. Capaz de tomar decisiones personales y actuar por sí mismo. No siendo un individuo que se deje dominar por los demás. En ocasiones pueden ser un miembro constructivo en equipo y un facilitador de tareas. En puntajes bajos no asume el liderazgo, sino que es dependiente en el grupo, no toma decisiones con facilidad. Su principal característica, en puntajes bajos, es que es un miembro fiel y confiable dentro del equipo.

Q3. DESARROLLO PERSONAL Y AUTOESTIMA

En puntajes altos suele ser un sujeto con tendencia a poseer un gran control sobre sí mismo y a dominar sus emociones. Tiende a ser muy considerado con los demás y muy cuidadoso. Sin embargo, en ocasiones suele ser muy obstinado. Suele presentar una firme fuerza de voluntad, le agrada el control, es escrupuloso y socialmente compulsivo en su actuación, sobre todo en el ejercicio del control. Los líderes suelen tener un puntaje alto en este factor. En puntajes bajos suele ser un sujeto con muy poca iniciativa, sigue sus impulsos, indiferente a las reglas, algo incontrolado y en ocasiones algo "flojo".

Q4. TENSIÓN Y CONTROL DEL ESTRÉS

En puntajes bajos suele presentar una buena estabilidad emocional, libre de tensiones emocionales, de impaciencia y nerviosismo. Tendencia a manejar adecuadamente las situaciones de estrés. Suele ser tranquilo y apático en ocasiones, relajado y muy tranquilo. Por lo general no se frustra con facilidad. En puntajes altos suele ser tenso, se frustra con facilidad, impulsivo y se tensa con mucha facilidad.

Problema No.	R. Candidato	R. Correctas	Evaluación
1	2	2	0.5
1b	2	2	0.5
2	3	3	0.5
2b	5	5	0.5
3	3	3	0.5
3b	1	1	0.5
4	4	4	0.5
4b	2	2	0.5
5	5	5	0.5
5b	5	5	0.5
6	1	1	0.5
6b	1	1	0.5
7	4	4	0.5
7b	1	1	0.5
8	6	6	0.5
8b	4	4	0.5
9	4	4	0.5
9b	2	2	0.5
10	4	4	0.5
10b	4	4	0.5
11	4	4	0.5
11b	0	0	0.5
12	3	3	0.5
12b	2	2	0.5
13	3	3	0.5
13b	4	4	0.5
14	4	4	0.5
14b	2	2	0.5
15	6	6	0.5
15b	4	4	0.5
16	6	6	0.5
16b	2	2	0.5
17	5	5	0.5
17b	4	4	0.5
18	3	3	0.5
18b	4	4	0.5
19	2	2	0.5
19b	3	3	0.5
20	3	3	0.5
20b	5	5	0.5
21	6	6	0.5
21b	5	5	0.5
22	3	3	0.5
22b	3	3	0.5
23	6	4	0
23b	4	2	0
24	2	2	0.5
24b	4	4	0.5
25	2	4	0
25b	6	0	0
26	3	5	0
26b	5	3	0
27	6	6	0.5
27b	0	0	0.5
28	4	4	0.5
28b	3	3	0.5
29	0	0	0.5
29b	2	2	0.5
30	0	0	0.5
30b	6	6	0.5
31	5	3	0
31b	4	0	0
32	2	6	0
32b	3	0	0
33	6	6	0.5
33b	6	6	0.5
34	0	3	0
34b	3	6	0
35	4	0	0
35b	5	2	0
36	2	2	0.5
36b	4	1	0
37	5	5	0.5
37b	4	4	0.5
38	3	4	0
38b	4	5	0
39	0	6	0
39b	5	6	0
40	3	6	0
40b	3	0	0
41	4	4	0.5
41b	3	3	0.5
42	3	5	0
42b	3	5	0
43	2	2	0.5
43b	2	6	0
44	2	2	0.5
44b	5	4	0
TOTAL			31.5

Escala de Inteligencia		
	Min.	Max.
Deficiente	0	7
Inferior al Termino Medio	7.5	13.5
Termino Medio	14	29.5
Superior al Termino Medio	30	36
Superior	36.5	44

Resultado Superior al Termino Medio
Superior al Termino Medio
Superior al Termino Medio
Superior al Termino Medio
Superior

RESULTADO PRUEBA DOMINO D48**Fecha:** 31-may-23

El candidato obtuvo un resultado **31.5** en la Prueba de Domino D48 por lo cual la persona presenta, en base a sus capacidades lógicas, una Capacidad de Inteligencia que se encuentra en un rango **Superior al Termino Medio** comparado con el promedio de la población.



**PRESENTACIÓN DEL PROCESO
DE SELECCIÓN DE LOS
CANDIDATOS ASPIRANTES
AL PUESTO DE VENTAS**

DESCRIPCIÓN DEL PUESTO: VENDEDOR DE AUTOS.

Departamento: ventas		Puesto: Gerente de ventas
Cantidad de empleados en el puesto: 5 vendedores.	Sexo: Ambos.	Edad requisito: 25 a 40 años
<p>Descripción del puesto:</p> <p>Esta empresa está buscando un vendedor/a de autos con experiencia, que pueda aprender rápidamente y que logre generar resultados de excelencia. El candidato ideal para este puesto deberá ser un experto en todos los modelos de auto que vendemos, entregará un servicio de atención al cliente de alta calidad, y será un asesor que ayudará a los clientes a encontrar la opción que se ajuste a sus necesidades.</p>		

Nivel de educación:	Requiere al menos haber culminado bachillerato o diversos cursos técnicos en ventas.
Conocimientos Específicos para el puesto:	Mecánica automotriz básica, manejo de tecnología general y marketing publicitario, habilidades de negociación.
Experiencia:	1 o más años de experiencia en ventas al por menor preferiblemente.
competencias	Habilidades sociales, elocuencia al hablar, asertividad, habilidades de persuasión y convencimiento, un 70% de manejo de inglés básico, conocimientos generales y específicos en mecánica automotriz y saber contrastar las diferentes marcas para cada situación requerida.

Proceso de selección de los candidatos del puesto:

Se realizó el siguiente proceso:

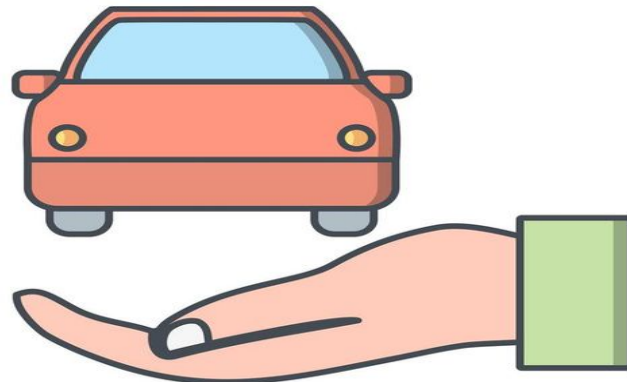
1. Identificación de las necesidades:
2. Búsqueda de los candidatos
3. prueba
4. Entrevista
5. Valoración y toma de decisiones.



Identificación de necesidades:

Toda búsqueda de candidato está directamente vinculada con una necesidad a cubrir o fortalecer dentro de las áreas de negocio de la empresa.

Una vez identificadas las necesidades a cubrir, el perfil que se Busca, y los requisitos del puesto, se dio luz verde al proceso.



Búsqueda de candidatos:

En este punto, la empresa optó por el método tradicional de publicación del puesto, a través de redes sociales y gamificación de la información.

Se obtuvieron 50 currículum vitae, sin embargo, los que más experiencia y requisitos del perfil cumplieron fueron 15, Antes de hacer un proceso de entrevista, se aplicó a estos 15 Candidatos el test IPV, o índice de personalidad para vendedores, Esta es una prueba psicotécnica que se aplica con el fin de obtener una evaluación de las capacidades de una persona antes Situaciones laborales de venta o comerciales, siendo el más apto Para aplicar a los candidatos y utilizar como un filtro los resultados Obtenidos, los cuales 5 candidatos lograron pasar este primer filtro

Entrevista: Se realizó esta entrevista semi estructurada de forma presencial, esto con el fin de valorar no solo las respuestas de los candidatos si no otros factores de importancia como: puntualidad, vestimenta, modales, lenguaje no verbal, lenguaje corporal, entre otros aspecto que valora la empresa.



Preguntas realizadas:

1. Háblame de ti.
2. ¿Qué sabes de nuestra empresa?
3. ¿Por qué deberíamos contratarte?
4. ¿Qué cualidades y defectos consideras que posees?
5. ¿Qué aspectos valoras de tus anteriores empleos?
6. ¿Por qué dejaste tu anterior empleo?
7. ¿Cómo manejas la presión?
8. ¿Qué ofreces a nuestra empresa?
9. ¿Por qué crees que eres el candidato ideal para este puesto?
10. ¿Tienes alguna duda o pregunta para mí o para la empresa?

Resultados finales:

Al finalizar este proceso y analizar los resultados, se llegó a la elección de 3 candidatos tentadores para el puesto:

- Kevin Josua Marín Mejía.
- Donis Eduardo Granados Zelaya.
- Melvin Alexander Fuentes García.



KM29:

Es un hombre de 29 años de edad, reside en el departamento de Cuscatlán, ha trabajado en un taller automotriz por 5 años y tiene un amplio conocimiento en mecánica y marcas de autos, se graduó de mercadología en la universidad Tecnológica y tiene habilidades sociales excelentes al momento de entablar comunicación con personas aleatorias incluyendo si estas hablan inglés, ya que domina el idioma.

Sus mayores puntajes en el IPV fueron en receptibilidad y dominancia, lo que confirma su capacidad para comprender y persuadir a las personas a las que pretenda vender.

DG36:

Es un hombre de 36 años de edad, posee un título de bachiller, Durante 4 años estudió medicina pero su situación económica lo obligó a dejar sus estudios y a dedicarse directamente a las ventas

Y negocios variados, tiene 15 años de experiencia como vendedor.

Es una persona muy segura y persuasiva al momento de convencer a sus clientes, en la prueba de IPV se destacó su seguridad, combatividad y su proactividad.



MF32:

Es un hombre de 32 años de edad, ha trabajado durante 16 años conduciendo vehículos para personas que solicitan viajes, tiene experiencia trabajando en talleres de autos y conoce muy bien las marcas, sus características y cómo contrastar las virtudes de cada vehículo y domina el idioma inglés.

En la entrevista, mostró habilidad social para comunicar sus ideas y para ofrecer muchas alternativas de solución a un mismo problema, no presenta problemas en su trabajo anterior y tiene buena recomendación de sus clientes, los factores que resaltaron en su prueba fue la seguridad y adaptabilidad, que reflejan una capacidad para manejar y resolver conflictos.

KM29	DG36	MG32
<p>El evaluado posee una gran habilidad social para persuadir a los clientes para elegir el mejor producto, es sociable, empático, simpático y tiene un excelente manejo de lenguaje técnico y profesional, es alguien muy dedicado al trabajar en metas.</p>	<p>El evaluado destaca por su amplia experiencia en los negocios, sabe cuándo y cómo presentar un modelo y su precio, conoce bien el terreno y es persuasivo, tiene una completa seguridad al momento de vender un producto.</p>	<p>El evaluado conoce muy bien el producto en venta, sabe resolver problemas y es eficaz al momento de presentar muchas soluciones al cliente, adaptando sus necesidades y economía, se muestra como alguien muy efectivo.</p>

Resultado final:

Los tres candidatos finalmente serán entrevistados por el jefe, Que será quien elija al mejor de los 3, aunque según los resultados obtenidos en este proceso ejercido se garantiza que los tres podrían desempeñarse de manera excelente para la empresa debido a sus habilidades y experiencia en esta área profesional de ventas.



3. Área pedagógica

1.1 Entrevista en el área pedagógica

La entrevista psicológica pedagógica, dentro del contexto educativo, no solo busca evaluar el rendimiento académico, sino también comprender la complejidad única de cada estudiante. Su importancia radica en su capacidad para identificar y abordar no solo las dificultades académicas, sino también las emocionales, sociales y de desarrollo personal que pueden afectar el proceso de aprendizaje.

Dentro de modelos en la entrevista psicológica pedagógica se encuentran:

- **Modelo Ecológico:** reconoce la influencia de diversos sistemas en la vida del estudiante, incluyendo la familia, la escuela y la comunidad. Esta perspectiva holística permite al psicólogo pedagógico comprender las interacciones complejas que pueden afectar el rendimiento y el bienestar del estudiante.
- **Modelo Centrado en la Solución:** se enfoca en identificar fortalezas y recursos del estudiante, promoviendo soluciones positivas en lugar de centrarse exclusivamente en problemas. Este enfoque colaborativo fomenta la participación activa del estudiante en su propio proceso de desarrollo.
- **La Entrevista Psicoeducativa** es un tipo específico de entrevista pedagógica que se concentra en aspectos cognitivos, emocionales y sociales del estudiante. Evalúa el estilo de aprendizaje, las habilidades sociales, las preferencias de estudio y las metas académicas, proporcionando una visión más completa de las necesidades individuales del estudiante.
- **Modelo de Respuesta a la Intervención (RTI):** monitorea la respuesta del estudiante a intervenciones específicas para adaptarse a su estilo de aprendizaje único.

1.2 Instrumentos de evaluación

- **Entrevistas psicopedagógicas:** conversaciones estructuradas que permiten al profesional obtener información sobre el rendimiento académico, las actitudes hacia el aprendizaje y las experiencias previas del estudiante.
- **Observación en el aula:** el psicopedagogo observa al estudiante en el entorno escolar para evaluar su comportamiento, interacciones sociales, participación en actividades y estilo de aprendizaje.

- **Pruebas psicométricas:** incluyen pruebas de inteligencia, habilidades cognitivas y aptitudes académicas para evaluar el rendimiento académico y las capacidades cognitivas del estudiante.
- **Pruebas de rendimiento académico:** evalúan el nivel de competencia en áreas específicas como lectura, escritura, matemáticas y otras asignaturas clave.
- **Cuestionarios y escalas de evaluación:** herramientas estandarizadas que recopilan información sobre el comportamiento, las habilidades sociales y las actitudes del estudiante.
- **Historias de vida y análisis biográfico:** recopilación de información sobre la historia del estudiante, experiencias familiares, eventos significativos y factores que podrían afectar su desempeño académico.
- **Observación clínica:** cuando se sospecha la presencia de dificultades emocionales o de comportamiento, la observación clínica proporciona información adicional sobre la salud mental del estudiante.
- **Diarios de observación y registro:** el estudiante o sus profesores llevan diarios para registrar comportamientos, logros y desafíos, proporcionando una perspectiva longitudinal.
- **Entrevistas con padres y docentes:** obtención de información adicional sobre el rendimiento del estudiante en diferentes contextos y colaboración con el personal educativo y los padres.
- **Análisis funcional del comportamiento:** en casos de dificultades conductuales, se analizan las funciones que cumplen ciertos comportamientos para identificar estrategias de intervención.

Informe psicológico

1. Datos generales

Nombre completo: AP08

Dirección: --

Género: Maculino

Edad: 8 años

Ocupación: Estudiante

Grado: 2°

Nombre de la madre o responsable: GP

Ocupación: Trabajadora informal

Nombre de la institución académica: Centro Escolar “Profesora Herminia Martínez” **Dirección del instituto:** Colonia Mireya #2, San Ramón, Mejicanos.

2. Motivo de consulta

Asignado por la profesora a cargo por problemas de aprendizaje y rendimiento académico.

3. Diagnóstico

Problemas del estado de ánimo, duelo por fallecimiento.

4. Resumen de la problemática

La profesora de AP08 menciona que desde inicios del año escolar dicho alumno ha tenido bajo rendimiento académico a comparación del año anterior. La profesora menciona que entre los comportamientos observados están: no presta atención en clases, se distrae con facilidad, no capta indicaciones, irregularidad en la entrega de tareas y bajo rendimiento en las evaluaciones. Menciona que se le ha llamado la atención en diversas ocasiones y se ha hablado con la madre sobre la situación ya que de seguir así reprobará el año escolar. Por último, explica que desde hace dos meses ha mejorado sus calificaciones y responsabilidades con las tareas pero aún se nota desanimado y distante con los demás compañeros.

5. Historia familiar

Se encontró que el padre de AP08 falleció en febrero del presente año por Diabetes. Su padre era quien siempre le ayudaba a hacer las tareas, el que la llevaba y recogía de la escuela y el que se presentaba a los eventos de dicha escuela. Al hablar con AP08 sobre cómo se siente ante la pérdida de su padre, manifiesta entre lágrimas que lo extraña y que quisiera que estuviera con ellos (refiriéndose a su familia).

El hermano de AP08 que es tres años mayor que él no presenta complicaciones parecidas, este suele ser un niño tranquilo y obediente, sus calificaciones suelen ser buenas, pero sin llegar a



ser sobresalientes. La relación con su hermano suele ser amena, aunque al tener diferentes rasgos de personalidad a menudo tienden a pelear. Con respecto a otros familiares, se encuentra que solo mantienen comunicación con su tío y tía materna, estos tienen dos hijos adultos que ya no residen con ellos, por lo cual tampoco tienen relación cercana con AP08. Es de destacar que no buscaron ayuda profesional para superar el duelo, solo se recomfortaron entre ellos y con la demás familia.

Al indagar sobre la relación y comunicación entre los miembros principales de la familia (AP08, su hermano y su madre) se encontró que desde el fallecimiento del padre la relación ha cambiado drásticamente. La madre manifiesta que antes (cuando su esposo vivía) solían divertirse a menudo, salían a comer, a jugar al parque o veían películas. Expresa que eran muy comunicativos y no solía haber problemas tanto familiares como factores externos como trabajo o escuela.

Explica que en la actualidad su relación con sus hijos se ha distanciado, ya no salen tan a menudo ya que ahora tiene que trabajar más horas para poder traer mayores ingresos y lo cual hace que esté más cansada y no le apetezca salir de casa. Menciona que ya casi no habla con sus hijos ya que cuando llega del trabajo estos ya están dormidos, y cuando puede hablar con ellos estos no suelen ser tan comunicativos con ella. Al hablar sobre esta situación con los niños expresan que las pocas veces que ven a su madre la observan cansada y no quieren molestarla. Al explorar la razón de este pensamiento, expresan que usualmente la ven estresada, triste y aunque se acerca a querer interactuar con ellos, dicen no tener ganas de hablar o jugar y prefieren irse a sus habitaciones.

6. Análisis de los resultados

AP08 es un niño de 8 años que asiste a 2° quien desde inicios de año ha presentado un bajo rendimiento académico a comparación del año anterior donde sus calificaciones eran sobresalientes. También ha presentado cambios en su estado de ánimo e interacción con los demás compañeros.

Al realizar las pruebas se encontró que no presenta problemas de inteligencia, conducta o aprendizaje ya que los resultados son normales para su edad y condiciones de vida por lo cual se descartan problemas de adaptación o cualquier trastorno cognitivo o de aprendizaje que podría ocurrir. Al indagar más sobre su historia de vida y situación familiar se encontró que en febrero del presente año su padre falleció de diabetes quien había estado en tratamiento pero desde noviembre del 2022 había recaído gravemente. Por lo cual su estado de ánimo había sido perjudicado desde la fecha y llegó a desencadenar todos los problemas que está presentando en la actualidad. El duelo por fallecimiento está siendo su principal problemática que afecta a todas las demás áreas de su vida, por lo cual tratar dicho duelo será la principal estrategia para poder recuperar el bienestar de AP08



Calificación y análisis de las pruebas aplicadas

- *Factor G Escala 1*

AP08 presenta un coeficiente intelectual de 100 con una edad mental de 8 años y 4 meses (su edad cronológica es de 8 años y 2 semanas) por lo cual se encuentra dentro de los parámetros normales de su edad. Respecto a su rendimiento en la realización de la prueba no se encontraron irregularidades ni dificultades sobresalientes, AP08 se mostró cooperador, atento y curioso, aunque es de destacar que se mostraba un poco cansado.

Prueba	Puntuación	Porcentaje
1. Sustitución	10.6	86.7%
2. Clasificación	8	66.7%
3. Laberintos	9	75%
4. Identificación	9	75%
5. Órdenes	8	66.7%
6. Errores	6	50%
7. Adivinanzas	5	41.7%
8. Semejanzas	9	75%
Total	64.4	67%
	EM: 8 años y 4 meses	CI: 100

- *Cuestionario de conducta de Conners*

Al calificar todos los cuestionarios (padres, profesores, conducta en la escuela y en el hogar) se encontraron similitudes en los comportamientos, destacando los cambios de humor y la realización de tareas o actividades. La profesora expone que se distrae en clases, tiene poca participación, se aísla de los demás compañeros y presenta irregularidades en la entrega de deberes. Su comportamiento en la escuela sigue el mismo patrón donde tiende a aislarse de los demás compañeros en el recreo, deja que los demás niños sean los líderes y los que toman las decisiones pero se le observa que disfruta de jugar con estos y divertirse. Normalmente es un niño reservado, no suele levantar la voz ni expresarse de mala manera hacia las demás personas, suele ser respetuoso tanto con sus compañeros como también con sus maestros. En el cuestionario llevado a cabo por padres se observa que suele ser un niño tranquilo, obediente, disciplinado y respetuoso. Explica que en el hogar puede llegar a ser inquieto y se enfada fácilmente cuando se frustra pero nada más allá de lo normal, sino simplemente los comportamientos esperados en un niño de su edad.



Hoja resumen del tratamiento psicológico

Nombre: AP08

Edad: 8

Fecha: 05/06/2023

Objetivo de la sesión

- Explorar de manera general la demanda del niño mediante los relatos del maestro según lo observado y monitoreado en los últimos meses.
- Hacer el primer acercamiento al niño, conocer su personalidad y necesidades.

Observaciones

- Se observó que la maestra no tiene mucha información sobre Alessandro más allá de su rendimiento académico. Solo se interesa en que mejore sus calificaciones y que obedezca a las indicaciones que se le dan.
- Se observó que la problemática puede no ser dificultades de aprendizaje o adaptación sino más bien problemáticas personales y/o familiares.
- Se observa que Alessandro es un niño respetuoso, educado y atento, es introvertido y tiene dificultades en hablar con personas adultas.

Conclusiones

AP08 ha tenido un bajo rendimiento académico en el presente año a comparación del año anterior donde sus calificaciones sobresalían de los demás. Su maestra ha notado su cambio en las notas de AP08 pero ha indagado poco sobre la razón, simplemente se ha limitado a motivarlo a recuperar su rendimiento. Al revisar sus trabajos se puede observar que no son malas calificaciones solo a comparación del año anterior estas son menores y hechas con menos dedicación por lo cual existe la posibilidad de que haya ocurrido algún acontecimiento entre el año anterior y el presente.

Tarea asignada

Se dejó el cuestionario de conducta de Connors a la maestra para que vaya monitoreando cómo se comporta en la escuela y también como ella lo ha visto en los últimos meses.



Hoja resumen del tratamiento psicológico

Nombre: AP08

Edad: 8

Fecha: 12/06/2023

Objetivo de la sesión

- Conocer más acerca del niño mediante una entrevista no estructurada y el juego simbólico.
- Evaluar la inteligencia de Alessandro mediante el test Factor G escala 1

Observaciones

- Se observa que Alessandro tiene resistencia o dificultades en hablar de sí mismo, dice información básica y responde a las preguntas con monosílabos.
- Se observó que capta indicaciones y es cooperador pero se distrae inmediatamente y se pierde en sus pensamientos.
- Se observan en ocasiones rasgos de tristeza y desgana.
- Se llegó a contactar con la madre y explicar la situación con Alessandro, invitando a la vez que a se una en la siguiente sesión.

Conclusiones

AP08 presenta agilidad en realizar las operaciones y seguir indicaciones, no tuvo mayor problemas en realizar los ejercicios y a simple vista tuvo un buen rendimiento en la realización del test aplicado. Lo que se puede destacar es que se muestra desanimado y poco energético debido a un posible problema del estado de ánimo.

Tarea asignada

Se le asignó a la madre el cuestionario de conducta de Conners para padres y comportamiento en el hogar.



Hoja resumen del tratamiento psicológico

Nombre: AP08

Edad: 8

Fecha: 18/06/2023

Objetivo de la sesión

Explorar la historia familiar de AP08 mediante los relatos de su madre e identificar si existe alguna alteración que explique su bajo rendimiento escolar.

Observaciones

- Se observó que dentro del hogar solo viven AP08, su madre, su hermano y su abuela, siendo estos su familia más cercana.
- Se observó que su madre está enterada de los cambios que ha tenido AP08 tanto académicos como emocionales.
- Su hogar es pequeño con partes viejas y deterioradas, aunque tratan de que esté limpio y ordenado.
- El padre de AP08 falleció a inicios de año por diabetes.

Conclusiones

El fallecimiento del padre es la principal problemática de los síntomas de AP08 más allá de problemas de conducta, aprendizaje o adaptación escolar. La familia no ha manejado correctamente este suceso ya que toda la familia se ve afectada gravemente y no hay apoyo emocional entre estos.



Informe terapéutico del consultante

1. Datos generales

Nombre completo: AP08

Dirección: --

Género: Maculino

Edad: 8 años

Ocupación: Estudiante

Grado: 2°

Nombre de la madre o responsable: GP

Ocupación: Trabajadora informal

Nombre de la institución académica: Centro Escolar “Profesora Herminia Martínez”

Dirección del instituto: Colonia Mireya #2, San Ramón, Mejicanos.

2. Diagnóstico

Duelo por fallecimiento

3. Áreas de tratamiento desarrolladas

Se ha explorado la área emocional, académica y familiar

4. Áreas sugeridas a trabajar el próximo terapeuta

Se sugiere explorar las siguientes áreas: familiar, social y afectiva. También se recomienda tratar el duelo por el fallecimiento del padre de manera adecuada y unir a los miembros de la familia para encontrar apoyo entre ellos mismos.

5. Procedimiento de evaluación y resultados

Se realizaron entrevistas abiertas con un diagnóstico activo para explorar con más detalle la situación de la consultante a la vez que esta realizaba acciones para trabajar en dicha problemática. Se aplicaron dos pruebas que buscaban evaluar la conducta, aprendizaje y la inteligencia del niño.

6. Recomendaciones

Se recomienda continuar el caso con otro terapeuta para explorar más a fondo la problemática y poder intervenir en las demandas de la consultante. Se recomienda incluir a profesionales de otras ramas de la salud para llevar un control más amplio y que pueda obtener mayores resultados ante su situación.

Se recomienda incluir su círculo de apoyo para tener un resguardo y motivación para poder afrontar la problemática de manera más eficiente y segura.



4. Informe psicológico

4.1 Evaluación psicológica

El informe psicológico se erige como una herramienta fundamental en la práctica profesional, desempeñando un papel crucial en la comunicación de hallazgos, diagnósticos y recomendaciones.

La importancia del informe psicológico radica en su capacidad para traducir la complejidad de la evaluación psicológica en un documento claro y comprensible. Sirve como un medio de comunicación efectivo entre el psicólogo y otros profesionales, como médicos, educadores o juristas, y proporciona una base para la toma de decisiones informada.

4.2 Método de evaluación

Los métodos de evaluación abarcan diversas estrategias, como pruebas escritas y orales, evaluaciones prácticas, proyectos, entrevistas, evaluaciones 360 grados, pruebas psicométricas, observación, autoevaluación, portafolios, simulaciones, exámenes de opción múltiple, evaluaciones de desempeño laboral, cuestionarios y encuestas, entre otros. Estos métodos se seleccionan según los objetivos específicos y el contexto, permitiendo medir conocimientos, habilidades, competencias y características en distintos campos, desde la educación hasta el ámbito laboral, asegurando una evaluación integral y adaptada a las necesidades de cada situación.

4.3 Objetivo del informe psicológico.

El objetivo principal del informe psicológico es proporcionar una comprensión completa y precisa del individuo evaluado. Busca ofrecer una visión integral de su funcionamiento cognitivo, emocional y conductual, respaldando así la toma de decisiones informadas en áreas como la atención médica, la educación, el sistema legal y más.

4.4 Áreas del informe

El informe psicológico generalmente aborda varias áreas clave para proporcionar una evaluación completa del individuo. Estas áreas pueden variar según el contexto y el propósito de la evaluación, pero comúnmente incluyen:

- **Datos de identificación:** información básica sobre la persona evaluada, como nombre, edad, género, ocupación, entre otros.

- **Motivo de consulta:** explicación clara de la razón por la cual se realiza la evaluación, detallando los problemas o preocupaciones.
- **Historia personal y familiar:** antecedentes relevantes sobre la vida del individuo, incluyendo eventos significativos, relaciones familiares y cualquier información relevante para la evaluación.
- **Historia educativa y laboral:** detalles sobre la trayectoria educativa y laboral del individuo, resaltando logros, desafíos y experiencias relevantes.
- **Estado de salud:** información sobre la salud física y mental, incluyendo cualquier diagnóstico médico o tratamiento actual.
- **Procedimientos y métodos de evaluación:** descripción detallada de las técnicas y pruebas utilizadas durante la evaluación, proporcionando transparencia en el proceso.
- **Resultados de la evaluación:** presentación de los hallazgos obtenidos a través de los métodos de evaluación, incluyendo datos cuantitativos y cualitativos.
- **Análisis e interpretación:** integración de los resultados para llegar a conclusiones, diagnósticos o evaluaciones, destacando patrones significativos.
- **Impresión diagnóstica o evaluativa:** síntesis general del estado del individuo evaluado, enfocándose en los aspectos clave de la evaluación.
- **Recomendaciones:** sugerencias para intervenciones, tratamientos, adaptaciones o acciones futuras basadas en los resultados de la evaluación.
- **Conclusión:** resumen general del informe, destacando los puntos clave y proporcionando cierre.

4.5 Manejo ético de resultados

El manejo ético en la evaluación implica adherirse a principios fundamentales que salvaguarden los derechos y el bienestar de los individuos evaluados. Los profesionales deben asegurar el consentimiento informado, explicando claramente los propósitos, procedimientos y posibles implicaciones de la evaluación. La confidencialidad es esencial, garantizando que la información recopilada sea tratada con cuidado y solo compartida con aquellos autorizados. La imparcialidad y la equidad son aspectos clave, evitando sesgos y discriminación. Además, se debe ofrecer retroalimentación honesta y constructiva a los evaluados, promoviendo su participación activa.

El respeto a la autonomía y la integridad del individuo evaluado guía el proceso ético, asegurando que la evaluación contribuya al crecimiento y bienestar, sin causar daño. Estos principios éticos son esenciales para mantener la integridad y la confianza en la práctica de la evaluación en cualquier contexto.

5. Tipos de informes

5.1 Tipos de informes psicológicos.

Existen diversos tipos de informes psicológicos que se adaptan a distintos propósitos y contextos. Algunos de los tipos más comunes son:

- **Área Clínica**
- **Área Forense**
- **Área Educativa**
- **Área multidisciplinarios**

5.2 Área Clínica

El informe psicológico clínico traduce la complejidad de la evaluación psicológica en un documento que no solo refleja hallazgos objetivos, sino que también comunica de manera comprensible y empática la realidad única de cada individuo. Dicho documento no solo sirve como guía para el profesional de la salud mental, sino que también actúa como un medio de comunicación esencial entre los profesionales de la salud y como un recurso valioso para el paciente, proporcionando una base sólida para el proceso terapéutico.

La estructura del informe psicológico clínico generalmente abarca áreas clave. Comienza con una presentación clara de los datos de identificación y el motivo de consulta, estableciendo el contexto para la evaluación. La historia personal y familiar ofrece una comprensión más profunda del individuo, mientras que la descripción de los procedimientos y métodos utilizados garantiza la transparencia en la evaluación. Los resultados y el análisis interpretativo forman el núcleo del informe, proporcionando una visión integrada de las dimensiones psicológicas evaluadas. La impresión diagnóstica y las recomendaciones cierran el informe, ofreciendo orientación para el plan de tratamiento.

Las funciones del informe en el ámbito clínico son multifacéticas. No solo respalda la toma de decisiones clínicas y la formulación de diagnósticos, sino que también establece una línea

temporal objetiva que documenta la evolución del paciente. Facilita la comunicación efectiva entre profesionales de la salud mental, promoviendo un enfoque colaborativo en el cuidado del paciente. Además, el informe puede ser una herramienta de empoderamiento para el paciente, al proporcionar una comprensión clara de su salud mental y orientación sobre el camino a seguir.

En términos de ética, el informe clínico requiere un manejo cuidadoso y respetuoso. La confidencialidad es esencial para preservar la privacidad del paciente, y el consentimiento informado garantiza la participación voluntaria en la evaluación. La imparcialidad y la objetividad son principios fundamentales para evitar sesgos, asegurando la validez y confiabilidad de los resultados.

5.3 Área Forense

El informe psicológico forense proporciona una comprensión profunda de las cuestiones psicológicas en disputa, contribuyendo significativamente a la toma de decisiones judiciales. Este tipo de informe se convierte en una herramienta crucial para evaluar la capacidad mental, la competencia legal, el estado emocional y otros aspectos psicológicos que pueden influir en el curso de los procedimientos legales.

La estructura del informe psicológico forense sigue un formato específico para abordar los aspectos relevantes en el contexto legal. Comienza con una introducción clara del propósito de la evaluación y los datos de identificación pertinentes. La revisión de la historia legal y clínica proporciona el contexto necesario, mientras que los procedimientos y métodos detallan las técnicas utilizadas en la evaluación. Los resultados y análisis interpretativo se enfocan en aspectos relevantes para el caso legal, y la conclusión del informe resume las evaluaciones y ofrece recomendaciones pertinentes.

Las funciones del informe en el ámbito forense son diversas. Sirve como evidencia pericial que informa a los jueces, abogados y otros profesionales legales sobre cuestiones psicológicas cruciales en un caso. Puede ayudar a determinar la responsabilidad penal, la idoneidad parental, la veracidad de testimonios y otros aspectos psicológicos que son esenciales para el proceso judicial. Además, el informe forense puede tener un impacto significativo en la sentencia y en la planificación de intervenciones legales.

Desde una perspectiva ética, el informe psicológico forense exige la imparcialidad y la objetividad, ya que la información proporcionada puede influir directamente en decisiones legales cruciales. La confidencialidad también se mantiene, en la medida de lo posible, respetando los derechos y la privacidad de las personas evaluadas.

5.4 Área Educativa

La importancia del informe psicológico educativo radica en su capacidad para identificar las fortalezas, debilidades y necesidades específicas de cada estudiante, así como para proporcionar recomendaciones adaptadas para su desarrollo académico y personal. Este tipo de informe actúa como un puente entre la evaluación psicológica y la implementación de estrategias de intervención en el entorno educativo, contribuyendo al éxito y bienestar de los estudiantes.

La estructura del informe psicológico educativo sigue un formato que aborda los aspectos relevantes para la comprensión del estudiante y su entorno educativo. Comienza con una introducción clara del propósito de la evaluación y los antecedentes del estudiante. La descripción detallada de los procedimientos y métodos utilizados proporciona transparencia en el proceso de evaluación. Los resultados y análisis interpretativo se centran en las fortalezas y áreas de mejora del estudiante, identificando posibles barreras para el aprendizaje. Las recomendaciones finales ofrecen estrategias específicas para apoyar el desarrollo académico y emocional del estudiante.

Las funciones del informe en el ámbito educativo son diversas. Actúa como un recurso valioso para los educadores al proporcionar información detallada sobre las necesidades individuales de los estudiantes y sugerir adaptaciones curriculares y estrategias de enseñanza personalizadas, siendo a la vez una herramienta para la orientación vocacional y la planificación educativa a largo plazo.

En cuanto a la ética, el informe psicológico educativo requiere confidencialidad y respeto por la privacidad del estudiante, así como la participación voluntaria y el consentimiento informado en el proceso de evaluación. Además, se deben evitar sesgos y prejuicios en la interpretación de los resultados, asegurando que las recomendaciones sean equitativas y justas para todos los estudiantes.

5.5 Área Multidisciplinaria

El informe psicológico en áreas multidisciplinarias proporciona una comprensión holística del individuo, considerando aspectos psicológicos, sociales, físicos y emocionales. Al integrar la perspectiva psicológica con otras disciplinas, como la medicina, la educación, el trabajo social y la terapia ocupacional, el informe contribuye a un abordaje más completo y personalizado de las necesidades del individuo.

La estructura del informe psicológico en áreas multidisciplinarias se adapta para abordar los aspectos relevantes para cada disciplina involucrada. Comienza con una introducción que establece el propósito de la evaluación y el contexto multidisciplinario del individuo. La descripción detallada de los procedimientos y métodos utilizados garantiza la transparencia en el proceso de evaluación. Los resultados y análisis interpretativos se centran en las interrelaciones entre los diferentes aspectos evaluados y las implicaciones para la atención integral del individuo. Las recomendaciones finales ofrecen estrategias específicas para abordar las necesidades identificadas, considerando las aportaciones de cada disciplina involucrada.

Las funciones del informe en áreas multidisciplinarias actúan como un punto de encuentro entre profesionales de diferentes disciplinas, facilitando la comunicación y la colaboración en la planificación y ejecución de intervenciones. Además, el informe psicológico en dicha área promueve una comprensión más completa del individuo, considerando sus diversas dimensiones y necesidades.

Desde una perspectiva ética, el informe psicológico en áreas multidisciplinarias requiere respeto por la diversidad de perspectivas y la confidencialidad de la información compartida entre profesionales. Se deben evitar sesgos y prejuicios en la interpretación de los resultados, asegurando que las recomendaciones sean equitativas y justas para el individuo evaluado.

6. Elementos claves del informe psicológico

6.1 Elementos claves

El informe psicológico representa una herramienta fundamental en la práctica del psicólogo, ya que condensa hallazgos, análisis y recomendaciones que orientan la comprensión y la intervención en el ámbito psicológico.

El propósito del informe psicológico es proporcionar una descripción clara y objetiva de los resultados de una evaluación psicológica, así como ofrecer recomendaciones pertinentes para abordar las necesidades identificadas del individuo. Es un documento que condensa información relevante y ofrece una guía para la toma de decisiones y la planificación de intervenciones.

La estructura del informe psicológico consta de varios componentes esenciales. Comienza con una sección de datos de identificación, que incluye información sobre el paciente y el contexto de la evaluación. Los resultados de la evaluación se presentan de manera organizada y se analizan de forma crítica, destacando los hallazgos relevantes y su significado clínico.

La impresión diagnóstica y formulación constituye una parte central del informe, donde se integran los resultados de la evaluación para llegar a conclusiones sobre la condición del individuo evaluado. Este componente incluye la identificación de posibles diagnósticos psicológicos, la formulación de hipótesis explicativas y la elaboración de planes de tratamiento o intervención adecuados.

Las recomendaciones y conclusiones ofrecen orientación práctica para abordar las necesidades identificadas del individuo. Dichas recomendaciones pueden incluir estrategias de intervención específicas, sugerencias para el manejo de situaciones particulares y la derivación a otros profesionales o servicios especializados, según sea necesario.

La ética en la elaboración del informe psicológico es de suma importancia. Se deben respetar los principios de confidencialidad y privacidad del paciente, así como garantizar la precisión y la imparcialidad en la presentación de los hallazgos. Además, se debe obtener el consentimiento informado del paciente antes de realizar la evaluación y compartir los resultados.

6.2 Cualificación del evaluador

El evaluador psicológico debe poseer una cualificación académica y profesional adecuada para llevar a cabo evaluaciones psicológicas de manera ética y competente.

Por lo general, se espera que el evaluador tenga al menos un título universitario en Psicología, Psicología Clínica o una disciplina relacionada, además de una formación específica en evaluación psicológica. Además de la educación formal, es importante que el evaluador tenga experiencia práctica en la administración e interpretación de pruebas psicológicas, así como un conocimiento profundo de los principios éticos y legales que rigen la práctica de la evaluación psicológica.

La formación continua y el desarrollo profesional también son fundamentales para mantener y mejorar las habilidades del evaluador a lo largo del tiempo. En resumen, la cualificación del evaluador incluye tanto la educación académica como la experiencia práctica, junto con un compromiso continuo con la ética y la mejora profesional.

