

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**  
**FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES**  
**SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



INFORME FINAL DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN:  
**CURSO DE ESPECIALIZACIÓN: EVALUACIÓN PSICOLÓGICA**

TÍTULO DEL INFORME FINAL:

**INTERVENCION PSICOTERAPEUTICA EDUCACIONAL Y MOTIVACIONAL EN MIEMBROS  
DEL GRUPO A-A**

PARA OPTAR AL GRADO ACADEMICO DE:

**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTADO POR:

**JOSELYN AZUCENA PANAMEÑO PADILLA (N° CARNET: PP19051)**

**KARLA PATRICIA SORTO MORALES (N° CARNET: SM18037)**

**VERÓNICA PATRICIA HERNÁNDEZ ALBERTO (N° CARNET: HA18021)**

DOCENTE ASESOR:

**MSC. LUIS ROBERTO GRANADOS GÓMEZ**

**OCTUBRE DE 2024**

**SAN MIGUEL, EL SALVADOR, CENTROAMERICA**

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**

**AUTORIDADES**



**MSC.JUAN ROSA QUINTANILLA**

**RECTOR**

**DRA. EVELYN BEATRIZ FARFÁN**

**VICERRECTORA ACADÉMICA**

**MSC.ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO**

**VICERRECTOR ADMINISTRATIVO**

**LIC.PEDRO ROSALÍO ESCOBAR CASTANEDA**

**SECRETARIO GENERAL**

**LIC. CARLOS AMILCAR SERRANO RIVERA**

**FISCAL GENERAL**

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**  
**FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL**  
**AUTORIDADES**



MSC. CARLOS IVAN HERNÁNDEZ FRANCO

**DECANO**

DRA. NORMA AZUCENA FLORES RETANA

**VICEDECANA**

LIC. CARLOS DE JESUS SANCHEZ

**SECRETARIO**

ANA CECILIA CAÑAS ZELAYA

**JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

MSC. RENE CAMPOS QUINTANILLA

**COORDINADOR DEL PROCESO DE GRADO DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

## **DEDICATORIA**

Dedico con todo corazón mi trabajo a mi madre, pues sin ella no lo habría logrado. Tus enseñanzas, consejos y bendiciones a diario a lo largo de mi vida me protegen y me llevan por el camino del bien. Por todo eso te doy mi trabajo en ofrenda por tu paciencia y amor madre mía, te amo.

**VERÓNICA PATRICIA HERNÁNDEZ ALBERTO**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a mis padres William Panameño y Guadalupe Padilla.

Estoy profundamente agradecida con mis padres, quien me enseñaron los valores y responsabilidades de la vida, quienes con mucho esfuerzo me ayudaron a salir adelante, aconsejándome y guiando cada paso que di hasta este momento. Este logro es gracias a su inmenso amor y dedicación. Doy gracias a Dios por todas la bendiciones y sabiduría que me dio para poder cumplir esta meta, así como valoro el esfuerzo, las lecciones de vida que me han impartido y por el cariño que siempre me han brindado. Mi gratitud hacia ustedes es imposible de expresar completamente. Este trabajo es un triunfo del cual, así como yo estoy orgullosa de haber logrado mis metas, espero que igual lo estén de mí. Gracias por ser los mejores padres del mundo, por estar en cada paso a mi lado.

A mi esposo Moisés Jiménez gracias a su amor y apoyo que me ha brindado en este periodo de preparación y quien ha sido la base de nuestro hogar. Esta trabajo es un tributo a la colaboración, paciencia y comprensión que has brindado a lo largo de este viaje académico. Gracias por ser un pilar de fortaleza y un ejemplo para nuestros hijos. Tu presencia en mi vida es un regalo invaluable, y este logro es nuestro, en equipo.

**JOSSELYN AZUCENA PANAMEÑO PADILLA**

## **DEDICATORIA**

A Dios por brindarme la oportunidad de estudiar y aprender.

A mí familia, a mis padres y hermanos, ya que gracias a ellos soy lo que soy, este logro es de todos.

Gracias por nunca dejarme sola.

**KARLA PATRICA SORTO MORALES**

## **AGRADECIMIENTOS**

Primeramente, agradezco a Dios todo poderoso por ser el autor de mi vida y darme el valioso privilegio de entrar a esta carrera tan maravillosa que es la Licenciatura en Psicología, por permitirme llegar hasta este día que es muy importante para mí, dándome las herramientas necesarias para culminar con éxito mi trabajo y hacerme entender que los sueños si se hacen realidad cuando los deseas con todo el corazón. Asimismo, por haberme guiado desde siempre y ser mi fortaleza en los momentos más difíciles.

A mi padre, José Antonio Hernández, que, aunque ya no está en este plano terrenal sé que desde donde este, estará muy orgulloso de mí, por ser quien me incentivó y motivo a estudiar, quien anhelo que yo fuera una profesional y ahora es un hecho. Agradezco infinitamente tanto amor y cariño durante mi infancia y todos los valores aprendidos

A mi madre, María Senovia Alberto, por ser la mejor mamá, por darme su apoyo ilimitado e incondicional, por creer en mi en todo momento, por enseñarme principios y valores que sin duda han sido mis mejores herramientas en este camino llamado vida. Desde el día 1 de la carrera me llamaste licenciada y ya es un hecho.

A mis hermanas, Fátima del Carmen Hernández y Natalia Andrea Hernández por apoyarme y creer en mis capacidades. Mis logros también son suyos y hoy por hoy los comparto con mucha satisfacción.

A mi compañero de vida, Kilmar Manfredy González, por su apoyo incondicional, por acompañarme en cada paso y celebrar siempre con mucha satisfacción mis triunfos, los cuales son de ambos.

A mi amiga Karla Patricia Sorto por ser mi compañera en este camino, lleno de mucho aprendizaje, por su apoyo y amistad sincera, por creer en mi e impulsarme a seguir adelante.

**| Verónica Patricia Hernández Alberto. |**

## **AGRADECIMIENTOS**

Le agradezco a Dios por iluminar mi camino durante este proceso de formación profesional, por guiarme y nunca desfallecer en el camino.

A mis padres, William panameño y Guadalupe Padilla, que siempre me han apoyado durante estos 6 años de estudio, ya sea emocional y económicamente, gracias a ellos por enseñarme el valor de la perseverancia, el respeto, la responsabilidad y el amor a lo que hago, gracias por formar a la persona que hoy en día soy.

También quiero agradecer a mi esposo por todo el apoyo incondicional el amor y la paciencia que ha brindado y por la ayuda económica que me ha brindado durante estos años. A mis hermanos por el apoyo incondicional y por ayudarme en mis noches de desvelos.

**| Josselyn Azucena Panameño Padilla |**

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco primeramente a Dios por haberme permitido llegar hasta donde estoy, sin su voluntad no habria podido llegar tan lejos.

Agradezco a mi papá Carlos Rene Sorto por su amor y su apoyo incondicional, gracias por todo lo que en vida hizo por mi. Le estare agradecida toda la vida.

A mi mamá Betty, por el amor y por ser la que siempre esta motivandome a seguir adelante.

Infinitas gracias a mis hermanos, Carly, Marvin, Mery, Saul y Aaron gracias por el amor que me regalan todos los días, gracias por apoyarme y no dejarme sola cuando nuestro papá murio, gracias infinitas a todos.

Muchas gracias por tanto.

Tambien agradezo a Dios y a la vida por haberme puesto en mi camino a mi amiga Paty, gracias por tus consejos y por tu apoyo incondicional.

Los quiero.

**| Karla Patricia Sorto Morales. |**

# Índice

<b>RESUMEN .....</b>	<b>17</b>
<b>Palabras clave: alcoholismo, porcentaje, psicoterapia.....</b>	<b>17</b>
<b>SUMMARY .....</b>	<b>18</b>
<b>Keywords: alcoholism, percent, psychotherapy. ....</b>	<b>18</b>
<b>INTRODUCCION .....</b>	<b>19</b>
<b>GENERALIDADES .....</b>	<b>20</b>
<b>Nombre del programa: .....</b>	<b>20</b>
<b>DIAGNOSTICO SITUACIONAL.....</b>	<b>21</b>
<b>Grafica 1. Usuario 1: L.A.R .....</b>	<b>21</b>
<b>Grafica 2. Usuario 2: C.M.....</b>	<b>21</b>
<b>Grafica 3. Usuario 3: A.Q .....</b>	<b>22</b>
<b>Grafica 4. Usuario 4: V.M.....</b>	<b>22</b>
<b>Grafica 5. Usuario 5: R.G.....</b>	<b>23</b>
<b>Grafica 6. Usuario 6: L. R.....</b>	<b>23</b>
<b>Grafica 7. Usuario 7: C. C .....</b>	<b>24</b>
<b>Grafica 8. Usuario 8: L.Q.....</b>	<b>24</b>
<b>Grafica 9. Usuario 9: M.B.....</b>	<b>25</b>
<b>Grafica 10. Usuario 10: C.G .....</b>	<b>25</b>
<b>Grafica 11. Usuario 11: G.G.....</b>	<b>26</b>
<b>Grafica 12. Usuario 12: J.M.....</b>	<b>26</b>
<b>Grafica 13. Usuario 13: M.M.....</b>	<b>27</b>
<b>Grafica 14. Usuario 14: J.A.R.....</b>	<b>27</b>
<b>Grafica 15 .....</b>	<b>28</b>
<b>Grafica General De Bienestar Psicologico .....</b>	<b>28</b>
<b>Grafica 16. ....</b>	<b>29</b>
<b>Grafica 17. ....</b>	<b>29</b>
<b>Grafica 18 .....</b>	<b>30</b>
<b>Grafica 19. ....</b>	<b>30</b>
<b>Grafica 20. ....</b>	<b>31</b>
<b>Grafica 21 .....</b>	<b>31</b>
<b>Grafica 22. ....</b>	<b>32</b>
<b>Grafica 23 .....</b>	<b>32</b>
<b>Grafica 24. ....</b>	<b>33</b>

<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>34</b>
General:.....	34
Específicos: .....	34
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>35</b>
<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>36</b>
Diseño del Estudio. ....	36
Área de estudio.....	36
Población.....	36
Muestra.....	36
Unidad de análisis.....	36
Instrumentos de Medición .....	36
Recolección, procedimientos y análisis de datos. ....	37
Programa.....	37
<b>APLICACIONES .....</b>	<b>38</b>
<b>DESCRIPCIÓN.....</b>	<b>39</b>
<b>BASE TEÓRICA.....</b>	<b>40</b>
¿Qué es el alcoholismo? .....	40
Trastorno por consumo de alcohol.....	40
Síntomas .....	41
El alcoholismo y sus causas .....	43
Autoestima.....	43
Factores de riesgo que causan la adicción .....	44
Consumo constante en el tiempo.....	45
Comenzar a una edad temprana .....	45
Antecedentes familiares.....	45
Depresión y otros problemas de salud mental.....	45
Antecedentes de trauma .....	45
Cirugía bariátrica.....	46
Factores sociales y culturales.....	46
Complicaciones.....	46
¿Cuándo el alcohol es un problema?.....	47
El alcohol en casa .....	48
¿Qué ocurre cuando se convive con un alcohólico? .....	50
Consecuencias del alcoholismo en la familia .....	51
Los síntomas a corto plazo se presentan en cuestión de minutos y son principalmente los siguientes .	53

Síntomas psicológicos del alcoholismo a largo plazo.....	53
Autores.....	55
Asesores.....	56
Validez Y Confiabilidad Teórica .....	57
Sesión 1:.....	57
Sesión 2:.....	60
Objetivo: .....	60
Sesión 3:.....	62
Objetivo: .....	62
Sesión 4:.....	65
Objetivo: .....	65
Sesión 5:.....	67
Objetivo: .....	67
Sesión 6:.....	70
Objetivo: .....	70
Sesión 7:.....	72
Objetivo: .....	72
Sesión 8:.....	75
Objetivo: .....	75
Sesión 9:.....	78
Objetivo: .....	78
Sesión 10:.....	80
Objetivo: .....	80
Sesión 11:.....	83
Objetivo: .....	83
Sesión 12:.....	85
Objetivo: .....	85
CONSTRUCTO.....	87
EXPERTOS.....	87
SESION 2: Cambio De Tema .....	87
METAS.....	88
FUNDAMENTACIÓN PSICOTERAPÉUTICA.....	89
Conductismo.....	89
Terapias conductuales.....	89
Psicología Cognitiva .....	90

Terapias de orientación cognitiva.....	90
TEMAS O SESIONES.....	91
Sesion 1:.....	91
Sesion 2:.....	91
Sesion 3.....	91
Sesion 4.....	92
Sesion 5.....	92
Sesion 6.....	92
Sesion 7.....	92
Sesion 8.....	93
Sesión 9.....	93
Sesión 10.....	93
Sesión 11.....	93
Sesión 12.....	94
DETALLE DE SESIONES.....	95
ANEXO DE SESIONES.....	96
Sesión 1.....	96
Sesión 2.....	97
Sesión 3.....	97
Sesión 4.....	98
Sesión 5.....	99
Sesión 6.....	100
Sesión 7.....	101
Sesión 8.....	102
Sesión 9.....	102
Sesión 10.....	103
Sesión 11.....	103
Sesión 12.....	104
MATERIAL DE TRABAJO.....	105
BIBLIOGRAFIA.....	106
Bibliografía De Programa.....	106
Bibliografía De Sesiones.....	107
ANEXO DE PROGRAMA.....	109
Test De Bienestar Psicológico.....	114
ASISTENCIA.....	121



## RESUMEN

En el presente trabajo, basado en el tema del alcoholismo, vamos a encontrar el alcoholismo en su definición, según la OMS el alcoholismo se define como cualquier deterioro en el funcionamiento físico, mental o social de una persona. El porcentaje de personas que indican que han consumido alcohol ronda entre el 50.9% de la población, en un porcentaje menor, se considera que ya tienen un problema de alcohol o en su defecto tiene un trastorno de consumo de alcohol. En este trabajo, se plantea un programa de psicoterapia para que las personas alcohólicas o las personas que ya pertenecen a un grupo de autoayuda (alcohólicos anónimos A-A) conozcan más acerca del tema, en el aspecto físico y en el aspecto mental; también las sesiones fueron diseñadas para que ellos se motiven y sigan asistiendo al grupo de A-A. OBJETIVOS crear un programa de psicoterapia para disminuir la el dolor y sufrimiento emocional y para que se planteen un proposito de vida. METODLOGIA. Se considera descriptivo por que se describió el consumo de alcohol, las actitudes y las variables sociodemográficas.

**Palabras clave:** alcoholismo, porcentaje, psicoterapia.

## SUMMARY

In this research work, based on the topic of alcoholism, we are going to find alcoholism in its definition. According to the WHO, alcoholism is defined as any deterioration in the physical, mental or social functioning of a person. The percentage of people who indicate that they have consumed alcohol is around 50.9% of the population, a smaller percentage is considered to already have an alcohol problem or, alternatively, have an alcohol use disorder. In this work, a psychotherapy program is proposed so that alcoholic people or people who already belong to a self-help group (alcoholics anonymous A-A) learn more about the subject, in the physical and mental aspects; the sessions were also designed so that they are motivated and continue attending the A-A group. OBJECTIVES: Create a psychotherapy program to reduce emotional pain and suffering and to establish a life purpose. METHODOLOGY. It is considered descriptive because alcohol consumption, attitudes and sociodemographic variables were described.

**Keywords:** alcoholism, percent, psychotherapy.

## INTRODUCCION

El alcoholismo según la OMS, se define como: cualquier deterioro en el funcionamiento físico, mental o social de una persona. Caracterizado por una fuerte necesidad y ansiedad de ingerir bebidas alcohólicas, de forma que se crea una dependencia física y psicológica del individuo.

Sin lugar a dudas el alcoholismo es uno de los mayores problemas presentes en la sociedad Salvadoreña, por esa razón existen algunos grupos o centros de ayuda para la rehabilitación de las personas que ya reconocieron el problema que presentan.

En el Barrio San Isidro, Lolotique, San Miguel, encontramos un grupo de alcohólicos anónimos (A-A) donde nos interesamos por realizar nuestro trabajo de investigación dentro de ese grupo, para proponer un programa de psicoterapia para que las personas que asisten a dicho grupo se eduquen y se motiven a seguir asistiendo al grupo.