6.3 Derechos del evaluado/evaluador

Tanto el evaluador como el evaluado tienen derechos importantes que deben ser respetados durante el proceso de evaluación psicológica:

Derechos del evaluado:

- **Consentimiento informado:** El evaluado tiene derecho a recibir información clara y completa sobre el propósito, los procedimientos y los posibles riesgos o beneficios de la evaluación, y tiene derecho a dar su consentimiento antes de participar en la misma.
- **Confidencialidad:** El evaluado tiene derecho a que la información recopilada durante la evaluación se mantenga confidencial y solo se comparta con personas autorizadas que estén directamente involucradas en su atención o tratamiento.
- **Privacidad:** El evaluado tiene derecho a que se respete su privacidad durante el proceso de evaluación, lo que incluye el derecho a ser evaluado en un entorno seguro y confidencial.
- **Respeto y dignidad:** El evaluado tiene derecho a ser tratado con respeto, dignidad y consideración en todo momento durante la evaluación, y a que se le trate de manera justa y sin prejuicios.
- **Acceso a resultados:** El evaluado tiene derecho a recibir información clara y comprensible sobre los resultados de la evaluación, incluidos los hallazgos, las conclusiones y las recomendaciones pertinentes.

Derechos del evaluador:

- **Competencia y ética:** El evaluador tiene derecho a realizar evaluaciones psicológicas solo en áreas en las que esté cualificado y competente, y a seguir los principios éticos y normas profesionales relevantes.
- **Acceso a información:** El evaluador tiene derecho a acceder a la información necesaria y relevante para llevar a cabo una evaluación completa y precisa, siempre respetando la privacidad y confidencialidad del evaluado.
- **Independencia profesional:** El evaluador tiene derecho a realizar evaluaciones de manera imparcial y objetiva, sin verse influenciado por intereses personales, financieros o externos.
- **Comunicación clara:** El evaluador tiene derecho a comunicar los resultados de la evaluación de manera clara, precisa y comprensible, y a proporcionar explicaciones adicionales si es necesario.
- **Desarrollo profesional:** El evaluador tiene derecho a buscar oportunidades de desarrollo profesional continuo para mejorar sus habilidades y conocimientos en el campo de la evaluación psicológica.

Respetar y proteger estos derechos es fundamental para garantizar que el proceso de evaluación psicológica sea justo, ético y beneficioso para todas las partes involucradas.

6.4 Documentos relacionados con el contenido del informe

Los documentos relacionados con el contenido del informe psicológico pueden incluir:

- **Historia clínica o expediente del paciente:** Este documento proporciona información relevante sobre la historia médica, psicológica y social del individuo, incluyendo antecedentes familiares, historia de tratamiento previo, medicación actual y otros datos pertinentes.
- **Resultados de pruebas psicológicas:** Los resultados de las pruebas psicológicas administradas durante la evaluación, que pueden incluir resultados de pruebas de inteligencia, pruebas de personalidad, cuestionarios de síntomas y cualquier otra medida utilizada para evaluar aspectos específicos del individuo.

- **Observaciones clínicas:** Notas detalladas sobre el comportamiento, la apariencia, el lenguaje corporal y otras observaciones relevantes realizadas durante la evaluación clínica del individuo.
- **Entrevistas clínicas:** Transcripciones o resúmenes de las entrevistas clínicas realizadas con el individuo evaluado, así como cualquier información relevante proporcionada por familiares, cuidadores u otros informantes.
- **Información de terceros:** Informes o comunicaciones de otros profesionales de la salud, educadores, empleadores u otros individuos que puedan tener información relevante sobre el individuo evaluado.
- **Registros escolares o laborales:** Información sobre el rendimiento académico, el historial laboral y cualquier otra información relevante relacionada con la educación o el empleo del individuo.
- **Documentación legal:** Cualquier documentación legal relevante, como órdenes judiciales, informes de custodia, informes de violencia doméstica u otra documentación legal que pueda afectar la evaluación o el tratamiento del individuo.
- **Consentimiento informado:** Copia del formulario de consentimiento informado firmado por el individuo evaluado, que indica su comprensión y acuerdo con el proceso de evaluación y cualquier tratamiento recomendado.

Estos documentos proporcionan el contexto y la base para el contenido del informe psicológico, ayudando al evaluador a comprender mejor al individuo evaluado y a proporcionar recomendaciones y conclusiones pertinentes.

6.5 Estilo de redacción del informe

El estilo de redacción del informe psicológico suele ser objetivo, profesional y estructurado. Se utiliza un lenguaje claro, preciso y específico, evitando términos ambiguos o ambiguos. La redacción es formal y se centra en comunicar los hallazgos de manera clara y concisa, sin incluir opiniones personales o juicios de valor. Además, el informe sigue una estructura bien definida, que incluye una introducción, descripción de los procedimientos, resultados de la evaluación, impresión diagnóstica, recomendaciones y conclusiones. Este estilo de redacción garantiza que el informe sea fácilmente comprensible para otros profesionales de la salud mental y que cumpla con los estándares éticos y profesionales de la práctica psicológica.

6.6 Consentimiento informado

El consentimiento informado es un proceso ético y legal en el cual una persona da su consentimiento voluntario y con pleno conocimiento de la información relevante antes de participar en un procedimiento médico, psicológico o de investigación.

En el contexto de la evaluación psicológica, el consentimiento informado implica que el individuo evaluado comprende los propósitos, procedimientos, riesgos y beneficios de la evaluación, así como sus derechos y opciones de participación. Para que el consentimiento sea válido, debe ser otorgado de manera libre, sin coerción ni presión, y basado en una comprensión completa y precisa de la información proporcionada. El consentimiento informado es fundamental para garantizar el respeto a la autonomía y la dignidad de las personas y para cumplir con los principios éticos de la práctica profesional.

La importancia del consentimiento informado radica en varios aspectos fundamentales:

- **Respeto a la autonomía y dignidad del individuo:** reconoce el derecho del individuo a tomar decisiones informadas sobre su propia salud y bienestar. Al proporcionar información completa y comprensible, se respeta la autonomía y la capacidad de tomar decisiones de manera libre y consciente.
- **Protección de los derechos del individuo:** garantiza que las personas sean tratadas de manera ética y respetuosa en cualquier procedimiento médico, psicológico o de investigación. Al proporcionar información sobre los propósitos, riesgos y beneficios de la evaluación, se protegen los derechos del individuo a tomar decisiones que afecten su propia vida y salud.
- **Promoción de la transparencia y la confianza:** fomenta la transparencia en la relación entre el profesional de la salud y el individuo evaluado. Al compartir información completa y precisa, se construye una relación de confianza basada en el respeto mutuo y la comunicación abierta.
- **Cumplimiento de estándares éticos y legales:** El consentimiento informado es un requisito ético y legal en la práctica profesional en muchos contextos. Cumplir con este requisito garantiza que la evaluación se realice de manera ética y responsable, respetando los derechos y la dignidad del individuo.

6.7 Resguardo y protección de la documentación

El resguardo y protección de la documentación se refiere a la práctica de asegurar que la información contenida en los documentos sea tratada con confidencialidad y seguridad adecuadas.

En el contexto de la evaluación psicológica, esto implica tomar medidas para proteger la privacidad y la confidencialidad de los registros, informes y otros documentos relacionados con la evaluación y el tratamiento de los pacientes. Esto puede incluir el uso de sistemas de almacenamiento seguro, la limitación del acceso solo a personas autorizadas, el cifrado de datos sensibles, la destrucción segura de documentos obsoletos y el cumplimiento de las leyes y regulaciones pertinentes relacionadas con la privacidad y la seguridad de la información.

El resguardo y protección de la documentación son fundamentales para garantizar la confidencialidad de la información del paciente, proteger sus derechos y privacidad, y mantener la integridad y la calidad de la atención proporcionada. El resguardo adecuado de la documentación contribuye a mantener esta confianza y fortalecer la relación terapéutica entre el paciente y el profesional de la salud mental.

PROYECTO: "CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS"					
N	Problemas psicosociales identificados	Sintomas psicológicos advertidos (enfoque clínico)	Afectaciones psicosociales en la población (enfoque comunitario) Considerar modelo ECOLOGICO	Propuesta de acciones de incidencia a nivel clínico-comunitario	Propuesta técnica (Clínica Comunitaria)
1	Carencia y falta de habilidades sociales (comunicación eficaz, asertividad, resolución de conflictos)	Ansiedad, estrés, frustración, autoestima baja, temor, malestar emocional.	Incapacidad para relacionarse adecuadamente con su entorno, aislamiento social, dificultad en las relaciones interpersonales, laborales, académicas, etc.	Destacar la importancia del desarrollo de las habilidades sociales para la interacción con las demás personas. - Promover estrategias para el desarrollo de las habilidades sociales.	Terapias Grupales (enfocadas en la identificación y expresión de emociones, estrategias de conflictos, asertividad y resolución de conflictos, técnicas de comunicación.)
2	Dificultades para integrarse e interactuar con la sociedad, (las interacciones sociales se ven limitadas desde la primera infancia debido a la carencia de habilidades sociales dentro de la familia).	Conflictos intrapersonales, sensación de fracaso, aplanamiento afectivo, censura para expresar emociones, sentimientos de rechazo e inadaptación social.	Afección en el macrosistema: Repercusión en el desarrollo social de su sistema de creencias, ideologías y estilo de vida, se evidencia aplanamiento emocional	Potenciar habilidades de comunicación mediante actividades grupales que impliquen interacción, trabajar empatía, fomentar la inteligencia emocional.	Grupos focales
3	Falta de habilidades parentales y de comunicación de los padres entre ellos y hacia los hijos/as	Falta de adaptación a normas sociales, dificultad de autoregular la conducta, irresponsabilidad afectiva	La comunicación intrafamiliar está rota o es descalificadora hacia sus miembros por lo que las gratificaciones en la relación se buscan fuera. Familias disfuncionales o desintegradas.	Integrar al núcleo familiar mediante actividades que fomenten interacciones saludables.	Talleres Grupales
4	Deficiencia de habilidades sociales debido a la posición socioeconómica	Sentimientos de impotencia al no pertenecer a un grupo, pensamientos irracionales sobre su autovalía debido a su estado económico	El acceso a educación de calidad e integral se ve limitado debido a que el sistema público establece prioridades en la enseñanza limitando el acceso a un desarrollo complementario en habilidades blandas ya que demanda extensión de presupuesto abarcar el área social	Promover el área de interacción social orientada a la educación integral a través de programas comunitarios aplicados a instituciones educativas	Talleres Grupales

PROYECTO: "CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS"												
N	EJES BÁSICOS DEL SER HUMANO EN EL ANÁLISIS PSICOSOCIAL	SISTEMAS INVOLUCRADOS		ENFOQUES	EJES EPISTEMOLÓGICOS			EJES PSICOLÓGICOS INDIVIDUALES AFECTADOS	INCIDENCIA SOCIAL			NIVELES DE INTERVENCIÓN
		Salud pública	Educativo		Postulados filosóficos y sociales	Situación traumática	Ruptura del tejido social		Intervención psicosocial	Incidencia en	Actores sociales	
1	Concepto de uno mismo.	Ley del Sistema Nacional de la Cultura de la Integración, Ley General de la Juventud, Política Nacional de Juventud 2010-2024	Ley de Educación superior, Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador	Enfoque ecológico, Enfoque de proyecto psicosocial.	Según los postulados del enfoque ecológico: "La traducción que hemos de hacer a nuestra disciplina es que el paciente irá adaptándose a los ambientes que le rodean y forman parte de su vida cotidiana (familia, amigos, hospital/consulta, trabajo, etc.) y viceversa" Por lo que al hablar de habilidades sociales éstas se ven fuertemente influenciadas por el entorno en el que cada individuo se ha desarrollado. Por otro lado, el enfoque de los psicosocial "establece interdependencia entre lo psicológico y lo social, en la perspectiva psicológica se ubican los recursos internos de la persona, como proyecto de vida, la creatividad, el sentido del humor, la inteligencia, la experiencia, la motivación al logro, entre otros. Desde lo social se hallan las interacciones entre los diferentes ámbitos de socialización." las cuales podemos considerar premisas relevantes a la hora de adquirir habilidades sociales.	La falta de habilidades sociales ocasiona malas relaciones interpersonales con su entorno, así mismo baja autoestima que afecta el nivel de desarrollo de la persona, ocasiona falta de liderazgo en los jóvenes limitando las oportunidades de empleo y de desarrollarse adecuadamente aportando a la sociedad, lo que psicológicamente lleva a tener problemas de ansiedad, depresión, fobia social, entre otros.	Falta de participación activa en la sociedad, falta de aptitudes al momento de interactuar en el ámbito laboral, situación económica limitada. Red de apoyo escasa o nula, malas relaciones interpersonales	Dificultades a tratar: Incrementar el autoestima. Fortalecimiento del autoconcepto y la confianza en sí mismo. Incrementar la satisfacción personal. Desarrollar autocontrol, expresión y gestión emocional. Reducir el aislamiento social. Disminuir sentimientos de frustración e impotencia.	Jovenes entre 18 y 22 años de edad de los municipios de San Salvador, Mejicanos y Soyapango.	San Salvador	Alcaldías de San Salvador, Mejicanos y Soyapango INJUVE MINED INCAF Universidad de El Salvador	Rehabilitación enfocada a desarrollar las habilidades sociales de los jóvenes de 18 a 22 años de edad de los municipios de San Salvador, Mejicanos y Soyapango.
2	Uno mismo frente al mundo y frente a los demás.											
3	Capacidad de las personas y comunidades para tomar el control sobre su futuro.											









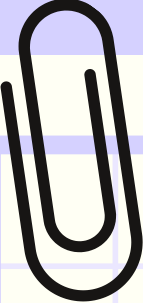
PROYECTO: "CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS"																					
FENOMENO	CLASIFICACION	PROCESO ¿QUÉ PROCESOS AYUDAN A QUE SE INSTALE ESTE FENOMENO?	RIESGO	IMPLICACIONES CLINICAS	MESES DE IMPACTO	ACIONES DE ATENCION DE ATENCION	ESTRATEGIAS DE INTERVENCION	NIVEL DE LA ACCION	ACCIONES A IMPLEMENTAR	SUB ACTIVIDADES	RESPONSABLE	TIPO DE ACTIVIDAD	INDICADOR	DURACION DEL PROGRAMA	POBLACION	FRECUENCIA	TIPO DE INDICADOR	RECURSOS	SALARIOS	TIEMPO	TOTAL
Cambio en habilidades sociales y discriminación social	FISICA	Escasez de espacios físicos que promuevan la convivencia e interacción de jóvenes y adultos en el sector público, haciendo que el desarrollo de habilidades sociales sea merced. Muchas comunidades no tienen un espacio que permita la socialización y comunicación entre los miembros.	Según la Academas Nacionales de Ciencias, Ingeniería y Medicina (ANSEM) el tener poco contacto con las demás personas, lleva de manera progresiva a un aislamiento social llevando consigo diversas consecuencias o riesgos para la salud de las personas.	1. Sentimientos de soledad, frustración e impotencia al no poder establecer relaciones saludables con las demás personas.	Mezcla	Tratamiento e rehabilitación	Tercera	Servicios especializados	1. Elaboración del plan de trabajo. 2. Planificación de talleres que vayan dirigidos desarrollar y fortalecer las habilidades sociales en los jóvenes. 3. Formación de grupos de jóvenes con problemas de habilidades sociales en los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador.	Elaboración de programas y proyectos que vayan orientados al desarrollo de las habilidades sociales, a través de la ejecución de talleres psicoeducativos (vivenciales).	Un coordinador, un psicólogo y tres facilitadores con experiencia en talleres grupales.	Formulación de programa de trabajo. Planificación de cartas didácticas para cada taller.	Cartas metodológicas del desarrollo de cada taller. Listas de asistencia. Facturas de compra de refrigerios. Listado de entrega de refrigerios	12 meses	Jóvenes entre 18 y 22 años de edad de los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador.	Dos por mes	De gestión y elaboración	Equipo tecnológico, luz, internet, Brochure Material (lúdico (papel, lapices de colores, pliegos de papel, etc.) Psicólogo \$ 1,000.00 Facilitadores \$ 500.00	Coordinador \$ 1,500.00 Psicólogo \$ 1,000.00 Facilitadores \$ 500.00	12 meses 10 meses 10 meses	\$ 18,000.00 \$ 10,000.00 \$ 15,000.00
	PSICOLOGICA	La resistencia a acudir o buscar atención psicológica o a proyectos que estimulen las habilidades sociales suelen ser recurrentes, ya que perciben como innecesario este servicio. También se suma a que la importancia que se le da a los proyectos de salud mental suelen ser bajos a comparación a otros programas como la alimentación o la seguridad, por lo cual la cantidad de proyectos sobre esta índole suelen ser poco recurrentes y presupuestados.	Entre los riesgos se encuentran: - Aumento significativo de consumo de tabaco, la obesidad y la inactividad física, aumentando la mortalidad prematura. - El aislamiento social aumenta un 50% el riesgo de demencia como también un 20% de riesgo de enfermedad cardíaca y un 32% de aumento de accidente cerebrovascular. - La soledad se asocia con mayores tasas de depresión, ansiedad y suicidio, como también un aumento de mortalidad en personas con una enfermedad cardíaca.	1. Aumento en los niveles de depresión y ansiedad. 2. Deterioro de la autoimagen y problemas de autoestima. 3. Problemas de auto-realización e insatisfacción ante la incapacidad de crear vínculos afectivos adecuados.	Mezcla	Tratamiento e rehabilitación	Tercera	Servicios especializados	1. Formación de grupos de jóvenes con dificultades de autoestima en los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador. 2. Desarrollar talleres que estén orientados a fortalecer el amor propio, la autovalía y la seguridad en sí mismo que ayuden a tener mayor confianza en el establecimiento de vínculos sociales. 3. Realizar seguimiento para realizar una comparación sobre su progreso entre municipios.	Desarrollo de talleres que contribuyan a fomentar el autoestima de los jóvenes.	Un coordinador, un psicólogo y tres facilitadores con experiencia en talleres grupales.	Planificación y ejecución de talleres sobre autoestima. Listas de asistencia. Facturas de compra de refrigerios. Listado de entrega de refrigerios	12 meses	Jóvenes entre 18 y 22 años de edad de los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador.	Uno por mes	Estadístico	Brochure y Material lúdico (papel, lapices de colores, pliegos de papel, etc.) Coordinador \$ 1,500.00 Psicólogo \$ 1,000.00 Facilitadores \$ 500.00	12 meses 10 meses 10 meses	\$ 18,000.00 \$ 10,000.00 \$ 15,000.00		
	ECONOMICA	La carencia de estas habilidades muestra una clara limitación en el ámbito social y profesional. Debido a que no se pueda obtener un empleo que requiera del uso de habilidades sociales, problemática que en últimas viene a afectar en el aspecto económico de la persona. La situación socioeconómica suele ser ajustada debido a la escasa cualificación profesional. Falta de presupuesto para la implementación de programas de educación integral.	La soledad se asocia con mayores tasas de depresión, ansiedad y suicidio, como también un aumento de mortalidad en personas con una enfermedad cardíaca.	1. Brindar información sobre la importancia de la integración grupal para el desarrollo personal. 2. Planificar y realizar actividades que permitan la integración grupal en las diferentes comunidades. 3. Integración de los jóvenes con su familia en las comunidades.	Mezcla	Tratamiento e rehabilitación	Tercera	Servicios especializados	1. Brindar información sobre la importancia de la integración grupal para el desarrollo personal. 2. Planificar y realizar actividades que permitan la integración grupal en las diferentes comunidades. 3. Integración de los jóvenes con su familia en las comunidades.	Realización de actividades que faciliten la integración de los miembros dentro de las comunidades.	Un coordinador, un psicólogo y tres facilitadores con experiencia en talleres grupales.	Planificación y realización de jornadas para la convivencia e integración familiar en las comunidades. Listas de asistencia. Informes finales.	N° de jornadas desarrolladas Listas de asistencia.	12 meses	Jóvenes entre 18 y 22 años de edad de los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador.	Una cada 2 meses	Estadístico	Proporcionados por los asistentes a las jornadas. Coordinador \$ 1,500.00 Psicólogo \$ 1,000.00 Facilitadores \$ 500.00	12 meses 10 meses 10 meses	\$ 18,000.00 \$ 10,000.00 \$ 15,000.00	

PROYECTO: "CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS"				
PRESUPUESTO				
RECURSOS HUMANOS				
DESCRIPCIÓN	N° DE PERSONAS	TIEMPO	COSTO UNITARIO	TOTAL
Coordinador General	1	12 meses	\$1.500,00	\$18.000,00
Facilitador	3	10 meses	\$500,00	\$15.000,00
Psicologo	1	10 meses	\$1.000,00	\$10.000,00
SUB TOTAL				\$43.000,00
INSUMOS				
DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	TIEMPO	COSTO UNITARIO	TOTAL
Brochure (Información de las diferentes tematicas)	1000 unidades	10 meses	\$0,10	\$100,00
Papel bond	20 resmas	10 meses	\$5,00	\$100,00
Pliegos papel bond	100 unidades	10 meses	\$0,25	\$25,00
Paginas de colores	6 paquetes (100)	10 meses	\$4,15	\$24,90
Colores	21 cajas	10 meses	\$2,50	\$52,50
Lapiceros	100 unidades	10 meses	\$0,12	\$12,00
Lapices	100 unidades	10 meses	\$0,10	\$10,00
Rollos de Tirro	15 unidades	10 meses	\$2,90	\$43,50
Tijeras	15 unidades	10 meses	\$4,50	\$67,50
Libretas	100 unidades	10 meses	\$1,25	\$125,00
Pegamento	15 botes	10 meses	\$1,68	\$25,20
Pinturas y/o acuarelas	15 cajas	10 meses	\$1,15	\$17,25
Gomas de borrar	15 unidades	10 meses	\$0,30	\$4,50
Sacapuntas	15 unidades	10 meses	\$0,25	\$3,75
Refrigerios	950	10 meses	\$1,50	\$1.425,00
SUB TOTAL				\$2.036,10
SERVICIOS Y EQUIPO				
DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	TIEMPO	COSTO UNITARIO	TOTAL
Computadoras o laptops	5	10 meses	\$400,00	\$2.000,00
Proyector	1	10 meses	\$599,00	\$599,00
Impresora	1	10 meses	\$139,00	\$139,00
Bocina	1	10 meses	\$49,00	\$49,00
SUB TOTAL				\$2.787,00
TOTAL GLOBAL				\$47.823,10

PROYECTO: "CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS"																																																				
CRONOGRAMA																																																				
ACTIVIDADES	1° Mes				2° Mes				3° Mes				4° Mes				5° Mes				6° Mes				7° Mes				8° Mes				9° Mes				10° Mes				11° Mes				12° Mes							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
FASE I: Coordinación y Promoción del proyecto																																																				
Identificación de Donantes Potenciales																																																				
Desarrollo de un Perfil del Donante																																																				
Preparación de Propuestas																																																				
Contacto Inicial con las instituciones cooperantes																																																				
Reuniones y Presentaciones																																																				
Negociación y Aclaración de Términos																																																				
Desarrollo de Acuerdos																																																				
Contratación de todo el personal																																																				
FASE II: Desarrollo e implementación de jornadas y talleres																																																				
Definición de objetivos y metas																																																				
Desarrollo de un plan de trabajo																																																				
Presentación del proyecto (Cartas metodologicas de los diferentes talleres)																																																				
Definición del presupuesto																																																				
Obtención de aprobación																																																				
Inicio de talleres de habilidades sociales en los tres municipios: (Mejicanos, Soyapango y San Salvador)																																																				
Taller 1: Comunicación eficaz																																																				
Taller 2: Asertividad																																																				
Taller 3: Empatía																																																				
Taller 4: Escucha activa																																																				
Taller 5: Resiliencia																																																				
Taller 6: Inteligencia emocional																																																				
Taller 7: Liderazgo																																																				
Taller 8: Trabajo en equipo																																																				
Taller 9: Resolución de conflictos																																																				
Taller 10: Tolerancia y respeto																																																				
Inicio de talleres de Autoestima en los tres municipios: (Mejicanos, Soyapango y San Salvador)																																																				
Taller: Autoestima (Autoconocimiento, autoaceptación)																																																				
Taller: Autoestima (FODA)																																																				
Taller: Autoestima (Plan de vida)																																																				
Jornadas de integración grupal en los tres municipios: (Mejicanos, Soyapango y San Salvador)																																																				
Evaluaciones finales																																																				
Presentación de resultados e informe final																																																				

PROYECTO: "CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS"

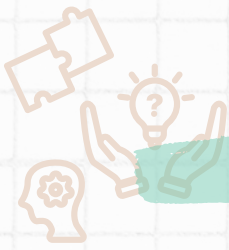
PLAN DE MONITOREO																														
Acciones a implementar	ACTIVIDADES	Indicadores	Medios de Verificación	12 Meses																										
				1 Mes	2 Mes	3 Mes	4 Mes	5 Mes	6 Mes	7 Mes	8 Mes	9 Mes	10 Mes	11 Mes	12 Mes															
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
FASE I: Coordinación y Promoción del proyecto																														
Elaboración de programas y proyectos que vayan orientados al desarrollo de las habilidades sociales, a través de la ejecución de talleres psicoeducativos (vivenciales).	Identificación de Donantes Potenciales	Búsqueda de instituciones idoneas y competentes	Dokumentación verificada de los posibles donantes																											
	Desarrollo de un Perfil del Donante																													
	Preparación de Propuestas	Presentación del programa	Informe aprobado y presentación digital del programa																											
	Contacto Inicial con las instituciones cooperantes	Correos electronicos, Cartas de carácter oficial	Correos confirmados y cartas firmadas de recibo																											
	Reuniones y Presentaciones	Reuniones con los donantes	Actas firmadas y selladas por los participantes del proyecto																											
	Negociación y Aclaración de Términos																													
	Desarrollo de Acuerdos																													
	Contratación de todo el personal	Contratos	Contratos firmados y validados																											
	FASE II: Desarrollo e implementación de jornadas y talleres																													
		Definición de objetivos y metas	Informe del plan de Trabajo	Informe aprobado y sellado																										
		Desarrollo de un plan de trabajo																												
		Presentación del proyecto	Cartas metodologicas de los diferentes talleres	Cartas metodologicas aprobadas para su ejecución																										
Definición del presupuesto		Formato de presupuesto para aprobación	Presupuesto aprobado, firmado y remitido para su desembolso																											
Obtención de aprobación																														
Inicio de talleres de habilidades sociales en los tres municipios: (Mejicanos, Soyapango y San Salvador)																														
Taller 1: Comunicación eficaz		Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Taller 2: Asertividad		Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Taller 3: Empatía		Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Taller 4: Escucha activa		Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Taller 5: Resiliencia		Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Taller 6: Inteligencia emocional		Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Taller 7: Liderazgo	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																												
Taller 8: Trabajo en equipo	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																												
Taller 9: Resolución de conflictos	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																												
Taller 10: Tolerancia y respeto	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																												
Inicio de talleres de autoestima en los tres municipios: (Mejicanos, Soyapango y San Salvador)																														
Desarrollo de talleres que contribuyan a fomentar el autoestima de los juvenes.	Taller: Autoestima (Autoconocimiento, autoaceptación)	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
	Taller: Autoestima (FODA)	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
	Taller: Autoestima (Plan de vida)	Taller ejecutado	Lista de asistencia de participantes y lista de entrega de refrigerio, factura de pago por compra de refrigerios																											
Realización de jornadas que faciliten la integración de los miembros dentro de las comunidades.	Jornadas de integración grupal en los tres municipios: (Mejicanos, Soyapango y San Salvador)	Jornada ejecutada	Lista de asistencia de participantes																											
	Evaluaciones finales	Documentación complementaria	Documentos verificados																											
	Presentación de resultados e informe final	Informe presentado	Informe aprobado																											
* Los cuadros marcados con COLOR CAFE, hacen referencia a las fechas en las que se realizará el monitoreo.																														



“CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS”

Un paso hacia las Habilidades Sociales





INTRODUCCIÓN

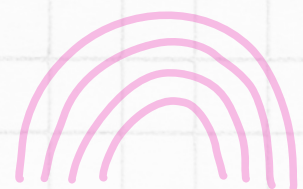
CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

El programa "Construyamos Relaciones Sanas" ha sido diseñado con el objetivo de desarrollar y fomentar la práctica de las habilidades sociales en los jóvenes, fortaleciendo su autoestima y a la vez mejorando las relaciones interpersonales en diversos ámbitos como; familiar, laboral y académico.

Las habilidades sociales son entendidas como un conjunto de comportamientos que le permiten a las personas interactuar de manera efectiva con el entorno, proporcionan la posibilidad de expresar opiniones, emociones y sentimientos de forma adecuada, generando un bienestar personal al consolidar las relaciones sociales, es por ello que resultan imprescindibles para la vida en la sociedad.

Durante la juventud se evidencia aún más la importancia de la adquisición de las habilidades sociales, ya que en esta etapa se sientan las bases para el inicio de la vida adulta, se amplían sus grupos sociales y deben aplicarlas en nuevos entornos tanto académicos como laborales

Dado que las habilidades sociales permiten controlar el comportamiento social de los individuos que se encuentran en procesos de interacción. Patricio, Maia y Bezerra (2015), definen las habilidades como una variedad de comportamientos verbales y no verbales que permiten la interacción social en diferentes entornos. También ayudan a las personas a obtener sus metas, experimentar al máximo emociones positivas, reduciendo emociones negativas que puedan provocar conflictos.





CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

Es por ello que se hace necesario brindar a los jóvenes espacios de capacitación para su desarrollo integral, en donde adquieran las herramientas y/o estrategias que faciliten la adquisición o fortalecimiento de las habilidades sociales, que se hubieren visto afectadas o no aprendidas durante su infancia, lo cual influye negativamente en la autoestima de los jóvenes provocando sentimientos de soledad, frustración e impotencia al no poder establecer adecuadas relaciones interpersonales.

El PNUD realizó un estudio en 2019 llamado "Juventud, violencia y oportunidades en El Salvador", donde se analizó la situación de los jóvenes salvadoreños en relación con la violencia, la educación, el empleo y la participación social.

Según este estudio, el 42.5 % de los jóvenes salvadoreños entre 15 y 29 años manifestaron tener dificultades para relacionarse con otras personas, lo que indica un bajo nivel de habilidades sociales. Estas habilidades son importantes para establecer y mantener relaciones interpersonales positivas, resolver conflictos de manera pacífica y cooperar con otros para lograr objetivos comunes. El estudio también encontró que el 37.9 % de los jóvenes se sentían solos o aislados, lo que puede afectar su salud mental y emocional.



CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

El estudio sugiere que los problemas en las habilidades sociales de los jóvenes salvadoreños se deben a varios factores, como la exposición a la violencia, la falta de oportunidades educativas y laborales, la discriminación, la desconfianza y el individualismo. Estos factores limitan el desarrollo de los jóvenes y los alejan de la sociedad, lo que puede generar más violencia y exclusión. Por eso, el estudio recomienda implementar políticas públicas que promuevan la prevención de la violencia, la inclusión social, la educación integral, el empleo digno y la participación ciudadana de los jóvenes salvadoreños.

Este programa se ha elaborado para atender la demanda a nivel comunitario, respecto al déficit en las habilidades sociales que presentan los jóvenes, lo cual ocasiona afectaciones psicológicas, emocionales y conductuales en ellos, además de producir que los jóvenes se aislen de sus grupos sociales, ante la falta de las estas habilidades.

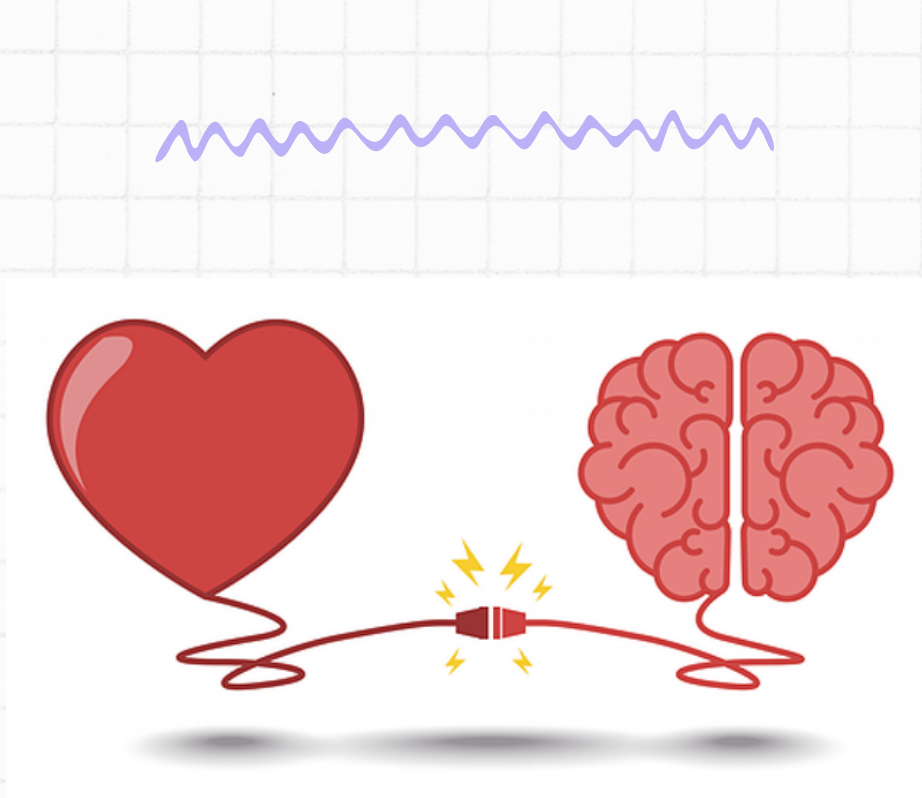


ell

CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

OBJETIVOS

- Desarrollar y fortalecer las habilidades sociales en los jóvenes de los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador, para que puedan obtener un bienestar personal y mejorar su calidad de vida.
- Fortalecer la autoestima en los jóvenes para que esto incremente su autoconfianza y autoaceptación.
- Implementar actividades que disminuyan sentimientos de frustración e impotencia y contribuyan a lograr una integración social.



elle

MARCO NORMATIVO

El Marco Normativo que delimita este programa está integrado por leyes y políticas enfocadas en la juventud salvadoreña y su necesidad de desarrollarse integralmente dentro de la sociedad, esto incluye elementos como el rango de edad para consideración de una persona joven, el respeto de sus derechos fundamentales, la formación y participación de la juventud en diversos ámbitos y además, nombran a las instituciones que han sido creadas y/o encargadas de brindar a la juventud la protección de sus derechos, los espacios para su desarrollo, capacitaciones y formación completa en diversos aspectos, para así lograr la integración social de este grupo poblacional.

Ley del Sistema Nacional de la Cultura de la Integración (2019)

Objetivos de la Ley del Sistema Nacional de la Cultura de la Integración.

Art. 3.- La presente Ley tiene los siguientes objetivos:

- a) Impulsar la cultura de la integración, en toda la sociedad.
- b) Garantizar los derechos fundamentales a la población que vive en desintegración social.
- c) Fomentar el involucramiento de todos los sectores de la sociedad en el desarrollo de lo intelectual, social, cultural, político y económico de las personas en el marco de la cultura de la integración.
- d) Crear mecanismos que permitan establecer el sistema de continuidad académica y técnica, basados en la cultura de la integración.

CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

Continuación...

- e) Fortalecer y potenciar a la familia como unidad primaria, en su relación con el resto de los actores sociales, dentro del proceso integrador.
- f) Originar el proceso formativo de la cultura de la integración en las escuelas desde el nivel de parvularia hasta bachillerato, que disminuya la deserción escolar y fomente el sistema de continuidad académica tecnológica o profesional en sus distintos niveles; por medio de metodologías y programas que permitan mejorar la calidad de vida de las personas y cumplir las disposiciones de esta Ley.
- g) Formar profesionales basados en la cultura de la integración y en la realidad del país, que ayuden a mejorar la calidad de vida de todos.
- h) Conformar el Sistema Nacional de la Cultura de la Integración que promueva, ejecute y supervise de forma participativa las políticas públicas, programas y acciones encaminadas a la implementación de la cultura de la integración.
- i) Crear relaciones entre personas, instituciones y organizaciones civiles, que faciliten el acceso entre ellas, para comprender los entornos adversos a un desarrollo humano integral como para apreciar condiciones a las que no se ha tenido acceso.

Algunos conceptos y definiciones que incluye esta ley

Art. 4.- Para los efectos de la presente Ley se entenderá por:

Desintegración Social: Es el alejamiento, desunión y dificultades de interacción y acceso entre las personas e instituciones que conforman la sociedad salvadoreña, que imposibilitan el desarrollo y las salidas de la pobreza.

CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS



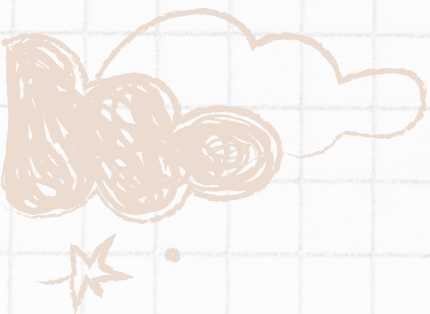
Continuación...

Revitalizar Comunidades: Conjunto de ideas, actividades, programas y procesos integrales e integradores, que promuevan de manera permanente las interacciones y los accesos entre las personas y las instituciones, con el fin de intercambiar el conocimiento, fortalecer las relaciones, el desarrollo social, educativo, cultural, político y económico de todos quienes participan, creando nuevos y mejores vínculos y generando la energía social capaz de provocar transformaciones en las condiciones de vida.

Salidas de la Pobreza: Conjunto de ideas, actividades, programas y procesos, con un sentido de integración social, cultural, política, educativa y económica, que generan en las personas una mejoría sustancial y permanente en la calidad de vida y el fortalecimiento de las relaciones entre las personas y las instituciones.

Creación del ente encargado de regular la Ley de la Cultura de la Integración.

Art. 10.- Créase el Sistema Nacional de la Cultura de la Integración (SINACI), cuyo objeto será aprobar políticas orientadas al fortalecimiento de la integración social, y velar por el cumplimiento de los objetivos de la misma.



CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

Ley General de la Juventud (2023)

Ámbito de Aplicación de la Ley General de la Juventud

Artículo 2. Para los fines de la presente ley, se considera joven a la persona comprendida en el rango de edad de los 15 a los 35 años, sin distinción de nacionalidad, etnia, género, religión, discapacidad, situaciones de vulnerabilidad o cualquier otra condición particular.

Respeto a los Derechos Fundamentales

Artículo 7. La población joven deberá gozar y disfrutar de los derechos fundamentales reconocidos en la Constitución de la República, tratados o acuerdos internacionales ratificados por El Salvador y los contenidos en la presente ley. En consecuencia, es deber del Estado respetar, garantizar el pleno disfrute y ejercicio de sus derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales.

El Estado formulará políticas y programas que alienten, mantengan de modo permanente la contribución y el compromiso de la población joven con una cultura de paz, respeto a los derechos humanos, la difusión de los valores de justicia, solidaridad, los derechos y deberes ciudadanos y el conocimiento de su identidad cultural, fomentando la participación y el emprendedurismo para que logren sus proyectos de vida.



Políticas de promoción de la participación juvenil

Artículo 15. Las Políticas de promoción de la participación juvenil deberán:

a) Promover la participación plena de la población joven en el campo cívico, político, social, económico, cultural y artístico.



Continuación...

b) Fortalecer los mecanismos de comunicación, interacción y consulta para que las perspectivas, opiniones y recomendaciones de la población joven sean tomadas en cuenta por las Instituciones públicas correspondientes.

Política Nacional de Juventud 2010-2024 (2013)

Educación, salud, prevención de la violencia: respuestas sectoriales relevantes.

Al mismo tiempo en que se implementan las diferentes políticas públicas sectoriales, se continúan generando diversas iniciativas programáticas destinadas a adolescentes y jóvenes, con especial énfasis en la educación, la salud y la prevención de la violencia.

Estas tendrán que complementarse en el futuro con otras iniciativas sectoriales cuyo abordaje ha sido escaso. Se pueden distinguir la capacitación y la inserción laboral de jóvenes y el fomento de la participación ciudadana juvenil.

Por otra parte, a las capacitaciones laborales de jóvenes que implementan INSAFORP y otras instituciones de formación profesional se han sumado acciones destinadas a fortalecer los servicios de orientación laboral y de inspección del Ministerio de Trabajo y Previsión Social. Así mismo, se encuentra en proceso de diseño el Plan de Acción Nacional de Empleo Juvenil, en el que trabajan el MTPS, la Dirección Nacional de la Juventud, organismos públicos y de la sociedad civil, empresarios y sindicatos de trabajadores. Este plan permitirá articular y potenciar las diversas iniciativas existentes junto con otras que se agregarán de forma paulatina.

Continuación...

Del mismo modo, se están potenciando las acciones destinadas al fortalecimiento de las organizaciones y de los movimientos juveniles y las iniciativas dedicadas al fomento de la participación ciudadana juvenil. Se han llevado a cabo consultas con las y los jóvenes de todo el país y se ha trabajado en el diseño y la implementación colectiva de un Programa Nacional de Voluntariado Juvenil. Este permitirá canalizar el fecundo aporte que las nuevas generaciones pueden hacer al país al participar en campañas de alfabetización, reconstrucción de zonas devastadas por accidentes de la naturaleza, construcción de infraestructura social, entre otras, en su calidad de actores estratégicos del desarrollo.

Ley de Educación Superior (2014)

Art. 2.- Son objetivos de la Educación Superior:

- a) Formar profesionales competentes con fuerte vocación de servicio y sólidos principios éticos.
- b) Promover la investigación en todas sus formas;
- c) Prestar un servicio social a la comunidad; y,
- d) Cooperar en la conservación, difusión y enriquecimiento del legado cultural en su dimensión nacional y universal.

Art. 3.- La educación superior integra tres funciones: La docencia, la investigación científica y la proyección social.



CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

Continuación...

La docencia busca enseñar a aprender, orientar la adquisición de conocimientos, cultivar valores y desarrollar en los estudiantes habilidades para la investigación e interpretación, para su formación integral como profesionales.

La investigación es la búsqueda sistemática y análisis de nuevos conocimientos para enriquecer la realidad científica, social y ambiental, así como para enfrentar los efectos adversos del cambio climático.

La proyección social es la interacción entre el quehacer académico con la realidad natural, social, ambiental y cultural del país.

Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador (2001)

Art. 3. - Son fines de la Universidad:

- a) Conservar, fomentar y difundir la ciencia, el arte y la cultura;
- b) Formar profesionales capacitados moral e intelectualmente para desempeñar la función que les corresponde en la sociedad, integrando para ello las funciones de docencia, investigación y proyección social;
- c) Realizar investigación filosófica, científica, artística y tecnológica de carácter universal, principalmente sobre la realidad salvadoreña y centroamericana;
- d) Propender, con un sentido social-humanístico, a la formación integral del estudiante;



CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

Continuación...

Para la mejor realización de sus fines, la Universidad podrá establecer relaciones culturales y de cooperación con otras universidades e instituciones, sean éstas públicas o privadas, nacionales o extranjeras, dentro del marco de la presente Ley y demás leyes de la República. Sin menoscabo de su autonomía, la Universidad prestará su colaboración al Estado en el estudio de los problemas nacionales.

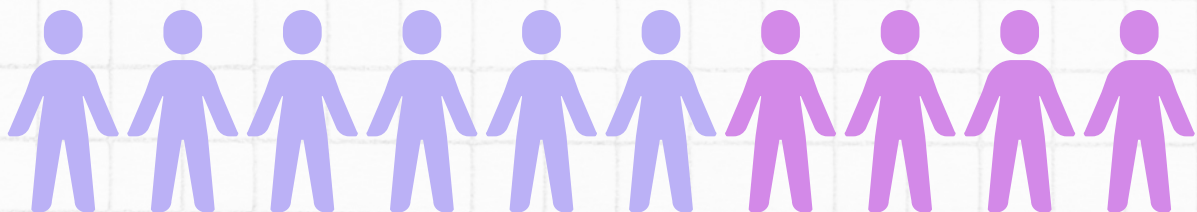


POBLACION DIANA

Jóvenes de 18 a 22 años de edad, pertenecientes a los municipios de Mejicanos, Soyapango y San Salvador, que formen parte de la Red de Jóvenes de cada una de las alcaldías de estos municipios, procedentes de institutos nacionales, que actualmente se encuentren desempleados y que demanden la necesidad de un desarrollo personal e integral para poder adherirse al ámbito laboral o académico de manera efectiva.



Este grupo poblacional siempre ha sido uno de los más vulnerables por diversas razones, entre las cuales podemos destacar los niveles bajos de escolaridad ya que la mayoría concluyen hasta la primaria o básica, muy pocos terminan una educación media o superior, del mismo modo la inseguridad y violencia que siempre han mantenido sometida a la población en estos municipios, todo ello ha contribuido de manera negativa para que los jóvenes no culminen sus estudios, esto a su vez genera altos índices de desempleo por falta de la preparación académica necesaria, la falta de experiencia y también la falta de oportunidades laborales.



FUNCIONES DE LOS ENCARGADOS DEL PROYECTO



Atención inicial

- Atención e inscripción de los jóvenes para los diferentes talleres de habilidades sociales y autoestima.
- Análisis de la demanda y formación de los grupos.
- Motivación a los jóvenes para participar en cada uno de los talleres debido a la importancia que representan para ellos.
- Planificación y coordinación de los talleres sobre habilidades sociales.
- Ejecución de talleres y desarrollo de las actividades.

Integración comunitaria

- Integración de los grupos familiares y comunitarios.
- Promoción de las jornadas en los diferentes municipios.
- Elección de temáticas y programación de las jornadas.
- Selección y programación de los desarrolladores de las jornadas de integración.
- Participación y colaboración en las jornadas de integración y demás talleres programados.



Formación y orientación

- Revisión y aprobación del material psicopedagógico de acuerdo a cada una de las temáticas que se impartirá a los jóvenes.
- Desarrollo de algunas temáticas requeridas de acuerdo a su nivel de importancia (Autoestima).
- Asesoramiento a los facilitadores para el desarrollo de los talleres y sus actividades.

CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

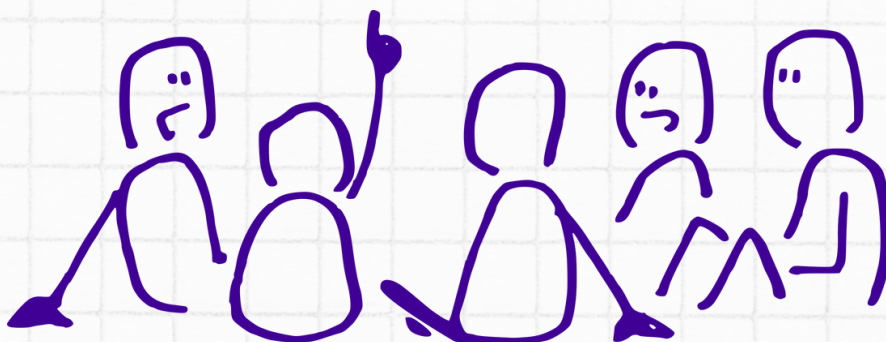
Continuación...

- Orientación y/o derivación de casos individuales por problemáticas personales u otras.
- Motivación a los jóvenes, grupos o comunidades a una participación activa, para generar bienestar, desarrollo psicosocial y mejorar la calidad de vida.



Coordinación

- Seguimiento a las tareas para garantizar su cumplimiento en el plazo previsto.
- Revisión y control de los recursos materiales y del presupuesto del proyecto.
- Programación de reuniones con el equipo de trabajo para evaluar las acciones y sus posibles modificaciones o adecuaciones.



TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

1. COMUNICACIÓN EFICAZ

Objetivo General

Dar a conocer la importancia de la comunicación eficaz a los y las jóvenes con el propósito de mejorar sus habilidades sociales.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
<p>Motivar a los jóvenes a poner en práctica la comunicación eficaz en su entorno social.</p>	<p>Elementos para una comunicación eficaz</p> <p>Tipos de comunicación</p> <p>Técnicas de comunicación</p> <p>Habilidades para la escucha activa</p> <p>Habilidades de comunicación y sus técnicas</p> <p>La importancia de la comunicación no verbal</p>	<p>Educa a los participantes sobre la comunicación eficaz.</p> <p>Motiva a los participantes a poner en práctica la comunicación eficaz.</p> <p>Responde dudas de los participantes.</p> <p>Promueve la cohesión en el equipo.</p>	<p>Dinámica rompe hielo.</p> <p>Psicoeducación.</p> <p>Técnica central sobre la comunicación eficaz.</p> <p>Poner en práctica conocimientos adquiridos.</p> <p>Evaluación de los conocimientos.</p>





CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

2. ASERTIVIDAD



Objetivo General

Enseñar a los y las jóvenes la forma adecuada para expresar pensamientos, sentimientos y opiniones de manera clara, directa y respetuosa, sin violar los derechos de los demás.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
<p>Incentivar a los jóvenes a comunicarse de manera efectiva, defender sus derechos y establecer límites adecuados.</p>	<p>Expresión de sentimientos</p> <p>Comunicación efectiva en grupo</p> <p>Resolución de conflictos para fomentar la asertividad</p> <p>La importancia de la escucha activa</p> <p>Importancia de aprender a negociar</p>	<p>Educa a los participantes sobre los componentes de la asertividad.</p> <p>Motiva a los participantes a poner en práctica los elementos de la asertividad.</p> <p>Aclarar dudas de los participantes respecto al tema.</p> <p>Promover la escucha activa, negociación y la comunicación asertiva en el equipo.</p>	<p>Juego de roles</p> <p>Ejercicios de comunicación efectiva en grupos.</p> <p>Técnica de resolución de conflictos.</p> <p>Dinámica de autoafirmación y autoestima.</p> <p>Elaboración de diario de emociones.</p>





CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

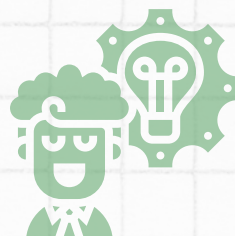
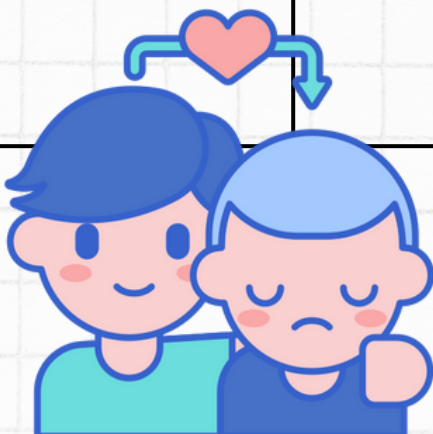
TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

3. EMPATÍA

Objetivo General

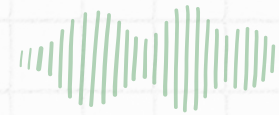
Mostrar a los y las jóvenes como la empatía nos permite poder comprender a los demás y relacionarnos mejor con ellos.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del Facilitador	Técnicas de intervención
Mejorar relaciones interpersonales a través de la comprensión hacia otras personas y diversas emociones o situaciones de su vida cotidiana que les lleva a actuar de diversas formas ante la sociedad.	Tema central: Empatía Temas específicos: -Auto conciencia -Auto control - Dimensiones de la empatía (emocional, cognitiva y cambio de perspectiva)	-Indagar en los tipos de empatía y sus diferentes enfoques. -Promover la identificación de las emociones de manera interpersonal para llevar hacia la comprensión hacia las demás personas. -Utilizar herramientas de Autocontrol emocional que ayuden a entender las emociones. -Plantear escenarios en los cuales se debe poner en práctica la empatía. -Socializar casos en los cuales anteriormente se haya evidenciado empatía entre los participantes o en qué casos se podría implementar en su círculo social.	Psico educación Dramatizaciones Ventilación Emocional





TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

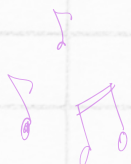


4. ESCUCHA ACTIVA

Objetivo General

Enseñar a los y las jóvenes la importancia de la escucha activa y como esta puede ayudarnos para que la comunicación con los demás sea más efectiva.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
Capacitar a los jóvenes en la escucha activa con el fin de mejorar sus habilidades sociales.	Tema central: La escucha activa. Temas específicos: - ¿Qué es la escucha activa? - Que no hacer en la escucha activa. - Señales que indican la escucha activa correcta.	- Enseñar en qué consiste la escucha activa. - Promover la importancia de la práctica de la escucha activa. - Motivar a los jóvenes para poner en práctica la escucha activa en su vida cotidiana.	Dinámica rompe hielo. Psicoeducación sobre la escucha activa. Técnica central sobre la puesta en práctica de la escucha activa. Retroalimentación



5. RESILIENCIA

Objetivo General

Proporcionar a los y las jóvenes herramientas para afrontar momentos críticos a través de la Resiliencia.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
<p>Generar interacciones en las que puedan utilizar y detectar sus propias competencias y aptitudes, y encuentren ayuda para, a partir de ello, reconstruir la percepción del valor de sí mismos.</p>	<p>Características de las personas resilientes</p> <p>Beneficios de la resiliencia</p> <p>Impotencia de la resiliencia en la vida</p> <p>Aprende a ser resiliente</p>	<p>Educa a los participantes sobre los componentes de la resiliencia</p> <p>Motiva a los participantes a poner en práctica la resiliencia en la vida</p> <p>Aclarar dudas de los participantes respecto al tema.</p> <p>Promover la salud emocional, equilibrio emocional, la expresividad, el contacto social.</p>	<p>Técnica expositiva</p> <p>Ejercicios de autoconocimiento</p> <p>Juego de roles</p> <p>Técnica de resolución de conflictos</p>






CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

6. INTELIGENCIA EMOCIONAL

Objetivo General

Incentivar en los y las jóvenes el conocimiento de las propias emociones y las de los demás para el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
<p>Estimular mayor competencia emocional para disminuir los efectos perjudiciales de las emociones negativas de mayor intensidad.</p>	<p>Tema central: Inteligencia Emocional</p> <p>Temas específicos: -Conceptualización</p> <p>-Emociones, sentimientos y pensamientos</p> <p>-Emociones contrarias. Presión de grupo. Gestión de las emociones</p> 	<p>-Promover la información adecuada sobre la inteligencia emocional con sus principales características y sub temas correspondientes.</p> <p>-Estimular el reconocimiento de las emociones en las personas participantes, para que de esta manera se pueda diferenciar entre las emociones negativas y positivas.</p> <p>-Fomentar la autorregulación de las propias emociones a través de técnicas de autocontrol emocional.</p> <p>-Promover el reconocimiento de las emociones en los demás identificando formar de apoyo emocional de manera grupal.</p> <p>-Incentivar la toma de conciencia de la IE dentro de las HS como parte fundamental del proceso de socialización.</p>	<p>Resolución de conflictos</p> <p>Técnicas de Respiración y relajación</p> <p>Técnicas de autocontrol emocional</p>





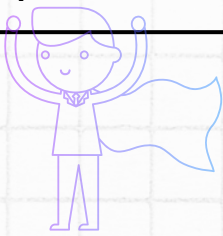
CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

7. LIDERAZGO

Objetivo General

Motivar en los y las jóvenes actitudes de liderazgo con el fin de que tomen acción, ayudando a organizar a sus comunidades.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
 <p>Proporcionar a los jóvenes las herramientas que les ayuden a desarrollar las características de liderazgo en sí mismos.</p>	<p>Tema central: Liderazgo</p> <p>Temas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Qué es el liderazgo?- Características de un líder- Tipos de liderazgo	<ul style="list-style-type: none">- Enseñar qué es el liderazgo y su tipología.- Describir las características de un buen líder.- Promover la puesta en práctica del liderazgo en los jóvenes.- Retroalimentar sobre la importancia del liderazgo	<p>Dinámica rompe hielo.</p> <p>Psicoeducación sobre liderazgo.</p> <p>Técnica central sobre poner en práctica el liderazgo.</p> <p>Retroalimentación</p>





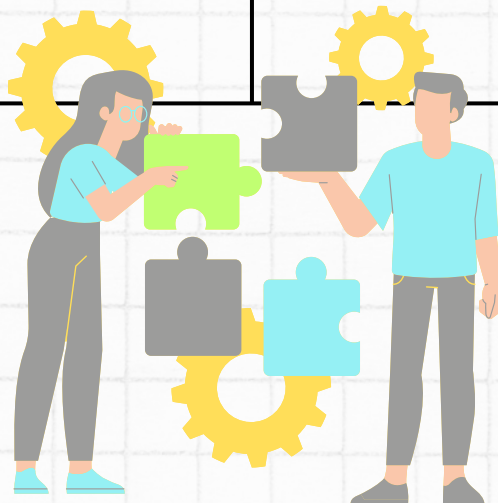
TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

8. TRABAJO EN EQUIPO

Objetivo General

Promover en los y las jóvenes el trabajo en equipo, para mejorar la integración en sus comunidades, estudios y/o laboralmente.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
Potenciar en los jóvenes las habilidades necesarias para el trabajo en equipo.	<p>Tema central: Trabajo equipo</p> <p>Temas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Qué es el trabajo en equipo?- Características del trabajo en equipo.- Ventajas del trabajo en equipo.- Importancia del trabajo en equipo.	<ul style="list-style-type: none">- Definir que es el trabajo en equipo y cuales son sus características.- Motivar sobre la importancia del trabajo en equipo.- Promover técnicas que contribuyan a la mejora del trabajo en equipo.	<p>Dinámica rompe hielo.</p> <p>Psicoeducación sobre el trabajo en equipo.</p> <p>Técnicas para mejorar el trabajo en equipo.</p> <p>Puesta en práctica de estrategias para mejorar el trabajo en equipo.</p> <p>Evaluación y retroalimentación</p>



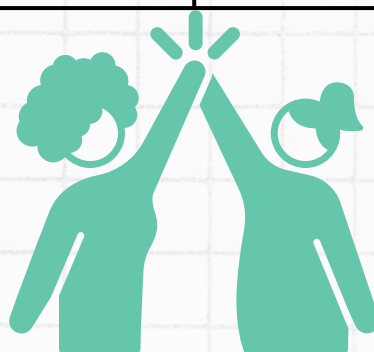


9. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Objetivo General

Enseñar a los y las jóvenes técnicas de resolución de conflictos, con el fin de prepararlos para que puedan implementarlos en su vida cotidiana.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
Mejorar las relaciones interpersonales de los jóvenes, para que se desenvuelvan adecuadamente ante una situación de conflicto.	<p>Tema central: Técnicas de resolución de conflictos.</p> <p>Temas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Qué son los conflictos?- Elementos para resolver los conflictos- Tipos de conflictos- Manejo de conflictos- Estrategias de resolución	<ul style="list-style-type: none">- Exponer sobre el significado de conflictos y sobre las características.- Educar con respecto a estrategias de manejo de conflictos.- Fomentar la cultura de paz entre los jóvenes.- Motivar a los jóvenes a que pongan en práctica las estrategias de resolución de conflictos en su vida cotidiana.	<p>Dinámica rompe hielo. (Ver anexo1)</p> <p>Psicoeducación Sobre que son los conflictos y los tipos de conflictos.</p> <p>Técnica central de estrategias de resolución de conflictos.</p> <p>Puesta en práctica de las técnicas</p> <p>Evaluación y retroalimentación</p>





CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

TALLERES DE HABILIDADES SOCIALES

10. TOLERANCIA Y RESPETO

Objetivo General

Sensibilizar a los y las jóvenes acerca de la importancia del respeto por sí mismos y por los demás, para desarrollar relaciones interpersonales sanas.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
Generar compromisos para mejorar las relaciones interpersonales aplicando el respeto como principio para la sana convivencia en su círculo social y en casa	<p>Los valores y el Respeto</p> <p>La importancia de establecer límites.</p> <p>Convivencia bajo la base de la Tolerancia.</p> <p>Respetando los límites de las demás personas para la sana convivencia</p>	<p>Informar a los participantes acerca de la Tolerancia, sus características y valores.</p> <p>Promover el respeto a través de estrategias del establecimiento de límites.</p> <p>Fomentar la sana convivencia entre los círculos sociales y la familia a través de la tolerancia y el respeto.</p>	<p>Técnicas de Resolución de conflictos</p> <p>Técnicas de ventilación emocional</p>





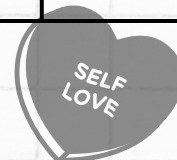
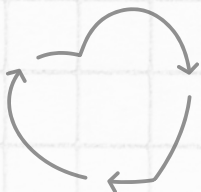
TALLERES DE AUTOESTIMA

11. AUTOESTIMA: AUTOCONOCIMIENTO

Objetivo General

Promover el desarrollo y fortalecimiento de la autoestima en los y las jóvenes para mejorar la valoración, percepción y aprecio que tienen de sí mismos y poder tener mayor confianza en la creación de vínculos sociales.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del psicólogo	Técnicas de intervención
Fomentar la reflexión y conciencia sobre las propias habilidades, fortalezas, debilidades, valores y metas personales.	<p>Tema central:</p> <p>Auto conocimiento</p> <p>Temas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none">-Definición y desmitificación- Componentes de un auto conocimiento-Estrategias para conocerse a uno mismo.	<ul style="list-style-type: none">-Proporcionar información sobre qué es la autoestima, cómo se desarrolla y la importancia que tiene en la vida cotidiana y en el bienestar emocional.-Ayudar a los participantes a identificar y desafiar pensamientos negativos o distorsionados sobre sí mismos.-Fomentar la reflexión sobre las creencias arraigadas que puedan estar afectando la autoestima.-Utilizar ejercicios de autorreflexión para que los participantes exploren sus fortalezas, logros y metas personales.-Promover la conciencia de sí mismo y la aceptación personal.	<ul style="list-style-type: none">PsicoeducaciónEntrevistas de autoexploraciónEjercicios de autorreflexiónEjercicio de "Yo ideal"Mapa de habilidades y talentos





12. AUTOESTIMA: FODA

Objetivo General

Fomentar una comprensión profunda en los y las jóvenes de su situación individual, identificando fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas, proporcionando una base sólida para la toma de decisiones informadas y la planificación estratégica en la vida personal.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del psicólogo	Técnicas de intervención
Proporcionar las herramientas pertinentes que ayuden a la persona a tener mayor conocimiento de sus cualidades.	-Fortalezas -Debilidades -Oportunidades -Amenazas	-Establecer una relación de confianza con las personas involucradas. -Guiar a las personas en la reflexión sobre sus fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas. -Ayudar a los participantes a traducir las reflexiones del FODA en metas claras y realistas -Explorar Estrategias de Afrontamiento	-Psicoeducación -FODA





CONSTRUYAMOS RELACIONES SANAS

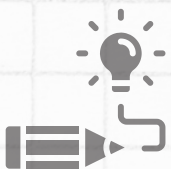
TALLERES DE AUTOESTIMA

13. AUTOESTIMA: PLAN DE VIDA

Objetivo General

Proporcionar a los y las jóvenes una estructura y un enfoque sistemático para que las personas definan, organicen, persigan sus metas y objetivos a lo largo del tiempo para un desarrollo y bienestar integral del individuo.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del psicólogo	Técnicas de intervención
Fomentar la implementación de técnicas que ayuden a la búsqueda de objetivos para alcanzar y/o definir las metas personales de vida.	<ul style="list-style-type: none">-La utilidad del FODA en el alcance de metas-Beneficios de implementar planes de vida-Estrategias sobre cómo definir metas y alcanzarlas.	<ul style="list-style-type: none">-Establecer una relación de confianza con las personas involucradas.-Guiar a las personas en la reflexión sobre sus valores, aspiraciones, fortalezas y áreas de mejora fomentando la autoexploración.-Ayudar a las personas a establecer metas realistas y alcanzables.-Proporcionar orientación sobre cómo definir objetivos que sean específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con un marco temporal.-Fomentar la toma de decisiones autónoma y la responsabilidad personal.	<ul style="list-style-type: none">PsicoeducaciónTécnica del Plan de vida





JORNADAS DE INTEGRACIÓN COMUNITARIA

14. JORNADA DE INTEGRACIÓN

Objetivo General

Fomentar con los y las jóvenes y sus comunidades el compañerismo mientras se adquieren nuevos conocimientos y se mejoran las relaciones interpersonales.

Objetivos Específicos	Contenidos a trabajar	Actuaciones del facilitador	Técnicas de intervención
Promover la integración que constituye una parte fundamental de cualquier proceso social dentro de las comunidades y entre los jóvenes que las integran.	Características de las personas resilientes Beneficios de la resiliencia Impotencia de la resiliencia en la vida Aprende a ser resiliente	Enseña a los participantes sobre los componentes de la resiliencia Motiva a los participantes a poner en práctica la resiliencia en la vida Aclarar dudas de los participantes respecto al tema. Promover la salud emocional, equilibrio emocional, la expresividad, el contacto social.	Dinámica de integración Ejercicios de autoconocimiento Juego de roles



Jornadas de integración grupal: será entendida como una actividad lúdica, participativa con los jóvenes y sus familias, con una duración de 2 horas aproximadamente, con beneficios recreativos y de convivencia sana entre los miembros de las comunidades.

Podrá desarrollarse cualquier actividad que involucre la interacción y participación activa de todas las personas.

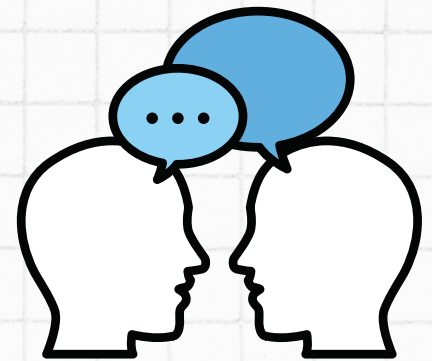
ANEXOS TALLER 1. Comunicación Eficaz

Actividad 1: Dinámica Rompe Hielo- Citas rápidas

Seguro que has visto películas en las que se llevan a cabo citas rápidas... En esta dinámica para romper el hielo los participantes se van juntando de dos en dos y tienen un tiempo limitado para hablar sobre un tema. Una vez pasado este tiempo (2-3 minutos, por ejemplo), suena un timbre y una persona de la pareja rota. Puedes proponer tú mismo el tema para que vaya todo más fluido. (Las mejores actividades y dinámicas para romper el hielo en grupos de, 2020).

Actividad 2: Psicoeducación

- Elementos para una comunicación eficaz
- Tipos de comunicación
- Técnicas de comunicación
- Habilidades para la escucha activa
- Habilidades de comunicación y sus técnicas
- La importancia de la comunicación no verba (García, 2018)



Técnica central sobre la comunicación eficaz.

1 Cuando no estoy de acuerdo con alguien...

- No suelo decirlo
- Soy capaz de expresarlo normalmente y con respeto
- Soy muy crítico con la otra persona si no reconoce su error
- Me burlo de la opinión del otro

2 Si alguien me pide algo que no quiero hacer...

- No me supone ningún problema decir que no si es necesario
- Me enfado cuando me piden cosas que no me corresponden a mi
- Suelo hacerlo aunque no me apetezca, me cuesta decir que no
- Digo que sí para quitármelo de encima, pero luego no siempre lo hago

3 Cuando tengo que hablar de mis necesidades...

- Puedo hablar de ello con normalidad
- Voy haciendo comentarios de forma indirecta para que se den cuenta
- Pido las cosas sin más
- Me cuesta mucho pedir algo a los demás



ANEXOS TALLER 1

4 Si alguien me interrumpe mientras hablo...

- Me molesta, y les mando callar hasta que yo acabe de hablar
- Dejo que hablen y ya no continuo con lo que estaba diciendo
- No digo nada en el momento, pero le cojo manía
- Les pido con amabilidad que me dejen acabar

5 Si recibo una critica constructiva...

- No digo nada, pero me afecta mucho
- Me gusta que me ayuden a mejorar y le agradezco el comentario
- Me defiendo, a nadie le gusta que le critiquen
- Hago ver que no me importa, pero luego lo critico con mis amigos

6 Cuando estoy en una discusión con alguien...

- No muestro mi enfado en el momento, pero le guardo rencor
- Defiendo mi punto de vista hasta que el otro cede
- Intento encontrar una solución que nos satisfaga a ambos
- Suelo ceder, no me gustan los conflictos

7 Si alguien me falta al respeto...

- Le respondo enérgicamente y le insulto yo también
- Agacho la cabeza y no digo nada, pero me hace sentir mal
- No digo nada en ese momento, pero en cuanto pueda me vengaré
- Le pido que me trate con respeto

8 Si alguien me pide disculpas por algo que me ha hecho...

- Agradezco la disculpa y le perdono
- Acepto las disculpas, aunque me siento mal
- Acepto la disculpa a regañadientes, pero se lo echo en cada de cuando en cuando
- Le recrimino lo que me ha hecho

9 Si me piden algo que no me corresponde hacer a mi...

- Soy capaz de defenderme y decirle que no me corresponde hacerlo a mi
- Lo hago aunque sea injusto
- Le digo que vale, pero si puedo me escaqueo
- Lo paro en seco y le digo que se busque a otro



ANEXOS TALLER 1

10 Si recibo un halago de una persona...

- Me ruborizo y le quito importancia
- Alardeo de mis logros frente a todos
- Soy desconfiado, pienso que hay una doble intención
- Lo agradezco y lo acepto gustosamente

11 Cuando alguien no cumple con sus responsabilidades y me genera más trabajo...

- Hablo con la persona para buscar una solución al problema
- Me quejo a la otra persona por su incompetencia
- Asumo sus responsabilidades con resignación
- Me quejo a los demás, pero no se lo digo directamente a la persona

12 En el trabajo en equipo...

- Suelo ser el líder del grupo y me gusta tomar las decisiones
- Me dejo llevar por la opinión de la mayoría
- Me gusta aportar ideas y escuchar las de los demás para lograr el mejor resultado
- Si no estoy de acuerdo con las decisiones que se toman, no participo. (Guerri, 2023)

Actividad 3: Evaluación de los conocimientos.

Define los elementos para tener una comunicación eficaz

¿Según tú que necesitas para tener una comunicación eficaz?

Durante la semana describe las situaciones en las que tengas que poner en práctica la comunicación eficaz y explica de qué manera la aplicaste.



ANEXOS TALLER 2. Asertividad**Actividad 1: "Practicar la escucha activa"**

Necesitas una copia de "conductas de escucha activa utilizadas" (material de apoyo) por participante.

Desarrollo:

1. Informarles que van a practicar la escucha activa en triadas (grupos de a tres).
2. Pídeles que formen los grupos y entrega a cada uno una copia de la hoja "conductas de la escucha activa utilizadas".

Explícales el procedimiento: Hay un hablador, un escuchador y un observador (después habrá un cambio de roles, así que no hay por qué pelearse por los roles). El hablador elige un conflicto (cualquiera) y cuenta sobre él, pero dándole chance al escuchador de hacer preguntas, resumir y parafrasear.

Durante este tiempo, el escuchador debe exhibir varias conductas de escucha activa (por ejemplo: hacer contacto visual, asentir con la cabeza, hacer preguntas, parafrasear y resumir, evitando lo que inhibe una buena comunicación, como criticar etc.). El observador toma notas de las conductas de escucha activa que hizo el escuchador, llenando la hoja "conductas de escucha activa utilizadas".

3. Pasados 5- 10 minutos pídeles que paren y llenen su parte de la hoja "conductas de escucha activa utilizadas". Pueden conversar un momento sobre sus respuestas.
4. Cambian roles y hacen el mismo proceso dos veces más, de manera que al final todos han tenido los 3 roles.
5. Reúne al grupo entero y pídeles que cuenten cómo les fue en la actividad, y que compartan algunas respuestas a la hoja. Para finalizar, pregunta al grupo qué beneficios le encontraron a la escucha activa. Pregunta si piensan que la escucha activa mejoró la comprensión del conflicto y si ayudó a que se sintieran escuchados y comprendidos.



ANEXOS TALLER 2**Material de apoyo**“Conductas de escucha activa utilizadas “

Para el observador:

- ¿Qué de lo que hizo el escuchador (qué frases introductorias, qué preguntas) te pareció eficaz?
- ¿Cuál de las conductas de escucha activa utilizó?
- ¿Hizo contacto visual?
- ¿Asentó para mostrar su interés?
- ¿Cómo estuvo su postura corporal (inclinado hacia el hablador o
- ¿Hizo preguntas abiertas para aclarar la información?
- ¿Ignoró distracciones por cosas externas?
- ¿Evitó criticar y juzgar lo que el otro dijo?
- ¿Utilizó el parafraseo y /o dio un resumen?
- ¿Qué preguntas y qué frases introductorias te parecieron muy útiles?
- Para el hablador
- ¿Cómo te has sentido? ¿Qué de lo que el otro hizo o dijo te ha ayudado?
- Para el escuchador
- ¿Cómo te has sentido? ¿Qué conducta o técnica te resultó fácil y qué resultó difícil?

Actividad 2: Psicoeducación- La escucha activa

¿Qué es?

Escuchar activamente quiere decir que nos esforzamos para entender lo que la otra persona está diciendo y sintiendo y, además, respondemos de una manera de que sea evidente para ella que la hemos escuchado y que hemos comprendido lo que expresó.

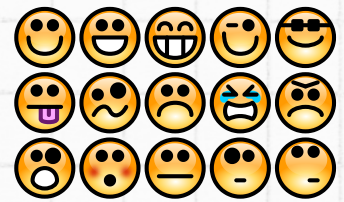
¿Por qué es importante escuchar activamente?

Porque hace posible una buena comunicación. Primero, no podemos comprender al otro si no lo escuchamos. En conflictos, muchas veces estamos tan preocupados por consolidar nuestra posición que ya no escuchamos a la otra persona. Pero sólo si entendemos lo que el otro quiere,

Hay técnicas para la escucha activa que podemos emplear a veces en nuestros conflictos y siempre cuando trabajamos como mediadores. Y hay algunas reglas básicas que siempre deberíamos de observar si queremos resolver un conflicto:

Reglas básicas

- Dejar de hablar. No puedes escuchar cuándo estás hablando.
- Prestar interés, no hacer otras cosas mientras la otra persona te habla, evitar distracciones.
- Tratar de comprenderla, ponte en su lugar
- Demostrar que la estás comprendiendo y aceptando. Lo puedes demostrar a través de una postura corporal de atención (mirándole a los ojos, inclinado hacia ella, asintiendo con la cabeza etc.)
- Resumir lo que entendiste.
- Hacer preguntas aclaratorias o resumir lo que dijo para ver si realmente lo entendiste bien.
- No interrumpir.
- No criticar.

**ACTIVIDAD 3: DIARIO DE EMOCIONES**

¿Cómo hacer un diario de emociones y beneficiarse de él?

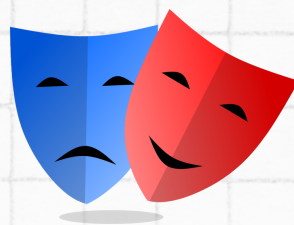
Podemos definir como un diario emocional a cualquier tipo de registro que hagamos en el que pongamos cómo nos vamos sintiendo cada día o, también, apuntando solamente aquellos días en los que una emoción, positiva o negativa, ha tomado mucha importancia por ser muy intensa.

No obstante, vivir las emociones no es lo mismo que saber detectarlas y gestionarlas. Es muy difícil "analizar" una emoción en el momento en que se vive, pero sí que es posible hacerlo de forma más objetiva una vez nos hemos calmado y viéndola con la más amplia perspectiva posible, siendo ese el objetivo principal de los diarios de emociones.

Estando calmados podemos reflexionar sobre cómo nos hemos sentido, en qué situación ha aparecido la emoción, qué respuesta hemos hecho ante la situación problemática y qué podemos hacer en el futuro para evitar que pueda ser demasiado intensa o perjudicial.

1. Usar un cuaderno

Para hacer un diario de emociones lo más recomendable es usar un cuaderno de papel antes que usar el bloc de notas del móvil o usar un procesador de textos de nuestro PC. Entre los motivos por los que es preferible un cuaderno antes que cualquier otro formato es que es fácil de llevar encima y escribir en él en cualquier momento que nos sintamos inspirados.



ANEXOS TALLER 2

2. Escoger un momento fijo para escribir

Una buena idea es escribir (o dibujar) en este diario por la noche, bien justo al final del día pero no necesariamente antes de irnos a dormir. Es a esa hora en la que menos posibilidades hay de que nuestro estado anímico cambie, puesto que poco más nos va a pasar en lo poco que queda de día. Además, es por la noche el momento en que más calmados solemos estar, siendo las horas nocturnas el tiempo más adecuado para hacer reflexión de cómo nos hemos sentido a lo largo del día.

3. Usar una cuadrícula

Podemos poner varias categorías en cada columna: situación, pensamiento, emoción, respuesta y sugerencias o alternativas a nuestra respuesta, además de preguntas.

3.1. Situación

En "situación" podremos ver lo que nos ha ocurrido durante el día que nos ha despertado una emoción concreta.

3.2. Pensamientos

En la columna de "pensamientos" pondremos las ideas que nos pasaron (o nos están pasando) por la cabeza que estén relacionadas con esa situación.

3.3. Emociones

En la parte de "emociones" ponemos cómo nos sentimos.



3.4. Sensaciones físicas

Deberemos especificar si las sensaciones cambian o son permanentes, si nos imposibilitan poder hacer tareas normales o nos dan placer. Algunas de estas sensaciones pueden ser las siguientes, todas ellas pudiendo estar causadas tanto por emociones positivas como negativas: taquicardia, sudoración, respiración acelerada, entumecimiento, temblores...

3.5. Respuesta

Podemos analizar la conducta o respuesta que hemos hecho ante la situación, viendo también si es apropiada o no para el tipo de contexto y emoción que hemos vivido:

3.6. Sugerencias

Por último, podemos poner qué es lo que nos sugiere esta emoción o qué alternativa podemos realizar a la respuesta que ya hemos hecho.

ANEXOS TALLER 2

**ACTIVIDAD 4: DINÁMICA DE AUTOESTIMA**

- Lista de afirmaciones

Esta dinámica se basa en escribir entre diez y veinte frases positivas sobre uno mismo, y repetirlas a diario hasta que llegue un punto en que hayan sido interiorizadas.

Las frases deben estar centradas en el futuro, y ser construidas de forma positiva. De esta manera, la persona puede centrarse en aquello que quiere conseguir, y mentalizarse de que sus metas son realmente alcanzables. Así, algunos ejemplos podrían ser los siguientes:

- "Soy capaz de hablar con desconocidos con confianza".
- "Hago ejercicio todos los días y me siento mejor conmigo mismo".
- "Mis notas mejoran poco a poco porque estudio a diario".

Una vez que se haya completado la lista, lo ideal es leerla dos o tres veces en voz alta todos los días, preferiblemente antes de ir a la cama o nada más despertarse.

- Práctica de autoaceptación

Esta consistiría en hacerse preguntas como las siguientes en relación a distintas áreas de la vida:

- "¿Qué puedo hacer hoy para ser mejor que ayer?"
- "¿En qué me estoy esforzando y cómo va a ayudarme a mejorar?"
- "¿Qué he hecho hoy para sentirme orgulloso de mí mismo?"



ANEXOS TALLER 3. La empatía

ACTIVIDAD 1: PSICOEDUCACIÓN

La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, de entenderlo, de tratar de comprender qué pasa por su mente, cómo y por qué se siente así, pero no desde nuestra perspectiva sino intentando pensar como piensa él, con sus creencias, sus valores, etc.

TIPOS DE EMPATÍA

Empatía Afectiva: Nos permite conectar con otras personas hasta el punto de sentir, y aquí está el matiz, en el sentir, lo mismo que están sintiendo y experimentar en nuestro cuerpo un eco de cualquier alegría o tristeza que estén experimentando.

Empatía Cognitiva: Nos permite asumir la perspectiva de otras personas, entender su estado mental y gestionar, al mismo tiempo, nuestras emociones, mientras valoramos las suyas.

Preocupación Empática: Piensa que, aunque la empatía cognitiva o emocional nos permita reconocer lo que otra persona piensa y vibrar incluso con lo que siente, no necesariamente desemboca en la simpatía, es decir en la preocupación por su bienestar. Va más allá, y activa nuestro modo acción para ocuparnos de los demás y ayudarles, en el caso que sea necesario. Esto es, deriva en una actitud compasiva, asentada en una combinación del afecto y apego.

DIMENSIONES DE LA EMPATÍA

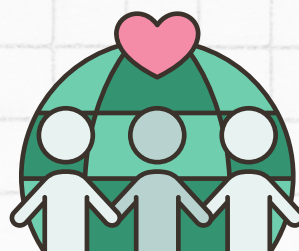
Dimensión emocional: Es la capacidad de reconocer la emoción de la otra persona.

Dimensión Cognitiva: Es la capacidad de comprender las razones por la que la otra persona ha experimentado una emoción.

Cambio de Perspectiva: Es la capacidad de ponerse en la posición de la otra persona.

ACTIVIDAD 2 "LECTURA DEL PENSAMIENTO"

PROCESO. La lectura del pensamiento es una forma inadecuada de manejar la información que consiste en creer firmemente que la intención o el pensamiento de otra persona está relacionado con nosotros cuando puede que no lo esté o, en caso de estarlo, no tenga el matiz negativo que nosotros creemos.



En el desarrollo de esta actividad se siguen los siguientes puntos:

- Explicación del supuesto: "Historia del hombre que buscaba un martillo"
- Distribución de los/as alumnos/as en pequeños grupos y trabajo de suposiciones (adivinación del pensamiento): ¿Qué conclusión sacas de la historia? ¿Por qué el hombre actúa de forma agresiva con su vecino?
- Buscar ejemplos cotidianos.
- Puesta en común.