Para recolectar información de dicho grupo, realizamos una reunión adicional con el grupo de alcohólicos anónimos, donde impartimos un tema y también les pedimos a los miembros del grupo (A-A) que contestaran una entrevista y un test de Bienestar Psicológico.

Según las respuestas de los miembros del grupo, las respuestas más frecuentes que nos contestaron eran, el sufrimiento emocional, y también en el test de bienestar psicológico el puntaje menor fue de propósito de vida. Por esa razón, el programa que realizamos es enfocado en, propósito de vida, educación, motivación y a consecuencia de eso juntos vamos a poder aliviar o disminuir el dolor emocional que aun les afecta.

## GENERALIDADES

### Nombre del programa:

Intervención psicoterapéutica educativa y motivacional en miembros del grupo A-A

Autores del programa:

Josselyn Azucena Panameño Padilla --- PP19051

Karla Patricia Sorto Morales --- SM18037

Verónica Patricia Hernández Alberto ---HA18021

Año de creación: 2024

Número de sesiones: 12 sesiones

Duración: 90 minutos

Cupo: 20 personas

Cuántas veces se aplicará: 1 vez cada sesión

Costo total del programa: \$50.00

Lugar de implementación: casa de Don Mario Morales, Barrio San Isidro

Lolotique

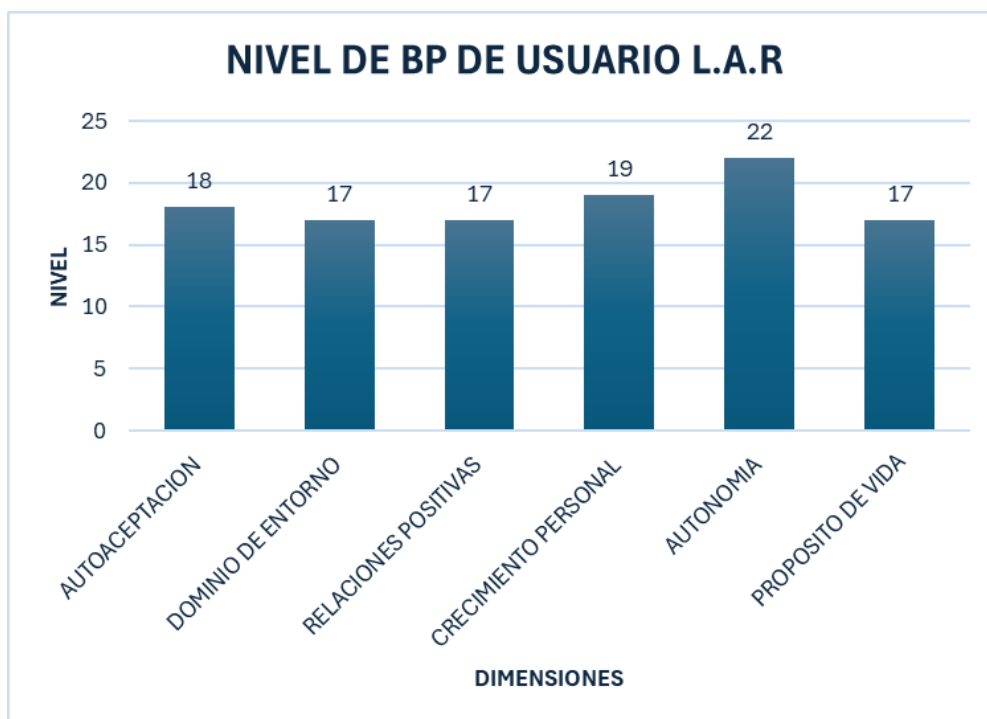
Modalidad: presencial – Grupal

Población meta: hombres

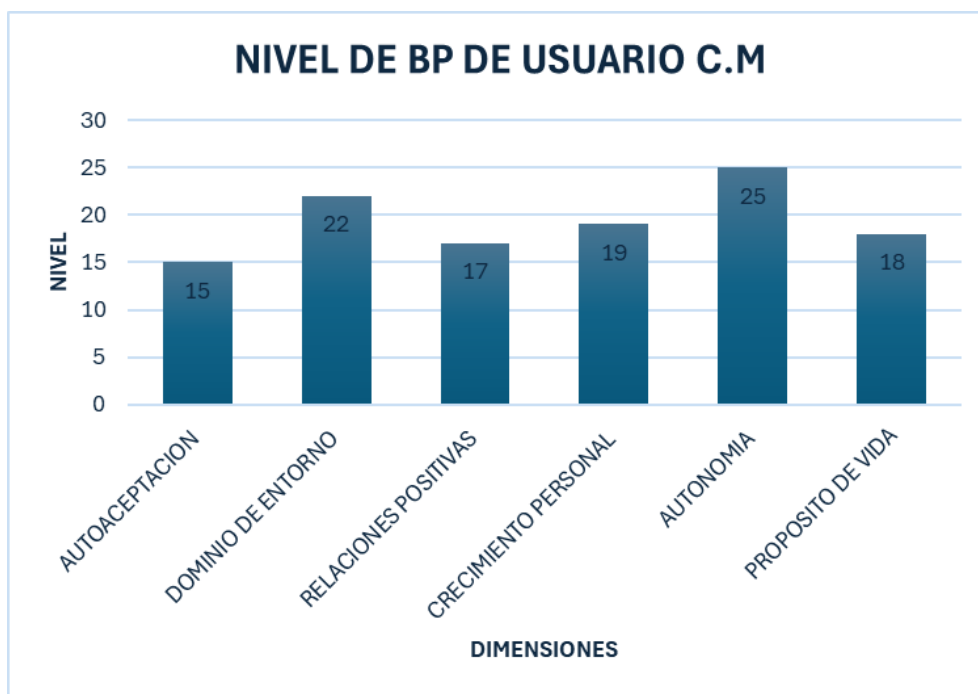
Edad: 30 a 70 años

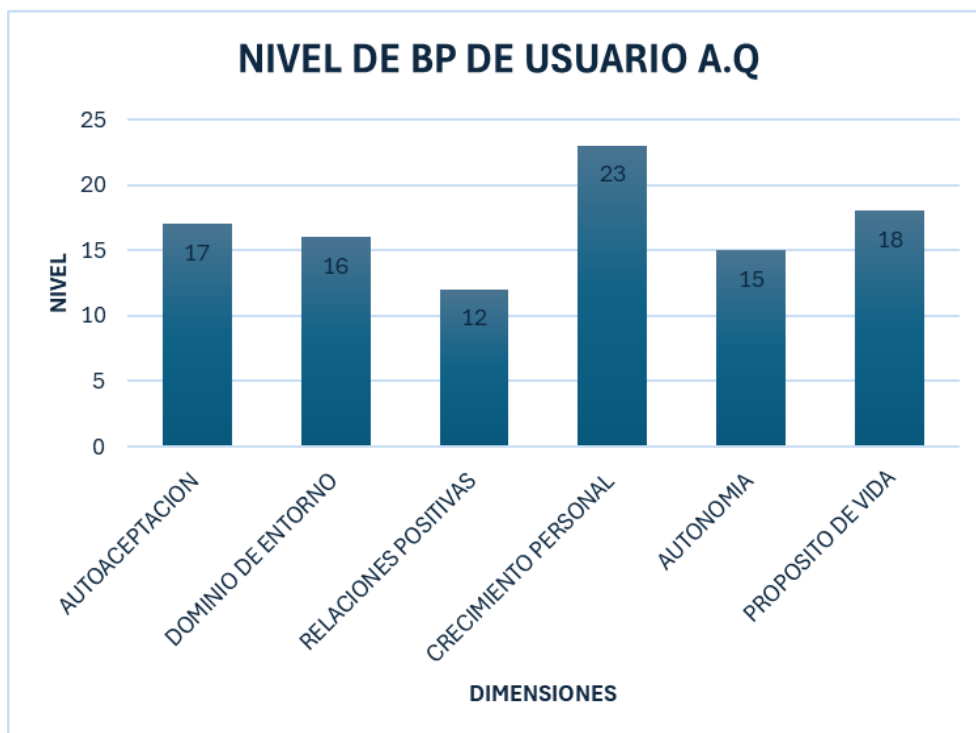
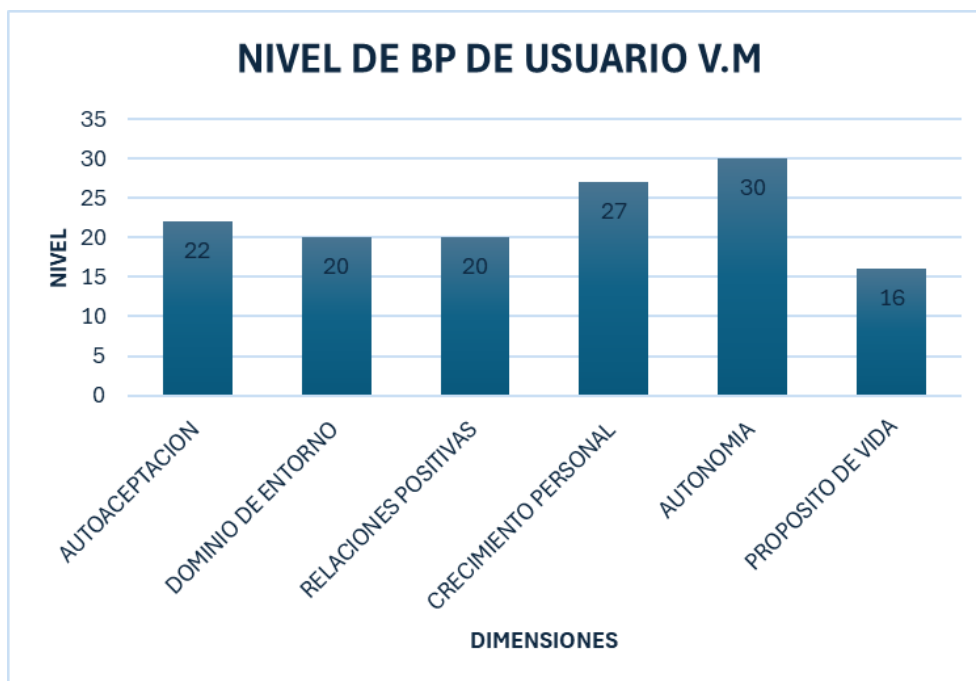
## DIAGNOSTICO SITUACIONAL

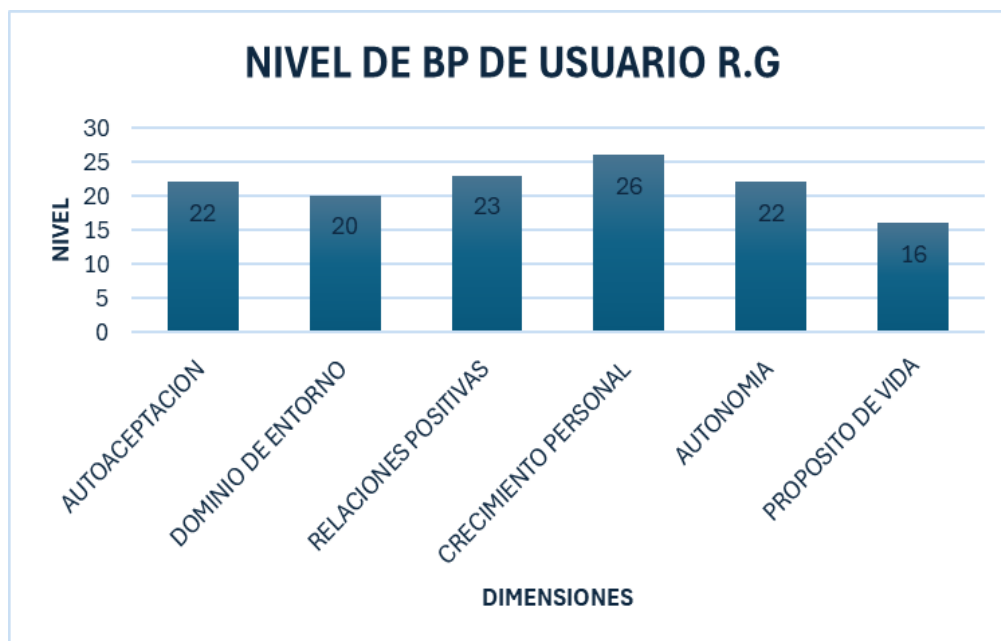
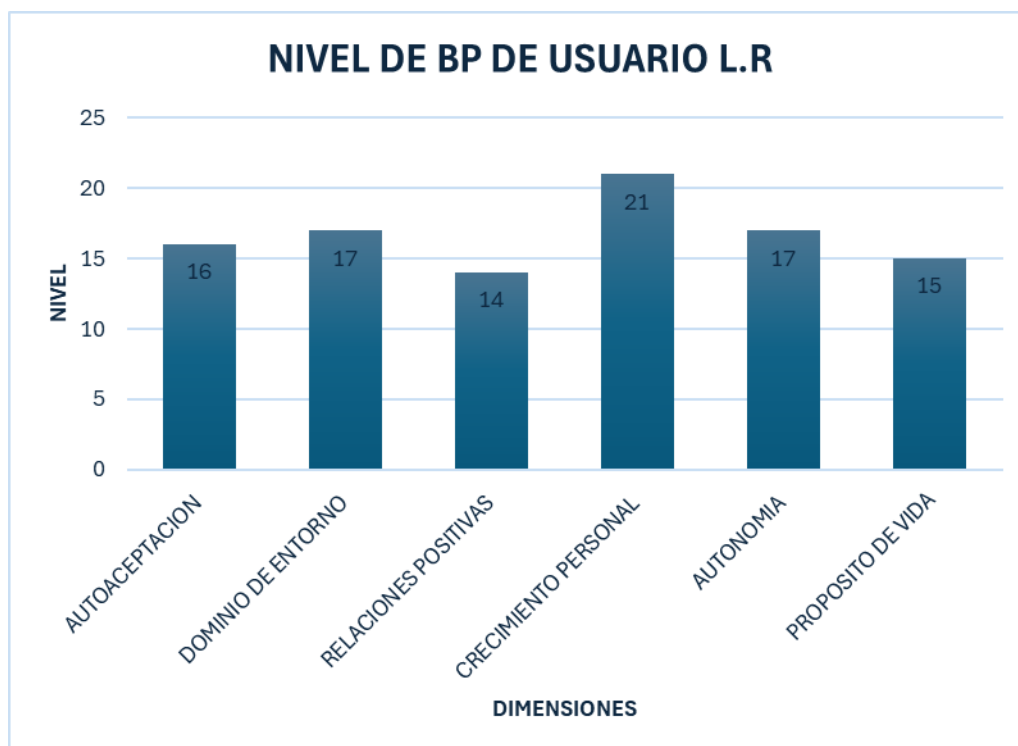
**Grafica 1. Usuario 1: L.A.R**

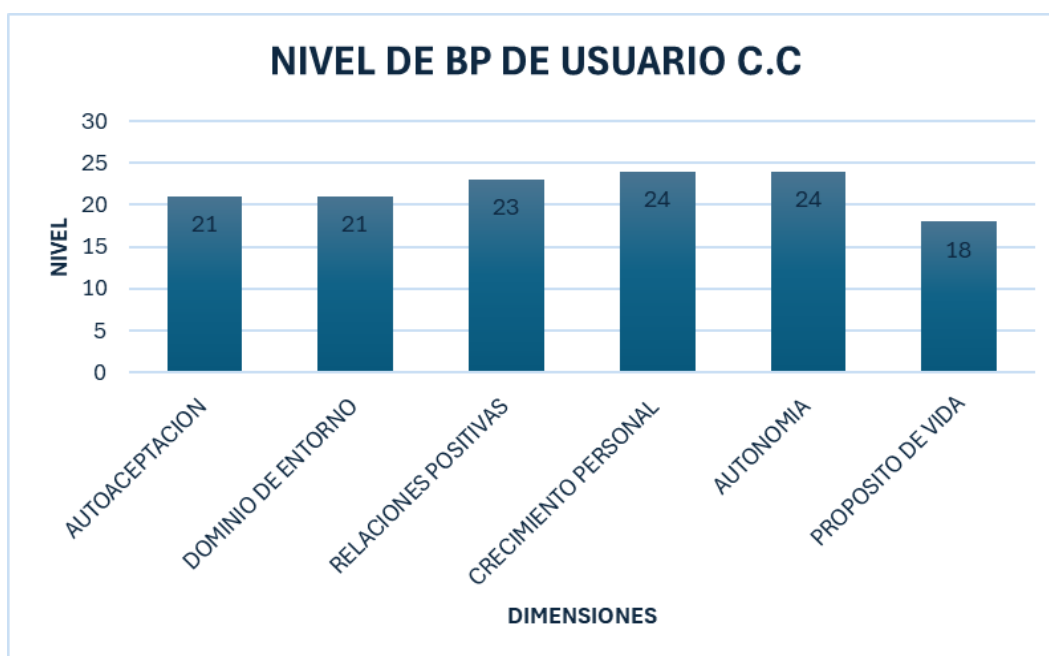
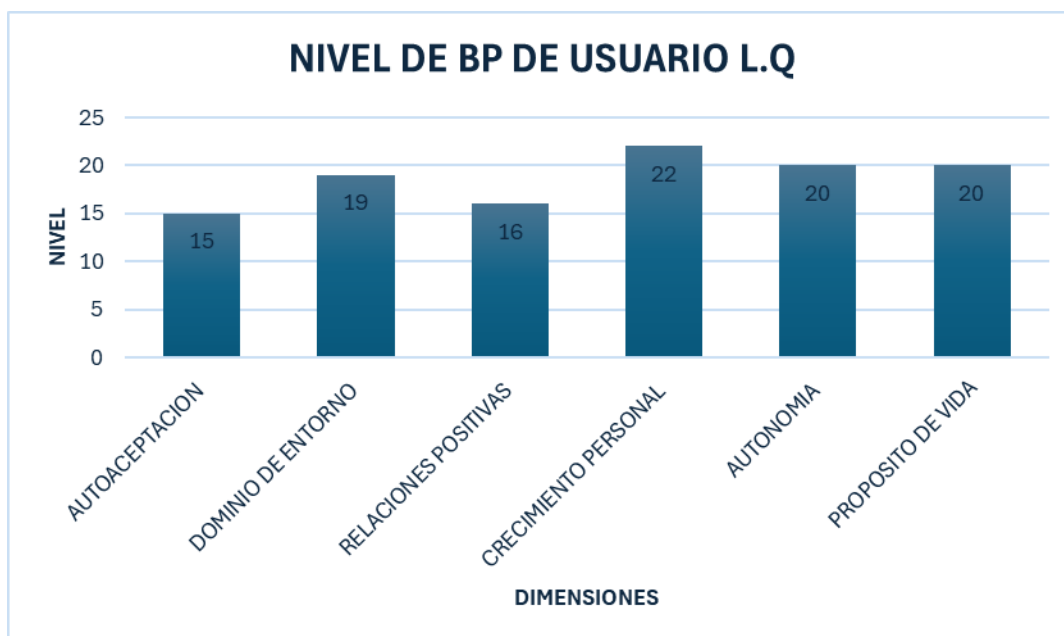


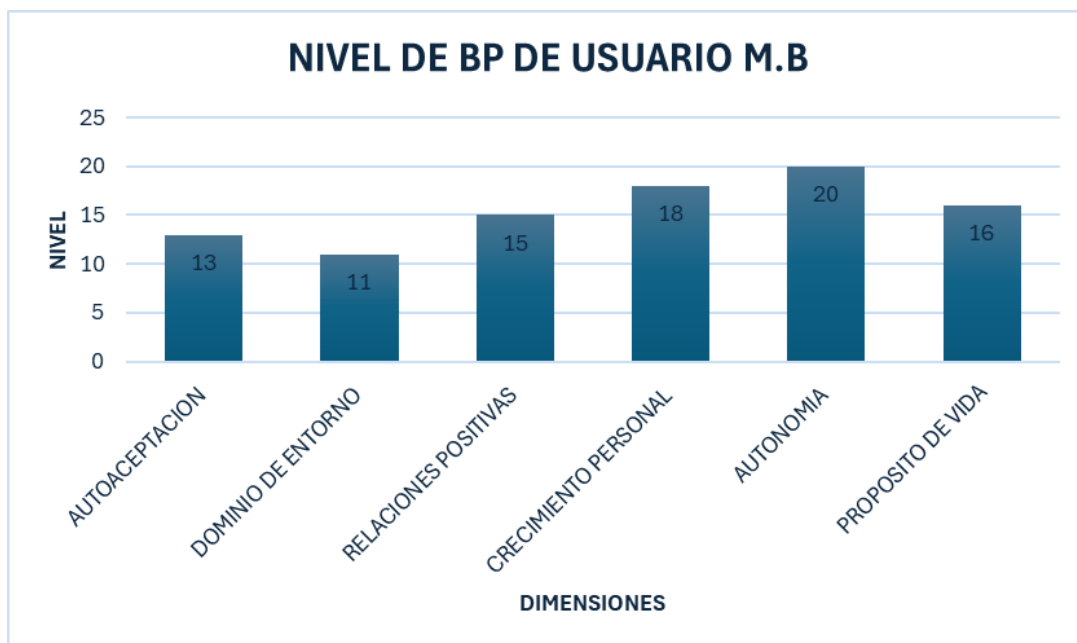
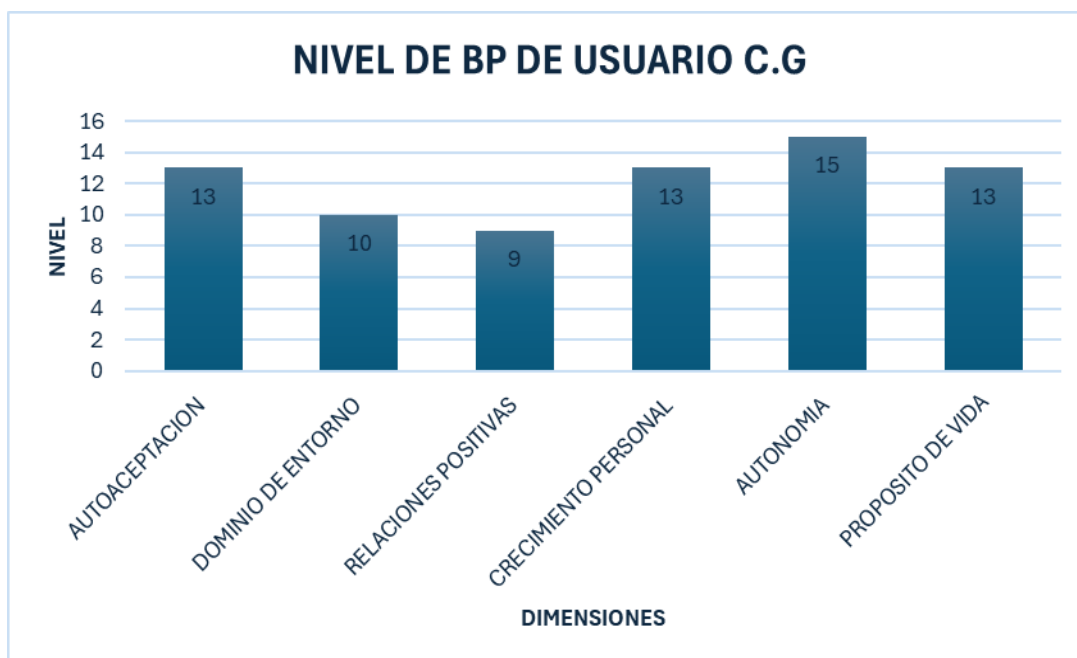
**Grafica 2. Usuario 2: C.M**

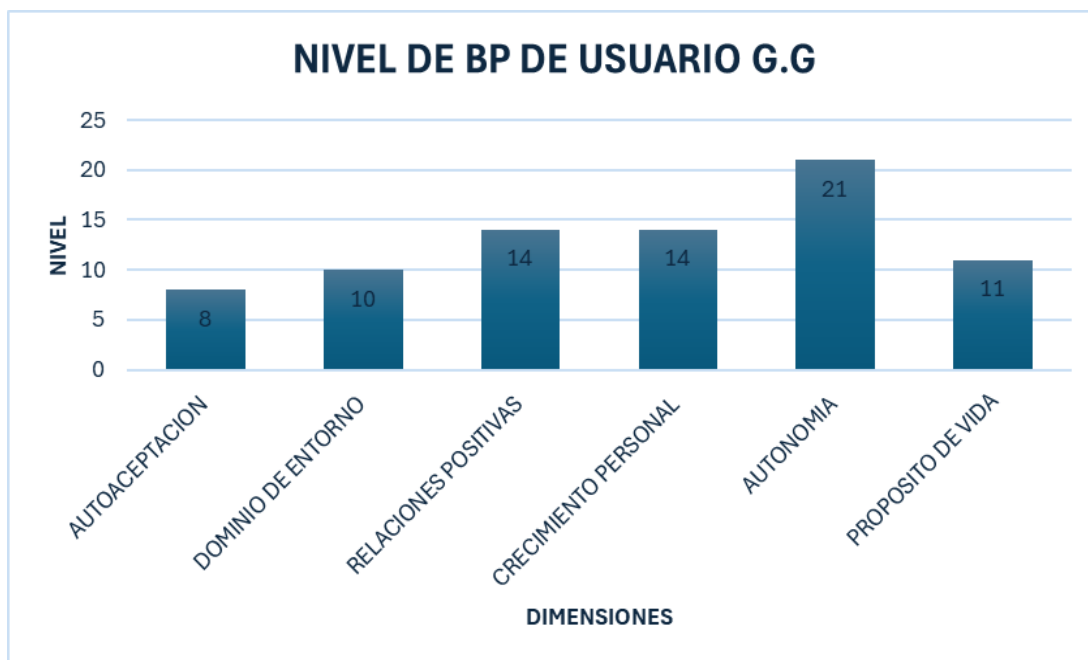
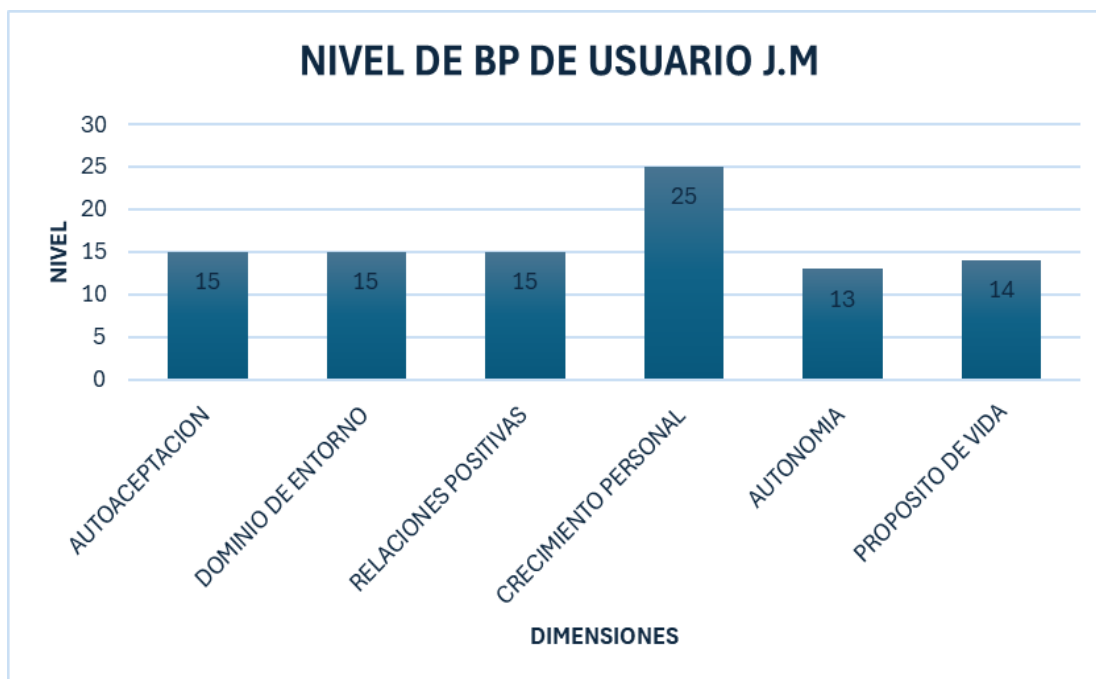


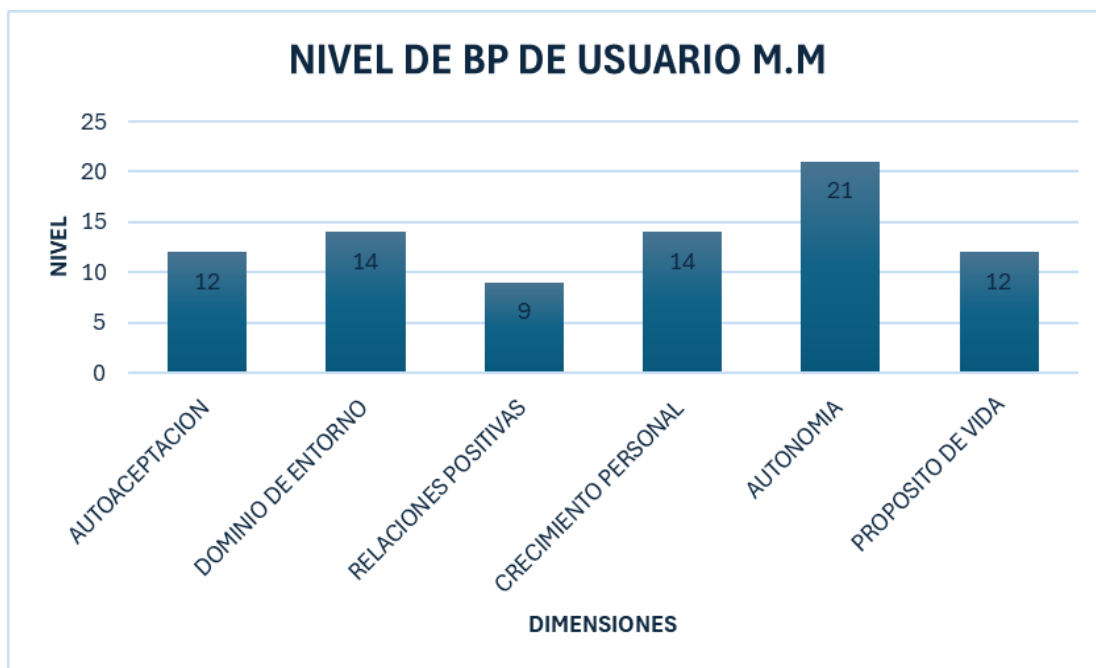
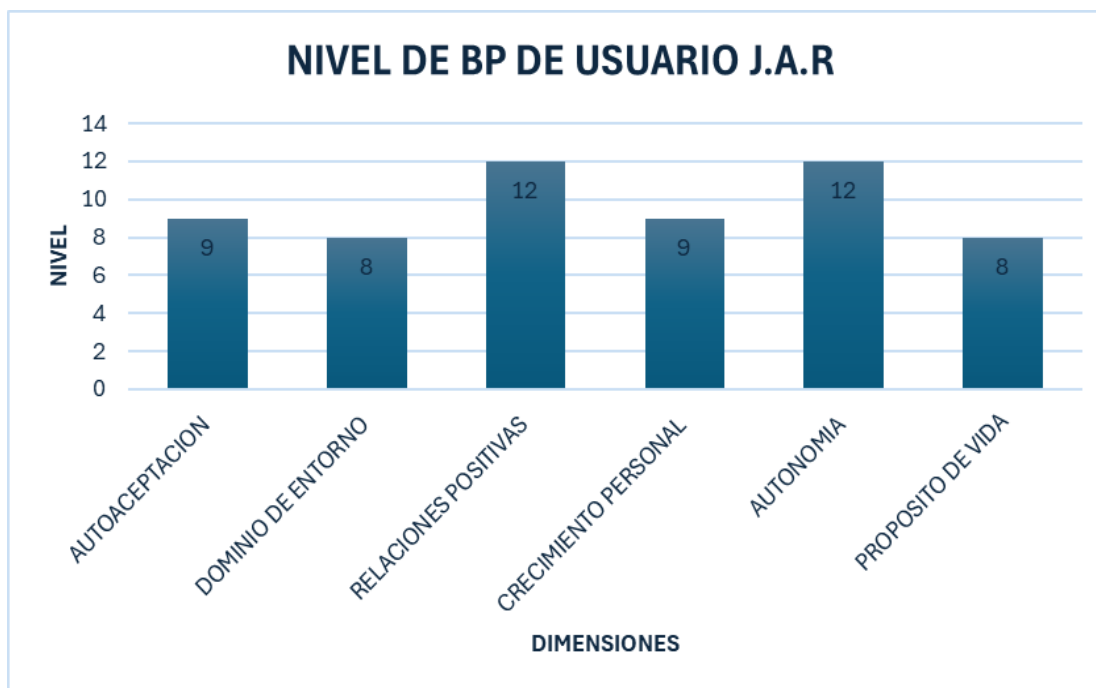
**Grafica 3. Usuario 3: A.Q****Grafica 4. Usuario 4: V.M**