ANEXO. "La historia del hombre que buscaba un martillo"

Un hombre quería colgar un cuadro de la pared de su casa, pero se dio cuenta de que le hacía falta un martillo y él no tenía ninguno. Entonces decidió pedirselo prestado a su vecino, cuya casa estaba a medio kilómetro de la suya.

Mientras iba de camino a casa del vecino, nuestro hombre comenzó a darle vueltas a la cabeza, preguntándose si su vecino le prestaría la herramienta. "¿Será tan amable de dejarme un martillo? ¿Me hará el favor?"... Pero empezó también a creer que, al ir a su casa, podía molestar a su vecino: "Seguro que mi vecino está durmiendo la siesta y le despierto al llamar"-se iba diciendo- "eso le molestará probablemente"... "así que saldrá de mala gana a abrirme la puerta"... "me gritará: ¡qué diablos quieres a estas horas!, "bueno -se dijo el hombre- entonces yo le diré: ¿puedes prestarme tu martillo para colgar un cuadro?"... "y mi vecino -continuaba pensando el hombre- me responderá con un ¡no! Rotundo, como venganza por haberlo despertado de la siesta"... "me gritará:

¿para esa tontería vienes a molestarme?".

Entre tanto pensamiento, nuestro hombre había llegado ya caminando hasta la puerta de su vecino. Llamó al timbre. Su vecino le abre y nuestro hombre, sin dejarle mediar palabra, le grita: "¿Sabes que te digo?, ¡que os vayáis al infierno tú y tu maldito martillo!".

OBSERVACIONES. Esta actividad es adecuada para el desarrollo del manejo de sentimientos y pensamientos.

¿Cómo manejar la lectura del pensamiento?:

Calmándose un poco, respirando despacio.

Encontrando otras alternativas a ese pensamiento, preguntando incluso a la otra persona para aclarar qué piensa o cuáles son sus intenciones.



Planteando interrogantes: ¿hasta qué punto "tengo que saber" o "necesito saber" lo que el otro piensa de mí?

ANEXOS TALLER 4. Escucha Activa

Actividad 1: DINÁMICA ROMPE HIELO- El autobús

La consigna es sencilla, pedirles a los asistentes que escuchen con atención la historia que a continuación les vas a contar y que, al final, les harás una pregunta:

"Imagina que conduces un autobús. Al principio el autobús está vacío. Al llegar la primera parada se suben cinco personas. En la siguiente parada se bajan tres personas del autobús y dos suben (Generalmente, al oír esta frase los asistentes comienzan a hacer cálculos matemáticos de cuántos pasajeros hay en el vehículo). Más tarde, se suben diez personas y se bajan cuatro. Por último, al final de la línea se bajan otros cinco pasajeros"

La pregunta es: ¿Cuál es el número de pie que calza el conductor del autobús?

Al hacerse esta pregunta lo normal es que los oyentes se queden pillados, diciendo que es imposible conocer la respuesta. Si se da este caso, se debe repetir de nuevo el enunciado, tantas veces como el dinamizador vea necesario hasta que los participantes den con la respuesta a la que sólo llegarán si escuchan atentamente el ejercicio.

La respuesta es en realidad bastante sencilla (y graciosa): "Tú eres el conductor del autobús, así que tú sabrás cual es tu número de calzado".

Actividad 2: PSICOEDUCACIÓN



¿Qué es la escucha activa?

La escucha activa se refiere, como su nombre indica, a escuchar activamente y con conciencia plena. No se trata únicamente de oír a la otra persona, sino a estar totalmente concentrados en el mensaje que el otro individuo intenta comunicar y asegurarnos de que sabe que no pierde el tiempo hablando con nosotros.

La escucha activa no es escuchar de manera pasiva, sino que se refiere a la habilidad de escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está intentando expresar. Existen dos elementos que facilitan la escucha activa, son los siguientes:



ANEXOS TALLER 4

Disposición psicológica: la preparación interna es importante, estar en el momento presente, prestar atención constante y observar al otro: identificar el contenido de lo que dice, los objetivos y los sentimientos.

Expresión de que se está escuchando al otro interlocutor con comunicación verbal, en lo que se conoce como la función fática del lenguaje (ya veo, umm, uh, etc.) y el lenguaje no verbal (contacto visual, gestos, inclinación del cuerpo, etc.).

Qué no hacer en la escucha activa

A continuación repasamos algunos errores que se pueden producir cuando se escucha a la otra persona:

- Distraerse durante la conversación
- Interrumpir al que habla
- Juzgarlo y querer imponer tus ideas
- Ofrecer ayuda de manera prematura y con falta de información
- Rechazar y no validar lo que el otro esté sintiendo
- Descalificar al dar tu opinión
- Contar tu propia historia en vez de escuchar la suya



Señales que indican la escucha activa correcta

Existen varias señales que muestran a la otra persona que se le está escuchando activamente. A continuación se muestran las señales verbales y no verbales de la escucha activa, para que puedas ser capaz de adaptar tu estilo comunicativo hacia un mejor entendimiento y comprensión de tu interlocutor.

1. Señales no verbales

Las personas que escuchan activamente suelen mostrar las siguientes señales no verbales:

Contacto visual

El contacto visual muestra a la otra persona que se está prestando atención a lo que dice y siente y, además, puede mostrar sinceridad.

Sonrisa ligera

Esto asegura al interlocutor que la información que está transmitiendo está siendo bien recibida y le motiva a seguir hablando.



ANEXOS TALLER 4



Postura corporal receptiva

La postura da información del emisor y el receptor en el proceso de comunicación.

Mirroring

El reflejo automático o mirroring de cualquier expresión facial del hablante puede ser señal de escucha atenta. Estos gestos expresivos parecen indicar simpatía y empatía en las situaciones emocionales.

No distracción

El oyente activo no se va a distraer, pues su atención está puesta en las señales verbales y no verbales que emite en oyente.

2. Señales verbales

Emitir palabras de refuerzo o cumplidos

Este tipo de verbalizaciones refuerzan el discurso del hablante al transmitir que uno valida su punto de vista. Frases como "lo hiciste muy bien", "me gusta cuando eres sincero" o "debes ser muy bueno jugando al fútbol", muestran atención por parte de la persona que escucha. Pese a que estas frases pueden ser positivas, no hay que usarlas en exceso, pues pueden distraer al emisor.

Parafrasear

Parafrasear hace referencia a verificar o expresar con las propias palabras lo que parece que el hablante acaba de decir. De esta manera, es posible que el emisor informe al receptor si este último ha entendido bien el mensaje. Un ejemplo de parafrasear puede ser: "¿Quieres decir que te sentiste de esta manera...?".

Resumir

Una persona que domina la habilidad de la escucha activa suele resumir lo que le acaba de comunicar el otro interlocutor. Esto ayuda a dejar claro que se entiende el punto de vista del otro antes de exponer el suyo propio.

Hacer preguntas

El oyente puede demostrar que ha estado atento al hacer preguntas relevantes. De esta manera puede clarificar la información que ha recibido y mostrar interés por lo que el emisor intenta comunicar. (García-Allen, 2022).



ANEXOS TALLER 5. Resiliencia

Actividad 1: Técnica Expositiva- Conceptos básicos

«Resiliencia» significa 'poder adaptarse a las desgracias y a las dificultades de la vida'. Pon a prueba tu nivel de resiliencia y obtén consejos para desarrollar tu propia resiliencia.

La resiliencia no hará que tus problemas desaparezcan, pero puede darte la capacidad de ver más allá de ellos, de disfrutar de la vida y de controlar mejor el estrés. Si no eres tan resiliente como te gustaría, puedes desarrollar y aprender habilidades para aumentar esta capacidad.

Adaptarse a la adversidad

La resiliencia es la capacidad de adaptarse a situaciones difíciles. Cuando el estrés, la adversidad o el trauma te golpean, sigues experimentando ira, dolor y pena, pero puedes seguir funcionando, tanto a nivel físico como psicológico.

Resiliencia y salud mental

La resiliencia puede ayudarte a protegerte de diferentes afecciones de salud mental, como la depresión y la ansiedad. La resiliencia también puede ayudar a compensar los factores que incrementan el riesgo de presentar trastornos de salud mental, como el acoso o un trauma previo.

Consejos para aumentar la resiliencia

- Conéctate. Construir relaciones fuertes y positivas con los seres queridos y amigos puede darte el apoyo, la orientación y la aceptación que necesitas en momentos buenos y malos.
- Haz que cada día tenga sentido. Haz algo que te dé una sensación de logro y propósito todos los días.
- Aprende de la experiencia. Piensa en cómo has afrontado las dificultades en el pasado. Recuerda las habilidades y estrategias que te ayudaron en los momentos difíciles.
- Mantén la esperanza. No puedes cambiar el pasado, pero siempre puedes mirar hacia el futuro.
- Cuidate. Atiende a tus propias necesidades y sentimientos. Participa en actividades y pasatiempos que disfrutes.
- Sé proactivo. No ignores tus problemas. En cambio, averigua lo que hay que hacer, haz un plan y toma medidas.



ANEXOS TALLER 5**ACTIVIDAD 2: EJERCICIO DE AUTOCONOCIMIENTO**

Actividades de formación en autoconciencia para jóvenes. Responde a las preguntas:

- ¿Cuál es una de tus chispas (pasiones, intereses, talentos)?
- ¿Cómo descubriste que esta es una de tus chispas?
- ¿Cómo te sientes cuando estás haciendo tu chispa?

Piensa en alguien que esté realmente interesado en su chispa/pasión. Describe lo que ves.

¿Tienes un campeón de chispa (un adulto que te ayuda a explorar y desarrollar tus habilidades de autoconciencia)? En caso afirmativo, describa cómo le ayuda esta persona.

¿Estableces metas y haces planes para mejorar tu chispa/talento? Si es así, dame un ejemplo.

**ACTIVIDAD 3: Resolución de conflictos**

Barreras a la solución

Se da una hoja de papel a cada miembro del grupo para que escriba el problema que haya detectado recientemente. Se doblan las hojas y se guardan en una bolsa.

Por orden, cada participante irá sacando una hoja de la bolsa y la leerá en voz alta, mientras que otro miembro del grupo irá anotando lo que se haya dicho en la pizarra. Una vez apuntados todos los problemas, se elige uno para resolver por votación.

Una vez elegido el tema, se debate qué ha pasado y, debajo del tema elegido, en la pizarra, se dibujan dos columnas. En una se apuntan las fuerzas funcionales, esto es, ventajas o aspectos positivos de la cuestión debatida, mientras que en la otra se apuntarán las fuerzas disfuncionales, es decir, desventajas o aspectos negativos.

Una vez observado todo esto, se deliberará sobre la plausibilidad del problema en sí, si se puede reformular en algo productivo de cara al grupo o si es una cuestión que se debe solucionar de forma pacífica por medio de otras actividades.



ANEXOS TALLER 6. Inteligencia Emocional



ACTIVIDAD 1: PSICOEDUCACIÓN

“Es la capacidad para reconocer los sentimientos propios y los de los demás, motivarnos a nosotros mismos, para manejar acertadamente las emociones, tanto en nosotros mismos como en nuestras relaciones humanas” (Daniel Goleman).

Las funciones del sentimiento tienen que ver con lo que nos hace felices o infelices a cada uno de nosotros, nos permite percibir cómo la realidad impacta en nosotros a medida que nos relacionamos con ella. Las funciones del sentimiento son:

- Diferenciar lo agradable de lo que nos resulta desagradable.
- Vivir la experiencia integrando en ella nuestras sensaciones, toda la información que viene del cuerpo.
- Es la base de nuestra intuición en relación a nosotros mismos y lo demás.

¿Qué son las emociones?

Desde el punto de vista del cuerpo, las emociones “son estados funcionales dinámicos del organismo, que implican la activación de grupos particulares de sistemas efectores, visceral, endocrino y muscular y sus correspondientes estados o vivencias subjetivas”.

Niveles de la emoción

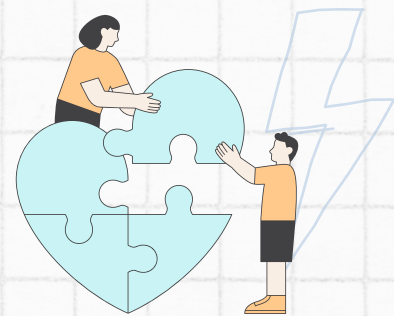
- Fisiológico: patrones de respiración, ritmo cardiaco, contracciones estomacales, etc.
- Expresivo: patrones posturales, expresión facial, etc.
- Cognitivo o subjetivo: discriminación, etiquetación, atribución, interpretación y valoración, etc

Tipos de emociones

Cada emoción puede ser a su vez primaria, secundaria o instrumental.

- Emociones primarias:

Pueden ser adaptativas como el miedo ante una amenaza, la tristeza ante una pérdida y el enfado ante una agresión o desadaptativas como el miedo fóbico o el temor a la expresión del self. Las emociones desadaptativas tienen que ver con el pasado, fueron adaptativas en los entornos en que se crearon, pero dejaron de serlo en el presente.



ANEXOS TALLER 6

- Emociones secundarias:

son una reacción ante una emoción anterior, en ocasiones pueden ser reacciones defensivas o evitativas respecto a la emoción primaria. Por ejemplo, en lugar de temeroso me muestro enfadado puesto que pienso que eso daña menos mi imagen social. Generalmente son mera consecuencia del sistema de creencias con el que evaluamos una situación y nuestra emoción primaria ante ella, como cuando no soporto tener miedo, o tristeza, pudiendo esta emoción secundaria llegar a ser un sentimiento más consciente y perturbador que el propio miedo.

- Emociones instrumentales:

se ha aprendido que su expresión tiene consecuencias concretas en el comportamiento del otro y se utilizan de forma funcional, es decir, para conseguir algo, en ocasiones de forma poco consciente.

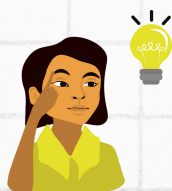
Dos formas de afrontamiento de las emociones

Podemos afrontar nuestras emociones de dos modos: "El modo hacer" resulta eficaz cuando es posible actuar sobre la situación para volver a un equilibrio deseado. Debemos crear un plan de acción.

"El modo ser" resulta eficaz cuando no podemos aceptar la situación sin resistirnos ni tenemos la capacidad de actuar sobre ella.

Debemos abrirnos a la emoción, tener conciencia plena de ella, reflexionarla, poner nuestra atención en el aquí y ahora y comunicarnos emocionalmente. A partir de la toma de conciencia, más adelante sí podemos utilizar otras estrategias como la distracción. Con el tiempo cuando la emoción remita podremos crear nuevos planes de acción o implicarnos en nuevos proyectos. Si no lo hacemos así finalmente prevalecerá un estado de ánimo negativo y un pensamiento intrusivo

¿Qué es la regulación emocional?



Nuestra regulación emocional es un conjunto de procesos internos conscientes que nos permiten controlar, evaluar y modificar nuestras reacciones para alcanzar nuestras metas y objetivos.

Es muy relevante y necesaria para el crecimiento emocional o intelectual. Implica: Estar abierto a lo agradable y lo desagradable.

ANEXOS TALLER 6

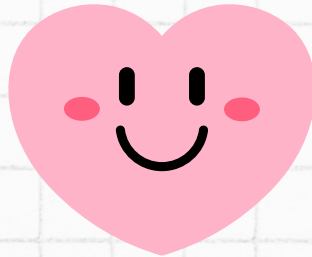
Poner en marcha estrategias para eliminar, mantener o cambiar las emociones y estados emocionales que experimentamos en función de si son eficaces o no.

Estrategias de regulación emocional:

Nos permiten gestionar una emoción para lograr restablecer un estado que nos permita funcionar con fluidez. Podemos distinguir entre emociones adaptativas y desadaptativas:

Algunas estrategias adaptativas son:

- Búsqueda de apoyo social.
- Expresión regulada.
- Distracción.
- Planificación.
- Procesamiento emocional: toma de consciencia de la emoción, apertura a la experiencia.
- Aceptación: experimentación pasiva de la emoción.
- Reevaluación/desdramatización: asignar significado no emocional.
- Ejercicio físico.
- Tiempo fuera.



Algunas estrategias desadaptativas que debemos vigilar son:

- Represión: evitar la percepción consciente de la información amenazante.
- Supresión de pensamiento positivo por introspección excesiva.
- Supresión emocional: no expresar la respuesta somática.
- Evitación cognitiva: tratar de pensar en otra cosa.
- Rumiación, "darle vueltas".
- Consumo de sustancias.
- Evitación emocional: posponer, evitar situaciones que disparen emocionalmente.
- Ventilación emocional: expresión no regulada



ANEXOS TALLER 7. Liderazgo

ACTIVIDAD 1: DINÁMICA ROMPE HIELO - NUDO DE PERSONAS:

Dinámica grupal que busca potenciar la capacidad analítica del líder y su capacidad de dar directrices correctas y comprensibles al resto de compañeros.

Espacio: sala amplia o al aire libre.

Desarrollo: El instructor pedirá que uno de los miembros del grupo se sitúe en el centro y sus compañeros lo hagan en círculo alrededor de él.

- Las personas que se encuentran en el círculo, deberán dar la mano a la persona que desean. Cuando lo hayan hecho y sin soltarse, deberán darle la mano a otro compañero, pero que NO sea el del lado.
- En este momento, la persona que se encuentre en el centro del círculo deberá formar distintos círculos, entre el grupo, enredándolos unos con otros, mientras que sus compañeros se mantienen cogidos de las manos.
- Luego, quien sea designado como líder, deberá dar las instrucciones necesarias para desenredar el nudo.

Discusión: en la reflexión, debe abordarse la capacidad analítica del líder y la capacidad para dar directrices a sus compañeros. (Barrientos, 2023)

Actividad 2: PSICOEDUCACIÓN

En 1939, Kurt Lewin y sus colaboradores realizaron los primeros estudios dirigidos a identificar los estilos de liderazgo.

Algunos estudios posteriores se han enfocado en la combinación de conductas de liderazgo, dependiendo de las características de la situación.

¿Qué es el liderazgo?

El liderazgo es el conjunto de habilidades que posee una persona (líder) y aplica sobre otro grupo de personas (equipo) para mantenerlos motivados y orientados hacia la consecución de objetivos y metas.

Tener un puesto de líder, no necesariamente conlleva la posibilidad de ser líder.



Características de un líder.

- Habilidades de comunicación
- Alta inteligencia emocional.
- Capacidad de análisis.
- Capacidad de planificación: establecer metas y objetivos.
- Un líder se conoce para combinar sus fortalezas y debilidades, y así, optimizar sus resultados
- Un líder crea cultura de equipo.
- Tiene carisma y empatía.
- La innovación es una actitud.
- Busca "ser una autoridad", no "ser autoritario", por lo tanto, su formación es constante y nunca deja de aprender.
- Para un buen líder, tener personas a su cargo es una responsabilidad, por lo tanto se preocupa por cubrir las necesidades profesionales y personales de su equipo.

**Tipos de liderazgo****Laissez-faire**

El Laissez-faire está basado en la libertad del equipo y confía en la capacidad del equipo para que realicen las tareas como mejor se ajusten a ellos.

Características

- Es un líder que trabaja en positivo.
- Existe una confianza en el equipo y en sus capacidades.
- Conciencia clara del grado de preparación del equipo.
- El líder está presente, actúa cuando es necesaria su orientación o son necesarias algunas directrices concretas

Resultado

- Aumenta la motivación del equipo
- Mejora la eficacia
- Se consiguen metas con mayor facilidad.

**Democrático.**

El democrático cuenta con alta participación del equipo, porque cree firmemente en la relevancia de la implicación del equipo, pero la decisión final recaerá en el responsable.

Características.

- Promueven su participación del equipo.
- Genera en ellos un entusiasmo porque sus opiniones son tenidas en cuenta.
- Huye de las actitudes autoritarias.
- Estimula la comunicación interna.

Resultado.

- Permite tener una visión más amplia y, consecuentemente, mejorar su visión empresarial.

Autocrático

Jefes los que ostentan y demuestran su poder sin que nadie pueda mostrar disconformidad con sus decisiones ni expresar su opinión.

Características.

- El jefe manda y los trabajadores obedecen.
- La comunicación es unidireccional e innegociable.

Resultados

- Generar estrés, baja autoestima y reducir la productividad del equipo

Transaccional.

Se basa en el intercambio de incentivos entre el líder y el equipo, como recompensa por el trabajo bien hecho o la consecución de sus objetivos.

Características

• Beneficio mutuo "Si tu ganas, yo gano"

Resultados

- Mejoras el sentimiento de pertenencia a la empresa.
- Tiene buena productividad.
- Favorece el clima laboral.
- Aumenta los beneficios económicos.



Transformacional.

El transformacional valora el capital humano del equipo. En este caso, se parte de la base de que la transformación solo es posible si incide en el compromiso personal del equipo.

Características.

- Confía en el equipo.
- Permite una comunicación fluida con los líderes.
- fomenta la creatividad y participación de todos los miembros del equipo.
- Afronta riesgos, motiva y estimula la confianza bidireccional.

Resultados

- Es considerado el verdadero liderazgo por muchos expertos.
- Inspira al equipo de trabajo de forma permanente, y le transmiten su entusiasmo. (Julieta, 2021)
- Mejoras el sentimiento de pertenencia a la empresa.
- Tiene buena productividad.
- favorece el clima laboral.
- Aumenta los beneficios económicos..



ANEXOS TALLER 8. Trabajo en Equipo

ACTIVIDAD 1: DINAMICA ROMPE HIELO - LA BÚSQUEDA DEL TESORO

Duración: > 1 hora.

Número de participantes: 2 equipos pequeños o más.

Material necesario: bolígrafo y papel.

Reglas: divide al grupo en equipos de 2 personas o más. Elabora una lista de tareas ridículas para que cada equipo las haga en grupo. Entre las tareas puedes incluir sacarse una autofoto con un extraño, sacar una foto a un edificio u objeto que se encuentre fuera de la oficina, etc. Entrega la lista a cada equipo, junto con un plazo máximo en el que deben completar todas las tareas. Gana quien complete la mayoría de las tareas en el menor tiempo. (Si quieres, puedes crear tu propio sistema de puntuación según la dificultad de las tareas).

Objetivo: se trata de un excelente ejercicio para fomentar el espíritu de equipo que ayuda a romper los grupillos de la oficina al fomentar el trabajo entre personas de otros equipos, departamentos o círculos sociales. (Hansen, 2018)

Actividad 2: PSICOEDUCACIÓN

Ver link. <https://www.youtube.com/watch?v=INRzFKTzmZs>

¿Cuáles son las principales claves psicológicas sobre el trabajo en equipo?



Estas son las claves psicológicas del trabajo en equipo que hay que incorporar tanto a nivel individual como colectivo para rendir con eficiencia.

1. Crear canales de información

La canalización de la información es esencial para el correcto funcionamiento de cualquier equipo de trabajo, y su importancia es mayor cuanto más grande sea su número de participantes en el proyecto común.

2. Estrategias de motivación

La motivación es otro de los elementos esenciales que contribuyen a lograr el éxito en los trabajos de equipo y esta puede lograrse de muchas formas tanto a nivel general entre todos los miembros de la organización como a nivel individual.

3. Objetivos comunes e individuales

Para lograr una mayor implicación en un equipo de trabajo es recomendable que parte de las metas u objetivos finales sean comunes a todos los miembros del mismo, y otra parte sean de carácter individual.



4. Saber delegar

En cualquier organización jerarquizada es esencial saber delegar de manera eficiente para asegurar el correcto funcionamiento de la misma y no sobrecargar de trabajo a ninguno de los miembros.



5. Visión global

Una visión global del trabajo en la que se tienen en cuenta todos los elementos relevantes que forman parte del equipo y también las interacciones entre estos es esencial para identificar posibles sobrecargas de trabajo en algún miembro o bien partes del proceso que no estén funcionando correctamente.

6. Liderazgo efectivo

Un buen líder es aquella persona que sabe organizar las tareas de sus subordinados, que inspira, y que es capaz de marcar el rumbo de la organización en momentos de incertidumbre.

7. Gestión del tiempo

Una correcta gestión del tiempo es otra de las características que definen un trabajo en equipo eficiente, ya que más horas de trabajo no siempre es sinónimo de una mayor producción.



8. Incentivos claros

Algunos incentivos, como los procesos de promoción y ascenso, son esenciales en cualquier equipo de trabajo, y habitualmente actúan también como mecanismos de motivación para cada uno de los miembros de la organización.

9. Efectividad en las reuniones

Las reuniones son uno de los elementos clásicos del trabajo en equipo; sin embargo en muchas ocasiones acaban siendo poco productivas, ineficientes y del todo innecesarias, ya que a veces son usadas como "fetiche" como si su simple existencia fuese algo bueno.

10. Tener en cuenta lo emocional

Cualquier organización que se precie tiene en cuenta la vertiente emocional de los miembros del equipo, algo que resulta muy útil para lograr un resultado positivo al finalizar el trabajo.

11. Diversificación del trabajo

En cualquier trabajo en equipo hay personas con diferentes áreas de especialización y con trayectorias de formación distinta, y esto debería quedar plasmado en el reparto de tareas. Es por eso que estas deben asignarse en función de las aptitudes y capacidades de cada miembro. (de Coaching, 2021)

ANEXOS TALLER 9. Resolución de Conflictos

ACTIVIDAD 1: DINAMICA ROMPE HIELO - EL JUEGO DE LAS POSIBILIDADES

Duración: 5-6 minutos.

Número de participantes: uno o varios grupos pequeños.

Material necesario: objetos al azar.

Reglas: estupendo juego en equipo de 5 minutos de duración. Entrega un objeto a una persona de cada equipo. Tendrán que levantarse de uno en uno y demostrar cómo se usa el objeto en cuestión. El resto del equipo tiene que adivinar lo que está haciendo el jugador que se ha levantado. Este jugador no puede hablar y la demostración debe ser de ideas originales y quizá absurdas.

Objetivo: este ejercicio en equipo inspira la creatividad y la innovación personal.

2. Ganador/perdedor



ACTIVIDAD 2: PSICOEDUCACIÓN

¿Qué es la resolución de conflictos?

La resolución de conflictos es un término que engloba distintas herramientas, saberes y procedimientos aplicables a la comprensión, prevención y resolución pacífica de enfrentamientos y desavenencias entre dos o más personas, grupos de personas o incluso países. Se trata de una disciplina conocida también como conflictología o transformación de conflictos, cercana a áreas del saber muy variadas como la psicología, el derecho, las relaciones internacionales, la administración y el trabajo social.

Tipos de conflictos

Existen distintas maneras de clasificar los conflictos, dependiendo de a qué criterios se atiende. Desde un punto de vista psicológico, se distinguen las siguientes categorías:

- Conflictos de relación.

Son aquellos derivados de las relaciones entre las personas, y están especialmente vinculados con las diferencias esenciales en materia de percepciones, sesgos y posturas vitales, o con la comunicación deficiente. Es decir, son conflictos derivados de relaciones pobres o mal planteadas.

- Conflictos de información.

Son aquellos derivados de la falta de información o del manejo de información poco confiable, lo cual se presta para interpretaciones erróneas o falsas. La resolución de este tipo de problemas tiende por lo general al diálogo y el entendimiento, pero se requiere una fuente de información neutral y confiable para poner a ambos bandos en la misma página.

ANEXOS TALLER 9

- Conflictos de intereses.

Son aquellos derivados de la imposibilidad de satisfacer las expectativas de los dos bandos, lo cual obliga a la lucha por defender las propias conveniencias o las propias necesidades, en un escenario de "él o yo". A menudo esto no impide que exista una visión compartida del problema, pero hace falta un método común para su resolución.

- Conflictos estructurales.

Son aquellos derivados de la disposición general de las cosas, a un nivel macro que supera la capacidad de decisión de los individuos involucrados. Es decir, estos conflictos se deben a características propias del sistema imperante, por lo que su resolución también amerita acciones profundas, estructurales.

- Conflictos de valores.

Son aquellos derivados de la incompatibilidad de los preceptos morales, religiosos o trascendentales de los individuos, lo cual hace su discusión y resolución mucho más ardua, pues este tipo de valores no suelen ser negociables y suelen tener un carácter metafísico, es decir, se fundamentan en creencias base y no en argumentaciones lógicas.

Técnicas de resolución de conflictos

En general, existen cinco métodos fundamentales para la resolución de un conflicto:



- Evitación.

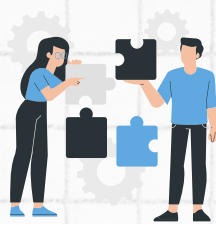
Consiste en evadir la situación conflictiva, ya sea físicamente o como tema en una discusión, para impedir que el conflicto crezca y alcance límites mayores. No suele ser una técnica muy eficaz en la resolución definitiva de los conflictos, pero sí puede funcionar como una medida temporal, como antesala a otro tipo de negociaciones y acuerdos.

- Acomodación.

Consiste en la búsqueda de posiciones intermedias para las partes en conflicto, conservando una visión general del problema y propiciando los puntos de contacto. Puede entenderse como lo contrario de la evitación, pues este mecanismo se adentra en la naturaleza del problema, para explorarlo desde un punto de vista neutral.

- Colaboración.

Consiste en la construcción de objetivos conjuntos y tareas de abordaje mutuo entre las partes, de manera tal que ambas se vean involucradas en un proyecto común y se vean obligadas a colaborar entre sí.



- Compromiso.

Consiste en el establecimiento de acuerdos mutuos entre las partes, que permitan sostener un entendimiento más duradero, dado que brinda a todos los involucrados la oportunidad de ceder y ganar mutuamente. Es decir, a través del compromiso, ambos bandos pierden y ambos bandos ganan, lo cual permite el establecimiento de nuevas negociaciones y sienta un precedente positivo.

- Mediación o conciliación.

Consiste en la intervención de una tercera parte neutral y mutuamente aceptada por los bandos en conflicto, para mediar en el asunto en disputa. Este tercer elemento debe hacer proposiciones y aportar un punto de vista que supere la bipolaridad, o sea, debe destrabar la negociación, y nunca imponer los acuerdos valiéndose de la autoridad que le ha sido entregada.

Pasos para la resolución de conflictos



Si bien cada método o técnica para resolver un conflicto es diferente y parte de una aproximación distinta al problema, es posible identificar una serie de pasos elementales, más o menos comunes a todos, que consisten en:

- Identificar el conflicto.

Es imposible hallar una solución ideal en un escenario que se desconoce o se conoce a medias. De modo que el primer paso siempre debe involucrar la exploración del conflicto y la identificación de sus participantes, de las motivaciones de cada uno, de las complicaciones comunes e individuales, y del contexto.

- Evaluar las estrategias posibles.

Una vez que se entiende el conflicto, es posible hacer una compilación de posibles soluciones y proceder a evaluar una por una, para considerar las posibles consecuencias y cada escenario probable.

- Hacer una propuesta / tomar una decisión.

Ya sea que se pueda tomar una decisión o que convenga hacer al otro bando una propuesta (o a ambos, si se trata de un mediador), el tercer punto pasa por dar un paso firme hacia la negociación.

- Evaluar la decisión tomada.

Una vez tomada la decisión, es necesario comprender si todo salió de acuerdo al plan y contar con una retroalimentación que permita adecuar el plan a nuevos escenarios, y así volver al inicio para una nueva ronda de resolución de conflicto.

ANEXOS TALLER 10. Tolerancia y Respeto**RESPECT****ACTIVIDAD 1: PSICOEDUCACIÓN**

La tolerancia se entiende entonces que parte de las diferencias entre los individuos, ya sea por sus ideales, opiniones, preferencias, características físicas, entre otras atribuciones que pudieran ser causa de discriminación o pérdida de sus derechos, pero que ante todo debe ser respetado.

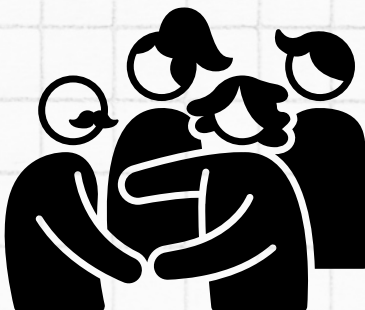
La tolerancia es un principio indispensable para la sana convivencia, las diversas convicciones o razones del por qué se manifiestan algunas actitudes de compañeros y el no rechazarlos forma parte de un actuar adecuado donde se apoya a compartir las dificultades que enfrentan las personas que actúan de determinada manera, reconocer la diversidad, así como distintas habilidades individuales enriquecen la cultura.

Cada individuo representa de distinta forma el valor del respeto, según Hildebrand, el respeto es fundamental para el desarrollo de una persona. "El respeto puede ser considerado como madre de todas las virtudes (*mater omnium virtutum*), pues constituye la actitud fundamental que presuponen todas ellas" (2004, p. 22) una actitud irrespetuosa genera que un individuo no pueda acceder a los demás valores, no se despliega una conciencia de un ser interno íntegro y su desarrollo no se logra ser integral porque no cede que adquiera un entendimiento adecuado en cuanto a los alcances tanto de sus derechos como de sus obligaciones.

Entonces se entiende cómo es que se relaciona el respeto con la tolerancia y cómo es que se deben de practicar para lograr un equilibrio en la convivencia, para que haya aceptación, a parte de una toma de decisiones midiendo las consecuencias de los actos a realizar, brindar un trato digno a los integrantes de la sociedad porque al relacionar el respeto y la tolerancia se genera un margen ideal para la aceptación de todos los individuos y así adecuar el actuar para que no se afecten los derechos de los demás.

ACTIVIDAD 2: "HISTORIAS DE JUAN, EL SUPERPAPÁ, Y SU FAMILIA"

Todo el mundo lo dice: "Juan es un hombre bueno, honrado e íntegro". Todo un superpapá. Juan está felizmente casado con María y tiene tres hijos: Joaquín (16 años), Raquel (15 años) y Manuel (14 años).



ANEXOS TALLER 10

Juan es siempre puntual en su trabajo. Bueno..., casi siempre. Algunos lunes se pone "enfermo". Sus compañeros le creen, porque Juan es un hombre bueno. Suena el teléfono. Su cuñado ha tenido un accidente. Juan toma su coche para llegar pronto al hospital. ¡Vaya, la salida del garaje se encuentra taponada: una furgoneta se halla descargando!

- Apártese, que tengo prisa, dice Juan.
- No se impaciente, hombre, le responde el conductor de la furgoneta.
- Tengo mucha prisa. Apártese o llamo a la grúa.
- En seguida terminamos, hombre.

Juan llama a la grúa. Multa y todo lo demás. El conductor grita:

- ¡Eres un tonto!



Juan no replica. Juan cree que las normas están para cumplirlas, y son normas para todos.

A Joaquín, el hijo mayor de Juan, no le gusta el fútbol ni el baloncesto, prefiere entretenerse haciendo colecciones y trabajos manuales en casa. En su clase, lo más "in" es ser hinchas del Real Madrid y ver los partidos de la NBA. Un día, en una discusión tonta, un compañero le dice: "eres muy raro, no hay quien salga contigo". Joaquín se siente dolido. Piensa que aunque no le gusta ir a jugar al fútbol, estaría encantado en quedar con sus compañeros de clase para ir al cine.

De regreso del trabajo, Juan entra a comprar tabaco. Deja el coche donde puede. ¡Cómo está la circulación! Llega por detrás un coche y comienza a sonar el claxon.

- ¡Apártese, hombre, que molesta!
- ¡Un poco de paciencia. que ya voy!, responde Juan.
- Apártese, o llamo a la grúa.

Juan escucha la amenaza. A Juan le duele. Él es un hombre comprensivo con los otros, y le duele que los otros no sean comprensivos con él.

Manuel, el menor de los hijos de Juan, es llamado "marica" por casi todos los compañeros de su clase porque tiene modales que parecen "afeminados" a los demás. Manuel se enfada y contraataca insultándoles o pegándoles. La cosa empeora. Juan ha sido citado a las siete de la tarde por el director del colegio del chaval. Son las 19,30 cuando el director le recibe.

- ¿Sabe Ud. qué hora es?
- Sí, las siete y media.



- ¿Cree Ud. que tengo el tiempo para perderlo?
- Discúlpeme, no he podido...
- No valen las disculpas. ¿Qué seriedad enseñan Uds. a los alumnos, si Uds. mismos son los primeros que no cumplen?

Para Juan hay que predicar con el ejemplo, incluso en los pequeños detalles.

María, la mujer de Juan, es militante política de un partido de derechas. Hoy en el trabajo, discute con varios compañeros y uno le suelta: "eres una facha asquerosa". Ella le responde: "y tú un comunista endemoniado". Juan está enojado por la poca tolerancia que hay en algunos ambientes de trabajo.

Juan preside la comunidad de vecinos de su casa. Una familia gitana va a vivir en el ático. Se convoca una junta de la comunidad.

- ¿Qué sabemos de ellos? Pueden ser unos ladrones.
- No estamos seguros.
- En todo caso, seguro que son unos guarros, y nos van a dejar la escalera y el ascensor hechos una porquería.
- Pueden ser un peligro.

Como presidente, Juan ha de velar por la seguridad de los vecinos. Juan siempre piensa en los demás. Además, es un demócrata.

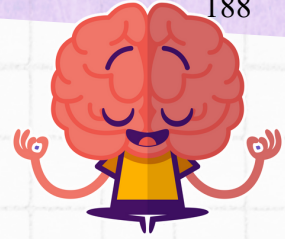
- No podemos admitir un peligro en nuestra casa, asevera Juan.

Raquel, la hija de Juan, mide 1,55 y pesa 63 Kg. Sus compañeras han acabado acomplejándola porque le dicen cada poco que es una enana regordeta. Raquel ha perdido seguridad en si misma y no quiere ir a las fiestas con sus compañeras. Juan es un buen padre, que se preocupa de su hija y decide apuntarla a un gimnasio. No todos los padres se desviven por sus hijos como Juan.

**Respondemos a las siguientes preguntas:**

- ¿Es coherente Juan en todo momento?
- ¿Qué posibles prejuicios hemos descubierto en el texto?
- ¿Y qué comportamientos intolerantes?
- ¿Cómo se debería afrontar cada situación intolerante del texto aceptando las diferencias?

Pasando a la vida real, enumera tres situaciones de intolerancia con las que te has encontrado en tu entorno cercano y sugiere propuestas para resolverla.

ANEXOS TALLER 11. Autoestima (Autoconocimiento)**ACTIVIDAD 1: TÉCNICA: YO IDEAL**

Descripción: es un enfoque psicológico que se utiliza para explorar la percepción y aspiraciones de un individuo en relación con su mejor versión de sí mismo. A través de esta técnica, se busca comprender cómo una persona se imagina a sí misma en términos de sus características, habilidades y comportamientos ideales.

Objetivo: Fomentar el autoconocimiento y aspirar a realizar cambios realistas y duraderas que permitan a la persona sentirse con mayor bienestar consigo mismo.

Pasos:

1. Introducción y Explicación:

El psicólogo introduce la técnica a los participantes, explicando su propósito y cómo se llevará a cabo. Se destaca que el objetivo es explorar la imagen ideal que la persona tiene de sí misma.

2. Imaginación y Visualización:

Se le pide a las personas que cierre los ojos y se imagine a sí mismo en un futuro ideal. Pueden visualizarse en diferentes aspectos de la vida, como el trabajo, las relaciones, la salud, etc.

3. Descripción Detallada:

Los participantes describen detalladamente cómo se ven, cómo se sienten y cómo se comportan en esta versión ideal de sí mismos. Se exploran las características, habilidades, actitudes y logros que se perciben en esta visión.

4. Identificación de Valores y Prioridades:

Se alienta a las personas a identificar los valores fundamentales y las prioridades que surgen al describir su YO ideal. Esto puede ayudar a clarificar qué aspectos de la vida son más significativos.

5. Comparación con el YO Actual:

Luego de la descripción del YO ideal, se compara con la realidad actual. Esto puede generar insights sobre las discrepancias entre la percepción ideal y la situación actual.

ANEXOS TALLER 11. Autoestima (Autoconocimiento)**6. Exploración de Obstáculos y Desafíos:**

Se discuten posibles obstáculos o desafíos que podrían estar impidiendo que la persona se acerque a su YO ideal. Esto puede incluir creencias limitantes, miedos o patrones de comportamiento.

7. Establecimiento de Metas:

En base a la visión del YO ideal, se colabora en el establecimiento de metas realistas y alcanzables que puedan acercar al individuo a esa versión ideal de sí mismo.

8. Desarrollo de Estrategias:

Se desarrollan estrategias específicas para superar obstáculos y trabajar hacia las metas establecidas. Esto puede incluir cambios en el comportamiento, desarrollo de habilidades o ajustes en la perspectiva.