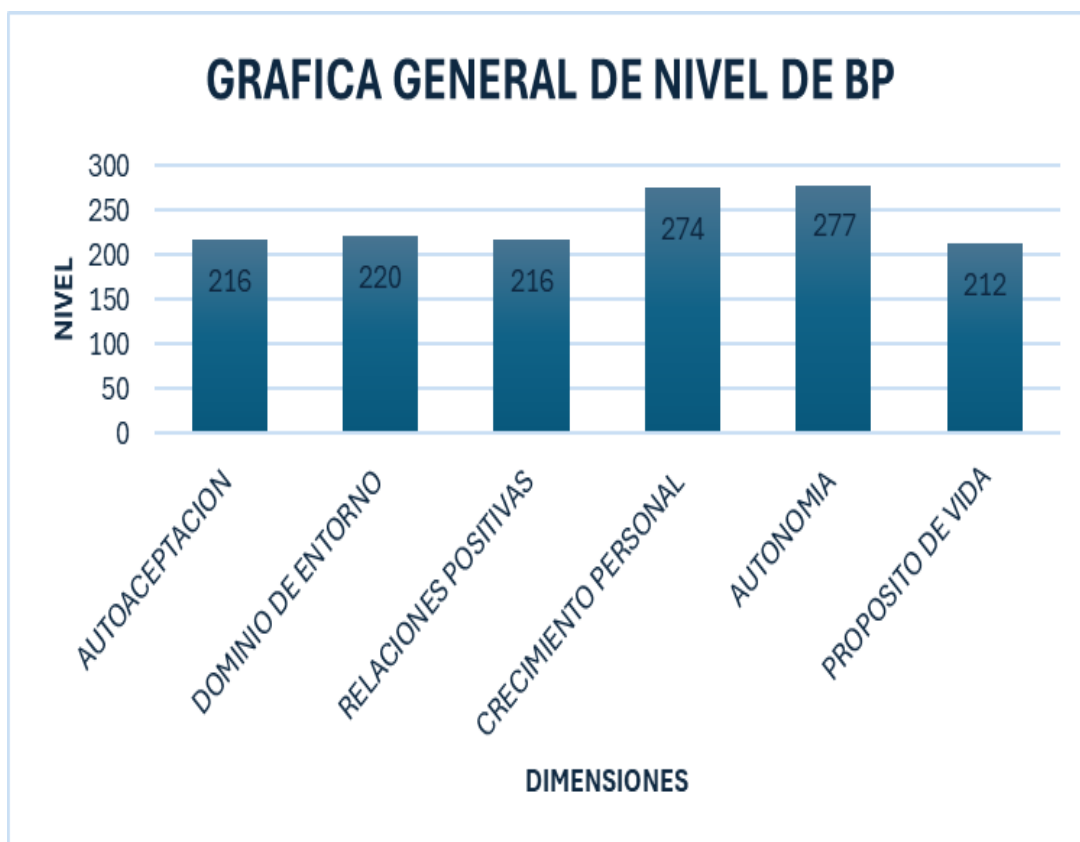
**Grafica 5. Usuario 5: R.G****Grafica 6. Usuario 6: L. R**

**Grafica 7. Usuario 7: C. C****Grafica 8. Usuario 8: L.Q**

**Grafica 9. Usuario 9: M.B****Grafica 10. Usuario 10: C.G**

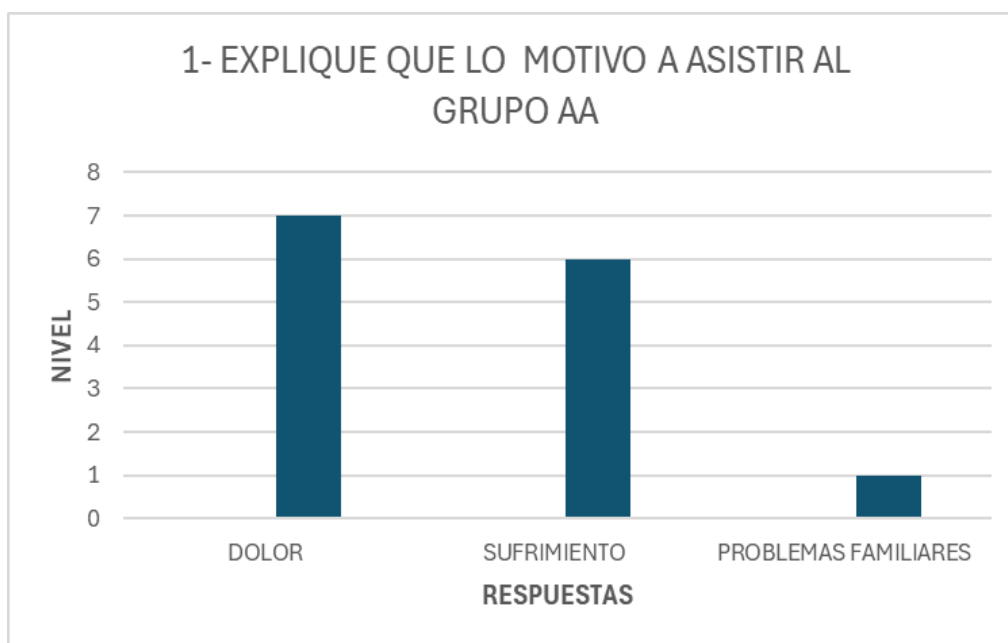
**Grafica 11. Usuario 11: G.G****Grafica 12. Usuario 12: J.M**

**Grafica 13. Usuario 13: M.M****Grafica 14. Usuario 14: J.A.R**

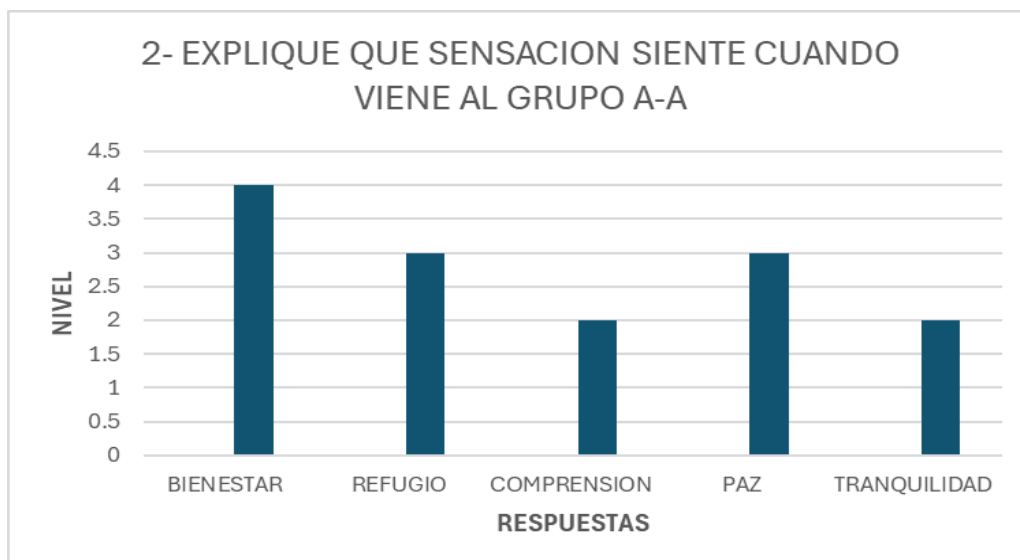
**Grafica 15****Grafica General De Bienestar Psicologico**

**Grafica 16.****Interpretación de la entrevista a alcohólicos anónimos.**

Explique que lo motivo a asistir al grupo A-A

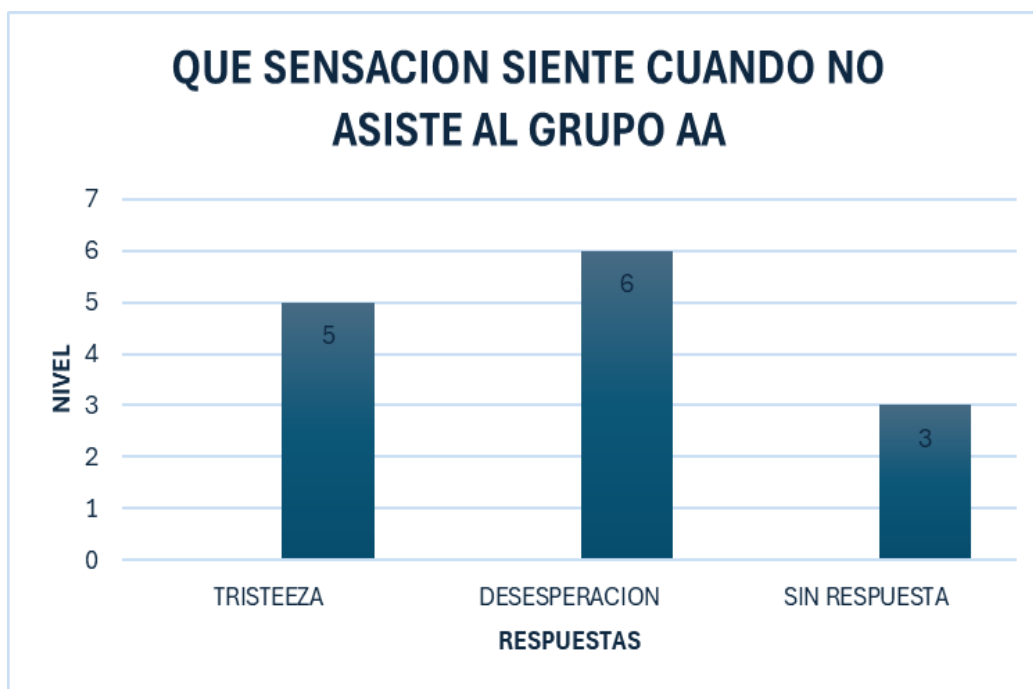
**Grafica 17.**

Explique qué sensación siente cuando viene al grupo



**Grafica 18**

Explique qué siente cuando no asiste al grupo A-A

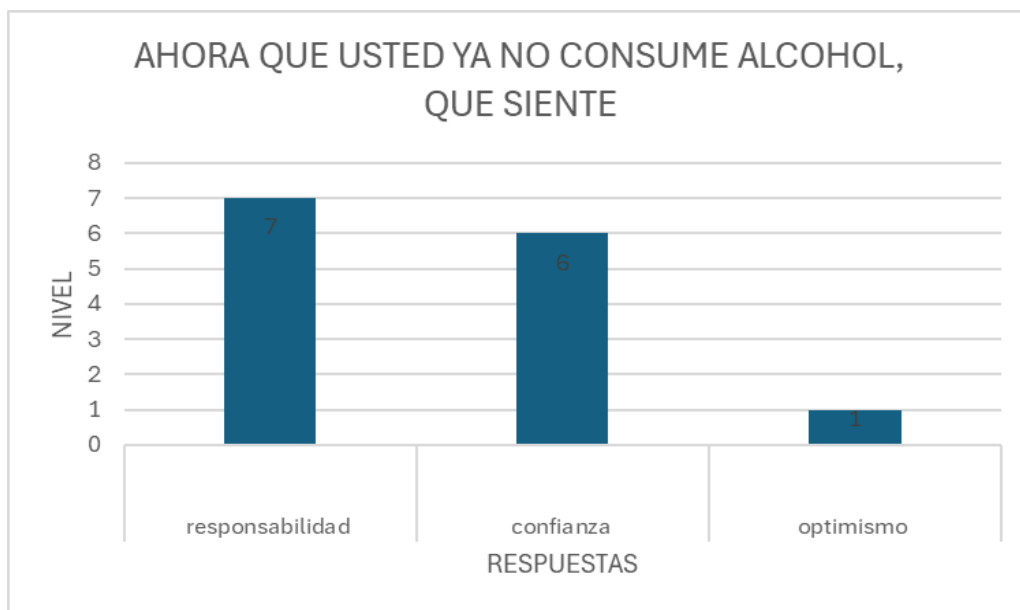
**Grafica 19.**

Cuando usted consumía alcohol que sensación sentía.

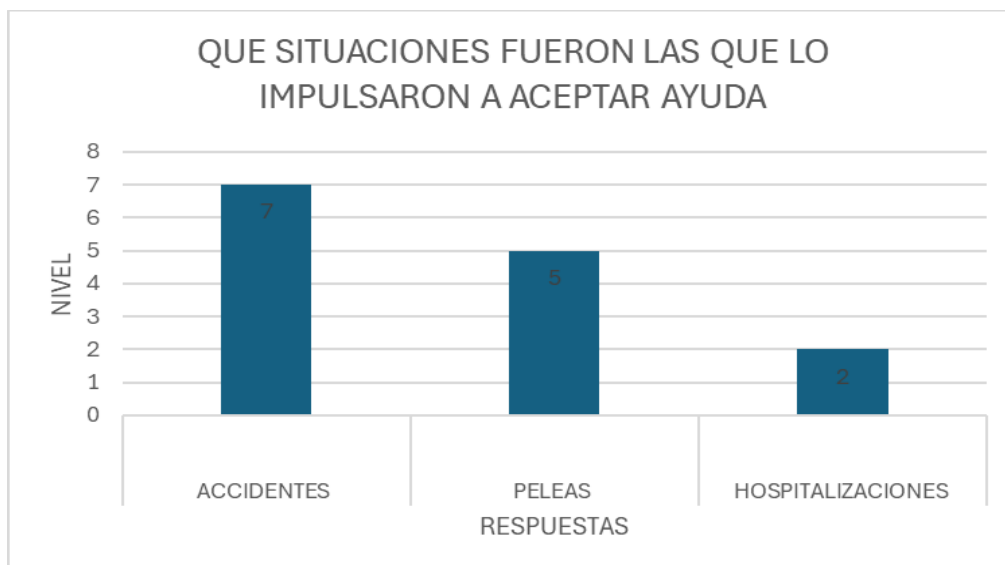


**Grafica 20.**

Ahora que ya no consume alcohol, explique qué siente.

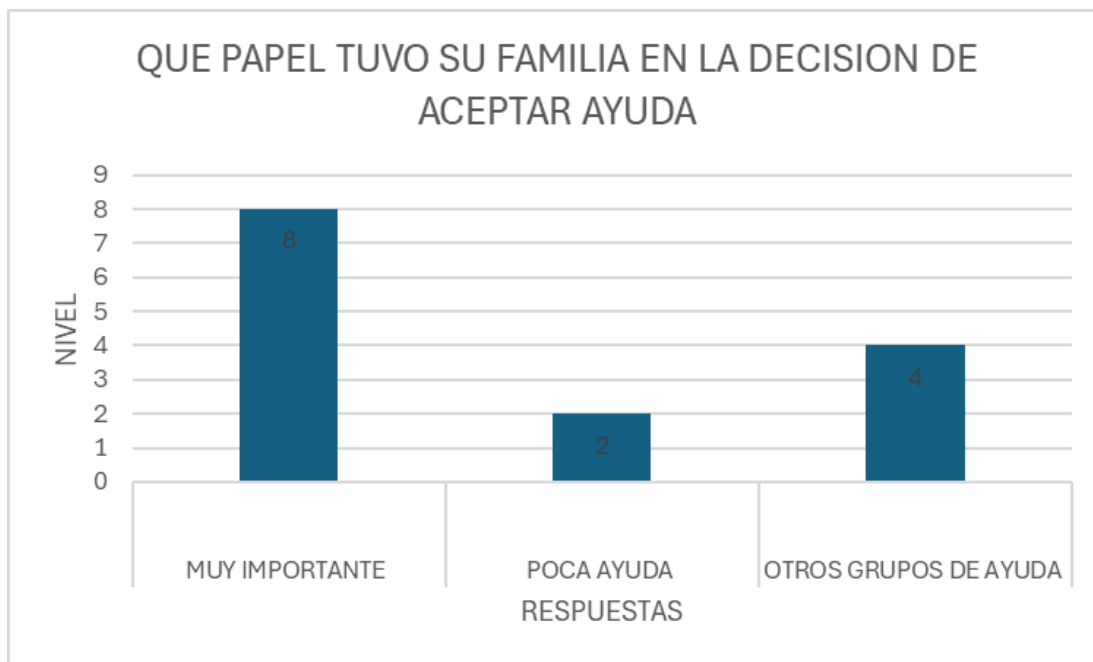
**Grafica 21**

Que situaciones lo impulsaron a aceptar ayuda.