9. Seguimiento y Evaluación:

A lo largo del tiempo, se realiza un seguimiento para evaluar el progreso hacia el YO ideal. Se ajustan estrategias según sea necesario y se celebra cualquier avance logrado.

10. Reflexión y Autoaceptación:

Se fomenta la reflexión sobre el proceso y se destaca la importancia de la autoaceptación. Reconocer que el camino hacia el YO ideal es un proceso gradual y que cada paso es valioso.



ANEXOS TALLER 12. Autoestima (FODA)**ACTIVIDAD 1: Técnica: FODA**

Descripción: El FODA personal se enfoca en evaluar y reflexionar sobre las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas que pueden incidir en la vida personal o profesional de una persona. La finalidad es lograr una comprensión más precisa de la situación individual y, basándose en esta comprensión, tomar decisiones más fundamentadas.

Objetivo: Fomentar el autoconocimiento de las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas que puede tener la persona y poder realizar acción ante ellas.

Pasos:

1. Autoevaluación:

Fomentar a las personas a autoreflexionar sobre sus fortalezas y debilidades personales. Considerar habilidades, conocimientos, experiencias, valores y características personales.

2. Identificación de Oportunidades:

Pedir que analicen su entorno externo en busca de oportunidades y se pregunten sobre cambios en tu entorno laboral, posibilidades de aprendizaje, avances tecnológicos, tendencias sociales, entre otros.

3. Reconocimiento de Debilidades:

Pedir que examinen sus áreas de mejora y preguntarse: ¿Existen habilidades que necesito desarrollar? ¿Hay actitudes o comportamientos que puedo modificar para mejorar mi desempeño?

4. Análisis de Amenazas:

Identificar posibles amenazas en su entorno. Esto puede incluir cambios en el mercado laboral, situaciones económicas, eventos inesperados o cualquier factor externo que pueda afectarles negativamente.

5. Elaboración de la Matriz FODA:

Organizar la información recopilada en una matriz FODA. Divide la hoja en cuatro secciones y coloca las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas en sus respectivas áreas.

6. Priorización:

Destacar los elementos más relevantes de cada categoría. Priorizando aquellos aspectos que tienen un impacto significativo en tu vida personal o profesional.



ANEXOS TALLER 12. Autoestima (FODA)**7. Establecimiento de Objetivos:**

Pedir que se utilice la información del análisis para establecer metas y objetivos realistas. Aprovechando sus fortalezas, trabajando en sus debilidades, capitalizar las oportunidades y considerar estrategias para mitigar las amenazas.

8. Desarrollo de Estrategias:

Definir estrategias específicas para alcanzar sus objetivos. Esto puede incluir planes de desarrollo personal, adquisición de nuevas habilidades, búsqueda de oportunidades profesionales, etc.

9. Implementación y Seguimiento:

Al final se les pedirá que ejecuten las estrategias y realizar un seguimiento regular del progreso. Ajustar las acciones según sea necesario y continuar adaptándose a cambios en su entorno.

Análisis FODA

ANEXOS TALLER 13. Autoestima (Plan de vida)**ACTIVIDAD 1: Técnica: Plan de vida**

Descripción: es una herramienta utilizada para ayudar a las personas a establecer metas, prioridades y acciones para su desarrollo personal y profesional a lo largo del tiempo. Aunque no hay una única "técnica" universalmente aceptada, la idea principal es crear un plan detallado que guíe la vida de una persona, considerando diferentes áreas como la educación, la carrera, las relaciones personales, la salud, entre otras.

Objetivo: Fomentar la creación de metas y acciones que ayuden al desarrollo personal y pueda alcanzar sus metas deseadas en las áreas que son de prioridad para la persona.

Pasos:

1. Autoevaluación:

Fomentar la reflexión sobre las fortalezas, debilidades, intereses, valores y metas personales de cada persona, pueden anotarlas en una hoja de papel para plasmarlas de mejor forma.

2. Establecimiento de Metas a Corto y Largo Plazo:

Tendrán que definir metas específicas y medibles que se deseen lograr en el corto, mediano y largo plazo.

3. Identificación de Prioridades:

Se determinará qué metas son más importantes y merecen mayor atención en un momento dado.

4. Desarrollo de Estrategias:

Se crearán planes y estrategias para alcanzar las metas establecidas. Esto puede incluir la adquisición de habilidades, la búsqueda de oportunidades educativas o profesionales, etc.

5. Implementación:

Luego, se les dará que será importante poner en práctica las estrategias definidas y llevar a cabo las acciones necesarias para avanzar hacia las metas.

6. Revisión y Ajuste:

Regularmente evaluar el progreso realizado y ajustar el plan según sea necesario. Las circunstancias pueden cambiar, y el plan de vida debe ser flexible.



ANEXOS TALLER 13. Autoestima (Plan de vida)**7. Equilibrio entre Áreas de la Vida:**

Considerar diferentes aspectos de la vida, como el profesional, el personal, la salud, las relaciones y el ocio. Buscar un equilibrio adecuado entre estas áreas.

8. Desarrollo Continuo:

Al final se les indicará y recomendará el mantener un enfoque constante en el aprendizaje y el desarrollo personal. Estar abierto a nuevas experiencias y oportunidades.



ANEXOS TALLER 14 - JORNADA DE INTEGRACIÓN



ACTIVIDAD 1: DINÁMICA DE INTEGRACIÓN

Definición

Esta dinámica de integración consiste en una competencia que pondrá a prueba los conocimientos que tengan los participantes sobre personajes populares. El sistema por el que se jugará será con preguntas y respuestas con la ayuda de un coordinador.

Objetivos

- Mejorar los conocimientos de los participantes sobre los personajes que se usarán para la dinámica.
- Motivar un sentimiento de sana competencia.

Participantes

Será necesario que la cantidad de participantes sea al menos entre unas diez o veinte personas, además del coordinador.

Materiales

Una bolsa y varios pedazos de papel en los que se escribirán los nombres de los personajes.

Desarrollo

Para empezar la dinámica, se dispondrá de los participantes en forma de círculos y permaneciendo sentados en todo momento. Luego el coordinador les dirá en qué consiste la actividad. Es necesario, además, asegurarse de que se cuenten con veinte minutos para hacer toda la actividad.

Hecho lo anterior, el coordinador pedirá un voluntario y después se acercará a él con una bolsa en la que estén los nombres. El participante sacará uno aleatorio y los demás deberán hacer preguntas para adivinar el personaje.

El voluntario únicamente podrá responder las preguntas con un "sí" o un "no". Si uno de los demás participantes cree saber quién es el personaje, comentará que quiere "resolver".

En caso de que el participante responda correctamente, deberá responder las preguntas por otro personaje, pero si se equivoca continuará el juego tal como estaba.





BIBLIOGRAFIA

Alvarez, F. (2019, abril). Análisis prospectivo del sistema educativo salvadoreño [archivo PDF]. Recuperado de https://comunidades.cepal.org/ilpes/sites/default/files/2019-05/ESTUDIO_PROSPECTIVO_EDUCACION_SV.pdf

Barrientos, J. J. G. (2023, 8 enero). Dinámicas y Juegos para trabajar y estimular el liderazgo en jóvenes y adultos. Penitencias y retos. Recuperado 3 de diciembre de 2023, de <https://penitenciasyretos.blogspot.com/2019/02/dinamicas-y-juegos-para-trabajar-y.html>

Castro, M. (2016, junio). Aprendiendo a relacionarnos. Proyecto de intervención en habilidades sociales en educación infantil [archivo PDF]. Recuperado de https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/39158/TFM_MartaCastroEstrada.pdf?sequence=4

de Coaching, E. E. (2021, 17 diciembre). Las 11 claves psicológicas del trabajo en equipo. Las 11 claves psicológicas del trabajo en equipo. <https://psicologiaymente.com/organizaciones/claves-psicologicas-trabajo-equipo>

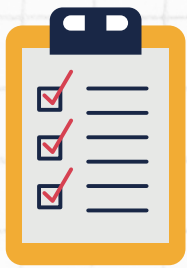
Decreto N° 138 Ley Orgánica de la Universidad de El Salvador. (25 de mayo 1999). Diario Oficial N°96, Tomo N° 343. Recuperado de <https://www.studocu.com/latam/document/universidad-de-el-salvador/derecho-constitucional/ley-organica-ues-ley-interna-universidad-de-el-salvador/8225613>

Decreto N° 468 Ley de Educación Superior. (19 de noviembre 2004). Diario Oficial N° 216, Tomo N° 365.

Decreto N° 505 Ley del Sistema Nacional de la Cultura de la Integración. (23 de diciembre 2019). Diario Oficial N° 242, Tomo N° 425.

Decreto N° 910 Ley General de Juventud. (6 de febrero 2012). Diario Oficial N° 24, Tomo N° 394.





BIBLIOGRAFIA

Equipo editorial, Etecé. (2023, 7 febrero). Resolución de conflictos - qué es, ejemplos, técnicas y pasos. Concepto. Recuperado de <https://concepto.de/resolucion-de-conflictos/>

Fundación Salvador del Mundo, (2014, abril). Educación integral hace jóvenes aptos para enfrentar el mundo actual. Revista Entorno, volumen (55), pp. 33-37. Recuperado de <http://repositorio.utec.edu.sv:8080/xmlui/bitstream/handle/11298/527/15-1-72-1-10-20150320.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García, A. A. M. (2018, 16 agosto). Técnicas para la comunicación eficaz. psicologia-online.com. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/tecnicas-para-la-comunicacion-eficaz-3124.html>

García-Allen, J. (2022, 31 julio). Escucha activa: la clave para comunicarse con los demás. Psicología y mente. Recuperado de <https://psicologiaymente.com/social/escucha-activa-oir>

Guerri, M. (2023, 18 mayo). Test, conoce tu estilo de comunicación. Psicoactiva. Recuperado 24 de noviembre de 2023, de <https://www.psicoactiva.com/test/test-conoce-tu-estilo-de-comunicacion/>

Hansen, B. (2018, 22 noviembre). 12 estupendos juegos para fomentar el espíritu de equipo que nadie odiará. Blog Wrike. Recuperado de <https://www.wrike.com/es/blog/12-estupendos-juegos-para-fomentar-el-espiritu-de-equipo-que-nadie-odiara/>

Julieta, P. (2021, 26 octubre). Liderazgo. Julieta Domenicone Psicología Granada. Recuperado de <https://www.psicologiajulieta.es/liderazgo/>

Las mejores actividades y dinámicas para romper el hielo en grupos de. (2020, 3 agosto). Eden Springs. Recuperado de <https://www.aguaeden.es/blog/actividades-y-dinamicas-para-romper-el-hielo-en-grupos-de-trabajo>





BIBLIOGRAFIA

Montagud Rubio, N. (2021, 28 junio). Cinco ejercicios de escucha activa para entrenar esta habilidad. Psicología y mente. Recuperado 3 de diciembre de 2023, de <https://psicologiamente.com/social/ejercicios-escucha-activa>

Pereira, I. (2021). Habilidades sociales: un proyecto de intervención con jóvenes en riesgo de exclusión social desde la educación social [archivo PDF]. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/49967/TFG-L2964.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Política Nacional de Juventud (2013). Recuperado de <https://www.pddh.gob.sv/portal/wp-content/uploads/2019/09/2013.-Politica-Nacional-de-Juventud-2010-2024.pdf>

Ponce, E. Rodríguez, M. (2020): "La responsabilidad y el respeto como valores esenciales en el desarrollo emocional", Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo (2020). Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/344273388_LA_RESPONSABILIDAD_Y_EL_RESPECTO_COMO_VALORES_ESENCIALES_EN_EL_DESARROLLO_EMOCIONAL_Para_citar_esto_articulo_puede_utilizar_el_siguiete_formato

Pursell, S. (2023, 1 marzo). Análisis FODA personal: definición, pasos y ejemplos. Recuperado de <https://blog.hubspot.es/marketing/foda-personal>.

Rodríguez, F. (2022, 1 noviembre). Dinámicas de comunicación. Actividades Chulas. Recuperado de <https://misdinamicas.com/dinamicas/dinamicas-de-comunicacion/dinamicas-de-comunicacion/>

Tablas, V. Zepeda, M. (2011, junio). Diagnóstico de situación de la población joven en El Salvador [archivo PDF]. Recuperado de <http://sacdel.org.sv/phocadownload/documentos/Diagnostico%20de%20Situacion%20de%20la%20Poblacion%20Joven.pdf>

Torres, A. (2018, 2 octubre). Cómo hacer un plan de vida (en 8 pasos). Psicología y Mente. Recuperado de <https://psicologiamente.com/vida/plan-de-vida>



1. INTRODUCCIÓN

Enfermedades presentes (sintomatología) psicopatología común en el contexto

El principio de múltiples enfermedades psicopatológicas se debe a la inadecuada gestión emocional, hace inevitable plantearse un abordaje de dichas enfermedades desde una perspectiva completa e integradora, que permita la participación de múltiples disciplinas profesionales que en conjunto pueda desarrollarse de forma biopsicosocial en cada uno de los pacientes de la zona occidental. Es por esta compleja razón se hace necesario la intervención interdisciplinar, se hace necesaria la existencia de protocolos de actuación para las distintas áreas profesionales, a fin de promover la coordinación en las intervenciones terapéuticas.

Estudiar las enfermedades psicopatológicas en El Salvador es de gran trascendencia, debido a que son las psicopatologías de mayor incidencia en la población salvadoreña. De hecho, la ansiedad ha sido la principal causa de consulta en atención primaria en salud. Similar situación ocurre en la mayoría de países del mundo. En El Salvador se han realizado algunos estudios de estos problemas, desde una perspectiva eminentemente descriptiva y de tamizaje.

Dichos protocolos tienen por objetivo Establecer pautas de intervención en enfermedades psicopatológicas, que propicien una adecuada gestión emocional para minimizar las necesidades de los pacientes en la zona occidental de El Salvador

El “nombre”, busca rehabilitar y prevenir dicha aparición a través de Implementar el programa de intervención psicológica, desde la psicoterapia de grupo, para ser aplicado en aquellos segmentos poblacionales que en el presente estudio fueron identificados como los más afectados en su salud mental población del occidente del país “Santa Ana, Ahuachapán y Sonsonate”. Dirigidos a hombres y mujeres entre las edades de 18 a 23 años, trabajando en conjunto con las instituciones, tanto públicas como privadas, implementen el programa de psicoterapia de grupo, orientado al desarrollo de conocimientos básicos y habilidades saludables de conducta en su relación con la familia, la comunidad, desarrollado en un periodo cronológico con el fin de que organizaciones sociales y comunitarias desarrollen programas psicoeducativos orientados a la promoción y prevención de problemas sociales que desencadenan en problemas de salud mental

2. OBJETIVOS DEL PROTOCOLO

- ✚ Establecer pautas de intervención en enfermedades psicopatológicas, que propicien una adecuada gestión emocional para minimizar las necesidades de los pacientes
- ✚ Determinar la prevalencia Enfermedades presentes (sintomatología) psicopatología común en el contexto
- ✚ Organizar y facilitar la intervención de los pacientes con su contexto y generar redes de apoyo necesarias para el desarrollo integral del mismo en su tejido para adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones
- ✚ Ejecutar estrategias que permitan el desarrollar una mayor competencia emocional, que permitan minimizar la sintomatología de las enfermedades psicopatológicas

3. MARCO NORMATIVO

Por Decreto Legislativo número 955, de fecha 28 de abril de 1988, se emitió el Código de Salud, publicado en el Diario Oficial número 86, tomo 299, del 11 de mayo del mismo año, con el objeto de desarrollar los principios constitucionales relacionados con la Salud Pública y Asistencia Social.

Que el artículo 5 del referido Decreto establece las profesiones y actividades especializadas que se relacionen de un modo inmediato con la salud del pueblo y que podrán tener su respectiva Junta de Vigilancia de la profesión en Psicología. Al mismo tiempo se decreta el Reglamento Interno de la Junta de Vigilancia de la Profesión en Psicología.

Legislación de la psicología en El Salvador existe la Política Nacional de Salud Mental, aprobada por el Órgano Legislativo en diciembre de 2008, publicado en el Diario Oficial, Tomo 381, la cual rige las políticas del sistema nacional de salud. El fin de este documento es orientar y fortalecer los esfuerzos dirigidos a la protección, mantenimiento y mejoramiento de la salud mental.

El objetivo de esta legislación es contribuir al bienestar integral de la persona, familia, comunidad, sociedad y su entorno de manera justa y equitativa para favorecer el desarrollo y uso óptimo de las capacidades y potencialidades psicológicas y relacionales, así como lograr el ejercicio pleno del derecho humano a la salud mental de manera sostenida a través de la participación social e intersectorial para las sintomatologías de ansiedad, depresión, alcoholismo, agresividad y estrés. Es importante resaltar que la salud mental es parte inherente a la salud en general de la persona; resulta imposible desligar y abordarla como tal. La salud mental involucra el logro propio, la actitud mental positiva y la autonomía en el comportamiento que permite a los individuos identificar, enfrentar y resolver sus problemas. Por tanto, la salud mental tendrá diferentes significados dependiendo del entorno, la cultura, las influencias socioeconómicas y políticas, por lo que su conceptualización exigirá un abordaje con el modelo cognitivo conductual. y tendrá para su total desarrollo.

Limitándose a aspectos aislados de la persona. Es una condición dinámica y esencialmente humana que nunca se alcanza en el sentido de un estado fijo al cual se accede mecánicamente. En cambio, su búsqueda y construcción incide dialécticamente en el bienestar y funcionamiento efectivo de los individuos, en su empoderamiento y desarrollo personal, en las relaciones sociales, las condiciones de vida, la sociedad y la nación. La salud mental, según el comité de Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS), se define como: “El goce del grado máximo de salud que se puede lograr, es uno de los derechos fundamentales e inalienables del ser humano, sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica y social” (OMS, 2011). La salud mental es un balance dinámico en continuo movimiento de cada persona consigo misma y con su

contexto para producir, reproducir y transformar su existencia. Incluye la idea de crisis, esperada e inesperada, común a la condición humana, siendo determinante la participación activa de la persona en la posibilidad de dar respuestas a sus propias crisis y a los cambios del contexto social. Es la posibilidad de participar en proyectos compartidos que permitan a la persona trascender en su existencia y verse reflejada en el otro, construyendo su propia identidad. La política de salud mental adopta el enfoque de promoción de la salud mental; enfatiza un abordaje sociofamiliar de la problemática; la inclusión de programas de prevención de salud mental; valora fundamentalmente los aspectos sanos de las personas afectadas, integrándose en las estrategias orientadas a la resolución de la crisis y a la reinserción social. Para ello se requiere del apoyo permanente de la familia y la comunidad durante todo el proceso de implantación, garantizando el esfuerzo del Estado para cumplir con la protección de la salud de la población; y que solo si estos esfuerzos fallan será necesaria la búsqueda de servicios de salud de mayor capacidad resolutive. Si se requiere de internación hospitalaria, se tratará que sea breve y en hospitales generales cerca del domicilio del usuario. El abordaje directo de las personas afectadas privilegia el trabajo transdisciplinario y promueve la horizontalización de los vínculos profesionales (Ministerio de Salud, 2012).

La Constitución de la República de El Salvador prescribe que el Estado determinará la política nacional de salud, controlará y supervisará su aplicación, siendo esta la norma fundamental de nuestro país, y, como se ha establecido, esta cobra vigencia ante el cumplimiento de las funciones formales por parte de los órganos que lo conforman, y entendida la salud como un bien común. Uno de los factores determinantes para el logro de esto es la protección de manera general de la salud y de forma particular la salud mental. La Constitución establece, en su Artículo 1, que el fin principal del Estado es la protección de la vida y, por consiguiente, de la salud de todos sus habitantes. Asimismo, establece en el Art. 2.- LEY GENERAL DE JUVENTUD CAPÍTULO I Disposiciones Generales Ámbito de aplicación. Para los fines de la presente Ley, se considera joven a la persona comprendida en el rango de edad de los 15 a los 29 años, sin distinción de nacionalidad, etnia, género, religión, discapacidad, situaciones de vulnerabilidad o cualquier otra condición particular”. Por tal razón en esta oportunidad se concretiza esta finalidad, oficializando la Política Nacional de Salud Mental. El Código de Salud prescribe, en el artículo 203 “El Ministerio, de conformidad con sus recursos y sus normas respectivas en los organismos de salud que determine, dará asistencia psicológica y psiquiátrica a los enfermos que la requieran. Esta asistencia será domiciliaria, ambulatoria o institucional y tendrá por objeto el tratamiento y control de las enfermedades y deficiencias mentales”.

Por otra parte, establece la obligatoriedad del Sistema Nacional de Salud, como parte del Estado, de desarrollar programas permanentes para la prevención, atención y tratamiento de la salud mental de la niñez y adolescencia, tal como la prohibición de venta o distribución de material o sustancias que puedan generar daño a la salud mental y física.

La Ley penitenciaria. Esta regula, en el Artículo 80, que, en el sistema penitenciario, deben existir centros especiales destinados a la atención y tratamiento de la salud física y mental de los internos. Por otra parte, prescribe, en el artículo 130, que cuando un privado

de libertad es sometido a medida de internamiento en celda individual, es necesario el control de su salud y estado mental. El Código Procesal Penal regula, en el Artículo 84, lo relativo a los derechos del imputado que se presume padece de enfermedad mental. Y en el inciso uno, del Artículo 85, establece que, si en el procedimiento sobreviene una enfermedad mental, que excluya la capacidad de entender o disponer del imputado, en cuanto a los actos del proceso, el juez, previo dictamen pericial, debe ordenar la suspensión del trámite del proceso hasta que desaparezca la incapacidad.

4. POBLACIÓN DIANA

Personas afectadas por las sintomatologías de ansiedad, depresión, alcoholismo, agresividad y estrés que hayan tenido consultas previas por éstos motivos, con personal de salud mental del Ministerio de Salud en sus diferentes Centros Atención en la zona occidental del país. Y que además tengan una edad entre 18 y 23 años.

Estos deberán cumplir con el requisito de ser de escasos recursos y no poder costearse por sí mismos la atención psicoterapéutica de manera particular.

5. FUNCIONES DE LOS PROFESIONALES ENCARGADOS EN EL MARCO DE LA EJECUCIÓN DE TALLERES Y GRUPOS DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA

- ✚ Organización y distribución de los usuarios de grupos y talleres según su sintomatología y nivel de afectación.
- ✚ Minicharlas diarias de promoción de talleres a usuarios de las instituciones de los centros de atención del MINSAL.
- ✚ Informar y hacer recordatorios vía telefónica a participantes sobre la programación de fecha y hora de los talleres y grupos de atención
- ✚ Resolución de dudas a interesados en asistir y formar parte de charlas y talleres de intervención psicoterapéutica.
- ✚ Preparación material y teórica previa de actividades y técnicas psicoterapéuticas a implementarse en talleres y grupos de atención.
- ✚ Recibimiento de participantes y realización de actividades que contribuyan al rapport grupal en las sesiones grupales y talleres de atención.
- ✚ Evaluaciones de entrada en la primera sesión de cada grupo psicoterapéutico.
- ✚ Evaluaciones de salida en la última sesión de cada grupo terapéutico

- ✚ Desarrollo de técnicas psicoterapéuticas con base científica en cada una de las sesiones grupales y talleres
- ✚ Remisión de casos individuales a terapia individual en caso sea requerida una atención más personalizada en los usuarios que el profesional encargado lo considere necesario
- ✚ Organizar, registrar y archivar las listas de asistencias y los diferentes productos y documentos que se obtengan en los talleres y grupos terapéuticos
- ✚ Evaluar la efectividad de las técnicas y protocolos de actuación utilizados en los grupos y talleres
- ✚ Brindar informes completos y detallados sobre las actividades realizadas a los supervisores y encargados superiores del proyecto.

6. LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DESARROLLO DE LOS GRUPOS DE ATENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA Y REHABILITACIÓN

6.1 Acciones protocolarias previas a implementación de grupos psicoterapéuticos

Para los facilitadores las acciones del programa comenzarán antes de todo con las preparaciones previas a inscribir a los participantes, esto es una obviedad que no estaría de más recalcar. Llámese estudio del presente protocolo, elaboración de materiales útiles en las diferentes sesiones terapéuticas, etc.

Además los profesionales de la salud que atienden a los pacientes en las diferentes instituciones, como médicos y enfermeras, estarán conscientes de la realización del presente plan y conocerán las características de los usuarios que son los idóneos para ser referidos a ser participantes del programa. Estas características particulares se encuentran plasmadas en la sección “población diana” del presente protocolo y deberán ser comunicadas a los médicos de las instituciones por los facilitadores del programa, para que ellos sean los encargados de referir a los usuarios a los facilitadores de este plan. Además, estos comunicarán la cantidad máxima de personas que podrán referir al programa cada 2 meses, ya que los grupos terapéuticos tendrán esa duración aproximada.

6.2 Primer contacto con los participantes

Una vez los facilitadores obtengan autorización de los locales o espacios que utilizarán para desarrollar los grupos terapéuticos, comenzarán a evaluar cada uno de los usuarios que los médicos vayan refiriendo para verificar que cumplen con las condiciones que el protocolo exige para ser admitidos en los grupos terapéuticos.

Tomarán la información básica de los participantes admitidos y le informarán los pormenores del proceso al cual lo están refiriendo, es decir, que se trata de grupos de rehabilitación terapéutica, con una duración de 10 sesiones, una cada semana, las cuales durarán alrededor de una hora por día y que de aceptar adherirse estarán en la obligación de culminar todas las sesiones y cumplir con las tareas y actividades que se propongan en cada sesión.

Al informar los pormenores a los posibles participantes, se les aclararán también las dudas sobre el proceso terapéutico y cuando estén informados se procederá a inscribirlos e informarles sobre fecha y hora de la primera sesión

6.3 Uso de las cartillas en cada tipo de grupo

En los siguientes apartados se plantea un protocolo de la forma en que los grupos terapéuticos deben ser dirigidos, esto se hace a través de cartillas protocolarias.

Como en este programa se atienden 5 síntomas psicopatológicos, a saber son: ansiedad, depresión, estrés, agresividad y alcoholismo; se plantean 10 sesiones para cada uno de estos síntomas.

Estas sesiones se encuentran divididas en áreas de atención, las cuales son: encuadre, área cognitiva, área afectiva, área somática, área intrapersonal, área interpersonal y retroalimentación.

En las 10 sesiones los facilitadores tendrán que cubrir estas áreas en el orden antes mencionado.

Se sugiere que cada día de la semana laboral esté asignado a un síntoma específico, como por ejemplo los lunes sea dedicado a grupos de ansiedad, los martes a depresión, y así sucesivamente.

6.4 La posibilidad de cambios en la ejecución de los protocolos

Aunque las cartillas están diseñadas para cubrir de manera integral las necesidades psicoterapéuticas de los participantes en correspondencia con sus síntomas psicopatológicos, se da la posibilidad de que los facilitadores hagan adaptaciones o cambios en las técnicas empleadas en las diferentes sesiones.

Sin embargo se recomienda que dichos cambios mantengan la intención de intervención de cada área y que se mantenga el orden de las áreas a intervenir para que el proceso terapéutico avance de la manera más ordenada y provechosa posible.

6.5 Cartillas metodológicas

A continuación se encuentran las cartillas protocolarias, ordenadas por síntoma, los cuales son: ansiedad, depresión, estrés, agresividad y alcoholismo.

Y en los anexos se proponen los formatos que las diferentes técnicas y actividades de las sesiones requieren para ser implementadas adecuadamente.

CARTILLAS DEL SINTOMA: ANSIEDAD

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 1****Temática o síntoma a tratar: ansiedad****Área a intervenir: Encuadre**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Presentación de los facilitadores y actividad de rapport	-Presentar el programa y los/as terapeutas. - Fomentar un clima grupal cohesionado.	Los facilitadores darán la bienvenida a cada integrante y dará una breve inducción al programa psicoterapéutico, para romper el hielo se realizará una actividad llamada “creando historias”, consiste en que el facilitador iniciará una historia con una frase y cada integrante deberá agregar una frase nueva para ir dando forma a la historia hasta que el último integrante le de un final a la historia.	Materiales: Proyector Laptop Humanos: Facilitadores Integrantes del grupo	15 a 20 minutos
2	Lectura y firma del convenio	-Conocer las bases formales del programa.	Se comenzará con la presentación de los/as terapeutas y del programa, la entrega y firma de los contratos conductuales y las escalas de expectativas.	Páginas impresas con el convenio terapéutico	15 a 20 minutos
3	Breve inducción a la temática del programa	Conocer la importancia de la temática a tratar en el programa	Se presentarán los puntos principales a tratar en el programa respecto a la temática de la ansiedad, introduciendo y familiarizando a los integrantes con los conceptos a tratar en las siguientes sesiones.	Materiales: Proyector Computadora	15 a 20 minutos
4	Dinámica de despedida	Despedir a los integrantes de una forma llamativa	La dinámica es la papa caliente, se pondrá una canción mientras pasan una bola de papel entre todos los integrantes, cuando la música se	Materiales: Bocina Página de papel bond	5 a 10 minutos

		relacionada a los puntos tratados en la primer sesión, aclarando dudas si es que surgen.	detenga, se realizará una pregunta sencilla relacionada al tema, y se aclararán las dudas que surjan.		
5	Tarea para casa	Conocer qué aspectos de sus vidas presentan ansiedad	Se llevará a cabo a través de autorregistro de situaciones que produzcan ansiedad (fecha, hora, situación, pensamiento, sentimiento y conducta/consecuencia).	Materiales: Papel lápiz	Actividad para casa

No. De Sesión: 2

Temática o síntoma a tratar: ansiedad

Área a intervenir: cognitiva y fisiológica

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Relajación	Aprender técnicas de relajación eficaces	Se presentará “La Asamblea”, un espacio que tendrá lugar al principio de cada sesión con el fin de poner en común y debatir sobre las tareas marcadas. Se revisarán y expondrán los autorregistros, dando feedback y solventando dudas o dificultades. Posteriormente, se explicará el triple sistema de respuesta de la ansiedad. Se hará especial hincapié en el papel de los autodiálogos y de las conductas de evitación, ejemplificando mecanismos de adquisición y mantenimiento de las respuestas de ansiedad. Seguidamente, se planteará cómo afrontar situaciones de ansiedad a través del trabajo sobre el sistema fisiológico. Se explicará brevemente la sintomatología física presente en episodios de ansiedad para, posteriormente, realizar un entrenamiento en la técnica de relajación muscular de Jacobson, explicando los pasos y repartiendo fotocopias para que la puedan realizar en casa. También se explicará y entrenará la técnica de relajación mediante la respiración. Se finalizará explicando las tareas para casa.	Papel Lápiz Recursos humanos 10 fotocopias de la técnica de relajación muscular de Jacobson, 10 fotocopias de la técnica de relajación mediante la respiración.	20 25 minutos

2	Dinámica de despedida	Retroalimentar lo aprendido en la sesión	Se realizará el juego de la papa caliente, cuando la música se detenga, se retroalimentará con dicha persona que tenga la papa y se aclararán posibles dudas	Bocina Papel bond	10 a 15 minutos
3	Tarea para la casa	Retroalimentar lo aprendido y llevarlo a la práctica	Realizar un registro con la Jerarquía de circunstancias que producen ansiedad, práctica diaria de técnica de relajación muscular de Jacobson y utilizar la técnica de la respiración en situaciones que produzcan ansiedad elevada.	Humanos	Tarea para casa

No. De Sesión: 3

Temática o síntoma a tratar:

Área a intervenir: cognitiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Retroalimentación de a tarea	Hacer feedback de lo aprendido hasta ahora	Se expondrán y revisarán las jerarquías de ansiedad y los resultados de las técnicas de relajación en la actividad de asamblea	humanos	10 a 15 minutos
2	Psicoeducación	Aprender a identificar los pensamientos	Se planteará al grupo la necesidad de valorar dimensiones más allá de los pensamientos negativos para poder hacer frente a los mismos. Como un recurso para ello, se explicará cómo realizar una "Línea de vida". Se terminará la sesión pautando las tareas para casa	Proyector Laptop	30 minutos
3	Tarea para casa	Retroalimentar lo aprendido en la sesión grupal	Hacer un diario de preocupación, sobre las cosas a futuro que les preocupan a diario, y una Línea de vida.	Humanos Papel Lápiz	Tarea para casa

No. De Sesión: 4**Temática o síntoma a tratar: Ansiedad****Área a intervenir: Cognitivo conductual**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Retroalimentación y revisión de la tarea	Calificar los resultados obtenidos para contrastar el aprendizaje adquirido en sesiones anteriores	Se realizará la asamblea para compartir los diarios de preocupación y las líneas de vida	Humanos	15 minutos
2	Psicoeducación	Aprender diversas actividades para contrarrestar los niveles de ansiedad	A través de la pintura, realizaremos actividad sobre cómo hacer diversas actividades relajantes podemos liberar tensión, de igual manera se saldrá a dar una caminata de 10 minutos en silencio en un área con naturaleza visible, para explicar cómo al hacer actividades que parecen sencillas pero que nos resultan gratificantes, podemos contrarrestar los niveles de ansiedad en nuestra vida.	Páginas de papel bond Colores Impresiones en blanco y negro para colorear	30 minutos
3	Dinámica de despedida	Retroalimentar lo aprendido en la sesión	A través de la papa caliente, conoceremos qué aprendizajes adquirieron en la sesión, de igual manera retroalimentar y aclarar dudas	Bocina Papel	10 a 15 minutos
4	Tarea para la casa	Conocer los diferentes pensamientos negativos	Hacer una lista con 5 pensamientos negativos que no nos dejen tranquilos en el día a día	Papel Lápiz	Tarea para casa

No. De Sesión: 5**Temática o síntoma a tratar: Ansiedad****Área a intervenir: Cognitivo conductual**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de tarea	Conocer las distorsiones cognitivas	La Asamblea servirá para revisar los pensamientos negativos, se indagará sobre lo que consideran las participantes con respecto al tiempo que han dedicado a preocuparse a lo largo de su vida y los resultados obtenidos por ello. Se expondrá la necesidad de reforzar los componentes positivos para utilizarlos como sustitutos de los pensamientos negativos y las preocupaciones. Se explicarán las distorsiones cognitivas y se plantearán pensamientos negativos para que los clasifiquen según las distorsiones explicadas.	papel	15 minutos
2	Psicoeducación acerca de la reestructuración cognitiva	Entender la necesidad de sustituir pensamientos negativos por alternativos	Se expondrá la necesidad de reforzar los componentes positivos para utilizarlos como sustitutos de los pensamientos negativos y las preocupaciones. Se explicarán las distorsiones cognitivas y se plantearán pensamientos negativos para que los clasifiquen según las distorsiones explicadas. Además, se comentará cómo las creencias contribuyen a reforzar o inhibir los pensamientos. Se expondrán creencias positivas sobre preocuparse, fomentando el debate entre las integrantes del grupo de si las consideran ciertas o no. Seguidamente se expondrán posibles desafíos para tales creencias. Como ejercicio, se	Proyector Laptop 10 fotocopias de las distorsiones cognitivas, 10 registros de pensamientos	25 minutos

			expondrán tres preocupaciones frecuentes y se le pedirá que anoten un pensamiento positivo alternativo, que colocarán en una caja de forma anónima para leerlos en voz alta al grupo		
3	Actividad de despedida	Retroalimentar lo aprendido en la sesión grupal	Esta vez, de forma voluntaria se harán breves intervenciones para compartir experiencias y aclarar puntos y dudas	humanos	10 a 15 minutos
4	Tarea para la casa		Registro de pensamientos negativos y alternativos (día/hora, situación, pensamiento negativo, cuánto lo cree de 0 a 10, pensamiento alternativo, cuánto lo cree de 0 a 10), postergar las preocupaciones que no consigan transformar a positivo.	Papel Lápiz	Tarea para casa

No. De Sesión: 6**Temática o síntoma a tratar: ansiedad****Área a intervenir: Cognitiva conductual**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de tarea	Compartir la experiencia al realizar la tarea, reforzar nuestra confianza, aclarar dudas y aportar de forma grupal	Con la actividad de la Asamblea servirá para sondear el éxito conseguido a la hora de sustituir pensamientos negativos y postergar los más resistentes.	Humanos	10 a 15 minutos
2	Psicoeducación, técnicas de exposición	Crear escenarios de exposición	Se explicará la importancia de exponerse a lo temido y el papel de las conductas de evitación y de seguridad. Se explicará la técnica de exposición y se pedirá que elaboren por escrito su propio escenario de exposición, que los/las terapeutas supervisarán. Al terminar, se realizará un entrenamiento en imaginación con situaciones emocionalmente neutras. Posteriormente se realizará un primer entrenamiento en la técnica de exposición mediante imaginación, durante aproximadamente 20 minutos. Los/las terapeutas monitorizarán la ansiedad de las participantes cada 5 minutos. Se reforzará positivamente al grupo por el trabajo realizado y se marcarán las tareas de la semana.	Proyector Laptop Humanos	25 a 30 minutos
3	Actividad de juego	Aliviar la tensión que pueda persistir	Teléfono descompuesto, consiste en hacer una larga fila con los integrantes, y al primero se le	humanos	

		luego de la técnica de exposición	dirá una frase, luego esta frase pasará en secreto por todos los integrantes hasta revelarla en el último integrante de la fila, el punto es ver cuánto se distorsiona la frase en el camino.		5 a 10 minutos
4	Retroalimentación	Hacer feedback de los conocimientos adquiridos, también aclarar dudas	Dinámica del sombrero caliente, esta vez pasaremos un sombrero mientras suena la música, cuando esta se detenga, quien tenga el sombrero compartirá los conocimientos retenidos en esta sesión grupal	sombrero	10 minutos

No. De Sesión: 7

Temática o síntoma a tratar: Ansiedad

Área a intervenir: cognitiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Actividad de rapport	Generar un ambiente ameno para la sesión	Se contarán adivinanzas o preguntas capciosas para ver quién es capaz de resolverlas	Humanos	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación sobre la solución de problemas	Mejorar la orientación positiva hacia los problemas	Se explicará la relevancia de poseer habilidades adecuadas para resolver los problemas, explicando los pasos de la solución de problemas. Se comenzará con la "Orientación al Problema", retomando el concepto de intolerancia a la incertidumbre junto con la explicación de orientación negativa hacia los problemas. Se sondearán las creencias negativas asociadas a los problemas, debatiendo las posibilidades de cambiar la preocupación excesiva por la solución misma de problemas. Se empleará cuestionamiento socrático para ayudar al cambio de perspectivas y fomentar la expresión de creencias desadaptativas. Además, se explicarán tendencias de evitación e impulsividad a la hora de solucionar problemas, contraponiendo estos estilos al de resolución de problemas racional. Deberá explicarse la necesidad de reconocer a tiempo los problemas y de asumirlos como algo natural en la vida.	Proyector Laptop	25 minutos

3	Actividad de refuerzo	Retroalimentar los conocimientos adquiridos	Realizar ejercicios de pensamiento socrático, planteando problemáticas cotidianas y ejemplificando y compartiendo los puntos de vista de cada integrante para dar solución a dichos problemas	Humanos	10 minutos
4	Tarea para casa	Retroalimentar desde casa los conocimientos adquiridos	Registro y definición de problemas junto con propuestas de soluciones alternativas, continuar con exposición y reestructuración cognitiva.	Papel lápiz	Tarea para casa

No. De Sesión: 8

Temática o síntoma a tratar: Ansiedad

Área a intervenir: Cognitivo conductual

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de tarea	Compartir avances con el grupo	En la Asamblea se revisarán las tareas, esperando encontrar influencia de la baja tolerancia a la incertidumbre en la generación de soluciones.	Humanos	10 minutos
2	Psicoeducación: "Habilidades sociales"	Desafiar estilos de comunicación desadaptativos	se explicará lo que abarcan las habilidades sociales, con nociones básicas de qué es la comunicación, el fin de la misma y la diferencia entre el lenguaje verbal y no verbal, presentando obstáculos y facilitadores de la comunicación. Se describirán los estilos de comunicación, enlazándolos con los derechos fundamentales como ser humano. Se resaltaré el estilo asertivo como el modo óptimo de relacionarse y se pedirá a las participantes que valoren consecuencias de los tres estilos comunicativos. Al explicar los derechos personales, se aprovechará para sondear los posibles sistemas de creencias asociados al respeto de sus derechos personales y de los otros, reestructurando las creencias inadecuadas. Se realizará un ejercicio en el que, por parejas, escenificarán situaciones en la que deban utilizar asertividad, siendo los/las terapeutas los encargados de guiar el ensayo de conducta.	Laptop proyector	25 minutos