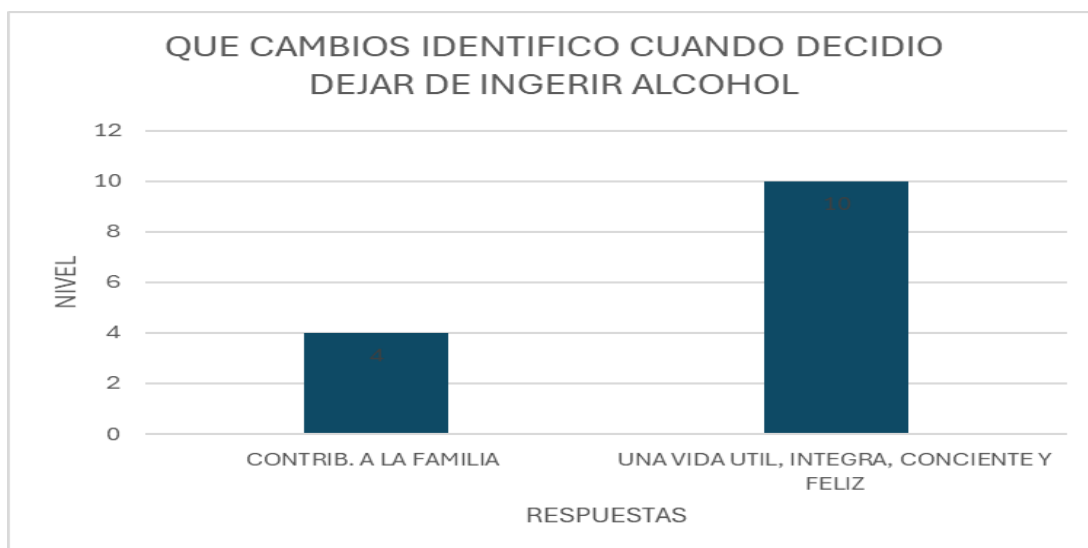


**Grafica 22.**

Que papel tuvo su familia en la decisión de aceptar ayuda.

**Grafica 23**

¿Qué cambios identifico usted cuando decidió dejar de ingerir alcohol?



**Grafica 24.**

Siente a gusto asistiendo al grupo



A los miembros del grupo de alcohólicos anónimos, se les solicitó que contestaran el test de Bienestar Psicológico y también realizamos una entrevista.

En las gráficas que representan al test de bienestar psicológico, podemos observar que la problemática que se observa con puntuación menor es la de propósito de vida,

En las gráficas siguientes que corresponden a la entrevista, podemos observar que la problemática mayor que se presentan o la razón número uno por la cual ellos decidieron asistir al grupo es el dolor y el sufrimiento, tanto físico como emocional. Por lo tanto, el diagnóstico situacional que presentamos es:

propósito de vida

dolor y sufrimiento físico y emocional.

## OBJETIVOS

### General:

Plantear un programa de psicoterapia para la educacion y motivacion de los miembros del grupo de alcoholicos anonomos.

### Especificos:

- Crear un programa de psicoterapia para disminuir la el dolor y sufrimiento emocional y para que se planteen un proposito de vida.
- Operacionalizar el programa de psicoterapia para que los miembros del grupo de alcoholicos anonomos se motiven a seguir asistiendo a diario al grupo.
- Reducir la taza de absentismo en los miembros que asisten al grupo de alcoholicos aninimos, en el Barrio San Isidro, Lolotique San Miguel.

## JUSTIFICACIÓN

Como grupo tomamos a bien trabajar en este tema porque en las comunidades de nuestro país es muy común observar a personas con problemas de alcoholismo, en la mayoría de municipios existen pequeños grupos de personas que se reúnen para ingerir el alcohol y en algunas de ellas se observan desmotivadas y desanimadas con asistir a los grupos de apoyo, en muy pocos de estos lugares existen grupos de ayuda, por ende decidimos contribuir como apoyo extra a uno de estos grupos como lo es

Grupo de Alcohólicos Anónimos, para brindar psicoterapia educacional y motivacional hacia los miembros de dicho grupo y a través de técnicas poder generar cambios en las vidas de estas personas que asisten al grupo.

Las personas alcohólicas por la misma problemática tienen conflicto con involucrarse con las demás personas de la comunidad, tiene problemas para socializar, para incluirse en cualquier grupo o en cualquier tipo de situaciones que tengan que ver con relacionarse con cualquier persona.

En el grupo de alcohólicos anónimos ellos encuentran un lugar donde se sienten aceptados y comprendidos y por esa razón nosotras como grupo decidimos realizar el programa dirigido a los miembros de alcohólicos anónimos.

## **METODOLOGIA**

### **Diseño del Estudio.**

El diseño de estudio fue de tipo descriptivo. Se considera descriptivo por que se describió el consumo de alcohol, las actitudes y las variables sociodemográficas, además correlacional por que se relacionó el consumo de alcohol y las actitudes del para determinar la relación existente entre estas variables.

### **Área de estudio.**

Este trabajo se realizó en el departamento de San Miguel, Municipio de Lolotique en el Barrio San Isidro.

### **Población.**

Se consideró como población de estudio a 14 miembros del grupo Alcohólicos Anónimos (A-A) de sexo masculino, comprendidos en las edades de 30 a 70 años.

### **Muestra.**

La muestra es intencional no aleatoria, por lo cual el grupo está conformado por miembros del Grupo Alcohólicos Anónimos (A-A). Haciendo un total de 14 miembros de sexo masculino de edades conformadas de 30 a 70 años.

### **Unidad de análisis.**

Se tomó a cada una de las personas entre 30 a 70 años del grupo de Alcohólicos Anónimos (A-A) del Municipio de Lolotique.

### **Instrumentos de Medición**

Se utilizaron dos instrumentos los cuales fueron: una entrevista y un test de bienestar psicológico el cual permite valorar el grado de bienestar general de una persona a partir de la información subjetiva acerca de su nivel de satisfacción en distintos ámbitos de su vida.

### **Recolección, procedimientos y análisis de datos.**

El martes 9 de julio del presente año 2024, se realizó la recogida de datos la cual se realizó mediante una entrevista.

El análisis de datos se realizó a través de una prueba diagnóstica, para evaluar el bienestar psicológico de cada miembro.

### **Programa**

- El programa consta de 12 sesiones, se realizará una sesión por semana, entonces el programa durará 12 semanas.
- Cada sesión tiene la duración de 90 minutos cada una.
- Los miembros del grupo activos son 14, pero el cupo de personas para el programa es de 20, por si se agregan los que están inactivos.

## **APLICACIONES**

Las aplicaciones del programa INTERVENCION PSICOTERAPEUTICA EDUCACIONAL Y MOTIVACIONAL EN MIEMBROS DEL GRUPO A-A sera aplicado a los miembros del grupo de alcoholicos anonimos del Barrio San Isidro, Lolotique, San Miguel.

- Aproximadamente el programa se realizara en un grupo de 20 personas.
- Todos los miembros masculinos.
- entre 30 a 70 años de edad aproximada.
- El programa se aplicara de forma colectiva.
- La duracion de la sesion sera de 1 hora con 30 minutos.

## DESCRIPCIÓN

El siguiente programa llamado Intervención psicoterapéutica educacional y motivacional en miembros del grupo A-A. En el cual se presentan una serie de sesiones para que los miembros de alcoholicos anónimos conozcan más del tema y se sientan motivados a permanecer la asistencia al grupo.

Autores del programa; Josselyn Azucena Panameño Padilla, Karla Patricia Sorto Morales, Verónica Patricia Hernández Alberto.

En el programa se presentan 12 sesiones, las cuales serán encargadas de dar a conocer temas conocidos o nunca antes escuchados, llevando con ellos objetivos y metodologías diferentes pero con la misma finalidad de dar a conocer la importancia de cada una de las temáticas como lo son: salud mental, destruido por el alcohol, arte-terapia, mesa redonda, autoconocimiento, que causa tus emociones, la importancia de la familia a la abstinencia, hablemos de autoestima, explora tus pensamientos y sentimientos, reflexión personal, propósito de vida y finalizando con un foro comunitario.

La aplicación del programa se realizará de forma grupal y presencial, utilizando una vez cada sesión.

El costo del programa será de \$50.00 en total y se reunirá a través de la colaboración de los miembros del grupo con cantidades pequeñas en el del progreso del programa, para la compra de materiales para el desarrollo de algunas actividades que se requieren, por ejemplo: papel bond, plumones, cinta adhesiva, colores, etc.

## **BASE TEÓRICA**

### **¿Qué es el alcoholismo?**

El alcoholismo o dipsomanía, también conocido como trastorno por consumo de alcohol, se refiere al uso nocivo o abuso del alcohol, caracterizado por una fuerte necesidad y ansiedad de ingerir bebidas alcohólicas y licores, de forma que existe una dependencia física y psicológica del mismo individuo, que se manifiesta a través de varios síntomas de abstinencia cuando no es posible su ingestión. El dipsómano no tiene control sobre los límites de su consumo, que va en aumento a medida que se desarrolla tolerancia a esta droga. Se considera una enfermedad crónica, progresiva y mortal por la Asociación Médica Estadounidense, al igual que otras drogodependencias.

### **Trastorno por consumo de alcohol.**

El trastorno por consumo de alcohol es un patrón de consumo de alcohol que consiste en tener problemas para controlar lo que bebes, estar preocupado por el alcohol o continuar consumiéndolo aun cuando te causa problemas. Este trastorno también implica la necesidad de tener que beber más para lograr el mismo efecto o la presencia de síntomas de abstinencia cuando disminuyes o suspendes rápidamente el consumo. El trastorno por consumo de alcohol incluye un nivel de consumo que suele llamarse alcoholismo.

El consumo no saludable de alcohol comprende todo consumo de alcohol que pone en riesgo tu salud o tu seguridad, o que provoca otros problemas relacionados

con la bebida. También incluye el atracón de alcohol, un patrón de consumo de alcohol por el cual un hombre toma cinco o más bebidas en dos horas, o, en el caso de una mujer, al menos, cuatro bebidas en dos horas. El atracón de alcohol provoca riesgos significativos para la salud y para la seguridad.

Si tu patrón de consumo de alcohol te produce una gran aflicción y problemas reiterados para desenvolverte en la vida diaria, es probable que tengas un trastorno por consumo de alcohol. Puede oscilar entre leve y grave. Sin embargo, incluso un trastorno leve puede intensificarse y dar lugar a problemas graves, por lo que el tratamiento temprano es importante.

### **Síntomas**

- El trastorno asociado al consumo de alcohol puede ser leve, moderado o grave, según la cantidad de síntomas que manifiestes. Entre los signos y síntomas, se incluye lo siguiente:
- Ser incapaz de limitar la cantidad de alcohol que bebes.
- Tener la intención de reducir la cantidad que bebes o haberlo intentado sin éxito.
- Dedicar mucho tiempo a beber, conseguir alcohol o recuperarse del consumo de alcohol.
- Sentir antojos intensos o ansias de beber alcohol.
- Ser incapaz de cumplir obligaciones importantes en el trabajo, la escuela o el hogar debido al consumo reiterado de alcohol.
- Continuar con el consumo de alcohol aun sabiendo que te provoca problemas físicos, sociales, laborales o interpersonales.

- Abandonar o limitar las actividades sociales y laborales y los pasatiempos para consumir alcohol.
- Consumir alcohol en situaciones poco seguras, como al manejar o nadar.
- Desarrollar tolerancia al alcohol, por lo que necesitas tomar más para sentir el efecto o sientes menos efecto con la misma cantidad.
- Tener síntomas de abstinencia, como náuseas, sudoración y temblores, cuando no bebas, o bien beber para evitar estos síntomas

El trastorno por consumo de alcohol puede consistir en períodos de ebriedad (alcoholismo agudo) y síntomas de abstinencia.

El **alcoholismo agudo** es consecuencia del aumento de la cantidad de alcohol en el torrente sanguíneo. Cuanto más elevada sea la concentración de alcohol en sangre, mayor será la probabilidad de que sufras los efectos adversos. El alcoholismo agudo provoca problemas de comportamiento y cambios mentales. Entre ellos, se pueden mencionar comportamiento inadecuado, estado de ánimo inestable, falta de juicio, dificultad para hablar, problemas de atención o de memoria y falta de coordinación.

También puedes tener períodos llamados "lagunas mentales", en los que no recuerdas los hechos. Los niveles muy elevados de alcohol en sangre pueden derivar en un coma, un daño cerebral permanente o incluso en la muerte.

La **abstinencia alcohólica** puede darse cuando el consumo de alcohol ha sido intenso y prolongado y luego se suspende o reduce considerablemente. Puede ocurrir en un lapso de varias horas a 4 o 5 días más tarde. Entre los signos y síntomas se incluyen sudoración, aceleración de los latidos del corazón, temblores en las manos,

problemas para dormir, náuseas y vómitos, alucinaciones, inquietud y agitación, ansiedad y, a veces, convulsiones. Los síntomas pueden ser lo suficientemente graves como para afectar tu desempeño en el trabajo o en situaciones sociales.

### **El alcoholismo y sus causas**

El alcoholismo, al igual que otras adicciones, es una enfermedad de curso crónico. Este problema, una vez aparece, requiere de una atención especializada y, por supuesto, de la motivación por el cambio para comenzar un tratamiento y dejar de beber. Para evitarla, no hay nada mejor que la prevención, basándose esta en una adecuada educación antes las causas y consecuencias que surgen en torno a su consumo.

Si tenemos hijos adolescentes, no debemos temer hablar sobre este tema, y hacerles conscientes de la posibilidad de desarrollar tal enfermedad. Es preferible que, a continuación, examinemos las causas del alcoholismo de manera más detallada.

Los factores genéticos, psicológicos, sociales y ambientales pueden influir sobre la manera en que el alcohol afecta tu organismo y tu conducta. Hay teorías que sugieren que en algunas personas el alcohol tiene un impacto diferente y más fuerte que puede causar trastornos relacionados con el consumo de alcohol.

Con el paso del tiempo, tomar demasiado alcohol puede cambiar el funcionamiento normal de algunas áreas del cerebro asociadas con la experiencia de placer, el razonamiento y la capacidad de controlar tu conducta. Eso podría ocasionar un fuerte deseo de tomar alcohol para intentar recuperar los sentimientos positivos o disminuir los negativos.

### **Autoestima**

Entre las causas que incita a un individuo a comenzar a beber están la falta de autoestima y la timidez, estando esta última muy asociada con la anterior. Este es uno de los motivos por los que muchos jóvenes inician con el alcohol, ya que sienten que así pueden dejarse llevar más fácilmente e, incluso, acercarse a otras personas, por la desinhibición que les produce la ebriedad.

Aunque la toma de alcohol suele iniciarse gradualmente, el problema es evidente cuando la persona asocia erróneamente a este tipo de bebidas un beneficio que, realmente, no existe.

### **Factores de riesgo que causan la adicción**

Los factores de riesgo están estrechamente relacionados con las causas de ser alcohólico. La diferencia con aquellas es que, a pesar de estar expuestos en un ambiente de consumo de bebidas alcohólicas, aún tenemos las herramientas para evitar desarrollar esta enfermedad.