3	Actividad	Poner en práctica las habilidades sociales aprendidas	<p>Para ello vamos a preparar tarjetas con situaciones que a todos nos costaría reaccionar. Por ejemplo: ¿Qué harías si... te toca hacer un trabajo con alguien que te cae mal? O ¿si alguien se cuele en la fila?. De todas maneras, tienes un descargable con diversas situaciones y otras tú vacías para que tengas por dónde empezar.</p> <p>Después de haber pensado cada uno en un ¿qué harías si...?, llega el momento de que cada uno empiece a escenificarla hasta que los demás la acierten y la persona que pierda deberá dar una respuesta de cómo lo resolvería.</p>	Papel Plumones de color	15 minutos
4	Retroalimentar la sesión	Hacer feedback para ver los aprendizajes adquiridos	Juego del lápiz caliente, mientras suena la música se pasarán el lápiz, y cuando la música pare, a quien le queda el lápiz se le preguntará algo relacionado a la sesión grupal	Lápiz Bocina	10 minutos
5	Tarea para casa	Retroalimentar desde casa los conocimientos adquiridos	Diario de autoobservación en las interacciones sociales, continuar reestructuración y exposición	Papel Lápiz	Tarea para casa

No. De Sesión: 9

Temática o síntoma a tratar: Ansiedad

Área a intervenir: cognitiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisar tarea	Retroalimentar conocimientos	Se revisarán las tareas y se sondearán los avances a la hora de reestructurar pensamientos y de realizar la exposición. Los/las terapeutas se encargarán de orientar a las usuarias de forma individual según su progreso.	Humanos	10 minutos
2	Psicoeducación: "recaídas"	<ul style="list-style-type: none"> -Monitorizar los progresos con la exposición y la reestructuración cognitiva. -Fomentar el compromiso de las usuarias con su propio desarrollo en el futuro. -Diferenciar caídas de recaídas -Desarrollar un plan de acción para el futuro -Sondear y eliminar expectativas poco realistas 	Se explicará la necesidad de convertirse en sus propias terapeutas para mantener los beneficios del programa en el futuro. Además, se recalcará la importancia de detectar situaciones de riesgo, explicando cómo actuar. Se dedicará un espacio de la sesión para desarrollar un plan de acción para el futuro. 26 Se recordará la diferencia entre preocupación normal y excesiva, destacando que el éxito del tratamiento no implica vivir sin ansiedad o preocupación. Además, se planteará la diferencia existente entre caída y recaída con el fin de explicar la influencia de pensamientos catastrofistas en momentos de mayor vulnerabilidad.	Laptop Proyector	25 minutos

3	Actividad de refuerzo	Retroalimentar los conocimientos adquiridos	El cuaderno caliente, se pasarán el cuaderno mientras suene la música, cuando esta se detenga, quien tenga el cuaderno compartirá los conocimientos adquiridos	Bocina Cuaderno	15 minutos
4	¿Tarea para la casa?	N/A	N/A	N/A	N/A

No. De Sesión: 10**Temática o síntoma a tratar: Ansiedad****Área a intervenir: cognitiva**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Palabras alusivas, clausura y despedida del programa	Agradecer la participación y compromiso de principio a fin	Se agradecerá la participación en el programa, se pasará un video con algunas fotos de momentos relevantes de cada sesión	Humanos Proyector Laptop bocina	20 minutos
2	Feedbak general	Recalcar la importancia de tratar la ansiedad, agradecer a cada participante	Retomar puntos claves de todo el programa de forma general, y finalmente compartir un material en folleto para futuros aprendizajes en donde se recomiende bibliografía relacionada al programa para seguir cultivando aprendizaje.	Humanos	20 minutos
3	Entrega de reconocimientos	Reconocer su participación	De forma simbólica, y que haga reconocer su participación, los facilitadores entregarán un pequeño diploma y recuerdo a cada integrante del programa.	Diplomas Recuerdos	20 minutos
4	convivio	Compartir una buena experiencia final	Se pasará un momento ameno para disfrutar el momento final de la sesión compartiendo un refrigerio.	Refrigerio	15 minutos
5	Última papa caliente, despedida	Despedir el programa con palabras de los integrantes en donde compartan brevemente su experiencia y	Se pasará la bola y cuando la bocina deje de sonar, quien tenga la papa deberá dar palabras breves de despedida al grupo y al programa.	Bola de papel bocina	15 minutos

		aprendizajes, brevemente.			
--	--	------------------------------	--	--	--

CARTILLAS DEL SINTOMA: DEPRESIÓN

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 1

Temática o síntoma a tratar: Depresión

Área a intervenir: Control emocional

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Rapport	crear un ambiente ameno y agradable entre consultantes, donde se les preguntó qué expresaran lo más agradable de la semana, junto con su fruta favorita.	se les preguntó qué expresaran lo más agradable de la semana, junto con su fruta favorita	Ninguno	15 minutos
2	Devolución diagnóstica	Informar al paciente el indicador encontrado.	se les explicara a los consultantes los antecedentes, factores y efectos de manera grupal utilizando un lenguaje comprensivo adaptable a la edad de los consultantes..	Laptop y proyector	15 minutos
3	Psicoeducación	Educar sobre las emociones y la importancia de estas en nuestra vida	Explicarles el concepto de emociones, finalidad de emociones, características y consecuencias de emociones	Laptop y proyector	15 minutos
4	Lluvia de emociones	Identificar las emociones que los pacientes vivencian a diario.	El facilitador, promocionar papales de colores y lápiz y dará la siguiente indicación "las emociones son diversas, pero a diario contamos con 5 emociones básicas como alegría, tristeza, miedo, ira y asombro. Es por eso que en el	Papel de colores lápiz	15 minutos

			registro debes escribir una situación que genera cada una de las emociones mencionadas		
5	Evaluación de la sesión y asignación de tarea	Conocer los conocimientos adquiridos en el desarrollo de la sesión y asignación de tarea	<p>se pasará a dar un espacio para reflexionar a base de las siguientes preguntas: “¿qué les pareció el ejercicio? ¿Cómo se han sentido después de realizar este ejercicio? ¿Qué recordaron al momento de escuchar las melodías? ¿Les gustaría a tres personas compartir y explicar sus dibujos?”</p> <p>Tarea: Los consultantes se deberán Enfocar en tres acontecimientos positivos que sucedan durante la semana.</p> <p>Por último, se reflexionará con una frase para cerrar la sesión. “Cuanto más abiertos estemos a nuestros propios sentimientos, mejor podremos leer los de los demás” (Daniela Goleman).</p>	Ninguno	10 Minutos

No. De Sesión: 2**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Control emocional**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Revisión de tarea	Establecer un ambiente favorable para el desarrollo de la sesión en el grupo de trabajo	se conocerá sobre el desarrollo de la semana de los participantes del grupo psicoterapéutico. Luego, se trabajara con la técnica de animación llamada "el restaurante" así mismo se dio una breve retroalimentación de lo visto en la sesión anterior	Ninguno	15 Minutos
2	Control emocional	Que los consultantes tomen conciencia de la importancia y de los beneficios que tiene el gestionar adecuadamente las emociones. -Además que a través de la pintura puedan descargar todas sus emociones reprimidas y así les beneficie a disminuir sus sentimientos de tristeza y soledad.	Desarrollo de la técnica. "Pintando lo que siento" Primer paso: Se realizará una técnica de respiración profunda (ver el desarrollo en anexo) Segundo paso: Se entregará a los consultantes una silueta de una persona, para que ubiquen en que parte del cuerpo sienten las seis emociones (tristeza, enojo, alegría, miedo, asco y sorpresa). Tercer paso: Una vez se han identificado anteriormente las emociones, se deberá pasar al siguiente paso que es escuchar una lista de canciones que provocan recuerdos en los consultantes. Cuarto paso: Luego de escuchar cada melodía deberán ir realizando un dibujo en relación a la emoción que le genera la melodía. (con la ayuda de las practicantes) Luego se pasará a dar un espacio para reflexionar a base de las siguientes preguntas: "¿qué les	Pintura pincel papel reproductor de música (un teléfono celular)	30 Minutos

			<p>pareció el ejercicio? ¿Cómo se han sentido después de realizar este ejercicio? ¿Qué recordaron al momento de escuchar las melodías? ¿Les gustaría a tres personas compartir y explicar sus dibujos?"</p> <p>Tarea: Los consultantes se deberán Enfocar en tres acontecimientos positivos que sucedan durante la semana.</p> <p>Por último, se reflexionará con una frase para cerrar la sesión. "Cuanto más abiertos estemos a nuestros propios sentimientos, mejor podremos leer los de los demás" (Daniela Goleman).</p>		
3	Evaluación de la sesión y asignación de tarea	Conocer los conocimientos adquiridos en el desarrollo de la sesión y asignación de tarea	<p>se pasará a dar un espacio para reflexionar a base de las siguientes preguntas: "¿qué les pareció el ejercicio? ¿Cómo se han sentido después de realizar este ejercicio? ¿Qué recordaron al momento de escuchar las melodías? ¿Les gustaría a tres personas compartir y explicar sus dibujos?"</p> <p>Tarea: Los consultantes se deberán Enfocar en tres acontecimientos positivos que sucedan durante la semana.</p>	Ninguno	10 Minutos

No. De Sesión: 3**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Auto-concepto**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida	Fortalecer el vínculo terapéutico	Se iniciara con la actividad de los “globos preguntando”, posteriormente se realizara la actividad de “adivina que es” Posteriormente se pasó a brindar la Psicoeducación de la sesión anterior.	Globos	10 Minutos
2	Psi coeducación	Educar sobre el auto-cocimiento de los consultantes a fin de que comprenden las emociones, cualidades y defectos para que de esa manera mejoren la forma de percibirse a sí mismo y les beneficie de manera oportuna.	Se Brindará psi-coeducación a los consultantes sobre el concepto de autoconocimiento, para que comprendan la habilidad de conectarse con sus propios sentimientos, pensamientos y acciones. El autoconocimiento también significa poder reconocer cómo nos perciben otras personas. Las personas que se conocen a sí mismas reconocen sus fortalezas y desafíos.	Laptop y proyector	15 Minutos
3	Técnica principal	Que los consultantes reconozcan sus aspectos positivos y negativos en	Desarrollo de la técnica. “Yo quiero yo puedo” Se entrega a los participantes un manual de instrucciones, dos tableros y una serie de etiquetas, en los tableros se colocarán a un lado los rasgos que la persona posee en el presente y en el otro aquellos que le gustaría cambiar o	Manuales Lápiz etiquetas	30 Minutos

		relación a sí mismos. -Han logrado centrarse en sus rasgos positivos de personalidad que los caracteriza.	mejorar en el futuro. Las etiquetas se dividirán en dos colores, rojo y verde. En las etiquetas color rojo se colocarán rasgos que generalmente son negativos, mientras que en las etiquetas color verde se colocaran las que generalmente son positivo, posteriormente llenarán el manual según ellos consideren.		
4	Reflexión sobre la técnica y asignación de tarea	Evaluar lo aprendido	Tarea: Los participantes deben realizar una carta así mismo que deberán presentar en la próxima sesión	Ninguna	10 Minutos

No. De Sesión: 4**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Autoestima**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida	Fortalecer el vínculo terapéutico	Se realizará una técnica de animación “lo que me gusta de la semana ” para conocer los aspectos sociales de la semana de cada uno de los participantes del grupo psicoterapéutico.	Ninguno	10 Minutos
2	Psi coeducación	Dotar de información necesaria para entender la importancia de la autoestima y como la falta de esta genera	Se leerá la metáfora yo soy, para dar entrada a los temas donde se abordarían los problemas que genera la falta de autoestima Brindar psicoeducación a los consultantes sobre la pirámide de la autoestima, incluyendo el concepto de amor propio y autocuidado.	Ninguno	10 Minutos
3	Amor propio	Que los consultantes reflexionen que deben amarse cada día, teniendo presente el hecho de cuidar su bienestar físico y psicológico. -Por medio de los ejercicios, que puedan tomar conciencia, ya que	Desarrollo de la técnica: “soy importante” Primer paso: Redactar una carta al yo del pasado, donde cada consultante se perdone a sí mismo, y que le permita reflexionar de lo que ha aprendido durante su vida. Segundo paso: Una vez que se han perdonado, se pasará a dedicar un tiempo libre. Para eso se realizará una pequeña caminata (ejercicios de estiramiento) en todo el establecimiento de refugio. Al finalizar este paso se dará una breve	Papel lápiz	20 minutos

		para tener amor propio se necesita perdonarse, dedicarse tiempo y mostrarse amor cada día.	reflexión de lo importante que es autocuidarnos. Tercer paso: Al finalizar la caminata, se le mostrará a cada consultante una caja con un espejo en el centro, cada uno deberá observarse detenidamente y al finalizar la ronda se les preguntará. <i>¿A quién vieron a través del espejo? ¿Qué cosas positivas tiene esa persona? ¿Qué palabra de ánimo le dirían a esa persona?</i>		
4	Autoestima	Que los consultantes tomen conciencia de la importancia y de los beneficios que tiene el gestionar adecuadamente las emociones. -Además que a través de la pintura puedan descargar todas sus emociones reprimidas y así les beneficie a disminuir sus	Desarrollo de la técnica: “Disfrutando mi vida” Primer paso: En esta parte los consultantes trabajarán diseñando su FODA. Segundo paso: Una vez explorado las actividades que les gusta hacer a los consultantes, se pasará a entregar pintura, donde deberán plasmar a través de su dibujo un recuerdo bonito que tenga de su pasado. Una vez se finalice se acordará entre el grupo que este trabajó lo estarán realizando una vez a la semana en el asilo, por lo que se elegirá a un coordinador de esta actividad. Tercer paso: Luego de terminar trabajando con la pintura, se dará un espacio donde se pondrá música favorita para que los consultantes puedan bailar. Al finalizar se establecerá que el	Papel Lápiz	20 Minutos

		sentimientos de tristeza y soledad	mismo día que realicen la actividad anterior se continúe con esta actividad y de igual manera entre todos elegirán al coordinador.		
5	Reflexión sobre la técnica y asignación de tarea	Evaluar lo aprendido	Se evaluara la sesión a través de la técnica “el semáforo”, para finalizar se estableció los horarios de trabajo de la próxima sesión.	Tarjetas de color	10 Minutos

No. De Sesión: 5**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Pensamiento**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla o la hayan realizado de manera incorrecta. Toda la revisión se dará en el marco de una dinámica "El gorila" donde los participantes se pasarán un globo mientras al ritmo de las palmas y cada vez que Para deben participar	Globo común	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Explicar los tipos de ideas irracionales, distorsiones cognitivas, y la aplicación de la técnica del diálogo socrático para evaluar los pensamientos automáticos.	En este apartado, primeramente se realizará una dinámica para determinar cuáles distorsiones cognitivas tienen más frecuencia entre los miembros del grupo: Se le dará a cada uno de ellos una bolsita que contendrá frases que correspondan a cada una de las distorsiones cognitivas y se les indicará que saquen uno por uno, que lo lean y determinen con cuales frases se identifican. Luego que terminen eso, se realizará el cálculo de cuales distorsiones cognitivas son más frecuentes y se pasará a explicarles en que consisten las ideas irracionales y las distorsiones cognitivas y como influyen éstas en la salud emocional y psicológica de las personas.	Bolsitas de plástico con papelitos que contengan frases que representen distorsiones cognitivas e ideas irracionales. Plumón Pizarra	10 a 15 minutos

			Luego se procederá a mostrarles la técnica del diálogo socrático y como aplicarlo para combatir las ideas irracionales y las distorsiones cognitivas que se nos presenten, siempre tomando en cuenta la base de la objetividad, la veracidad y la utilidad.		
3	Psi coeducación	Desarrollar el conocimiento y la práctica sobre distorsiones cognitivas, ideas irracionales y el diálogo socrático para combatir las primeras y como estas influyen en las emociones	Con la misma actividad de la “papita caliente” usando un globo, se dispondrá que cada uno de los participantes exponga momentos de su vida diaria o de su historia de vida donde hayan identificado el cumplimiento del modelo ABC, las ideas irracionales y las distorsiones cognitivas, y que expongan como pueden utilizar el diálogo socrático para combatir dichos pensamientos.	Pelota	20 minutos
4	Evaluación y tarea	Evaluar lo aprendido	Se entrega un auto registro	Auto registro	10 minutos

No. De Sesión: 6**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Pensamiento**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y revisión de tarea	Fortalecer el vínculo terapéutico	Conversación social sobre lo vivido en días anteriores	Ninguno	10 minutos
2	Psicoeducación	Educar sobre las autoeducaciones e instrucciones	Explicar las técnicas para de pensamientos alternativos y parada del pensamiento.	Laptop y proyector	10 minutos
3	Técnica principal	Detener los pensamientos que generan depresión	Se realizará la dinámica de “El árbol de los pensamientos” para explicar de manera lúdica la técnica de pensamientos alternativos. Se le explicará que la mente es como un jardín donde se pueden cultivar pensamientos sanos y funcionales (que son las flores), o por negligencia, se pueden dejar crecer plantas silvestres y malezas que no son bonitas, las cuales representan a los pensamientos dañinos. Se les entregará una hoja con el dibujo de un jardín donde ellos plantearán las malezas que crecen y las flores que ellos planten, es decir los pensamientos alternativos y contrapartes de los pensamientos disfuncionales.	Papel Lápiz Arboles de papel	30 Minutos
4	Explicación de la siguiente tarea	Explicar la manera de completar la tarea entre sesiones de esta semana	Se procederá a entregarles la página con un autorregistro que utilizarán para realizar la tarea y a explicarles la manera de llenarla para que sea presentada en la próxima sesión	Autorregistro	10 minutos

No. De Sesión: 7**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Redes de apoyo**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Revisión de tarea	Establecer un ambiente favorable para el desarrollo de la sesión en el grupo de trabajo	se conocerá sobre el desarrollo de la semana de los participantes del grupo psicoterapéutico. Luego, se trabajara con la técnica de animación llamada "el restaurante" así mismo se dio una breve retroalimentación de lo visto en la sesión anterior	Ninguno	15 Minutos
2	Técnica principal	A Tráves de la intervención de esta área se mejorará la auto-percepción dentro del contexto social. -Se generará sentimiento de pertenencia en los participantes del grupo psicoterapéutico.	Brindar psicoeducación sobre el concepto de redes de apoyo, la importancia y tipo de redes de apoyo. Técnica: "Tejiendo mi red de amistad" El grupo psicoterapéutico formara un circulo y con la ayuda de un bollo de lana uno de los participantes tendrá una parte, y será él quien elija a quien pasar la lana, tendrá que decir lo siguiente: "Su nombre y con quien se enlaza ejemplo: "Yo María me enlazo con Ana" y dice algo positivo de la persona con la que se enlaza, posteriormente se realizará una rifa de regalos "abrazos halagos" El abortamiento de esta área estará presente en todas las sesiones de trabajo, también se implementarán tareas extra.	Lana Papel lapiz	30 minutos
3	Explicación de la siguiente tarea	Explicar la manera de completar la	Se procederá a entregarles la página con un autorregistro que utilizarán para realizar la tarea	Autorregistro	15 Minutos

		tarea entre sesiones de esta semana	y a explicarles la manera de llenarla para que sea presentada en la próxima sesión		
--	--	-------------------------------------	--	--	--

No. De Sesión: 8**Temática o síntoma a tratar: Depresión****Área a intervenir: Redes de apoyo**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Revisión de tarea	Establecer un ambiente favorable para el desarrollo de la sesión en el grupo de trabajo	Se conocerá sobre el desarrollo de la semana de los participantes del grupo psicoterapéutico. Luego, se trabajara con la técnica de animación llamada <i>"el restaurante"</i> así mismo se dio una breve retroalimentación de lo visto en la sesión anterior	Ninguno	15 Minutos
2	Técnica principal	A Tráves de la intervención de esta área se mejorará la auto-percepción dentro del contexto social. -Se generará sentimiento de pertenencia en los participantes del grupo psicoterapéutico.	Brindar psicoeducación sobre el concepto de redes de apoyo, la importancia y tipo de redes de apoyo. Técnica: <i>"Tejiendo mi red de amistad"</i> El grupo psicoterapéutico formara un circulo y con la ayuda de un bollo de lana uno de los participantes tendrá una parte, y será él quien elija a quien pasar la lana, tendrá que decir lo siguiente: <i>"Su nombre y con quien se enlaza ejemplo: "Yo María me enlazo con Ana" y dice algo positivo de la persona con la que se enlaza, posteriormente se realizará una rifa de regalos "abrazos halagos"</i> El abortamiento de esta área estará presente en todas las sesiones de trabajo, también se implementarán tareas extra.	Lana Papel lápiz	30 minutos
3	Explicación de la siguiente tarea	Explicar la manera de completar la	Se procederá a entregarles la página con un autorregistro que utilizarán para realizar la tarea	Autorregistro	15 Minutos

		tarea entre sesiones de esta semana	y a explicarles la manera de llenarla para que sea presentada en la próxima sesión		
--	--	-------------------------------------	--	--	--

No. De Sesión: 9

Temática o síntoma a tratar: Depresión

Área a intervenir: Habilidades sociales comunicación asertiva y empatía

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida	Fortalecer el vínculo terapéutico	Momento social donde se mantendrá comunicación empática con los consultantes	Ninguno	10 minutos
2	Psi coeducación	Educar sobre la importancia de la comunicación	Brindar psicoeducación a los consultantes sobre los tres tipos de comunicación: Pasiva, agresiva y asertiva	Laptop y proyector	10 Minutos
3	Habilidades sociales comunicación asertiva empatía	Que el grupo terapéutico mejore la forma de interacción entre sus semejantes, que su comunicación verbal y no verbal sea clara, empática asertiva y positiva	<p>Técnica “La mano” asertividad</p> <p>Se formarán dos grupos de trabajo A y B. El grupo A poseerá 6 participante y el grupo B poseerá 6 participante.</p> <p>Y se desarrollará en 5 pasos</p> <p>Primer paso el dedo pulgar: Un integrante del sub grupo psicoterapéutico leerá la historia “Un día en la vida de Javier” (ver anexo) para todos sus compañeros en voz alta</p> <p>Segundo paso el dedo índice: Cada uno de los integrantes contará su propia historia, explicarán la situación expresada en la historia “Un día en la vida de Javier” evitando recurrir a insultos y juicios.</p> <p>Tercer paso dedo medio: El subgrupo psicoterapéutico realizará una adecuada comunicación, mencionando la siguiente consigna: “ya leímos que en un día en la vida de</p>	Historias Lápiz papel	30 Minutos

			<p>Javier recibió múltiples insultos, por cometer errores. ¿Cómo consideran que se debe reaccionar de forma positiva ante los errores de Javier?”</p> <p>Paso 4 dedo angular: Los participantes deben representar el paso 3, se mencionará la siguiente consigna: “Ya encontramos la forma positiva de comunicarnos. es hora de representarlo en un pequeño drama, donde participaremos todos los integrantes”</p> <p>Quinto paso dedo meñique: El grupo B connotará de manera positiva acerca de la participación del grupo A y el A de igual manera connotará de manera positiva acerca de la participación del grupo B.</p> <p>Por último, se reflexionará sobre los beneficios de la comunicación asertiva.</p> <p>Técnica “El abrigo”.</p> <p>Brindar psicoeducación sobre el concepto de empatía, la importancia y características de una persona empática.</p> <p>Empatía</p> <p>Se iniciará la técnica proyectando un video (ver anexo) relacionado a lo que los adultos mayores necesitan (Respeto, Equidad, Amor y Empatía), luego se formará un círculo con los participantes del grupo terapéutico, y cada uno de los integrantes, recibirá un abrigo se lo colocarán y expresarán lo que cada uno de ellos les gustaría recibir de su entorno puede ser familia</p>		
--	--	--	--	--	--

			compañeros de refugio o sociedad en general. Se dará la siguiente Consigna: “Al momento que te pongas tu abrigo, expresa qué te gustaría que tu familia y amigos hicieran por ti”.		
	Evaluación de la técnica	Conocer lo aprendido	Momento reflexivo: Luego las practicantes realizarán una reflexión sobre la importancia de recibir y dar comprensión en todo lo que se hace.	Ninguno	10 Minutos
	Asignación de la tarea	Establecer la tarea para la próxima sesión	Tarea. “Dar y recibir” durante la semana, cada consultante deberá animar a otra persona del refugio, expresando una palabra de aliento, resaltando una cualidad positiva o escuchando atentamente.	Ninguna	5 Minutos

No. De Sesión: 10

Temática o síntoma a tratar: Depresión

Área a intervenir: Clausura y despedida

Agenda:

- Palabras de apertura
- Entrega de reconocimientos
- Palabras alusivas
- Convivio
- Despedida
- Punto artístico

CARTILLAS DEL SINTOMA: ESTRÉS

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 1****Temática o síntoma a tratar: “Iniciando el camino”****Área a intervenir: Encuadre**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y de establecimiento de rapport	Dar la bienvenida e iniciada la sesión	El terapeuta se dirigirá a los participantes presentándose tanto él, como a su coterapeuta si lo requiere. Luego entrega a cada uno de los participantes un gafete en donde colocaran su nombre con el que se identificaran a lo largo del programa psicoterapéutico. Luego dándoles la bienvenida al grupo terapéutico al cual formaran parte se hará la dinámica de Rapport “Bingo Loco”.	Hoja de “Bingo loco” Bolígrafos	20 minutos
2	Presentación del programa	Presentar el programa a los integrantes del grupo terapéutico.	El terapeuta expondrá todos los componentes del programa, los objetivos que se pretenden alcanzar, la duración, y cómo será la dinámica de trabajo en cada sesión, la evaluación y al final se dará un espacio para aclarar dudas. De igual forma se hace entrega de un tríptico en donde se plantea información pertinente con respecto al programa (horario de las sesiones, duración del programa, números telefónicos, email, fanpage, etc.)		20 minutos
3	Firma del consentimiento informado	Conocer y firmar el convenio de	. El Coterapeuta entregara a cada participante del grupo un convenio de intervención psicoterapéutico, el terapeuta leerá el convenio	Convenio	15 minutos

		intervención psicoterapéutico	y al final pedirá que si cada uno está de acuerdo plasme su firma en dicho convenio.		
4	Establecimiento de Normas	Establecer normas que regirán al grupo	El terapeuta hará 3 grupos de trabajos en los cuales discutirán y expresarán las reglas y normas importantes para el cumplimiento durante las sesiones. Una vez establecidas la norma de convivencia cada uno de los grupos escogerá a un representante para que las presente a los demás miembros y explicar por qué la sugerencia planteada debe ser aceptada como norma de convivencia. Los demás miembros participantes aceptan o deniegan la propuesta elaborada.	Pliegos de papel bond Bolígrafos Tirro	30 minutos
5	Aplicación de Prueba Psicológica	Aplicar escala de estrés a cada miembro del grupo como evaluación del programa terapéutico.	El Coterapeuta entrega la prueba psicológica, mientras el terapeuta da las instrucciones. Luego de esto les pide que contesten cada ítem que le presenta la escala de estrés.	Escala de estrés Bolígrafos	30 minutos
6	Despedida		Para finalizar el terapeuta agradece a cada miembro del grupo su participación y los felicita para dar como finalizada la sesión.		5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 2

Temática o síntoma a tratar: “EL ESTRÉS: LA ENFERMEDAD DEL SIGLO XXI”

Área a intervenir: COGNITIVA

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Generar un ambiente cálido	Bienvenida y establecimiento de rapport	<p>El terapeuta da la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico.</p> <p>A continuación, se realizará una dinámica “No te caigas” trabajo en equipo</p>		5 minutos
2	“Conociendo mi respiración”	Aprender una buena respiración	Explicar a los participantes como se debe practicar una buena respiración. Toma aire por la nariz y lo expulsar el aire por la boca, debe ser lenta y pausada.	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel bond • Tirro 	5 minutos
3	Lectura corta “Estrés”	Que los participantes valoren el grado de conocimientos adquiridos.	<p>El terapeuta a través de conceptos y la entrega de trípticos a cada uno de los participantes) y una explicación breve, y como el estrés afecta utilizando diapositivas APLICACIÓN PERSONAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se formarán 4 grupos dependiendo el número de integrantes a los cuales se les entregara un pliego de papel bond, hojas de color recortadas, Resistol, tijeras. ✓ A continuación, deberá cada grupo dibujar parte de su cuerpo en el papelógrafo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tríptico • Cañón • Laptop • 4 pliegos de papel bond • Hojas de papel de colores • plumones 	45 minutos

			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Luego colocaran el nombre de su grupo y sus integrantes. ✓ A continuación, los miembros del grupo discutirán colocaran que es el estrés para cada grupo y sus consecuencias señalando en las diferentes partes del dibujo, en donde consideren que les afecta el estrés. 		
4	Asignación de Tares	Practicar el cambio de foco de atención en momentos de estrés en su vida diaria.	<p>Autorregistro: “HOJA DE AUTORREGUISTRO RESPIRACION”</p> <p>Instrucciones: en la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica.</p> <p>Autorregistro: “AUTORREGISTRO DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS”</p> <p>Instrucciones: en la siguiente hoja deberá colocar fecha del día que sucedió la situación estresora, luego donde ocurrió y que hizo para enfrentarla.</p>	Hojas de autorregistro Bolígrafos	15 minutos
5	Trabajo de contacto	Promover la participación activa de los	A continuación: cada grupo pasara un representante o todos los del grupo a exponerlo a todos los participantes. Y finalizar con algunas valoraciones de cada grupo.	<ul style="list-style-type: none"> • Papelógrafo con la figura humana. • Plumones 	20 minutos

		conocimientos adquiridos.			
6	Retroalimentación	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas. ¿Qué se asimiló en esta sesión? ¿Estamos exentos de ellos? ¿Cree poder sobrellevar usted solo esta carga emocional?	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel bond 	20 minutos
7	Despedida	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	Procedimiento. Informar que la sesión de la siguiente semana se realizara en el mismo lugar y hora. Si hay cambios se le avisara por algún medio. Darles las gracias por su tiempo, y por su valiosa participación durante la sesión. Pedirles un fuerte aplauso		10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 3****Temática o síntoma a tratar: “El Estrés: Realidad o Fantasía”****Área a intervenir: COGNITIVA**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de rapport	Generar un ambiente agradable	El terapeuta da la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico. A continuación, se realizará una dinámica de bienvenida llamada “Ronda del Estrés”		5 minutos 20 minutos
2	Revisión de Tareas y Retroalimentación de la Sesión Anterior	Revisar las tareas asignadas la sesión anterior	Revisar que la tarea se ha resuelto satisfactoriamente.	Tareas	5 minutos
3	Técnica de Respiración	Explicar a los participantes como se debe practicar la respiración diafragmática y darles recomendaciones en los tiempos que la debe de realizar.	Una vez concluida la Revisión de Tareas y la retroalimentación se les pide a los participantes que hagan un círculo para dar inicio con la “Técnica de Respiración Diafragmática”		10 minutos
4	Lectura Corta “Causas, Síntomas y	Identificar las causales, síntomas	El terapeuta entregara a cada uno de los participantes unas hojas en donde estarán escritas la definición de estrés,	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura Corta • Cañón • Laptop 	35 minutos

	<p>Consecuencias del Estrés”</p>	<p>y consecuencias del estrés</p>	<p>posibles causas, síntomas y consecuencias del estrés Luego dará una pequeña explicación de estos. APLICACIÓN PERSONAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una vez leída y explicada la Lectura Corta, el terapeuta entregara a cada uno de los participantes una Hoja de Trabajo (Ver Anexo 4) en la cual cada uno de los participantes colocara las causas, síntomas y consecuencias de alguna situación vivida en la que hayan manifestado o sentido estrés. • Una vez terminada el llenado de la hoja de trabajo, el terapeuta formara 3 grupos en la cual pedirá que cada uno de los participantes sin excepción alguna exponga su trabajo de las causas, síntomas y consecuencias. <p>Al terminar de exponer cada miembro su ficha de identificación se le entregara una hoja de trabajo “Psicodrama” (Ver Anexo 5) en la cual el grupo tendrá que desarrollar un Psicodrama en la que se manifiesten Causas, Síntomas y Consecuencias del Estrés. Por lo que</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja de Trabajo “Identificación” • Hoja de Trabajo “Psicodrama” • Lápiz • Lapiceros 	
--	----------------------------------	-----------------------------------	---	--	--

			deberán escribir un pequeño guion sobre alguna situación generadores de estos		
5	Asignación de Tareas	Identificar las causas, síntomas y consecuencias del estrés mediante un registro de estos.	<p>“AUTORREGISTRO DE PRACTICA DE RESPIRACIÓN” (Ver anexo 6)</p> <p>En la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica.</p> <p>“AUTORREGISTRO DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS” (Ver Anexo 7)</p> <p>Instrucciones: en la siguiente hoja deberá colocar fecha del día que sucedió la situación estresora, que factor ambiental general el estrés, como le afecta y si considera poder modificarlo y de qué manera.</p>	<p>“AUTORREGISTRO DE PRACTICA DE RESPIRACIÓN”</p> <p>“AUTORREGISTRO DE SÍNTOMAS De ESTRÉS”</p>	10 minutos
6	TRABAJO DE CONTACTO	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	<p>A continuación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los miembros de cada grupo formado deberán pasar al frente a dramatizar la situación que escribieron en el psicodrama. 		20 minutos

			<ul style="list-style-type: none"> • Al finalizar cada uno de los otros participantes observadores deberán identificar, posibles causas, síntomas y consecuencias presentando en el drama, así como también dar posibles alternativas. • Estos lo realizaran cada uno de los grupos formados. 		
7	Retroalimentación	Fortalecer lo aprendido	El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas.		10 minutos
8	Cierre de la Sesión.	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	El terapeuta realiza una dinámica llamada "El Famoso del Estrés" en la cual entrega a cada uno de los participantes una hoja en la cual deberán solicitar el autógrafo (Ver Anexo 8) de alguno de los otros miembros, pero para solicitarle el terapeuta hará una serie de preguntas (Ver Anexo 9) en las cuales se manifiesten síntomas del estrés, si alguno de los participantes ha manifestado el síntoma levanta su mano		5 minutos

			<p>y los demás deberán correr a solicitar el autógrafo.</p> <p>Una vez finalizada la dinámica se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación.</p>		
--	--	--	--	--	--

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 4

Temática o síntoma a tratar: Exteriorizando mis vivencias

Área a intervenir: COGNITIVA

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente cálido	El terapeuta dará la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico. A continuación, se realizará una dinámica "ZIP, ZAP Y BOING" (Ver Anexo 1)		20 minutos
2	Revisión de tareas	Revisar las tareas asignadas la sesión anterior	Verificar si se realizó la tarea	Tareas	
3	Respiración auto verbalización	Que los participantes logren aprender la respiración auto verbalización y lograr relajarse.	Poner en práctica a través de la escucha del terapeuta que va dirigiendo la respiración		
4	LECTURA CORTA "LAS HISTORIAS"	Que los participantes reconozcan en qué áreas de su vida les afecta el estrés.	a. EXPLICACION: El terapeuta a través de la entrega de una hoja con algunos ejemplos de problemáticas que ocurren en la vida cotidiana. Se realiza una lectura comprensiva, en donde con la participación de todos los miembros logran identificar en qué áreas (social, familiar, laboral y personal) afecta el estrés	Hojas con historias <ul style="list-style-type: none"> • Hojas de trabajo recortadas • Plumones • Bolsas • Dibujos de las áreas: social, familiar, laboral y 	45 minutos

			b. Aplicación personal: “Identificando como afecta en mi vida el estrés”	personal. (ver anexo 6)	
5	Asignación de tareas	Practicar en casa en momentos de estrés en su vida diaria.	: “HOJA DE AUTORREGUISTRO RESPIRACION” (ver anexo 7) Instrucciones: en la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica. Autorregistro: “AUTORREGISTRO DE IDENTIFICACION DE AREAS AFECTADAS POR EL ESTRÉS” (ver anexo 8) Instrucciones: en la siguiente hoja deberá colocar fecha del día que sucedió la situación estresora, luego donde ocurrió y que hizo para enfrentarla.	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de autorregistros 	5 minutos
6	TRABAJO DE CONTACTO “Descubre el estrés en las áreas de su vida”	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	A continuación: <ul style="list-style-type: none"> • cada uno de los participantes deberá pasar al frente y sacar un papelito en las diferentes áreas de la vida y leerlo en voz alta, sin mencionar el nombre de la persona que lo ha escrito. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de trabajo • Bolsas • Tirro • Dibujos de las diferentes 	20 minutos

			<ul style="list-style-type: none"> • A continuación, el participante tratara de darle alternativas de solución a lo leído y con la colaboración de los demás participantes. • Cada uno de los participantes deberá hacer el mismo procedimiento para darle la oportunidad a todos de participar. 	áreas de la vida.	
6	RETROALIMENTACIÓN	Conocer lo asimilado en la sesión	El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas. ¿Qué se asimiló en esta sesión? ¿Estamos exentos de ellos? ¿Cree poder sobrellevar usted solo esta carga? ¿Cree que necesita ayuda?		25 minutos
7	Despedida	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	<ul style="list-style-type: none"> • Informar que la sesión de la siguiente semana se realizara en el mismo lugar y hora. Si hay cambios se le avisara por algún medio. • Darles las gracias por su tiempo, y por su valiosa participación durante la sesión. • Pedirles un fuerte aplauso 		5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 5****Temática o síntoma a tratar: "Pensamiento Liberal"****Área a intervenir: COGNITIVA**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente agradable	El terapeuta da la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico.		5 minutos
2	Revisión de Tareas y Retroalimentación de la Sesión Anterior	Revisar las tareas asignadas en la sesión anterior.	Conocer si la tarea fue realizada de una forma adecuada	Tareas	
3	Técnica de Relajación Progresiva. Fase 1	Que los participantes logren aprender la Relajación Progresiva Fase 1.	Una vez concluida la Revisión de Tareas y la retroalimentación se le pide a los participantes que hagan un círculo para dar inicio con la "Técnica de Relajación Progresiva". Fase 1. (Ver Anexo 1)		10 minutos
4	Lectura Corta "Conceptualización".	Dar a conocer términos que están implícitos en el proceso del pensamiento.	El terapeuta entregara a cada uno de los participantes un tríptico en donde estarán digitados los términos utilizados en la sesión, para que el participante tenga una conceptualización de los mismo. APLICACIÓN PERSONAL: Una vez leída y explicada la Lectura Corta, el terapeuta pasara a la explicación del Modelo ABC de Albert Ellis ✓ Una vez finalizada la explicación el terapeuta entregara a cada uno de los	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura corta • Cañón • Laptop • Hoja de trabajo • Lápiz • bolígrafos 	50 minutos

			<p>participantes una Hoja de Trabajo en la cual cada uno de los participantes Identificara Pensamientos haciendo uso del Modelo ABC.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Una vez terminada la identificación de pensamientos se pasara a la Clasificación de Ideas Irracionales, por lo cual el terapeuta entregara a los participantes una hoja de trabajo de Clasificación Irracional y el listado ✓ Luego se entrega a los participantes Detección de Pensamientos Automáticos ✓ Luego se pasa a la Clasificación de Distorsiones Cognitivas, por lo que el terapeuta entrega una hoja de trabajo y un listado de las distorsiones cognitivas. 		
5	Asignación de Tareas	Poner en práctica los conocimientos adquiridos en la sesión	<p>Autorregistro: “Relajación Progresiva. Fase 1 (Ver Anexo 8)</p> <p>Autorregistro: “Búsqueda de Pensamiento Alternativos”</p> <p>Instrucciones: A continuación, se presenta un cuadro con 6 columnas. En la primera columna (de la izquierda a derecha) anotarás la fecha y la hora, en la segunda describa la situación, en la tercera escribirá cómo se siente, en la cuarta lo que piensa en relación a la situación, en la quinta columna clasificara el pensamiento en uno de los</p>		15 minutos

			<p>19 tipos de distorsiones y, por último, en la sexta columna describa los pensamientos alternativos que permitan interpretar de una forma diferente realidad.</p> <p>Autorregistro: “Parada del Pensamiento” (Ver Anexo 10)</p> <p>Instrucciones: en el siguiente cuadro escriba el día, la hora y el tipo de pensamiento negativo que se presenta, luego encierre en un círculo un número del 1 al 5, que representa el grado de incomodidad que genero el pensamiento (antes de la aplicación de la técnica), siendo 1 grado de incomodidad mínimo y 5 incomodidad muy elevado. En la cuarta columna encierre en un círculo un número del 1 al 5, sin embargo, en este caso para describir la sensación generada después de realizar la técnica. En este caso 1 será sino logro detener o desviar el pensamiento y 5 si logro parar el pensamiento, en esta columna es importante ser muy sincero, en la quinta columna, describirá la sensación que sintió después de haber realizado la técnica.</p>		
6	Trabajo de contacto	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	El terapeuta formara grupos según el número de participantes a los cuales se le entregara y se les pedirá que trabaje en la hoja de trabajo “Búsqueda de Pensamientos Alternativos” y plantearan a los demás miembros como hicieron el llenado de la hoja de trabajo.	Hoja de trabajo	20 minutos