Los menores de edad tienen la posibilidad de esperar y elegir, así, probar el alcohol una vez cumplida la mayoría de edad. Exponer a un organismo joven, en un momento de desarrollo y maduración a una sustancia tóxica, que a corto plazo puede generar un gran refuerzo, aumenta el riesgo de desarrollar una adicción.

Asimismo, como bien indicamos antes, vivir en un entorno de consumo con padres que sufren esta enfermedad, resulta un factor de riesgo muy alto para la normalización del consumo y el posible desarrollo de una problemática relacionada con este. Ser conscientes del problema, y evitar que nuestros hijos perciban la ingesta de bebidas alcohólicas como un medio para desenvolverse eficazmente en su día a día,

resulta crucial para su prevención.

El consumo de alcohol puede comenzar en la adolescencia, pero el trastorno por consumo de alcohol se manifiesta con mayor frecuencia entre los 20 y los 40 años, aunque puede presentarse a cualquier edad.

Estos son algunos factores de riesgo del trastorno por consumo de alcohol:

### ***Consumo constante en el tiempo***

El consumo excesivo frecuente durante un período prolongado o el consumo compulsivo frecuente pueden ocasionar problemas relacionados con el alcohol o trastorno por consumo de alcohol.

### ***Comenzar a una edad temprana***

Las personas que comienzan a beber, especialmente de manera compulsiva, a una edad temprana tienen un mayor riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol.

### ***Antecedentes familiares***

El riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol es mayor en las personas que tienen un padre, madre u otro familiar cercano con problemas con el alcohol. Esto puede verse influenciado por factores genéticos.

### ***Depresión y otros problemas de salud mental***

Es frecuente que las personas con trastornos mentales, como ansiedad, depresión, esquizofrenia o trastorno bipolar, tengan problemas con el alcohol u otras sustancias.

### ***Antecedentes de trauma***

Las personas con antecedentes de traumas emocionales u otro tipo de trauma corren un mayor riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol.

### ***Cirugía bariátrica***

Algunos estudios de investigación indican que someterse a una cirugía bariátrica puede aumentar el riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol o una recaída después de recuperarse de este trastorno.

### **Factores sociales y culturales**

Tener amigos o una pareja que beben con regularidad podría aumentar el riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol. La manera atractiva en la que a veces el consumo de alcohol se presenta en los medios de comunicación también puede transmitir el mensaje de que beber mucho está bien. En el caso de los jóvenes, la influencia de los padres, compañeros y otros modelos para seguir puede afectar el riesgo.

### **Complicaciones**

El alcohol deprime el sistema nervioso central. En algunas personas, la reacción inicial puede ser una sensación de aumento de energía. Pero a medida que continuas bebiendo, te genera somnolencia y pierdes el control de tus acciones.

El alcohol en exceso afecta el habla, la coordinación muscular y los centros vitales del cerebro. Un consumo excesivo de alcohol puede, incluso, provocar un coma que ponga en riesgo la vida o la muerte. Esto es especialmente preocupante cuando tomas determinados medicamentos que también deprimen la actividad cerebral.

¿Cuáles son los síntomas más comunes?

Los síntomas en una persona alcohólica pueden ser muy diferentes con respecto a otra. De alguna forma, podemos observar ciertas semejanzas entre pacientes que sufren esta

enfermedad, la cual no siempre reconocen fácilmente, siendo este uno de los síntomas de una amplia lista.

El más común es la incapacidad que presenta el paciente para dejar de beber, a pesar de las consecuencias negativas que esto le conlleva. Del mismo modo, en momentos de abstinencia, pudiera presentar cambios en su estado de ánimo como irritabilidad, ansiedad, agresividad, etc.

Como síntoma debemos tener en cuenta la mentira, en lo que respecta a la ingesta real de alcohol. Un alcohólico tiende a mentir acerca de la cantidad que consume. Esto se produce, en parte, por la vergüenza que le produce su adicción, así como una manera de defenderse ante lo que percibe como un señalamiento tras una mala acción.

Aunque no se da en todos los casos, muchos alcohólicos suelen descuidar su trabajo y, en general, sus obligaciones con respecto a quienes le rodean o están a su cargo. De esta forma, para satisfacer su consumo, no pueden evitar los problemas económicos que, a veces, pueden conllevar a actos delictivos.

Un alcohólico pierde el control sobre sí mismo, lo que le provoca continuos conflictos con otros y él mismo. No es sencillo reconocer una adicción, por eso es preciso que cuente con la ayuda de quienes le rodean.

### **¿Cuándo el alcohol es un problema?**

El consumo habitual de alcohol se convierte en un problema cuando se presentan algunos de los siguientes síntomas:

La persona “aguanta” cada vez más el alcohol, es decir, cada vez bebe más cantidad sin que se noten, aparentemente, los efectos de la embriaguez. Esto se debe a que el organismo va creando tolerancia a esa droga.

Si se reduce el consumo de bebidas alcohólicas, o se deja de beber bruscamente, se experimentan molestias físicas y psíquicas tales como: temblor,

náuseas, ansiedad, irritabilidad, etc. Se trata de síntomas de abstinencia, que desaparecen al tomar una bebida con alcohol.

En ocasiones, la persona se esfuerza por beber moderadamente, o incluso intenta dejar de beber por sí misma, pero no lo consigue.

La forma de consumir alcohol acaba ocasionando alteraciones importantes en las actividades sociales y recreativas, e incluso en las ocupaciones habituales. Tanto en casa como en el trabajo resulta difícil mantener el ritmo, se pierde la concentración y aparecen conflictos en las relaciones con los demás.

En algunos casos no se llegan a presentar todos los síntomas anteriores, o bien son muy leves. Sin embargo, la persona tiene dificultades para controlar el consumo de alcohol a pesar de saber que le ha ocasionado problemas importantes a nivel físico, psicológico o social; o bien no puede evitar beber alcohol en situaciones en las que resulta peligroso, como cuando se tiene que conducir o manejar maquinaria, cuando se está embarazada, o cuando se sufre alguna enfermedad que puede empeorar con el alcohol (depresión, ansiedad, enfermedades del estómago, del hígado, etc.).

### **El alcohol en casa**

Las familias que tienen un problema de alcoholismo en casa advierten, de una manera u otra, que algo está sucediendo. El alcoholismo altera su organización, sus costumbres, sus actividades cotidianas y sus relaciones afectivas, dando lugar a una serie de síntomas típicos:

Se crea confusión. Nadie sabe cómo actuar. Algo grave está pasando y parece que todo el mundo intenta ocultarlo o mirar para otro lado.

- Se niega. Por vergüenza o por miedo a hacer algo que dañe al ser querido.
- Según la edad de los hijos, se niega la mayor ante los demás. Lo que sucede en el hogar queda blindado. Se convierte en el secreto familiar.
- Se tiende a justificar. Para minimizar o para suavizar el impacto que tiene sobre la sensibilidad de los demás componentes del grupo.
- La vida de toda la familia gira en torno al enfermo. Se vive y se actúa según sea su estado de ánimo, si bebió anoche, si ha vuelto a casa, etc.
- Desgraciadamente, los miembros se adaptan a vivir de esta manera ya que es un largo proceso. Cada uno utilizará unas herramientas de protección y de supervivencia diferentes.
- Hay una pérdida de la confianza en el alcohólico. Sobre todo, si ha tenido intentos de abandono del consumo. El comportamiento y la forma de ser de un dependiente al alcohol hace muy difícil que se vuelva a confiar en él. Es tratar a diario con mentiras, manipulaciones y vacío.
- Se sufre. Ya que se vive con temor y con el estrés que lo acompaña.
- Se vive entre peleas, conflictos importantes, cada vez más problemas y cómo no, agresividad.
- El alcoholismo desborda. Hay un agotamiento de los recursos afectivos, emocionales, económicos, sociales de la familia como grupo, independientemente de cómo afecta a cada miembro.

### **¿Qué ocurre cuando se convive con un alcohólico?**

- El alcoholismo altera el día a día de una familia creando conflictos, hiriendo a los diferentes miembros y entorpeciendo las relaciones afectivas. Los sentimientos que predominan son negativos y esto supone un gran desgaste para todos.
- Se crea confusión. Nadie sabe cómo actuar. Algo grave está pasando y parece que todo el mundo intenta ocultarlo o mirar para otro lado.
- Se niega. Por vergüenza o por miedo a hacer algo que dañe al ser querido. Según la edad de los hijos, se niega la mayor ante los demás. Lo que sucede en el hogar queda blindado. Se convierte en el secreto familiar.
- Se tiende a justificar. Para minimizar o para suavizar el impacto que tiene sobre la sensibilidad de los demás componentes del grupo.
- La vida de toda la familia gira en torno al enfermo. Se vive y se actúa según sea su estado de ánimo, si bebió anoche, si ha vuelto a casa, etc.
- Desgraciadamente, los miembros se adaptan a vivir de esta manera ya que es un largo proceso. Cada uno utilizará unas herramientas de protección y de supervivencia diferentes.
- Hay una pérdida de la confianza en el alcohólico. Sobre todo, si ha tenido intentos de abandono del consumo. El comportamiento y la forma de ser de un dependiente al alcohol hace muy difícil que se vuelva a confiar en él. Es tratar a diario con mentiras, manipulaciones y vacío.
- Se sufre. Ya que se vive con temor y con el estrés que lo acompaña.

- Se vive entre peleas, conflictos importantes, cada vez más problemas y cómo no, agresividad.
- El alcoholismo desborda. Hay un agotamiento de los recursos afectivos, emocionales, económicos, sociales de la familia como grupo, independientemente de cómo afecta a cada miembro.

### **Consecuencias del alcoholismo en la familia**

- Para un dependiente al alcohol, esto está por encima de todo lo demás. Antes que ser el padre o esposo e hija o madre, se es alcohólico. Por esto, se descuidan las responsabilidades, las relaciones y los sentimientos de los demás.
- Se rompe la comunicación. Predomina la soledad, enfado y tristeza en los demás miembros. Esta ruptura de la comunicación se da también entre los otros miembros de la familia en muchas ocasiones.
- Al enfrentarse a los conflictos habituales, aumentan los sentimientos de reproche o de culpabilidad.
- El enfermo incumple sus promesas y esto trae enfado, frustración y la pérdida de la ilusión.
- Alteración de las costumbres familiares. Se dejan de hacer actividades juntos.
- Afecta al reparto de los roles familiares. Se confunden los papeles que cada uno debe desarrollar en el seno familiar. Es habitual ver a hijos que ejercen de padres o cuidadores de sus hermanos o incluso para el alcohólico.

Interfiere en la educación y el desarrollo de los hijos. Va a afectar mucho a la personalidad y en los estudios de los hijos. Dependiendo de la edad, se tenderá a pasar mucho tiempo fuera de casa, en el caso de los adolescentes o abandonar el hogar temprano. Además, el enfermo a veces quiere compensar y desconcierta mucho al entorno.

- Queda amenazado el núcleo familiar o se destruye. Motivo de muchas separaciones o divorcios. A veces provoca el deseo de tratarse del alcohólico, pero en otras ocasiones, lleva a la desestructuración, al aislamiento, la marginalidad, el abandono, etc. Es una enfermedad con un gran poder destructivo.
- Aumentan los problemas. Debido a la mala gestión de los asuntos financieros o multas y deudas que genere su comportamiento. El alcohólico no solo funciona mal cuando está intoxicado, sino que tiene seriamente dañada sus capacidades.
- Problemas de salud en los demás miembros. Ante todo, esto, el familiar enferma también. Otros miembros pueden sufrir ansiedad, depresión, dolores de cabeza insomnio, nerviosismo, irritabilidad o baja autoestima. Y por ello se auto medican.
- Desarrollo de la codependencia. Una enfermedad que se desarrollan a la vez que la adicción y que consiste en favorecer el alcoholismo del enfermo.

Síntomas psicológicos del alcoholismo a corto plazo

**Los síntomas a corto plazo se presentan en cuestión de minutos y son principalmente los siguientes**

- Lapsos de memoria
- Provoca pérdidas de memoria momentáneas o sucesos completos, según la cantidad ingerida. Esto es debido a la afectación de las neuronas del hipocampo (memoria).
- Cambios emocionales
- Suelen beber para desinhibirse y volverse más sociables, pero la verdad es que se trata de un depresor del sistema nervioso y, por eso, pasados los primeros efectos se pasa a la tristeza, ansiedad o agresividad.
- Impulsividad
- Debido a la afectación en el córtex prefrontal, provoca menor control de los impulsos en la toma de decisiones.
- Pérdida de conocimiento
- Metabolizar una gran cantidad de alcohol en sangre puede inducir un desmayo o pérdida de consciencia.

### **Síntomas psicológicos del alcoholismo a largo plazo**

- Los síntomas a largo plazo comienzan a manifestarse en cuestión de semanas, meses o años:
- Destrucción neuronal

Provoca un descenso marcado en la cantidad de neuronas cerebrales debido a la toxicidad del OH.

- Trastornos emocionales
- El consumo continuado de alcohol disminuye la cantidad de serotonina, neurotransmisor implicado en el estado de ánimo, lo que lleva a padecer cuadros depresivos y ansiosos. Si sumamos los efectos externos como el rechazo social o la sensación de inutilidad, la gravedad aumenta.
- Inmadurez emocional
- El abuso y la situación frente a la sociedad llevan al alcohólico a tener una conducta más inmadura.
- Problema en el desarrollo cerebral
- La excesiva ingesta de bebidas alcohólicas puede provocar problemas de aprendizaje y de memoria, sobre todo en jóvenes.
- Distorsión de la realidad
- El consumo de alcohol lleva a las personas a generarse desconfianza, autoengaños o ideas falsas, por lo que la depresión se agrava.
- Grandes trastornos
- Si a corto plazo ocurren ya daños en el sistema nervioso, a largo plazo son peores y pueden aparecer cuadros de demencia (sd Wernicke-korsakof) o psicosis.

**Autores****JOSSELYN AZUCENA PANAMEÑO PADILLA****KARLA PATRICIA SORTO MORALES****VERONICA PATRICIA HERNANDEZ ALBERTO**

**Asesores**

**LICDA. MADALY YOXANA MORENO FUENTES**

**LICDO. EDGARDO ANTONIO DIAZ MORALES**

**LICDO. KEVIN ENRIQUE MARTINEZ HERNANDEZ**

## Validez Y Confiabilidad Teórica

### Sesión 1:

salud mental **OBJETIVO:** Conocer la importancia de la salud mental y también, brindar herramientas que ayuden a los usuarios su salud mental.

TIEMPO	ACTIVIDAD	METODOLOGÍA	RESPONSABLES	RECURSOS
8 minutos	Saludo, bienvenida y se dará apertura al plan.	Se dará la bienvenida y vamos a explicar de que trata el plan.		Mesa, sillas y plan de trabajo
30 minutos	Tema: ¿Que es la salud mental?	Abordaremos el tema, que es la salud mental y se explicara cual la importancia de cuidarla, como cuidarla y como se daña.		Cartel

30 minutos	Dinámica de reflexión  (pensamiento y acción)	Consistirá en dividir el grupo en dos. Un subgrupo defiende la necesidad de tomar rápidamente la vía de la acción y el otro argumenta la necesidad de reflexionar antes de actuar, de cada subgrupo se selecciona un expositor de su punto de vista quien, durante un minuto, presenta sus observaciones.  Cinco a diez intervenciones son suficientes para que el grupo aclare sus ideas.		Espacio  libre  Papel  Lápiz
17 minutos	Conversatorio  sobre las	Para la siguiente actividad se les pedirá a los integrantes del grupo tres cualidades y tres		Papel  Lápiz

	actividades educativas	defectos, cuál es o fue el momento más importante de su vida.		
5 minutos	Despedida	Daremos las gracias por la asistencia y hará la invitación para la próxima sesión.		Sillas
<a href="https://www.mercaba.org/Catecismo/DINAMICAS/Din%C3%A1micas%20de%20Reflexi%C3%B3n.htm">https://www.mercaba.org/Catecismo/DINAMICAS/Din%C3%A1micas%20de%20Reflexi%C3%B3n.htm</a>				

**Sesión 2:**

Destruído por el alcohol, centro de desintoxicación de alcoholismo Valencia

**Objetivo:**

Concientizar a los usuarios sobre la problemática del alcoholismo para que sigan asistiendo al grupo.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
8 minutos	Bienvenida y retroalimentación	Se dará la bienvenida y se explicará un poco acerca de la sesión anterior		Sillas
15 minutos	Que es el amor propio	Se impartirá el tema, y la importancia que tiene en la vida del adicto.		Cartel Lápiz. Papel
18 minutos	Dinámica (verdaderamente libre)	La actividad consiste en base a las vivencias anteriores expresar grupalmente cuáles son los elementos de una verdadera		Espacio libre Sillas

		definición de la libertad y otra de opresión		
44 minutos	Destruído por el alcohol. Centro desintoxicación alcoholismo valencia	En este filme se observa tanto de alcoholismo como del consumo de drogas ilícitas; el coordinador debe estimular su observación y dará a conocer la sinopsis, sus actores principales, director y valoración		Tv Video
5 minutos	Despedida	Se darán las gracias por la asistencia y les recordaremos la asistencia a la siguiente sesión.		Sillas
<a href="https://somosestupendas.com/amor-propio/">https://somosestupendas.com/amor-propio/</a> <a href="https://www.mercaba.org/Catecismo/DINAMICAS/Din%C3%A1micas%20de%20Reflexi%C3%B3n.htm">https://www.mercaba.org/Catecismo/DINAMICAS/Din%C3%A1micas%20de%20Reflexi%C3%B3n.htm</a>				

**Sesión 3:**

Arte- terapia.

**Objetivo:**

Brindar a los usuarios técnicas que les ayuden a relajarse y que los motiven a seguir asistiendo al grupo de A.A.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
8 minutos	Saludo y retroalimentación de la sesión anterior.	Se dará la bienvenida y se realizaran unas preguntas sobre la sesión anterior		sillas
30 minutos	Tema: ¿Que es la familia?	Se explicará acerca tema referente a la familia y la importancia que tiene en la rehabilitación		Cartel

<p>15 minutos</p>	<p>Dinámica (prejuicios sociales)</p>	<p>el tablero o pares las diez fotografías debidamente enumeradas; se trata de que los presentes, en forma lo más rápidamente posible, escojan los rostros de tres personas a quienes se les indica de ser autores del secuestro de un niño que posteriormente murió víctima del impacto y luego se hará la reflexión de la dinámica</p>		<p>Fotografías Sillas</p>
<p>30 minutos</p>	<p>Arte-terapia</p>	<p>Se les pedirá a los usuarios que hagan un dibujo y lo colorean</p>		<p>Papel Pinturas Mesas</p>

7 minutos	Despedida	Se agradecerá por la asistencia y se hará la invitación para la siguiente sesión		sillas
<a href="https://psicologiaymente.com/psicologia/juegos-inteligencia-emocional-adultos">https://psicologiaymente.com/psicologia/juegos-inteligencia-emocional-adultos</a>				

---

**Sesión 4:**

Mesa Redonda. “Las adicciones: tratamiento en la familia.”

**Objetivo:**

Concientizar a los usuarios sobre la problemática y el impacto en la familia.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
8 minutos	Bienvenida y retroalimentación	Se les dará la bienvenida a los usuarios y se hará una pequeña retroalimentación de la sesión anterior		sillas
15 minutos	Tema: El sentido de la vida	Se hablará un poco acerca del tema y luego se realizará una actividad de que ellos reflexionen que sentido lleva su vida.		Cartel Papel Lápiz

25 minutos	Dinámica (Revivir Experiencias)	En esta actividad los participantes van a revivir experiencias buenas y malas del alcohol		Sillas
35 minutos	Mesa Redonda. “Las adicciones: tratamiento en la familia”	El moderador mencionará los aspectos a tratar, ellos son: ¿Qué es la adicción?, Tratamiento a los adictos en la primera fase, Papel de las familias en alcohólicos.		Lápiz Papel Sillas mesas
7 minutos	Despedida	Se dará las gracias, un refrigerio y la invitación para la próxima sesión		

<https://dinamicasgrupales.com.ar/tecnicas-de-reflexion/revivir-experiencias/>

**Sesión 5:**

Autoconocimiento.

**Objetivo:**

Reflexionar sobre nuestro interior para ser conscientes de quienes somos.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
8 minutos	Bienvenida y retroalimentación	Se dará la bienvenida y se realizará una serie de preguntas sobre lo aprendido la sesión pasada		Sillas
30 minutos	Autoconocimiento	Explicaremos que es el autoconocimiento y para que nos sirve, la importancia que el autoconocimiento		Cartel Papel Lápiz

		tiene en la vida de un alcohólico		
20 minutos	Conócete a ti mismo	cada uno de los integrantes, piense y escriba quien es él o ella, que cualidades, habilidades o debilidades posee y que conozca sus emociones y que situaciones se las causan.		Papel Lápiz
25 minutos	Árbol de logros	En la siguiente actividad consiste en hacer una reflexión sobre capacidades, cualidades positivas y logros que hemos desarrollado desde la		Silla Espacio libre

		infancia a lo largo de nuestra vida. Hay que pensar todo con calma, sin prisa, e intentando no olvidar ninguna.		
7 minutos	Despedida	Se dará las gracias y se invitará para la próxima sesión		Sillas
<a href="https://www.redcenit.com/tecnica-de-autoestima-el-arbol-de-los-logros/">https://www.redcenit.com/tecnica-de-autoestima-el-arbol-de-los-logros/</a>				

**Sesión 6:**

Que causa tus emociones.

**Objetivo:**

Conocer sobre las emociones y tener herramientas para gestionar cada emoción que sentimos.

<b>TIE MPO</b>	<b>ACTIVIDA D</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONSA BLES</b>	<b>RECUR SOS</b>
7 minutos	Bienvenida y retroalimentación	Se les dará la bienvenida a los usuarios y se hablará un poco acerca de la sesión anterior		Sillas
30 minutos	Tema: expresión de emociones	se explicará las diversas emociones que como seres humanos podemos sentir, y luego		Plumon es Cartel

		daremos algunas estrategias de cómo gestionar nuestras emociones		
30 minutos	Busca el motivo que causa tus emociones	¿Qué te ha causado esta emoción? Y cada participante deberá contestar esa pregunta, para que vaya organizando bien qué situación le causan dichas emociones.		Sillas Espacio libre
12 minutos	Usa metáforas	Se les pedirá a los usuarios que piensen en un ámbito de la vida donde se les puede generar cada emoción.		Sillas Espacio libre
11 minutos	Despedida	Se dará las gracias y refrigerio		Refrigerio

<https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/autocontrol-emocional.html>

### Sesión 7:

La importancia de la familia a la abstinencia.

#### Objetivo:

Concientizar y promover el apoyo de las familias a la permanencia de los usuarios al grupo A.A.

TIEMPO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RESPONSABLES	RECURSOS
8 minutos	Bienvenida y retroalimentación	Se dará la bienvenida y se hará una pequeña retroalimentación		Sillas
30 minutos	Tema: La importancia de la familia a la abstinencia	Se le explicara a la familia la importancia del		Cartel Papel Lápiz

		apoyo que ellos brindan al sujeto alcohólico		
30 minutos	Dinámica: Mesa familiar	se le indicara al sujeto que genere una conversación con el familiar que lo anda acompañando (tiene que ser del alcoholismo)		Sillas Espacio libre
18 minutos	Mindfulness	se hará ejercicios de relajación inhalando y exhalando y ejercicios de estiramiento de los músculos		Espacio libre

4 minutos	Despedida	Se les dará las gracias y se hará la invitación para la próxima sesión		Sillas
<a href="https://app.bibliodrogas.gob.cl/biblioteca/documentos/TRATAMIENTO_ES_5163.PDF">https://app.bibliodrogas.gob.cl/biblioteca/documentos/TRATAMIENTO_ES_5163.PDF</a>				

**Sesión 8:**

Hablemos de autoestima.

**Objetivo:**

Ayudar a través del conocimiento del autoestima y fortalecimiento positivo a los miembros del grupo A.A.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
10	Bienvenida, agradecimiento y retroalimentación	Se dará un saludo, se agradecerá por asistir una vez más al grupo y se dará una breve retroalimentación de la sesión anterior		Sillas
20	Tema: ¿Qué es autoestima?	Se desarrollará el tema de autoestima		Cartel Sillas
30	Dinámica: Circulo positivo	Se pedirá a 5 integrantes del grupo que se acueste boca arriba		Cartón Plumones

		sobre un cartón en el cual un compañero deberá trazar la silueta con un plumón, y se pedirá a todos los integrantes del grupo que pasen a escribir algo positivo en el mural de cartón		Cinta para pegar Colores
15	Ronda de opiniones	Se les pedirá a los integrantes de manera voluntaria que opinen sobre la actividad que acaban de realizar.		Sillas
10	Agradecimientos y despedida	Se darán las gracias por haber asistido al grupo y por haber participado y		Sillas

		se les invitará para que asistan a la siguiente sesión		
<a href="https://pasaporte00.confedonbosco.org/wp-content/uploads/2021/02/ALCOHOL-Recursos-did%C3%A1cticos.pdf">https://pasaporte00.confedonbosco.org/wp-content/uploads/2021/02/ALCOHOL-Recursos-did%C3%A1cticos.pdf</a>				

**Sesión 9:**

Explora tus pensamientos y sentimientos.

**Objetivo:**

Ayudar a los integrantes del grupo a que reconozcan los sentimientos.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONS ABLES</b>	<b>RFECURS OS</b>
10 minutos	Bienvenida y retroalimentación	Se les dará la bienvenida a los integrantes del grupo y se les comentará sobre el tema de la actividad anterior de manera breve		Sillas
10 minutos	Tema: Conozcamos los sentimientos	Se les hablara sobre los sentimientos que experimentamos las personas		Pizarra Plumones

		a través de ejemplos de diferentes situaciones		
30 minutos	Dinámica: Explora tus pensamientos y sentimientos	Se les pedirá a los miembros del grupo que a través de preguntas exploren sus pensamientos.		Páginas de papel Lápiz
10 minutos	Despedida y agradecimiento	Se les dará las gracias por haber asistido al grupo y por haber participado en la sesión y se invitará a la siguiente sesión		Sillas
<a href="https://www.productividadalmaximo.com/como-crear-tu-proposito/">https://www.productividadalmaximo.com/como-crear-tu-proposito/</a>				

**Sesión 10:**

Reflexión personal.

**Objetivo:**

Analizar a través de la actividad física el presente de los integrantes del grupo A.A.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
10 minutos	Bienvenida y breve participación sobre la actividad anterior	Se les dará la bienvenida y se les pedirá de manera voluntaria que comenten lo que recuerden de la sesión anterior.		Sillas
15	Activación física	Se les pedirá a los integrantes del grupo que se pongan en pie y se les guiará de un breve		Espacio libre

		estiramiento de todo el cuerpo.		
40	Dinámica: Reflexionar con los pasos	Se llevará a los integrantes del grupo a un campo y a cada integrante se le dará una pregunta como ejemplo para que mientras realice una caminata responda la pregunta		Campo
15	Foro de opiniones	Se seleccionará a 5 miembros del grupo y se pedirá que comenten sobre la actividad que acaban de realizar		Espacio libre

10	Agradecimientos y despedida	Le daremos las gracias por asistir a la sesión y se ara la invitación para la siguiente sesión		Espacio libre
<a href="https://www.productividadalmaximo.com/como-crear-tu-proposito/">https://www.productividadalmaximo.com/como-crear-tu-proposito/</a>				

**Sesión 11:**

Propósito de vida.

**Objetivo:**

Concientizar a los integrantes del grupo a que utilicen su tiempo libre para el crecimiento personal.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
10	Bienvenida y retroalimentación	Se dará un saludo y se brindará un pequeño resumen de la sesión anterior		Casa de reuniones Silla
10	Creación de grupos	se pedirá a los integrantes que realicen grupos de 3 personas		Sillas
30	Dinámica: Elegiendo el mejor ocio	Se les pedirá que describan en grupo las actividades de ocio que		Páginas de papel Lápiz Sillas

		conozcan y escriban una en cada página.		Mesa
20	Comentar el ocio	Se pedirá que un integrante de cada grupo comente las actividades que escribieron		Sillas
10	Agradecimientos y despedida	Se les darán las gracias por haber participado y se le invitara a la siguiente sesión		Sillas
<a href="https://pasaporte00.confedonbosco.org/wp-content/uploads/2021/02/ALCOHOL-Recursos-did%C3%A1cticos.pdf">https://pasaporte00.confedonbosco.org/wp-content/uploads/2021/02/ALCOHOL-Recursos-did%C3%A1cticos.pdf</a>				

**Sesión 12:**

Foro comunitario.

**Objetivo:**

Fomentar la participación de los miembros del grupo A.A. en la comunidad.

<b>TIEMPO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>RECURSOS</b>
4 minutos	Bienv enida	Se dará la bienvenida y se dará las gracias por estar presentes		Sillas
25 minutos	Tema: Prevención de recaídas	Se explicará acerca de las recaídas y también se hablará acerca de cómo pueden hacer para evitar recaer en el alcohol		Cartel

46 minutos	Foro comunitario.	También en el foro se invitará a personas de la comunidad como iglesias, grupos o alcaldía para que lleguen a escuchar a los miembros del grupo y estos se sientan incluidos dentro de la sociedad y así también puedan compartir su experiencia.		Sillas Espacio libre
15 minutos	Despe dida	Se dará las gracias a las personas de la comunidad que asistieron a las sesiones, así como también a los usuarios que asistieron a todas las sesiones del programa y se les dirá que esta será la sesión con la que se finaliza el programa, y se les brindará un pequeño refrigerio.		Sillas Mesa

<https://fastercapital.com/es/contenido/Foros-comunitarios--debates-comunitarios--facilitar-debates-comunitarios--tecnicas-para-un-dialogo-significativo.html>

## CONSTRUCTO

El constructo de este programa lo realizamos en un cuadro de 5 espacios de izquierda a derecha, ya que a nosotras como grupo nos pareció que en un cuadro se ve más ordenado, se diferencian más cada uno de los apartados que se quieren explicar en cada uno de ellos.

En el primer cuadro mencionamos el tiempo, el tiempo que durará cada actividad durante cada sesión.

En el segundo cuadro, escribimos el nombre de cada actividad que se realizará durante la sesión.

En el tercer cuadro se menciona la metodología, es decir, que y cómo se realizará cada actividad y que pasos hay que seguir.

Así mismo, en el cuarto cuadro mencionamos a los responsables, en este caso, será el responsable un miembro del grupo, esto dependerá de la dinámica que ellos elijan, si las sesiones las realiza el coordinador o si realizan una sesión cada miembro.

En el quinto cuadro se mencionan los materiales que se van a utilizar en cada una de las actividades de las sesiones.

## EXPERTOS

### ***SESION 2: Cambio De Tema***

<b>Sesion</b>	<b>Tema teorico</b>	<b>Tema corregido</b>
Sesion 2	Que es el amor propio	Nuevas masculinidades

## **METAS**

- Reducir la inasistencia en un 50% en los miembros del grupo de alcohólicos anónimos.
- Que los miembros del grupo de alcohólicos anónimos pongan en práctica en un 60% la temática desarrollada en el programa de intervención psicoterapéutica educacional y motivacional.
- Que las personas que asisten al grupo de ayuda puedan ampliar en un 70% el conocimiento sobre temáticas para fomentar la motivación y mantener la sobriedad.
- Que los miembros que asisten al grupo puedan experimentar al 75% el apoyo a través de la perspectiva psicoterapéutica.
- Fomentar en un 80% la reinserción con las familias y en la comunidad

## **FUNDAMENTACIÓN PSICOTERAPÉUTICA**

### **Conductismo**

El conductismo es una escuela de pensamiento que se centra en el estudio objetivo y medible de la conducta humana. Esta escuela considera que los comportamientos son aprendidos a través de la interacción con el entorno y que se pueden modificar mediante el refuerzo o el castigo. El conductismo ha tenido una influencia significativa en la psicología aplicada, especialmente en áreas como la terapia conductual y el análisis del comportamiento aplicado.