7	Retroalimentación	El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas.	Conocer si se asimilado la sesión		10 minutos
8	Cierre de sesión	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	Una vez finalizada la dinámica se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación.		10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 6****Temática o síntoma a tratar: “Manejo y Control de Emociones: Ira”****Área a intervenir: AFECTIVA**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente cálido	El terapeuta dará la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico. A continuación, se realizará una dinámica “Adivina que animal soy”		10 minutos
2	Revisión de tareas	Revisar las tareas asignadas en la sesión anterior	Los terapeutas revisaran si realizaron las tareas	Tareas	5 minutos
3	“Respiración Progresiva fase II”	Que los participantes logren aprender la respiración progresiva fase II y lograr relajarse.	Que los participantes a medida que se avanza con las fases logren desarrollar la técnica por si solos		10 minutos
4	Lectura corta	Que los participantes se reconozcan tanto así mismos, como las demás personas.	a. EXPLICACION En la siguiente técnica se explorará cada uno de las personas en la cual es de mucha importancia conocer abiertamente a uno mismo, y hacer uso de su imaginación. Lo prioridad de esta técnica, es que cada participante sea objetivo a la hora de poner en práctica. Es muy importante que a través de nuestras vivencias se registren afectaciones que nos disparan o generan malestares. Cada uno de ustedes ve su forma de	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja con historias 	25 minutos

			<p>vida, muy diferente a los restantes, por lo general no observamos lo negativo de cada uno de nosotros, sino que criticamos a los demás.</p> <p>b. Aplicación personal:</p>		
5	“Técnica la Sombra”	<p>Que los participantes aprendan valorándose así mismo adecuadamente.</p>	<p>El terapeuta alienta a cada miembro a que en su vida cotidiana es de suma importancia como otras personas de su entorno los valora como a ti mismo/a y veremos qué tan empáticos somos con los demás. a continuación, se entrega a cada uno de los participantes una hoja con preguntas las cuales se responderán con mucha objetividad y con cierto tiempo para que valore su respuesta. Su trabajo es individual. Comience por colocar su nombre y la fecha y conteste la primera pregunta:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Escriba 3 nombres de personas que no te agradan con sus características: 2. Escriba el nombre con la persona que no está de acuerdo. 3. Evalué del 0 al 10 el grado de malestar que le provoca 4. Vuelva a tras vea el nombre de la persona: 5. Cierre los ojos 6. Abra los ojos 7. Y vuelva al primer nombre 8. Táchelo 9. Ahora ponga su nombre 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de trabajo • Bolígrafo 	20 minutos

			<p>10. Ahora comparta con sus compañeros los puntos de vista: lea su nombre y sus características y luego comparta</p> <p>11. Por cada pregunta se deja unos 3-5 min. Aproximadamente para contestar. (ver hoja de trabajo anexo 4)</p>		
6	“Completando la Frase”	Que los participantes sean capaces de implementar lo comprendido en la sesión	La terapeuta entrega una hoja con algunas frases que se deberán complementar. Lea detenidamente las frases que a continuación se le presentan, siendo lo más sincero/a posible en su respuesta. (Ver hoja de trabajo anexo 5)	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de trabajo • Bolígrafo 	10 minutos
7	Asignación de tareas	Practicar en casa en momentos de estrés en su vida diaria.	<p>Autorregistro: ““TAREA DE AUTORREGUISTRO DE RELAJACIÓN PROGRESIVA FASE II”.</p> <p>Indicaciones: en la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica. (Ver anexo 6)</p> <p>Autorregistro: ““TAREA DE AUTORREGISTRO”</p> <p>Indicaciones: durante la semana, aplica el siguiente cuadro en una situación que te genere enojo o malestar.” (Ver anexo 7)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autorregistro 	5 minutos
8	TRABAJO DE CONTACTO	Promover la participación activa de los	<p>A continuación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada uno de los participantes deberá compartir su trabajo de la “Técnica Completando la Frase” a todos los 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de trabajo • bolígrafos 	15 minutos

		conocimientos adquiridos	<p>miembros del grupo y aceptando algunas consideraciones por parte de los demás miembros del grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada uno de los participantes deberá hacer el mismo procedimiento para darle la oportunidad a todos de participar. 		
9	RETROALIMENTACIÓN	Que los participantes pongan práctica lo aprendido	<p>El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas. ¿Qué se sintieron al ser descubiertos? ¿Estamos exentos de ellos? ¿Cree poder sobrellevar usted solo esta carga? ¿Cree que necesita ayuda? Despedida Objetivo específico: Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informar que la sesión de la siguiente semana se realizara en el mismo lugar y hora. Si hay cambios se le avisara por algún medio. • Darles las gracias por su tiempo, y por su valiosa participación durante la sesión. • Pedirles un fuerte aplauso 		20 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 7****Temática o síntoma a tratar: Autocuidado y Autoestima”****Área a intervenir: “AUTOCUIDO”**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente agradable.	El terapeuta da la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico. A continuación, se realizará una dinámica de bienvenida llamada “Danza de la Activación”		10 minutos
2	Revisión de Tareas y Retroalimentación de la Sesión Anterior	Revisar las tareas asignadas en la sesión anterior.	Conocer si se realizó la tarea	Tareas	5 minuto
3	Técnica de Relajación Progresiva. Fase 3	Que los participantes logren aprender la Relajación Progresiva Fase 3	. Una vez concluida la Revisión de Tareas y la retroalimentación se les pide a los participantes que hagan un círculo para dar inicio con la “Técnica de Relajación Progresiva. Fase 3.		10
4	Lectura Corta “Autoestima y Autocuidado”.	Dar a conocer los términos que están implícitos en el proceso de autoestima y autocuidado	El terapeuta entregara a cada uno de los participantes unas hojas de papel bond en la que estará escrita la información pertinente a la temática a tratar en la sesión y así el participante tenga una conceptualización de los mismos. APLICACIÓN PERSONAL ✓ Una vez leída y explicada la Lectura Corta, el terapeuta entregara a cada	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura Corta • Cañón • Laptop • Hoja de Trabajo • Lápiz • Lapiceros 	60 minutos

			<p>uno de los participantes una hoja de trabajo en la cual los participantes colocaran un registro o diario de comida</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Una vez llenado la hoja el terapeuta solicitara a cada participante que comparte el registro. ✓ Cuando los participantes terminen de compartir el terapeuta dará a conocer una serie de consejos para una buena alimentación dando a conocer la importancia de esta misma. ✓ Luego de terminada la parte de Autocuidado se pasara a la parte correspondiente en autoestima, para trabajar la autoestima se utilizara la Ventana de Johary, que es es una herramienta útil para el análisis de uno mismo, que se puede aplicar en cualquier área y que nos ayuda comprender la forma en que procesamos la información y cómo varía la percepción que tenemos de nosotros mismos y de los demás. <p>La terapeuta entrega una hoja de papel tamaño carta y da las indicaciones</p>		
5	Asignación de Tareas	Poner en práctica los conocimientos	<p>Autorregistro: “Relajación Progresiva. Fase 3 Autorregistro: “Diario de Comida”</p>		5 minutos

		adquiridos en la sesión			
6	TRABAJO DE CONTACTO.	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos	El terapeuta solicita de manera amable que alguno de los participantes nos informe que fue lo que escribió en cada una de las áreas de la ventana de Johary, y que nos vaya indicando sus impresiones con respecto a lo escrito en cada una de ellas.	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja de Trabajo 	15 minutos
7	Retroalimentación	Conocer lo asimilado en la sesión	El terapeuta hace preguntas al grupo en general		10 minutos
8	Cierre de la Sesión	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma	Una vez finalizada la sesión se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación.		5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 8

Temática o síntoma a tratar: “CUANDO LA MENTE ENFERMA AL CUERPO”

Área a intervenir: SOMÁTICA

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente cálido.	El terapeuta dará la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico. A continuación, se realizará una dinámica “Adivina la película”	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra acrílica • Plumón para pizarra acrílica 	20 minutos
2	Revisión de tareas	Revisar las tareas asignadas la sesión anterior.	Comprobar si realizaron la tarea		5 minutos
3	“RESPIRACION PROGRESIVA FASE IV”	Que los participantes logren aprender la respiración progresiva fase II y lograr su relajación.	A través de los pasos que el terapeuta va reafianzando los participantes deberán lograr realizar la técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de procedimiento de la “Respiración progresiva fase IV” 	10 minutos
4	LECTURA CORTA “CUANDO LA MENTE AFECTA EL CUERPO”	Que los participantes reconozcan en qué áreas de su vida les afecta el estrés	<p>a. EXPLICACION: El terapeuta dará una breve explicación auxiliado por diapositivas en donde conoceremos las sintomatologías que el estrés genera en nuestro cuerpo (ver diapositivas anexo 3).</p> <p>b. Aplicación personal: “ALTERNATIVAS”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de historias 	25 minutos

			<p>Se les entregara una hoja de trabajo en la cual deberán colocar una situación o problema en que usted tenga dificultades a nivel: FÍSICO, EMOCIONAL O PSICOLOGICO Y A NIVEL CONDUCTUAL.</p> <p>Luego con la ayuda de 4 participantes compartirán sus vivencias a todos los miembros del grupo de psicoterapia grupal.</p>		
5	Asignación de tareas	Practicar en casa en momentos de estrés en su vida diaria.	<p>Autorregistro: “HOJA DE AUTORREGUISTRO DE RELAJACIÓN PROGRESIVA FASE IV”. El terapeuta dará instrucciones: en la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica.</p> <p>Autorregistro: “TAREA DE AUTORREGISTRO DE ALTERNATIVAS” El terapeuta repartirá la tarea a cada uno de los participantes y luego dará las indicaciones: coloque en el autorregistro, una situación o problema en que usted tenga dificultades a nivel: FÍSICO, EMOCIONAL O PSICOLOGICO Y A NIVEL CONDUCTUAL. (Ver anexo 6)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de autorregistro 	15 minutos
6	TRABAJO DE CONTACTO	Promover la participación activa de los	A continuación:	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de trabajo • Bolsas 	20 minutos

		conocimientos adquiridos	<ul style="list-style-type: none"> • cada uno de los participantes deberá pasar al frente y sacar un papelito en las diferentes áreas de la vida y leerlo en voz alta, sin mencionar el nombre de la persona que lo ha escrito. • A continuación, el participante tratara de darle alternativas de solución a lo leído y con la colaboración de los demás participantes. • Cada uno de los participantes deberá hacer el mismo procedimiento para darle la oportunidad a todos de participar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tirro • Dibujos de las diferentes áreas de la vida. 	
7	RETROALIMENTACIÓN	Fomentar el aprendizaje a través de preguntas y respuestas	<p>El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas. ¿Qué se asimiló en esta sesión? ¿Estamos exentos de ellos? ¿Cree poder sobrellevar usted solo esta carga? ¿Cree que necesita ayuda?</p> <p>Despedida</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informar que la sesión de la siguiente semana se realizara en el mismo lugar y hora. Si hay cambios se le avisara por algún medio. • Darles las gracias por su tiempo, y por su valiosa participación durante la sesión. • Pedirles un fuerte aplauso 	<ul style="list-style-type: none"> • 	25 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 9****Temática o síntoma a tratar: Comunicación Asertiva. Lo que callamos... Complaciendo a los demás****Área a intervenir: CONDUCTA**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente agradable	El terapeuta da la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico. A continuación, se realizará una dinámica de bienvenida llamada "El Mudo"		20 minutos
2	Revisión de Tareas y Retroalimentación de la Sesión Anterior	Revisar las tareas asignadas en la sesión anterior	Confirmar si se realizó la tarea	Tareas	5 minutos
3	Técnica de Relajación Progresiva. Completa	Que los participantes pongan en práctica las 4 fases de la Relajación Progresiva	Una vez concluida la Revisión de Tareas y la retroalimentación se les pide a los participantes que hagan un círculo para dar inicio con la "Técnica de Relajación Progresiva"		10 minutos
4	Lectura Corta "Asertividad".	Generar habilidades de comunicación asertiva que le permitan mejorar	El terapeuta entregará a cada uno de los miembros una hoja de trabajo en la que están implícitos 3 situaciones el terapeuta leerá cada una de las situaciones y cada uno de los participantes deberá colocar de qué forma le respondería a determinada situación planteada	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura Corta • Cañón • Laptop • Hoja de Trabajo • Lápiz 	45 minutos

		las relaciones interpersonales	<p>en la hoja de trabajo. Una vez dadas las respuestas la terapeuta entrega la hoja de lectura corta en donde se encuentra la información de los términos utilizado de la sesión.</p> <p>APLICACIÓN PERSONAL</p> <p>✓ Una vez leída y explicada la Lectura Corta, el terapeuta formará 3 grupos de trabajo a los cuales les asignará una situación y las cuales cada grupo deberá de responder de acuerdo a los 3 tipos de conducta (Agresiva, pasiva y asertiva)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bolígrafos 	
5	Asignación de Tareas	Poner en práctica los conocimientos adquiridos en la sesión	Autorregistro: "Conducta Asertiva (Ver Anexo 5)	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja de Trabajo 	15 minutos
6	Retroalimentación	Conocer si se asimilo la sesión	El terapeuta hace preguntas al grupo en general		20 minutos
7	Cierre de la Sesión.	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma	Una vez finalizada la sesión se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación		5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 10****Temática o síntoma a tratar: "Mis Logros"****Área a intervenir: COGNITIVA**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Establecimiento de Rapport	Generar un ambiente cálido.	Animar por sus logros a cada participante		10 minutos
2	"TECNICA DE RESPIRACION PROGRESIVA COMPLETA LAS CUATRO FASES"	Obtener la máxima relajación de los participantes	<p>El terapeuta entregara un tríptico de "RELAJACIÓN PROGRESIVA" de EDMUND JACOBSON.</p> <p>Y luego se procederá a realizar la técnica.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A continuación, se pedirá que si alguno quiere hacer la técnica acostado en el piso lo puede hacer sin ningún problema. 2. Se les pide a los participantes, que se coloquen en una posición cómoda, sentado. 3. A continuación, se pedirá que si alguno quiere hacer la técnica acostado en el piso lo puede hacer sin ningún problema. 4. Cierre sus ojos y respire profundamente. (Ver procedimiento tríptico anexo 1) 	"RELAJACIÓN PROGRESIVA" de EDMUND JACOBSON.	35 minutos

3	LECTURA CORTA "Inventario ¿Cuánto estrés tengo"	Que los participantes valoren su crecimiento personal a través de la prueba psicológica ¿Cuánto estrés tengo? y evaluar el desempeño de los terapeutas durante el periodo de sesiones terapéuticas.	<p>a. EXPLICACION: El terapeuta a través de la prueba psicológica ¿Cuánto estrés tengo? este inventario para la evaluación del estrés individual, se ha planteado en el contexto de la vida normal y habitual, incluyendo las situaciones excepcionales como una guerra, una catástrofe, o una epidemia.</p> <p>b. Aplicación personal 1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les pide a los participantes que se sienten en una mesa cada uno, para que se encuentren tranquilos y puedan contestar tranquilamente el inventario. 2. A continuación, se procederá a entregar a cada uno de los participantes su inventario y un lápiz. 3. Se les pide que contesten tranquilos y objetivamente cada una de las preguntas 4. Comience por colocar sus datos personales. 5. Para que la puntuación sea válida, ustedes tienen, por supuesto, que responder a todo con absoluta sinceridad. 6. En cada pregunta encontrará cuatro respuestas: Nunca, Casi nunca, Frecuentemente y Casi siempre; cada una de ellas tiene un valor de 0-3 usted elige y cuando lo haga encierre en círculo el número de la respuesta que eligió. 	"Inventario ¿Cuánto estrés tengo" Lápiz	45 minutos
---	--	---	--	--	------------

			<ol style="list-style-type: none"> 7. No hay límite de tiempo 8. Si no comprende alguna pregunta recura al terapeuta y pregúntele. 9. Al terminar indique con su mano para retirarle el inventario. 10. Comience a contestar los 96 casos de los diferentes ámbitos. Acuértese no existen respuestas malas ni buenas. 		
4	Aplicación personal 2: "Rubrica de evaluación de sesiones con grupos psicoterapéuticos"	Evaluar el desempeño de los terapeutas.	<p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El terapeuta forma dos grupos con los participantes enumerándolos del 1 al 2 a cada uno. Estos se reunirán en una mesa diferente. 2. A continuación, el coterapeuta les entrega una hoja de evaluación para los terapeutas. 3. El grupo de los 1 se quedarán con el terapeuta quien va ser evaluado por ellos y el grupo de los 2 con el coterapeuta. 4. Ya reunidos todos. 5. Explicaran a cada grupo como iniciaran. 6. Primero se hará una evaluación del programa de psicoterapia grupal, en donde: 7. Observaran los criterios y a la par encontraran sus valoraciones: muy deficiente, Insuficiente, Satisfactorio, 	<ul style="list-style-type: none"> • Rubrica de evaluación de sesiones con grupos psicoterapéuticos • Bolígrafo 	10 minutos

			<p>Bueno, Excelente. Su respuesta es colocando una "x" en el cuadro de su preferencia.</p> <p>8. Si no comprende algún criterio a galo saber.</p> <p>9. Al terminar no voltee la hoja déjela ahí.</p> <p>10. Comience en este instante.</p> <p>11. Ahora démosle vuelta a la hoja y encontraremos la evaluación del Terapeuta y Coterapeuta.</p> <p>12. Colocaran el nombre de si es el Terapeuta Y la parte de abajo Coterapeuta respectivamente.</p> <p>13. A su lado izquierdo encontraran los criterios y a su lado sus valoraciones.</p> <p>14. Al igual que el anterior con una "x" marcar la valoración que considere conveniente según su criterio.</p> <p>15. Al finalizar entregue a su facilitador (Terapeuta o coterapeuta)</p> <p>16. Y espere a que terminen todos.</p>		
5	TRABAJO DE CONTACTO	Promover la participación activa de los miembros del grupo de psicoterapia grupal.	En los grupos 1 y 2 cada uno se quedarán con su respectivo Facilitador (Terapeuta o Coterapeuta de la sesión) en el cual se harán valoraciones, ¿que proponen?, ¿cómo se sienten? Y Compartir su experiencia vivida, etc. con su facilitador.	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja para escribir sus correos. 	10 minutos

			<ul style="list-style-type: none"> Nosotros como terapeutas nos despedimos con mucho cariño de cada uno de ellos. Ahora se intercambian los facilitadores de grupo: el 1 con Coterapeuta y el grupo 2 con el terapeuta. Y se sigue la misma mecánica. <p>Al finalizar esta modalidad se les pide su correo y nombre, para poderles hacer llegar los resultados finales de su evaluación</p>		
6	“Entrega de diploma”	Por los logros obtenidos de cada participante	<p>Entrega de diplomas por su valiosa participación y sus logros obtenidos (Ver anexo 4) Despedida</p> <p>Objetivo específico: Informar de sus resultados.</p> <ul style="list-style-type: none"> Informar que sus resultados utilizaremos correo electrónico, para que sea más personalizado. Y cualquier duda o material que necesiten pueden acudir a nuestra página: Fan Page en Facebook: Manejo y Control del Estrés. Darles las gracias por su tiempo, y por su valiosa participación. Pedirles un fuerte aplauso y la foto del recuerdo. 	<ul style="list-style-type: none"> Diplomas 	10 minutos

**CARTILLAS DEL
SINTOMA:
AGRESIVIDAD**

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 1

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Encuadre Terapéutico

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Presentación de los facilitadores y actividad de rapport	Establecer un ambiente de mayor confianza entre el facilitador y entre los participantes mismos	Se realizará una dinámica de presentación llamada “me pica” la cual consistirá en que cada uno de los participantes dirá su nombre y después de decir su nombre dirá una fruta. Por ejemplo: “Yo soy Juan y me pica la sandía”	Ninguno	5-10 minutos
2	Presentación del programa	Presentar el programa psicoterapéutico a los participantes del grupo	En éste punto se les explicará a los participantes en qué consistirá el programa y algunos puntos importantes de las sesiones: Se les indicará que las sesiones de intervención grupal serían 10, a las cuales todos los participantes tendrían asistir para garantizar la efectividad del programa ya que es un grupo terapéutico cerrado, así mismo se les indicará que las sesiones serán llevadas a cabo en un lugar específico, una vez por semana y a una hora determinada.	Computadora y proyector	10 minutos
3	Lectura y firma del convenio terapéutico	Obtener el consentimiento informado de los participantes del grupo terapéutico	Se les explicará a los miembros del grupo terapéutico que cada uno firmará un contrato el cual contiene los datos básicos del programa que se les acababa de proponer, la contemplación de un apartado sobre las normas grupales, así como los respectivos espacios para sus nombres y las firmas de cada uno. El cual también será firmado por el o los facilitadores	Páginas impresas de contrato terapéutico	5 minutos

4	Actividad para establecer objetivos grupales e individuales y de elección del nombre del grupo	Concientizar a los participantes sobre la relación directa que habrá entre la responsabilidad que inviertan en las actividades y los resultados que se han de obtener mediante la participación en el grupo terapéutico	<p>Antes de solicitar a los participantes que llenen las conductas objetivo se realizará una dinámica llamada “¿hasta dónde quieres llegar?” la cual consiste en vendar los ojos de los participantes y poner al frente de ellos a cierta distancia un tablero de tiro al blanco, luego se les entregaba su pelotita y antes de lanzar se les preguntará en cuál de los puntajes quieren que caiga su pelota, luego cada uno de ellos la lanzará.</p> <p>Luego se pedirá que lo realicen pero con los ojos descubiertos donde será más fácil atinar en el blanco.</p> <p>Se les explicará que así sería el proceso terapéutico cada uno tendría un objetivo al que desea llegar, pero lograr ese objetivo depende de cada uno de ellos para poder alcanzarlo y de la atención y empeño que pongan en obtenerlo.</p> <p>Luego cada uno procederá a llenar las conductas objetivo: se les entregará la hoja de llenado y se les indicará que escriban un mínimo de tres conductas o emociones que quisieran cambiar haciendo uso de las técnicas que aprenderán en la terapia grupal. Así también se les indicará que den un puntaje a cada conducta en dependencia de la dificultad que consideren inflinja en su vida diaria.</p>	Dardos de goma y tablero de tiro al blanco o similar. Paginas para rellenar objetivos	10 a 15 minutos
6	Creación colectiva de las normas de convivencia	Establecer de manera conjunta las normas que los participantes han de	Se les explicará a los asistentes que para tener un sana y adecuada convivencia deberán existir normas las cuales serán creadas por ellos mismos, se solicitará de la participación para poder crear esas normas de	Pliego de cartulina y plumones de colores	5 minutos

		seguir dentro y fuera del grupo terapéutico	convivencia entre ellas estarán: Respeto, puntualidad, confidencialidad, participación, prestar atención, de las cuales todos tendrán que estar de acuerdo.		
7	Aplicación de la prueba STAXI	Aplicar una prueba de entrada que permita comparar resultados estadísticos del síntoma en los participantes antes y después de su curso por las sesiones psicoterapéuticas grupales	Se aplicará la prueba STAXI a los participantes del grupo terapéutico	Páginas de protocolo del test STAXI	20 minutos
8	Retroalimentación y aclaración de dudas	Aclarar las dudas de los participantes que hayan surgido durante la primera sesión psicoterapéutica grupal	Se les pedirá a los participantes que expresen sus dudas y comentarios sobre la información que se les acaba de presentar y se procederá a resolver las primeras a modo que queden clarificadas	Ninguno	5-10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 2

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área cognitiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Dinámica inicial	Establecer un clima de confianza y relajamiento entre los participantes	<p>Al inicio de la sesión se realizará una dinámica llamada “pon atención” en la cual se les dará cuatro indicaciones las cuales serán: formar un círculo entre ellos, luego saltar hacia adentro del círculo que han formado, saltar hacia afuera, saltar a la derecha y saltar a la izquierda. Al principio la consigna será que van a hacer y decir lo mismo que les diga.</p> <p>La segunda consigna será hacer lo que les diga pero decir lo contrario y la última decir lo que se les diga y hacer lo contrario.</p> <p>Todos deberán estar muy atentos para no equivocarse.</p>	Ninguno	5 minutos
2	Psicoeducación	Informar de manera simple a los participantes sobre datos básicos de la sintomatología y emociones problemáticas que experimentan.	<p>La lectura corta será acerca de la emoción de enojo y la ira, la cual se explicará que tiene funciones específicas de auto conservación de la integridad física y moral como persona, así mismo hablará sobre la función de las emociones en la vida diaria y como pueden ser señales para la acción que no deben percibirse como apéndices psicológicos disfuncionales.</p> <p>Luego de ello se realizará una dinámica para familiarizarlos con los diferentes síntomas que podrían presentarse si la persona sufriera un episodio de enojo</p>	Papelógrafo o laptop con proyector	10 minutos

			o ira, los cuales incluían síntomas físicos, cognitivos, emocionales y relacionales.		
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Explicar a los participantes la forma en que se influyen mutuamente los acontecimientos, pensamientos, acciones y sentimiento en una persona.	Se les proporcionará a los participantes, divididos en tres grupos, los materiales para que cada equipo elabore un árbol con sus raíces tronco y follaje en un lapso de 10 minutos. Luego que los árboles se peguen en la pared se les explicará que representarán los árboles según el modelo ABC, donde las situaciones son las raíces, los pensamientos el tronco y el follaje represente los resultados de lo anterior. Para verificar lo entendido se realizará la dinámica de conejos y madrigueras, donde en cada ronda uno de los participantes tendrá que responder a preguntas de tipo ¿Qué simbolizan las raíces del árbol según el modelo ABC? O donde expondrán un ejemplo de cómo se sucede el proceso del ABC en la vida diaria.	Cartulinas de color verde y café, plumones, tijeras, pegamento y tirro	20 minutos
4	Explicación de la tarea	Prescribir una tarea que ayude a los participantes a auto observarse y distinguir entre sus pensamientos, sentimientos, acciones y acontecimientos que ocurren en su vida diaria	Se les brindará una página donde haya 3 columnas, una para acontecimientos, otra para pensamientos, y otra para las consecuencias; y se les explicará que durante la semana tendrán que apuntar algunas situaciones que les causen enojo, que anoten los pensamientos que tengan al toparse con dichos acontecimientos y que escriban las emociones que sintieron o las acciones que emprendieron a partir de esos hechos.	Páginas con espacios para rellenar los factores del modelo ABC	5 a 10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 3

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área Cognitiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla o la hayan realizado de manera incorrecta. Toda la revisión se dará en el marco de una dinámica donde los participantes se pasarán un globo mientras uno de los terapeutas haga sonar unos lapiceros, a modo de que cuando pare el sonido, quien esté con la vejiga entregue su hoja de tarea y mencione las partes donde ha tenido dificultades.	Globo común	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Explicar los tipos de ideas irracionales, distorsiones cognitivas, y la aplicación de la técnica del diálogo socrático para evaluar los pensamientos automáticos.	En este apartado, primeramente se realizará una dinámica para determinar cuáles distorsiones cognitivas tienen más frecuencia entre los miembros del grupo: Se le dará a cada uno de ellos una bolsita que contendrá frases que correspondan a cada una de las distorsiones cognitivas y se les indicará que saquen uno por uno, que lo lean y determinen con cuales frases se identifican. Luego que terminen eso, se realizará el cálculo de cuales distorsiones	Bolsitas de plástico con papelitos que contengan frases que representen distorsiones cognitivas e ideas irracionales. Plumón Pizarra	10 a 15 minutos

			<p>cognitivas son más frecuentes y se pasará a explicarles en qué consisten las ideas irracionales y las distorsiones cognitivas y cómo influyen éstas en la salud emocional y psicológica de las personas.</p> <p>Luego se procederá a mostrarles la técnica del diálogo socrático y como aplicarlo para combatir las ideas irracionales y las distorsiones cognitivas que se nos presenten, siempre tomando en cuenta la base de la objetividad, la veracidad y la utilidad.</p>		
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Desarrollar el conocimiento y la práctica sobre distorsiones cognitivas, ideas irracionales y el diálogo socrático para combatir las primeras	Con la misma actividad de la “papita caliente” usando un globo, se dispondrá que cada uno de los participantes exponga momentos de su vida diaria o de su historia de vida donde hayan identificado el cumplimiento del modelo ABC, las ideas irracionales y las distorsiones cognitivas, y que expongan como pueden utilizar el diálogo socrático para combatir dichos pensamientos.	Globo común	15 a 20 minutos
4	Explicación de la siguiente tarea	Explicar la dinámica que seguirán para completar la tarea que realizarán entre sesiones de esa semana	Se procederá a entregarles la página que utilizarán para realizar la tarea y a explicarles la manera de llenarla para que sea presentada en la próxima sesión, así mismo se les entregará una tarjeta plegable donde estarán escritas preguntas que cuestionen la objetividad, la veracidad y la utilidad de los pensamientos. Esto para que lo lleven consigo toda la semana y lo utilicen en el llenado de su tarea	Página de registro Tarjeta plegable que contendrá preguntas que cuestionen las ideas irracionales	5 a 10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 4

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área cognitiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla o la hayan realizado de manera incorrecta. En esta revisión se le regalará un dulce a quienes la hayan realizado y compartan como se sintieron realizando la tarea, si les resultó algo difícil y que expongan alguna situación, pensamiento y consecuencia que haya logrado identificar en su tarea.	Algunos dulces y/o chocolates	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Explicar las técnicas de auto instrucciones, pensamientos alternativos y parada de pensamiento	Se leerá la metáfora del “fabricante de pensamientos” para dar entrada a los temas donde se abordarían las técnicas de Auto instrucciones, pensamientos alternativos y parada del pensamiento.	Página con la metáfora del “fabricante de pensamientos”	5 a 10 minutos
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Practicar la técnica cognitiva de pensamientos alternativos.	Se realizará la dinámica de “el jardín de la mente” para explicar de manera lúdica la técnica de pensamientos alternativos. Se le explicará que la mente es como un jardín donde se pueden cultivar pensamientos sanos y funcionales (que son las flores), o por negligencia, se pueden dejar crecer plantas	Página con dibujo de un jardín con flores y malezas con espacios para escribir y rellenar. Lapiceros	10 a 15 minutos

			silvestres y malezas que no son bonitas, las cuales representan a los pensamientos dañinos. Se les entregará una hoja con el dibujo de un jardín donde ellos plantearán las malezas que crecen y las flores que ellos planten, es decir los pensamientos alternativos y contrapartes de los pensamientos disfuncionales.		
4	Explicación de la siguiente tarea	Explicar la manera de completar la tarea entre sesiones de esta semana	Se procederá a entregarles la página con un autorregistro que utilizarán para realizar la tarea y a explicarles la manera de llenarla para que sea presentada en la próxima sesión	Página de autorregistro	5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 5

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área afectiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	La revisión se dará en el marco de una dinámica donde los participantes se pasarán un sombrero en su cabeza mientras uno de los terapeutas pone música en su celular y cuando ésta deje de sonar, quien esté con el sombrero entregará su hoja de tarea y mencionará las partes donde haya tenido dificultades y la forma en como la ha realizado. Luego se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla o la hayan realizado de manera incorrecta.	Sombrero o cachucha Teléfono celular con música dinámica	5 a 10 minutos
2	Dinámica de introspección	Hacer que los participantes entren en un estado de introspección y meditación sobre algunas de sus experiencias de vida	En este apartado, primeramente cada uno de los miembros del grupo hará un dibujo ya sea sobre un animal, una planta o un objeto con el cual se identifiquen, luego de ello cada uno expresará porque se identifica con ese dibujo que haya realizado. Como segundo punto se les entregará a cada uno una página con un cuadro el cual deberán completar con sus características positivas personales. Luego escribir de forma punteada tres experiencias que ocurrieron en sus vidas	Página en blanco Lápices Colores Página para escribir experiencias	10 a 15 minutos

			que les resultaron dolorosas. Después se les entregará una última página, en donde deberán elegir una de las experiencias que escribieron anteriormente y escribirla con el mayor detalle posible todo lo que recuerden y como se sintió en ese momento. Y por último contestar las preguntas: de cómo se sintió escribiendo y recordando esa experiencia.		
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Lograr experiencias de catarsis en los miembros del grupo con el apoyo de los demás miembros del mismo	Se propondrá a los participantes que quienes deseen expresar sus experiencias podrán hacerlo, recordándoles antes la norma de confidencialidad y el contrato firmado en la primera sesión. Mientras cada miembro expresa sus experiencias, algunos con llanto o con expresiones de tristeza, enojo o dolor emocional, los demás miembros del grupo brindarán apoyo a través de palabras reconfortantes o una mano en el hombro.	Toallitas desechables cleanex	20 minutos
4	Explicación de la siguiente tarea	Desarrollar la capacidad de catársis por medio de la escritura en los participantes del grupo	Se procederá a entregarles la página que utilizarán para realizar la tarea, en la cual se les explicará que deberán escribir una carta a la persona que les hizo daño en algún momento de su vida, la cual será una carta de desahogo. Se les aclarará que no tendrán que entregarla a la persona en cuestión, solamente escribirla y llevar como producto de la tarea a la siguiente sesión.	Página para carta	5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 6

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área Afectiva

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea que se les asignó en la sesión pasada y verificar la experiencia al realizarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se le preguntará a cada uno como se sintieron en el momento que estaba escribiendo la carta y que emociones experimentaron	Cartas que los participantes han escrito como productos de la tarea asignada	15 a 20 minutos
2	Retroalimentación de la sesión anterior	Lograr que todos o la mayoría de participantes pueda expresarse y lograr la catarsis de emociones experimentadas en las vivencias que plasmaron en papel durante la sesión anterior	En este apartado, se les entregará a cada uno las hojas de trabajo que completaron la sesión anterior para recordar lo que han realizado. Y se animará a que los que no lograron expresarse anteriormente lo hagan en esa ocasión. Siempre recordándoles las normas que se deben de seguir e instándoles a mostrar apoyo y comprensión a los integrantes que se estén expresando en ese momento	Productos de la sesión anterior donde plasmaron experiencias dolorosas de su pasado	15 a 20 minutos
3	Retroalimentación de las sesiones del área afectiva	Que los participante expresen su experiencia en las sesiones que han cursado sobre el área afectiva	Se animará a los participantes a expresar como se han sentido con respecto a estas últimas sesiones donde han expresado sus sentimientos y experiencias. Se les escuchará y se les solventarán dudas si las hubiera. Se les comunicará que no habrá tarea intercesión en esta ocasión	Ninguna	10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 7

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área somática

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Actividad de ambientación	Establecer un ambiente de confianza entre los participantes	Se realizará una actividad donde todos se pondrán en círculo y en medio se dejará una botella la cual se hará girar y al detenerse señalará con la punta a un participante, éste tendrá que decir alguna ocasión donde hizo algún desorden de auto-cuido donde no tuvo ningún cuidado para si mismo, como no dormir por 3 días, una atracón de comida etc. Y comentar como fue dicha experiencia y sus consecuencias.	Botella con agua	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Informar sobre las bases del cuidado básico del propio cuerpo	En este apartado, se realizará una Psicoeducación del auto cuidado y su importancia; aquí se abordaron los 5 puntos del auto cuidado: ejercicio, adecuada alimentación, dormir bien, cuidar sus emociones y actividades de ocio, los cuales pueden ser explicados uno a uno a través laptop con proyector o Papelógrafo.	Laptop y proyector o Papelógrafo	10 minutos
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Identificar actividades específicas que cada uno puede realizar frecuentemente para contribuir en su auto cuidado	Se le entregará a cada uno una página de papel bond en donde dibujarán su propia mano y en cada uno de los dedos escribirán actividades que podían realizar para su auto cuidado según los puntos que se les acaban de explicar. Luego de escribir en cada uno de los dedos de la mano dibujada, los miembros del grupo compartirán y sugerirán actividades que puedan realizar para fomentar el auto cuidado.	Páginas de papel bond y lápices	15 minutos

4	Explicación de la siguiente tarea	Explicar en qué consistirá la tarea intersesión de esa semana	Se procederá a entregarles la página que utilizarán para realizar la tarea, en la cual deberán registrar en un cuadro, actividades de auto cuidado que realizaran durante la semana.	Página de autorregistro	5 minutos
---	-----------------------------------	---	--	-------------------------	-----------

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 8

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área intrapersonal

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla o la hayan realizado de manera incorrecta.	Ninguno	5 a 10 minutos
	Psicoeducación	Exponer a los participantes los fundamentos básicos para mantener una sana autoestima y autoconcepto	Aquí se realizará una dinámica en la cual los participantes se ubicarán en fila uno detrás de otro y al ritmo de la música irán pasando un globo de atrás hacia adelante y cuando pare la música, quien se haya quedado con el globo leerá y explicará uno de los pilares del autoestima que se encontrará en un papelógrafo en grande, posteriormente el terapeuta explicará en qué consiste cada uno y proporcionará un ejemplo para que sea más entendible.	Papelógrafo Globo	10 minutos
	Actividad y técnica psicoterapéutica	Que los participantes se den cuenta de las cualidades positivas que las demás personas ven en ellos y mejoren así su propio autoconcepto y autoimagen	Luego de eso se realizará una dinámica, en la cual se le dará a cada uno de los participantes una página de papel bond en blanco la cual deberán pegarse a la espalda y cada uno de los otros miembros deberá escribir cualidades positivas de la persona que tenga la página pegada. Luego cada uno leerá para sí mismo que le han escrito y compartirán como se sienten al leer esas cualidades positivas que les han escrito.	Páginas de papel bond Lapiceros Tirro	10 a 15 minutos

	Explicación de la siguiente tarea	Que los participantes descubran maneras sanas de disfrutar durante el día	La tarea consistirá en que cada uno elegirá y anotara actividades que les gusta mucho realizar y que durante la semana escojan una al día para poder realizarla y disfrutar como forma de premiarse y que puedan anotar su experiencia	Página de autorregistro	5 minutos
--	-----------------------------------	---	--	-------------------------	-----------

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 9

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Área interpersonal

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla	Ninguno	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Aclarar los tipos de comunicación	Se realizará la lectura corta que trató sobre los conceptos de comunicación agresiva, pasiva y asertiva, y posteriormente se realizará una pequeña reflexión sobre las ocasiones en que cada uno usó estos tipos de comunicación en la vida diaria.	Laptop con proyector o papelógrafo	10 minutos
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Ejercitar la manera de cambiar frases agresivas y pasivas en asertivas	Se realizará el ejercicio con ayuda de una página donde se les dará la misión de identificar qué tipos de comunicación que se han usado en las frases que se les presenten y las razones por las cuales son disfuncionales algunas de ellas, y finalmente como cambiar dichas frases para que se vuelvan asertivas	Hojas de papel con frases pasivas y agresivas	15 minutos
4	Explicación de la siguiente tarea	Promover la auto observación en el uso de los tipos de comunicación usados en las situaciones cotidianas	Se procederá a entregarles la página que utilizarán para realizar la tarea, en la cual deberán registrar en un cuadro las ocasiones en las que hayan usado la comunicación pasiva, agresiva y asertiva.	Hoja de registro	5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 10

Temática o síntoma a tratar: Agresividad

Área a intervenir: Retroalimentación

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla	Ninguna	5 a 10 minutos
2	Actividad principal	Recordar lo más significativo de las sesiones para cada uno de los participantes	A cada uno de los miembros del grupo se le entregará unos cuadros de papel bond, el terapeuta con la ayuda de los miembros irá recordando lo visto en las sesiones y en cada uno de los cuadros ellos deberán dibujar una de las cosas que hubiera sido más significativa de cada sesión y en una frase de una o dos líneas resumir lo que aprendieron y tuvo mayor significado para ellos ese día. Es decir la enseñanza que tuvo mayor peso para ellos. Luego se les entregará una bolsa de papel craft con el nombre del grupo en donde deberán guardar cada uno de esos dibujos que les recordaran cada una de las sesiones y les quedará como recuerdo de lo que aprendieron	Páginas de papel bond Colores Lápices Lapiceros Bolsas de papel craft	15 a 20 minutos
3	Prueba de salida	Aplicar una prueba de entrada que permita comparar	Se aplicará la prueba STAXI a los participantes del grupo terapéutico	Páginas de protocolo del test STAXI	20 minutos

		resultados estadísticos del síntoma en los participantes antes y después de su curso por las sesiones psicoterapéuticas grupales				
4	Actividad despedida	de	Mostrar mediante una metáfora los cambios que se han dado en cada uno de ellos al transitar por el proceso terapéutico grupal	Se les entregará una hoja de papel y el facilitador pedirá que la sostengan con una sola mano, y que comiencen a apuñarla con esa mano. Luego les pedirá que con todos los medios de que ellos dispongan traten de dejarla como estaba antes. Lo cual no se podrá de ninguna manera. Cuando vean que no es posible el facilitador les hará una muy pequeñísima reflexión de que ese papel representa a cada participante al pasar por ese proceso terapéutico, y que después de ello ya no podrá volver a como estaba antes porque han aprendido nuevas formas de actuar, pensar y sentir, etc. Finalmente se les felicitará por haber concluido con éxito el proceso terapéutico	Hojas de papel bond	10 minutos

**CARTILLAS DEL
SINTOMA:
ALCOHOLISMO**

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 1****Temática o síntoma a tratar: ALCOHOLISMO****Área a intervenir: Encuadre**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y establecimiento de rapport	Dar la bienvenida e iniciada la sesión	<p>El terapeuta se dirigirá a los participantes presentándose tanto él, como a su coterapeuta si lo requiere.</p> <p>Luego entrega a cada uno de los participantes un gafete en donde colocaran su nombre con el que se identificaran a lo largo del programa psicoterapéutico.</p> <p>Luego dándoles la bienvenida al grupo terapéutico al cual formaran parte se hará la dinámica de Rapport "Bingo Loco"</p>	Psicólogos Didácticos: Hoja de "Bingo loco" Bolígrafos	20 minutos
2	Presentación del programa	Presentar el programa a los integrantes del grupo terapéutico.	El terapeuta expondrá todos los componentes del programa, los objetivos que se pretenden alcanzar, la duración, y cómo será la dinámica de trabajo en cada sesión, la evaluación y al final se dará un espacio para aclarar dudas.		20 minutos
3		Conocer y firmar el convenio de	El Coterapeuta entregara a cada participante del grupo un convenio de intervención psicoterapéutico, el terapeuta leerá el convenio	Convenio	15 minutos

	Firma del consentimiento informado	intervención psicoterapéutico	y al final pedirá que si cada uno está de acuerdo plasme su firma en dicho convenio. (Ver Anexo 4)		
4	Establecimiento de Normas	Establecer normas que regirán al grupo	<p>El terapeuta hará 3 grupos de trabajos en los cuales discutirán y expresarán las reglas y normas importantes para el cumplimiento durante las sesiones.</p> <p>Una vez establecidas la norma de convivencia cada uno de los grupos escogerá a un representante para que las presente a los demás miembros y explicar por qué la sugerencia planteada debe ser aceptada como norma de convivencia.</p> <p>Los demás miembros participantes aceptan o deniegan la propuesta elaborada.</p>	<p>Pliegos de papel bond</p> <p>Bolígrafos</p> <p>Tirro</p>	30 minutos
5	Aplicación de Prueba Psicológica	Aplicar Test alcoholismo a cada miembro del grupo como evaluación del programa terapéutico.	<p>El Coterapeuta entrega la prueba psicológica, mientras el terapeuta da las instrucciones.</p> <p>Luego de esto les pide que contesten cada ítem que le presenta test del alcoholismo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Test de alcoholismo • Bolígrafos 	30 minutos

6	Despedida		Para finalizar el terapeuta agradece a cada miembro del grupo su participación y los felicita para dar como finalizada la sesión.		5 minutos
---	-----------	--	---	--	-----------

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 2****Temática o síntoma a tratar: ALCOHOLISMO****Área a intervenir: COGNITIVA**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Generar un ambiente cálido	Bienvenida y establecimiento de rapport	<p>El terapeuta da la apertura y saludo de bienvenida a su grupo psicoterapéutico.</p> <p>A continuación, se realizará una dinámica “No te muevas de donde estas” trabajo en equipo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. se reúnen por equipos de 5 cada uno. 2. Eligen un líder 3. Este líder deberá cuidar su casa 4. Los demás trataran de entrar al del equipo contrario y viceversa. 5. El líder no podrá moverse de su lugar. Si lo hace perderán como grupo 6. El líder deberá soportar todo lo que le digan los adversarios tienen 1 minuto para hacer que el líder se mueva del lugar. 		5 minutos
2	“Conociendo mi respiración”	Aprender una buena respiración	Explicar a los participantes como se debe practicar una buena respiración. Toma aire por la nariz y lo expulsar el aire por la boca, debe ser lenta y pausada.		5 minutos

3	Lectura corta "ALCOHOL"	Que los participantes valoren el grado de conocimientos adquiridos.	<p>El terapeuta a través de conceptos y la entrega de trípticos a cada uno de los participantes y una explicación breve, y como el alcohol</p> <p>Papelógrafo</p> <p>APLICACIÓN PERSONAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se formarán 4 grupos dependiendo el número de integrantes a los cuales se les entregara un pliego de papel bond, hojas de color recortadas, Resistol, tijeras. ✓ A continuación, deberá cada grupo dibujar parte de su cuerpo en el papelógrafo. ✓ Luego colocaran el nombre de su grupo y sus integrantes. ✓ A continuación, los miembros del grupo discutirán colocaran cuales son las afectaciones para cada grupo y sus consecuencias señalando en las diferentes partes del dibujo, en donde consideren que les afecta el alcohol. 	<ul style="list-style-type: none"> • 4 pliegos de papel bond • Hojas de papel de colores • plumones 	45 minutos
4	Asignación de Tares	Practicar el cambio de foco de atención en momentos de estrés en su vida diaria.	<p>Autorregistro: "HOJA DE AUTORREGUISTRO RESPIRACION"</p> <p>Instrucciones: en la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel</p>	Hojas de autorregistro Bolígrafos	15 minutos

			<p>de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica.</p> <p>Autorregistro: "AUTORREGISTRO DE SÍNTOMAS DE alcohol" Instrucciones: en la siguiente hoja deberá colocar fecha del día que sucedió la situación, luego donde ocurrió y que hizo para enfrentarla.</p>		
5	Trabajo de contacto	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	A continuación: cada grupo pasara un representante o todos los del grupo a exponerlo a todos los participantes. Y finalizar con algunas valoraciones de cada grupo.	<ul style="list-style-type: none"> • Papelógrafo con la figura humana. • Plumones 	20 minutos
6	Retroalimentación	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	<p>El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas.</p> <p>¿Qué se asimiló en esta sesión? ¿Estamos exentos de ellos? ¿Cree poder sobrellevar usted solo esta carga emocional?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel bond 	20 minutos

7	Despedida	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	<p>Procedimiento. Informar que la sesión de la siguiente semana se realizara en el mismo lugar y hora. Si hay cambios se le avisara por algún medio.</p> <p>Darles las gracias por su tiempo, y por su valiosa participación durante la sesión.</p> <p>Pedirles un fuerte aplauso</p>		10 minutos
---	-----------	---	---	--	------------

		darles recomendaciones en los tiempos que la debe de realizar.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tomar aire por la nariz, lenta y profundamente, mientras se cuenta hasta tres llenando bien de aire los pulmones. ... 2. Retener el aire durante 3 segundos. 3. Soltar el aire por la boca lentamente, contando de nuevo hasta tres. ... 4. Repetir el proceso dos o tres veces. 		
4	Lectura Corta "Causas, Síntomas y Consecuencias del alcoholismo"	Identificar las causales, síntomas y consecuencias del estrés	<p>El terapeuta entregara a cada uno de los participantes unas hojas en donde estarán escritas la definición de alcoholismo, posibles causas, síntomas y consecuencias del alcoholismo luego dará una pequeña explicación de estos.</p> <p>APLICACIÓN PERSONAL:</p> <p>Una vez leída y explicada la Lectura Corta, el terapeuta entregara a cada uno de los participantes una Hoja de Trabajo en la cual cada uno de los participantes colocara las causas, síntomas y consecuencias de alguna situación vivida en la que hayan manifestado o sentido estrés.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una vez terminada el llenado de la hoja de trabajo, el terapeuta formara 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Lectura Corta • Cañón • Laptop • Hoja de Trabajo "Identificación" • Hoja de Trabajo "Psicodrama" • Lápiz <p>Lapiceros</p>	35 minutos

			<p>grupos en la cual pedirá que cada uno de los participantes sin excepción alguna exponga su trabajo de las causas, síntomas y consecuencias.</p> <p>Al terminar de exponer cada miembro una hoja de trabajo "Psicodrama" en la cual el grupo tendrá que desarrollar un Psicodrama en la que se manifiesten Causas, Síntomas y Consecuencias del alcohol. Por lo que deberán escribir un pequeño guion sobre alguna situación generadores de estos</p>		
5	Asignación de Tareas	Identificar las causas, síntomas y consecuencias del estrés mediante un registro de estos.	<p>Autorregistro de respiración:</p> <p>En la siguiente hoja coloca la fecha y el tiempo en que tardaste en realizar la técnica, la situación que te crea tensión, el nivel de relajación que se alcanzó al finalizar la técnica y posibles sensaciones y percepciones durante la realización o después de la realización de la técnica.</p>	"AUTORREGISTRO DE PRACTICA DE RESPIRACIÓN"	10 minutos

6	TRABAJO DE CONTACTO	Promover la participación activa de los conocimientos adquiridos.	<p>A continuación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los miembros de cada grupo formado deberán pasar al frente a dramatizar la situación que escribieron en el psicodrama. • Al finalizar cada uno de los otros participantes observadores deberán identificar, posibles causas, síntomas y consecuencias presentando en el drama, así como también dar posibles alternativas. • Estos lo realizaran cada uno de los grupos formados. 		20 minutos
7	Retroalimentación	Fortalecer lo aprendido	El terapeuta hace preguntas al grupo en general fomentando preguntas y respuestas.		10 minutos
8	Cierre de la Sesión.	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	Una vez finalizada la dinámica se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación.		5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 4****Nombre de sesión: ¿Qué me pasa?****Temática o síntoma a tratar: ALCOHOLISMO****Área a intervenir: Control emocional**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Rapport	Crear un ambiente ameno y agradable entre consultantes, donde se les preguntó qué expresaran lo más agradable de la semana, junto con su fruta favorita.	Se les preguntó qué expresaran lo más agradable de la semana, junto con su fruta favorita	Ninguno	15 minutos
2	Devolución diagnóstica	Informar al paciente el indicador encontrado.	Se les explicara a los consultantes los antecedentes, factores y efectos de manera grupal utilizando un lenguaje comprensivo adaptable a la edad de los consultantes.	Laptop y proyector	15 minutos
3	Psicoeducación	Educar sobre las emociones y la importancia de estas en nuestra vida	Explicarles el concepto de emociones, finalidad de emociones, características y consecuencias de emociones	Laptop y proyector	15 minutos

4	Lluvia de emociones	Identificar las emociones que los pacientes vivencian a diario.	El facilitador, promocionar papales de colores y lápiz y dará la siguiente indicación “las emociones son diversas, pero a diario contamos con 5 emociones básicas como alegría, tristeza, miedo, ira y asombro. Es por eso que en el registro debes escribir una situación que genera cada una de las emociones mencionadas	Papel de colores lápiz	15 minutos
5	Evaluación de la sesión y asignación de tarea	Conocer los conocimientos adquiridos en el desarrollo de la sesión y asignación de tarea	<p>se pasará a dar un espacio para reflexionar a base de las siguientes preguntas: “¿qué les pareció el ejercicio? ¿Cómo se han sentido después de realizar este ejercicio? ¿Qué recordaron al momento de escuchar las melodías? ¿Les gustaría a tres personas compartir y explicar sus dibujos?”</p> <p>Tarea: Los consultantes se deberán Enfocar en tres acontecimientos positivos que sucedan durante la semana.</p> <p>Por último, se reflexionará con una frase para cerrar la sesión. “Cuanto más abiertos estemos a nuestros propios sentimientos, mejor podremos leer los de los demás” (Daniela Goleman).</p>	Ninguno	10 Minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 5****Temática o síntoma a tratar: ALCOHOLISMO****Área a intervenir: Control emocional**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Rapport	Fortalecer el vínculo terapeuta	Técnica la mano preguntona A través de aplaudir contar 1 2 3 4 5 se seleccionará la persona a la cual de Malena radio estas efectos positivos y activos de los días anterior a la sesión	Ninguno	20 minutos
2	Psicoeducación	Educar sobre los efectos del alcohol en la vida tanto a nivel biopsicosocial	psicoeducación sobre las conciencias de ingentes alcalinas	Laptop y proyector	45 minutos
3	Técnica principal	Implementar estrategias que permitan la modificación o disminución del síntoma	"técnica mi pasado y mi futuro" A participantes del grupo 5 terapéutica tijera de contacto informa catártica los sucedidos en su momento más álgido Y el consumo de alcohol y cómo esto trajo una secuencia en su vida personal o en su contexto social. Paso dos: fijación de metas a corto y largo plazo	Papel de colores lápiz	45 minutos
4	Evaluación	Conocer el impacto de la técnica en la forma de convivir el consumo de alcohol	Se Solicitará algunos participantes le comenté nos prendido en el desarrollo de la sesión	Ninguno	10 minutos

5	Despedida	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	Una vez finalizada la dinámica se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación.		10 minutos
---	------------------	---	---	--	------------

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 6****Temática o síntoma a tratar: ALCOHOLISMO****Área a intervenir: Control emocional**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Bienvenida y Rapport	Fortalecer el Microtel apático a través de Las conversaciones socialmente aceptables	Cada uno De luz pacientes comentó de la deformación social que es lo más atractivo que le ha pasado en la semana	Ninguno	20 minutos
2	Psicoeducación	Edgar sobre las múltiples formas de divertirse a pasar tiempo de calidad sin alcohol	Se Expondrá sobre la temática y sobre las múltiples formas de divertirse sin alcohol	Laptop y proyector	45 minutos
3	Técnica principal	Desarrollar la imaginación, creatividad y la destreza manual. <ul style="list-style-type: none"> • Hacer conscientes a los participantes de la amplitud de alternativas de ocio. • Fomentar la cooperación entre los participantes de un grupo. 	Dividiremos a los participantes en grupos de 4 o 5 personas. Les pediremos que, en un trozo de papel continuo, creen un mural, utilizando su creatividad, con propuestas de actividades de ocio sin alcohol. Les repartiremos materiales de papelería como cartulinas, rotuladores, revistas, pegamento, etc. Podrán realizar el mural como quieran: tipo collage, con dibujos, etc. El único requisito es que tendrán que trabajar en grupo, colaborativamente, y compartir los materiales. Una vez hayan finalizado el mural, deben pensar en un eslogan para definir su muro	Rotuladores. <ul style="list-style-type: none"> • Pinturas. • Tijeras. • Pegamentos. • Revistas. • Periódicos. Tiempo 30 minutos	45 minutos

			y presentarlo al resto de grupos.		
4	Evaluación	Conocer lo aprendido en la sesión Desarrollo Se le pedirá a participación al pleno para poder conocer la experiencia en desarrollo de la sesión	Se Solicitará algunos participantes le comenté nos prendido en el desarrollo de la sesión	Ninguno	10 minutos
5	Despedida	Informar sobre la siguiente sesión y dar el cierre de la misma.	Una vez finalizada la dinámica se da información general sobre siguiente sesión y se agradece por su tiempo y su participación.		10 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 7

Temática o síntoma a tratar: Alcoholismo

Área a intervenir: Área somática

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Actividad de ambientación	Establecer un ambiente de confianza entre los participantes	Se realizará una actividad donde todos se pondrán en círculo y en medio se dejará una botella la cual se hará girar y al detenerse señalará con la punta a un participante, éste tendrá que decir alguna ocasión donde hizo algún desorden de auto-cuido donde no tuvo ningún cuidado para si mismo, como no dormir por 3 días, una atracón de comida etc. Y comentar como fue dicha experiencia y sus consecuencias.	Botella con agua	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Informar sobre las bases del cuidado básico del propio cuerpo	En este apartado, se realizará una Psicoeducación del auto cuidado y su importancia; aquí se abordaron los 5 puntos del auto cuidado: ejercicio, adecuada alimentación, dormir bien, cuidar sus emociones y actividades de ocio, los cuales pueden ser explicados uno a uno a través laptop con proyector o Papelógrafo.	Laptop y proyector o Papelógrafo	10 minutos
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Identificar actividades específicas que cada uno puede realizar frecuentemente para contribuir en su auto cuidado	Se le entregará a cada uno una página de papel bond en donde dibujarán su propia mano y en cada uno de los dedos escribirán actividades que podían realizar para su auto cuidado según los puntos que se les acaban de explicar. Luego de escribir en cada uno de los dedos de la mano dibujada, los miembros del grupo compartirán y sugerirán actividades que puedan realizar para fomentar el auto cuidado.	Páginas de papel bond y lápices	15 minutos

4	Explicación de la siguiente tarea	Explicar en qué consistirá la tarea intersesión de esa semana	Se procederá a entregarles la página que utilizarán para realizar la tarea, en la cual deberán registrar en un cuadro, actividades de auto cuidado que realizaran durante la semana.	Página de autorregistro	5 minutos
---	-----------------------------------	---	--	-------------------------	-----------

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 8

Temática o síntoma a tratar: Alcoholismo

Área a intervenir: Área intrapersonal

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla o la hayan realizado de manera incorrecta.	Ninguno	5 a 10 minutos
	Psicoeducación	Exponer a los participantes los fundamentos básicos para mantener una sana autoestima y autoconcepto	Aquí se realizará una dinámica en la cual los participantes se ubicarán en fila uno detrás de otro y al ritmo de la música irán pasando un globo de atrás hacia adelante y cuando pare la música, quien se haya quedado con el globo leerá y explicará uno de los pilares del autoestima que se encontrará en un papelógrafo en grande, posteriormente el terapeuta explicará en qué consiste cada uno y proporcionará un ejemplo para que sea más entendible.	Papelógrafo Globo	10 minutos
	Actividad y técnica psicoterapéutica	Que los participantes se den cuenta de las cualidades positivas que las demás personas ven en ellos y mejoren así su propio autoconcepto y autoimagen	Luego de eso se realizará una dinámica, en la cual se le dará a cada uno de los participantes una página de papel bond en blanco la cual deberán pegarse a la espalda y cada uno de los otros miembros deberá escribir cualidades positivas de la persona que tenga la página pegada. Luego cada uno leerá para sí mismo que le han escrito y compartirán como se sienten al leer esas cualidades positivas que les han escrito.	Páginas de papel bond Lapiceros Tirro	10 a 15 minutos

	Explicación de la siguiente tarea	Que los participantes descubran maneras sanas de disfrutar durante el día	La tarea consistirá en que cada uno elegirá y anotara actividades que les gusta mucho realizar y que durante la semana escojan una al día para poder realizarla y disfrutar como forma de premiarse y que puedan anotar su experiencia	Página de autorregistro	5 minutos
--	-----------------------------------	---	--	-------------------------	-----------

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS**No. De Sesión: 9****Temática o síntoma a tratar: Alcoholismo****Área a intervenir: Área interpersonal**

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla	Ninguno	5 a 10 minutos
2	Psicoeducación	Aclarar los tipos de comunicación	Se realizará la lectura corta que trató sobre los conceptos de comunicación agresiva, pasiva y asertiva, y posteriormente se realizará una pequeña reflexión sobre las ocasiones en que cada uno usó estos tipos de comunicación en la vida diaria.	Laptop con proyector o papelógrafo	10 minutos
3	Actividad y técnica psicoterapéutica	Ejercitar la manera de cambiar frases agresivas y pasivas en asertivas	Se realizará el ejercicio con ayuda de una página donde se les dará la misión de identificar qué tipos de comunicación que se han usado en las frases que se les presenten y las razones por las cuales son disfuncionales algunas de ellas, y finalmente como cambiar dichas frases para que se vuelvan asertivas	Hojas de papel con frases pasivas y agresivas	15 minutos
4	Explicación de la siguiente tarea	Promover la auto observación en el uso de los tipos de comunicación usados en las situaciones cotidianas	Se procederá a entregarles la página que utilizarán para realizar la tarea, en la cual deberán registrar en un cuadro las ocasiones en las que hayan usado la comunicación pasiva, agresiva y asertiva.	Hoja de registro	5 minutos

PROGRAMA DE SESIONES PSICOTERAPÉUTICAS

No. De Sesión: 10

Temática o síntoma a tratar: Alcoholismo

Área a intervenir: Retroalimentación

No.	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	Revisión de la tarea	Revisar la tarea y resolver dudas a quienes las tengan y a quienes no hayan logrado completarla	Después de la bienvenida se procederá a realizar la revisión de la tarea donde se felicitará a los que la hayan realizado y se solventarán las dudas de quienes no hayan logrado completarla	Ninguna	5 a 10 minutos
2	Actividad principal	Recordar lo más significativo de las sesiones para cada uno de los participantes	A cada uno de los miembros del grupo se le entregará unos cuadros de papel bond, el terapeuta con la ayuda de los miembros irá recordando lo visto en las sesiones y en cada uno de los cuadros ellos deberán dibujar una de las cosas que hubiera sido más significativa de cada sesión y en una frase de una o dos líneas resumir lo que aprendieron y tuvo mayor significado para ellos ese día. Es decir la enseñanza que tuvo mayor peso para ellos. Luego se les entregará una bolsa de papel craft con el nombre del grupo en donde deberán guardar cada uno de esos dibujos que les recordaran cada una de las sesiones y les quedará como recuerdo de lo que aprendieron	Páginas de papel bond Colores Lápices Lapiceros Bolsas de papel craft	15 a 20 minutos
3	Prueba de salida	Aplicar una prueba de entrada que permita comparar	Se aplicará la prueba STAXI a los participantes del grupo terapéutico	Páginas de protocolo del test STAXI	20 minutos

		resultados estadísticos del síntoma en los participantes antes y después de su curso por las sesiones psicoterapéuticas grupales				
4	Actividad despedida	de	Mostrar mediante una metáfora los cambios que se han dado en cada uno de ellos al transitar por el proceso terapéutico grupal	Se les entregará una hoja de papel y el facilitador pedirá que la sostengan con una sola mano, y que comiencen a apuñarla con esa mano. Luego les pedirá que con todos los medios de que ellos dispongan traten de dejarla como estaba antes. Lo cual no se podrá de ninguna manera. Cuando vean que no es posible el facilitador les hará una muy pequeñísima reflexión de que ese papel representa a cada participante al pasar por ese proceso terapéutico, y que después de ello ya no podrá volver a como estaba antes porque han aprendido nuevas formas de actuar, pensar y sentir, etc. Finalmente se les felicitará por haber concluido con éxito el proceso terapéutico	Hojas de papel bond	10 minutos

7 ANEXOS

7.1 MODELO COGNITIVO-CONDUCTUAL

La psicología es la ciencia que estudia el comportamiento y como tal tiene lo enfoca desde diversos puntos de vista.

Cuando se analiza el comportamiento de una persona se tienen en consideración tres facetas esenciales:

- **La conducta.** Es la acción que realizamos, las acciones que llevamos a cabo.
- **El pensamiento (o cognición).** En cada momento del día pensamos en muchas cosas, tanto en las acciones en las que nos concentramos en cada momento, trabajar, comer, caminar, como en otros muchos asuntos que nos preocupan.
- **La emoción.** Es lo que sientes mientras se produce un determinado comportamiento.

Estos tres factores están a dos niveles, uno externo (la conducta) y otro interno (el pensamiento y la emoción). Los tres elementos están íntimamente conectados e influyen unos en otros.

¿En qué consiste el modelo cognitivo conductual?

El modelo cognitivo conductual une conocimientos de la teoría del aprendizaje con el procesamiento de la información y trata de explicar cómo se aprenden determinadas conductas durante la infancia y la adolescencia.

La manera en que cada persona procesa la información, es fundamental para entender su forma de comportarse y para aplicar el tratamiento adecuado. Se parte de la base de que lo que nos rodea nos influye y de que aprendemos las conductas.

¿Cuáles son los pilares de la teoría del modelo cognitivo conductual?

Básicamente se pueden diferenciar 3 pilares:

- **Condicionamiento clásico.** Se trata de un término creado por Iván Pavlov. Lo vamos a entender mejor con un ejemplo: lo que hizo Pavlov fue utilizar una campanilla antes de poner la comida a los perros, con el paso del tiempo logró que segregaran saliva solo con hacer sonar la campanilla. Este experimento le hizo concluir a Pavlov que la reacción de los perros eran el resultado del aprendizaje debido a los estímulos.
- **Condicionamiento operante.** Si a una acción le sigue un resultado positivo, querremos repetir esa acción para volver a tener ese resultado positivo. Por lo tanto, se trata de una nueva forma de aprender.
- **Aprendizaje observacional.** Las conductas se aprenden a través de la observación de otras personas, por ejemplo, los hijos observan a sus padres y aprenden.

Varios ejemplos de técnicas basadas en el modelo cognitivo conductual

El modelo cognitivo conductual da lugar a una gran variedad de técnicas, entre las que se pueden destacar las siguientes:

- **Técnica de reestructuración cognitiva.** Esta técnica se centra en modificar los esquemas de pensamiento de la persona. El terapeuta ayuda al paciente a conocer sus patrones de conducta y a ver la influencia que tienen en su vida.
- **Técnica de exposición.** Se utiliza en casos de fobias y ansiedad. El paciente es expuesto progresivamente, a lo que le produce la fobia o la ansiedad y se le enseña a controlar su conducta.
- **Técnica de entrenamiento en resolución de problemas.** En ocasiones, los pacientes no pueden hacer frente a una situación determinada y se les ayuda a crear alternativas, tomar una decisión y evaluar los resultados.

Algunas de estas técnicas se han superado con el surgimiento de las terapias de tercera generación que se centran en una evolución personal del paciente teniendo en cuenta todos los aspectos de su conducta, de su vida y de su entorno.

7.2 TERAPIA DE GRUPOS

La terapia de grupo no es una técnica nueva en la Psicología. A inicios del siglo XX algunos médicos, como Joseph Pratt y Edward W. Lazell, organizaban grupos de apoyo para sus pacientes y notaron que obtenían buenos resultados.

Más tarde, en 1944, el psicólogo Kurt Lewin comenzó a trabajar el concepto de “dinámica de grupos” e hizo referencia por primera vez al grupo como un conjunto de personas independientes que, aún así, forman un todo que es mucho más que la suma de las partes.

No obstante, fue en 1931 cuando la terapia grupal irrumpió con fuerza en la práctica clínica. Ese paso adelante se debe al psiquiatra Jacob Levy Moreno, que introdujo el término “psicoterapia de grupos” y contribuyó a la difusión de esta forma de trabajo, primero en Estados Unidos y luego al resto del mundo.

En la actualidad, la terapia de grupo es una herramienta consolidada en el ámbito de la Psicología y la Psiquiatría. Sus beneficios han sido ampliamente documentados en la literatura científica y su eficacia para abordar diferentes problemas y trastornos está comprobada.

Qué es la terapia de grupo

La terapia grupal se focaliza en las interacciones que se producen en el grupo, el cual se convierte en un espacio para ventilar los problemas de cada uno de los miembros y hallar solución a los mismos. Al igual que la psicoterapia individual, este método de trabajo está dirigido a ayudar a las personas a resolver sus conflictos, reencontrar el equilibrio emocional, estimular su crecimiento personal, potenciar sus habilidades sociales y dotarlas de las herramientas de afrontamiento que necesitan.

El objetivo esencial es que el grupo sea el instrumento que potencie el cambio deseado. **La terapia de grupo es tan eficaz porque las personas sienten que no están solas con su problema**, se rompe el aislamiento al que muchos se habían sometido. Por otra parte, la posibilidad de compartir sus emociones y pensamientos sin miedo a la crítica fomenta un elevado nivel de cohesión grupal que conduce a cambios psicológicos más estables a lo largo del tiempo.

Quién puede beneficiarse de una terapia de grupo

La terapia grupal puede ser muy útil para tratar la mayoría de los problemas o trastornos psicológicos, ya sea como elemento terapéutico aislado o como complemento a la psicoterapia individual, aunque está más difundida en situaciones como:

- Trastornos del estado de ánimo como la depresión y [la ansiedad](#)
- Estrés postraumático
- Situaciones de duelo por pérdida de un ser querido o otras una ruptura sentimental
- Adicciones
- Trastornos de personalidad
- Timidez y fobia social
- Trastorno de alimentación, como la anorexia y la bulimia
- Enfermedades crónicas o de carácter grave
- Problemas de auto estima o inseguridad
- Dependencia emocional
- Relaciones conflictivas

El grupo es guiado por el psicoterapeuta, que asume el rol de moderador para lograr que se aborden las diferentes problemáticas y que las personas no se alejen demasiado del objetivo. No obstante, los temas de debate no siempre son propuestos por el psicólogo, a veces surgen espontáneamente durante la sesión.

El terapeuta también propone dinámicas de grupo y ejercicios vivenciales para facilitar el "darse cuenta", la introspección y el autoconocimiento de uno mismo.

En cada sesión las personas interactúan, dan y reciben retroalimentación. Cada cual comparte los temas personales que le preocupan. El resto de las personas le escucha y después pueden decir lo que piensan o sienten al respecto. De esta forma, cada miembro del grupo se siente apoyado y, a la vez, escucha críticas constructivas que pueden promover la reflexión y el cambio.

Ventajas de la psicoterapia de grupo

Gran parte de nuestra vida cotidiana se desarrolla en un entorno grupal. De hecho, nuestra personalidad está moldeada por la influencia que ejerce, primero el entorno familiar, y más tarde los grupos sociales en los cuales nos insertamos. **Muchos de los conflictos que vivimos también provienen de las relaciones interpersonales**, por lo que, de una forma u otra, el grupo siempre está presente en nuestra vida. Por eso, también se puede utilizar como un agente facilitador del cambio, un espacio controlado que nos permita observarnos y analizarnos mientras estamos en contacto con los demás.

Desde esta perspectiva, las ventajas de la terapia grupal son muchas:

- **Le permite al terapeuta realizar un diagnóstico más profundo**, ya que la persona recrea sus dificultades en la interacción, exponiendo sus patrones de comportamiento y formas de pensar.
- **Confronta a la persona con los problemas** que antes era incapaz de reconocer y, al revelarlos, se quita un peso de encima sintiéndose más aliviada.
- **La persona acepta con mayor facilidad sus reacciones**, ya que las observaciones provienen del grupo, no de una figura de autoridad como la que representa el terapeuta.
- **Es más fácil afrontar el problema**, ya que la persona encuentra apoyo y comprensión en el grupo e incluso puede llegar a identificarse con algunos miembros.
- **Le permite poner sus dificultades en perspectiva** al compararlas con los problemas que afrontan los demás y darse cuenta de que no es la única persona que sufre en el mundo.
- **La persona aprende modelos de comportamientos alternativos y más asertivos**, que son motivados por el propio grupo.
- **Ofrece apoyo social y una oportunidad para relacionarse con otros de manera profunda.** Se ha comprobado que el apoyo social es fundamental para nuestro bienestar psicológico y emocional.

Además, **otra ventaja de la terapia de grupo es que es menos costosa económicamente** que una terapia individual. Para muchas personas con dificultades económicas una terapia de grupo supone una alternativa económica a la terapia individual.

7.3 LOS TALLERES PSICOTERAPÉUTICOS

Son espacios grupales dirigidos por profesionales de la psicología y la terapia, diseñados para explorar y abordar distintas cuestiones emocionales y psicológicas.

Estos talleres proporcionan un **ambiente seguro y confidencial** donde los participantes pueden compartir sus experiencias y aprender estrategias para manejar sus emociones de manera saludable.

Los Talleres Terapéuticos, un recurso cada vez más destacado en el ámbito de la salud emocional, se han convertido en un pilar fundamental para el bienestar de numerosas personas. Estos espacios de **acompañamiento y crecimiento personal** han demostrado ser muy efectivos para abordar diversas problemáticas y mejorar la calidad de vida de quienes participan en ellos.

¿Para qué sirven los Talleres Terapéuticos?

Los Talleres Terapéuticos tienen varios objetivos terapéuticos, dependiendo del tipo de taller y las necesidades específicas de los asistentes. Algunos talleres están enfocados en la gestión del **estrés y la ansiedad**, mientras que otros abordan temas como la autoestima, el duelo, las habilidades sociales o el manejo de conflictos interpersonales.

El **enfoque grupal** de estos talleres permite que los participantes se beneficien del apoyo mutuo y la empatía, lo que puede resultar especialmente beneficioso para aquellos que se sienten aislados o solos en sus luchas emocionales.

Conclusiones

La entrevista psicológica clínica se erige como una piedra angular en el ámbito de la salud mental. Su importancia radica en su capacidad para revelar aspectos profundos de la experiencia humana y facilitar una intervención terapéutica personalizada.

La entrevista psicológica forense se establece como un vínculo esencial entre la psicología y el sistema legal. Su importancia radica en su capacidad para proporcionar información psicológica especializada que guía decisiones judiciales fundamentales. Al adoptar diversos tipos de entrevistas, el psicólogo forense contribuye significativamente a la administración de justicia, asegurando que la comprensión de la psicología humana sea un elemento integral en el proceso legal.

La entrevista psicológica laboral va más allá de la evaluación de habilidades técnicas; se centra en la identificación de rasgos de personalidad, valores y competencias que son fundamentales para el éxito en un entorno laboral específico. Además de la selección inicial, la entrevista psicológica laboral también se utiliza en el desarrollo profesional, identificando áreas de fortaleza y oportunidades de crecimiento para los empleados existentes. Al adoptar diversos tipos de entrevistas, las organizaciones pueden asegurar una evaluación integral de los candidatos y empleados, contribuyendo así a un entorno laboral vibrante y eficiente.

La entrevista psicológica pedagógica desempeña un papel crucial en el ámbito educativo al facilitar la comprensión integral de los estudiantes. A través de modelos como el Ecológico, Centrado en la Solución y otros, la entrevista psicológica pedagógica promueve no solo el éxito académico, sino también el bienestar emocional y el desarrollo personal de los estudiantes. Al adoptar estas perspectivas, los profesionales de la psicología pedagógica contribuyen significativamente a la creación de un entorno educativo que nutre el potencial de cada estudiante de manera holística.

El informe psicológico en el área clínica no solo es un documento técnico, sino una herramienta que abraza la complejidad de la experiencia humana. Su estructura cuidadosa y sus funciones integrales lo convierten en un medio valioso para comprender, comunicar y abordar las complejidades de la salud mental, sirviendo como un puente esencial entre la evaluación y la atención terapéutica.

El informe psicológico en el área forense es una herramienta poderosa que une la psicología y el sistema legal. Su estructura cuidadosa y sus funciones específicas lo convierten en un recurso invaluable para comprender y evaluar cuestiones psicológicas en el ámbito judicial, desempeñando un papel central como un elemento de evidencia que contribuye al proceso de justicia.

El informe psicológico en el área educativa es un recurso invaluable que apoya el desarrollo integral de los estudiantes y promueve un entorno educativo inclusivo y centrado en el alumno. Su estructura cuidadosa y sus funciones específicas lo convierten en una herramienta esencial para comprender y abordar las necesidades individuales de los estudiantes, promoviendo el éxito académico y emocional en el contexto educativo.

El informe psicológico en áreas multidisciplinarias es una herramienta esencial que facilita la integración de diferentes perspectivas en la comprensión y abordaje del individuo. Su estructura flexible y sus funciones específicas lo convierten en un recurso invaluable para promover un enfoque integral y colaborativo en la atención de la salud y el bienestar de las personas.

Los elementos del informe psicológico son esenciales en la práctica profesional del psicólogo, ya que proporciona una síntesis organizada de los hallazgos de la evaluación y orienta la intervención en el ámbito psicológico. Su estructura cuidadosa y sus componentes clave aseguran la claridad, la objetividad y la utilidad del documento en la toma de decisiones clínicas y la planificación de intervenciones centradas en las necesidades del individuo evaluado.

Recomendaciones

Entrevista clínica:

- **Comprensión de la importancia:** Es crucial para los estudiantes universitarios comprender la importancia de desarrollar habilidades efectivas de entrevista clínica, ya que esto les permitirá establecer una relación terapéutica sólida y recopilar información relevante para el diagnóstico y tratamiento.
- **Práctica y entrenamiento:** Se sugiere que los estudiantes participen en prácticas supervisadas de entrevista clínica para mejorar sus habilidades de comunicación, empatía y escucha activa.
- **Exploración de temas de investigación:** Se recomienda investigar sobre técnicas de entrevista clínica específicas, como la entrevista motivacional o la entrevista centrada en soluciones, y su eficacia en diferentes contextos clínicos.

Recomendaciones Entrevista forense:

El psicólogo debe tener un conocimiento del marco legal general y profundizar en la ley y artículos que le validen y le protejan al momento de ejercer su rol, generando así los límites requeridos entre el entrevistador y el entrevistado,

Se sugiere buscar supervisión y mentoría de profesionales experimentados en el campo forense para adquirir su experiencia y obtener orientación en el área.

Recomendaciones entrevista laboral:

Será importante el manejo de las pruebas psicométricas y de saber liderar un grupo brindando indicaciones sistemáticas en los procesos que se requiera, se recomienda realizar previamente sesiones de simulación para pulir detalles.

Es importante que los estudiantes desarrollen habilidades de comunicación efectivas, como capacidad de respuesta ante preguntas y una comprensión sólida de las competencias requeridas para el puesto.

Recomendaciones entrevista pedagógica:

Lo primero es recordar que se trabajará a partir de la primera infancia hasta la adolescencia, por lo cual será importante saber entrevistar según la etapa de desarrollo de los estudiantes,

también saber aplicar la entrevista a niños a través del juego y evitar las preguntas directas, especialmente a los de primera infancia.

Es vital saber aplicar pruebas psicométricas a grupos de estudiantes y de forma individual sin perder los protocolos indicados en cada prueba.

Finalmente evitar lo más que se pueda el contacto físico para evitar cualquier percance legal para respetar las leyes que velan por los derechos de la infancia dentro y fuera del salón de clases.

Recomendaciones Informe psicológico:

Debe ser comprensible, útil y práctico para el lector, así que al redactarse debe procurarse plasmar lo más general y sustancial de cada etapa de la intervención, pues lo que se busca es informar de forma general y breve.

De igual manera fomentar la ética profesional al manipular informes, no permitir que caiga en manos curiosas y que eso conlleve a la divulgación de información privada y personal, es decir, hacer buen uso y responsable de la información que se maneja.

Recomendaciones de los tipos de informes:

Que los estudiantes exploren e indaguen sobre los diferentes tipos de informes para comprender su estructura, contenido requerido y eficacia de los mismos, de igual manera saber identificar los enfoques que tiene cada tipo de informe.

Recomendaciones de los elementos clave del informe psicológico:

Es importante realizar una estructura clara y lógica en los informes, manteniendo un orden establecido en la información a recabar, como introducción, datos personales, documentos, etc.

De igual manera enfocarse en datos relevantes y significativos, evitando la redundancia o información no pertinente, finalmente es importante realizar un análisis crítico de los datos recopilados y que se presenten conclusiones respaldadas por evidencia.

Referencias bibliográficas

- Alicia Muniz (comp.). (2018). Intervenciones en psicología clínica. Herramientas para la evaluación y el diagnóstico. Universidad de Uruguay.
- Arturo Bados y Eugeni García Grau. (2010). La técnica de la Reestructuración cognitiva. Departamento de personalidad, Evaluación y tratamiento psicológicos facultad de psicología, Universidad de Barcelona. Rc 63.
- Autor/es a. Del barrio. El informe Neuropsicológico (a). Editorial síntesis.2017.
- Charle Nahoum. (1961).la entrevista psicológica. Editolliai. Kapelusz, s. A. - Buenos Aires.
- Conxa Perpiñá. (2012). Manual de la entrevista psicológica. Madrid: pirámides.
- James Morrison. (2015). La entrevista psicológica. México D.F.: Manual moderno.
- José Bleger. (1964). La entrevista psicológica su empleo en el Diagnóstico y la investigación. Departamento de psicología, Universidad de bs.as. Facultad de filosofía y letras, i, 12.
- Mtra. Cristina Heredia y Ancona. (2012) informe Psicológico. México D.F. Facultad de psicología. UNAM.
- O. Lichtenberger, n. Mather, n. Kaufman y a. Kaufman. Claves para la elaboración de informes De evaluación (a). Editorial tea ediciones S.a.u.2017.
- Ops. Folleto herramientas para desarrollar actividades Terapéutica. Módulo 3 grupos de apoyo y otras metodologías de Acompañamiento grupal.