### **Terapias conductuales**

Son terapias que se basan en el aprendizaje y que tienen como objetivo sustituir las conductas inadecuadas por otras más adaptadas. La terapia de conducta proviene de los trabajos realizados por el fisiólogo ruso Iván P. Paulo y de la psicología de la conducta. Desde los años veinte se vienen utilizando técnicas de modificación de conducta aplicadas a diversos trastornos o sintomatología. A partir de los años cuarenta una serie de investigaciones permite consolidar esta modalidad de terapia aplicando los principios clásicos del condicionamiento a problemas como el alcoholismo.

Las más empleadas son la terapia aversiva, el contrato de contingencias y la exposición con prevención de respuesta. La principal crítica que obtienen estas técnicas es su orientación hacia la conducta observable sin prestar atención al análisis de sus causas. En el alcoholismo no son muy utilizadas como terapia de tratamiento.

## **Psicología Cognitiva**

La psicología cognitiva se centra en el estudio de los procesos mentales y cómo influyen en la conducta humana. Esta escuela de pensamiento examina la forma en que las personas perciben, procesan y almacenan la información. El enfoque cognitivo ha tenido un gran impacto en la terapia cognitivo-conductual, que se utiliza ampliamente para el tratamiento de trastornos como la depresión y la ansiedad.

### **Terapias de orientación cognitiva**

Las técnicas cognitivo-conductuales cada vez están más presentes en el tratamiento de las adicciones, y en particular del alcoholismo, como intervención coadyuvante del psicofarmacológico. Se trata de intervenciones que analizan tanto los pensamientos como el comportamiento relacionado con el consumo de alcohol. La finalidad de estas técnicas es la de modificar ambos (creencias y conductas) por otros más adecuados o adaptativos. Las más utilizadas son las siguientes: prevención de recaídas, técnicas de autocontrol, entrenamiento en habilidades, desensibilización sistemática y las intervenciones motivacionales.

## TEMAS O SESIONES

### Sesion 1:

Saludo

Temas: que es la salud mental

Dinamica de reflexion (pensamiento y accion)

Conversatorio sobre actividades educativas

Despedida

### Sesion 2:

Bienvenida y retroalimentacion

Nuevas masculinidades

Dinamica (verdaderamente libre)

Destruido por el alcohol. Centro de desintoxicacion alcoholismo valencia

Despedida

### Sesion 3

Saludo y retroalimentacion

Tema ¿qué es la familia?

Dinamica prejuicios sociales

Arteterapia

Despedida

**Sesion 4**

Bienvenida y retroalimentacion

Tema: el sentido de la vida

Dinamica: revivir experiencias

Mesa redonda: las adicciones, tratamiento en el familia

Despedida

**Sesion 5**

Bienvenida y retroalimentacion

Autoconocimiento

Conocete a ti mismo

Arbol de logros

Despedida

**Sesion 6**

Bienvenida y retroalimentacion

Expresion de emociones

Busca el motivo que causa tus emociones

Usa metáforas

Despedida

**Sesion 7**

Bienvenida y retroalimentacion

Tema: la importancia de la familia a la abstinencia

Dinamica: mesa familiar

Mindfulness

Despedida

### **Sesión 8**

Bienvenida y retroalimentación

Tema: ¿que es autoestima?

Dinámica: círculo positivo

Ronda de opiniones

Agradecimiento y despedida

### **Sesión 9**

Bienvenida y retroalimentación

Conozcamos los sentimientos

Dinámica: explota tus pensamientos y sentimientos

Despedida y agradecimiento

### **Sesión 10**

Bienvenida y retroalimentación

Activación física

Dinámica: reflexionar con los pasos

Foro de opiniones

Despedida

### **Sesión 11**

Bienvenida y retroalimentación

Creación de grupos

Dinámica: eligiendo el mejor ocio

Comentar el ocio

Agradecimiento y despedida

**Sesión 12**

Bienvenida

Tema: prevención de recaídas

Foro comunitario

Despedida

## DETALLE DE SESIONES

En el programa se presentan 12 sesiones, las cuales serán encargadas de dar a conocer temas conocidos o nunca antes escuchados, llevando con ellos objetivos y metodologías diferentes pero con la misma finalidad de dar a conocer la importancia de cada una de las temáticas como lo son: salud mental, destruido por el alcohol, arte-terapia, mesa redonda, autoconocimiento, que causa tus emociones, la importancia de la familia a la abstinencia, hablemos de autoestima, explora tus pensamientos y sentimientos, reflexión personal, propósito de vida y finalizando con un foro comunitario.

Con un tiempo de 90 minutos por sesión, tomando en cuenta que es el tiempo que en el grupo de A-A utilizan para desarrollar el programa de ellos. Cada sesión se divide en un saludo, tema, dinámica, tiempo para conversar de la sesión realizada y despedida, llevando con cada una de ellas objetivos como lo son: conocer la importancia de la salud mental y también, brindar herramientas que ayuden a los usuarios con su salud mental y concientizar a los usuarios sobre la problemática del alcoholismo para que sigan asistiendo al grupo, brindar a los usuarios técnicas que les ayuden a relajarse y que los motiven a seguir asistiendo al grupo de A.A. Incluyendo materiales los cuales son; sillas, mesas, carteles, lápices, plumones, papel bond, colores, cinta adhesiva, cartones, pizarra, proyector, computadora y la casa donde se reúne el grupo de alcohólicos anónimos.

## ANEXO DE SESIONES

### Sesión 1

Actividades	Materiales
Saludo, bienvenida y se dará apertura al plan.	sillas
Tema: ¿Que es la salud mental?	Cartel Lápiz. Papel
Dinámica de reflexión (pensamiento y acción)	Espacio libre Sillas
Conversatorio sobre las actividades educativas	Papel Lápiz
Despedida	sillas

**Sesión 2**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	sillas
Que es el amor propio	Cartel Lápiz. Papel
Dinámica (verdaderamente libre)	Espacio libre Sillas
Destruído por el alcohol. Centro desintoxicación alcoholismo valencia	Tv Video
Despedida	sillas

**Sesión 3**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	sillas
Tema: ¿Que es la familia?	Cartel
Dinámica (prejuicios sociales)	Fotografías Sillas
Arteterapia	Papel Pinturas Mesas
Despedida	sillas

**Sesión 4**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	sillas
Tema: El sentido de la vida	Cartel Papel Lápiz
Dinámica (Revivir Experiencias)	Sillas
Mesa Redonda. "Las adicciones: tratamiento en la familia"	Lápiz Papel Sillas mesas
Despedida	

**Sesión 5**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	Sillas
Autoconocimiento	Cartel Papel Lápiz
Conócete a ti mismo	Papel Lápiz
Árbol de logros	Silla Espacio libre
Despedida	Sillas

**Sesión 6**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	sillas
Tema: expresión de emociones	Plumones Cartel
Busca el motivo que causa tus emociones	Sillas Espacio libre
Usa metáforas	Sillas Espacio libre
Despedida	Refrigerio

**Sesión 7**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	sillas
Tema: La importancia de la familia a la abstinencia	Cartel Papel Lápiz
Dinámica: Mesa familiar	Sillas Espacio libre
Mindfulness	Espacio libre
Despedida	Sillas

**Sesión 8**

Actividades	Materiales
Bienvenida, agradecimiento y retroalimentación	Sillas
Tema: ¿Qué es autoestima?	Cartel Sillas
Dinámica: Circulo positivo	Cartón Plumones Cinta para pegar Colores
Ronda de opiniones	Sillas
Agradecimientos y despedida	Sillas

**Sesión 9**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	Sillas
Tema: Conozcamos los sentimientos	Pizarra Plumones
Dinámica: Explora tus pensamientos y sentimientos	Páginas de papel Lápiz
Despedida y agradecimiento	Sillas

**Sesión 10**

Actividades	Materiales
Bienvenida y breve participación sobre la actividad anterior	Sillas
Activación física	Espacio libre
Dinámica: Reflexionar con los pasos	Campo
Foro de opiniones	Espacio libre
Agradecimientos y despedida	Espacio libre

**Sesión 11**

Actividades	Materiales
Bienvenida y retroalimentación	Casa de reuniones Silla
Creación de grupos	Sillas
Dinámica: Eligiendo el mejor ocio	Páginas de papel Lápiz Sillas Mesa
Comentar el ocio	Sillas
Agradecimientos y despedida	Sillas

**Sesión 12**

Actividades	Materiales
Bienvenida	Sillas
Tema: Prevención de recaídas	Cartel
Foro comunitario.	Sillas Espacio libre
Despedida	Sillas Mesa

## MATERIAL DE TRABAJO

Sillas

Cartel

Lápiz

Papel

Espacio libre

Tv

Video

Fotografías

Pinturas

Mesas

Plumones

Refrigerio

Cartón

Cinta para pegar

Colores

Campo

Casa de reuniones

## BIBLIOGRAFIA

### Bibliografía De Programa

Alba O. L. Psicóloga (s/f) *Causas del alcoholismo, factores de riesgo, síntomas y tratamiento.*

Elphis. Consultado el 16 de julio de 2024.

<https://centroelphis.com/adicciones/causas-del-alcoholismo-factores-de-riesgo-sintomas-y-tratamiento/>

CDC (2024, 25 de septiembre) *El Consumo de alcohol y su salud.* CDC. Consultado el 28 de septiembre de 2024.

[https://www.cdc.gov/alcohol/es/about-alcohol-use/el-consumo-de-alcohol-y-su-salud.html?CDC\\_AAref\\_Val=https://www.cdc.gov/alcohol/hojas-informativas/consumo-alcohol-salud.html](https://www.cdc.gov/alcohol/es/about-alcohol-use/el-consumo-de-alcohol-y-su-salud.html?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/alcohol/hojas-informativas/consumo-alcohol-salud.html)

Monasor R. (2003) Trastornos adictivos. *Intervenciones psicosociales en alcoholismo*, 5 (1).

<https://www.elsevier.es/es-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-intervenciones-psicosociales-alcoholismo-13045023>

Recovery C. (s/f) *Consecuencias del alcoholismo en la familia.* Recovery Centro. Consultado el 3 junio de 2024.

<https://www.recoverycentro.es/adicciones/consecuencias-alcoholismo-en-la-familia/#:~:text=El%20alcoholismo%20altera%20el%20d%C3%ADa,un%20gran%20desgaste%20para%20todos>

Wikipedia (s/f), *Alcoholismo.* Wikipedia. Consultado el 22 de julio de 2024.

<https://es.m.wikipedias.org/wiki/Alcoholismo>

## Bibliografía De Sesiones

Beatriz P. (2021). *Amor Propio*. Somos Estupendas. Consultado el 14 de junio de 2024.

<https://somosestupendas.com/amor-propio/>

Christian Morillas (2022). *Cómo crear tu propósito de vida para alcanzar tu vida soñada*.

Productividad al máximo. Consultado el 11 de junio de 2024.

<https://www.productividadalmaximo.com/como-crear-tu-proposito/>

Confedonbosco (2021, febrero). *Recursos didácticos*. Confedonbosco. Consultado el 20 de julio de 2024,

<https://pasaporte00.confedonbosco.org/wp-content/uploads/2021/02/ALCOHOL-Recursos-did%C3%A1cticos.pdf>

Dinámicas Grupales (2016-2023). *Título de la dinámica o técnica*. Buenos Aires, Argentina: Dinámicas Grupales.

<https://dinamicasgrupales.com.ar/tecnicas-de-reflexion/revivir-experiencias/>

Faster Capital (2024, 17 de junio). *Foros comunitarios debates comunitarios facilitar debates comunitarios técnicas para un dialogo significativo*, Faster Capital. Consultado el 8 de agosto 2024.

<https://fastercapital.com/es/contenido/Foros-comunitarios--debates-comunitarios--facilitar-debates-comunitarios--tecnicas-para-un-dialogo-significativo.html>

Mercaba (s/f). *Dinamicas de Reflexion*. Mercaba. Consultado el 22 de agosto de 2024.

<https://www.mercaba.org/Catecismo/DINAMICAS/Din%C3%A1micas%20de%20Reflexi%C3%B3n.htm>

Nahum Montagud Rubio. (2020, abril 23). *12 juegos de inteligencia emocional para adultos*.

*Portal Psicología y Mente*. Consultado el 30 de agosto de 2024

<https://psicologiaymente.com/psicologia/juegos-inteligencia-emocional-adultos>

Virginia D. (2021). *Técnica de autoestima: el árbol de los logros*. Red Cenit. Consultado el 25 de julio de 2024.

<https://www.redcenit.com/tecnica-de-autoestima-el-arbol-de-los-logros/>

## ANEXO DE PROGRAMA

San Miguel, 24 de septiembre de 2024

A quien interese

Por este medio Yo: **Lic. Kevin Enrique Martínez Hernández**, Psicólogo, de la ciudad de San Miguel con numero de J.V.P.P 8462, informo que he revisado el programa de intervención con nombre INTERVENCIÓN PSICOTERAPEUTICA PARA MOTIVAR A LOS MIEMBROS DE GRUPO A-A A LA PERMANENCIA EN EL GRUPO, realizado por:

Karla Patricia Sorto Morales con carnet SM18037

Verónica Patricia Hernández Alberto con carnet HA18021

Josselyn Azucena Panameño Padilla con carnet PP19051

De la Carrera de Licenciatura en Psicología, realizando el trabajo de grado, curso de Pre-especialización en Evaluación psicológica.

Observaciones:

Las sesiones del programa son aprobadas sin observación

F. 

Kevin Enrique Martínez Hernández  
Psicólogo

Lic. Kevin Enrique Martínez Hernández  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA  
J.V.P.P. No. 8462



LOCAL #9, EDIFICIO MULTICLINICAS, SOBRE 9NA. AV. SUR, FRENTE A EDIFICIO MEDICO LA PAZ, SAN MIGUEL.  
NÚMERO DE CONTACTO: 7688-4178.

San Miguel, .. 12 de septiembre de 2024

**A QUIEN CORRESPONDA:**

Yo, Madaly Yoxana Moreno Fuentes, con No. de J.V.P.P 7998, propietaria de la Clínica Psicológica de Oriente, San Miguel, realizo los siguientes comentarios sobre el Programa de Alcohólicos Anónimos.

Es un formato ordenado y entendible para el público que se presenta.

Así mismo, agradecemos la empatía de los estudiantes, observando su esfuerzo y calidad en el contenido para desarrollar hábitos sostenibles y favorables con los alcohólicos anónimos.

Y para los usos que estime convenientes, se extiende la presente en San Miguel a los doce días del mes de septiembre del año dos mil veinticuatro.

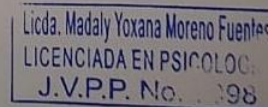
**ATENTAMENTE**

Madaly Yoxana Moreno Fuentes.

Licenciada en Psicología.

J.V.P.P. 7998

morenofuentes@outlook.com





San miguel, 20 de septiembre de 2024

**A quien corresponda:**

Yo, Edgardo Antonio Díaz Morales, con No. De J. V. P. P. 4047  
actualmente Psicólogo en el Instituto Salvadoreño del Seguro Social, Usulután.  
Realizo las siguientes observaciones al programa de Alcohólicos Anónimos.

En general me parece bien, hay algunas variables que no se deben perder de vista.

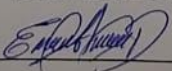
Se deben buscar que sean vivenciales, para que algo realmente se aprenda debe ser más por la vía vivencial que por la vía cognitiva. Cuando dije vivencial se debe procurar que sean lo más interactivas posibles.

Son hombres/Mujeres con quienes lo van a desarrollar. Eso es muy importante de especificar.

Yo suprimiría el tema del amor, me parece muy superfluo, pero desconozco el enfoque que le están dando y me fuera más por un tema de nuevas masculinidades y como conecta con el tema de adicciones.

Y para los usos que estime convenientes se extiende la presente.

ATENTAMENTE

F. 

Edgardo Antonio Díaz Morales

Licenciado en Psicología

Lic. Edgardo Antonio Díaz Morales  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
J.V.P.P. No. 4047





## Test De Bienestar Psicológico

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Evaluador: \_\_\_\_\_

Nombre y Apellido	sexo	Edad	Fecha de
Carlos Morales	M	30	

autoaceptación: 15

Dominio del entorno: 22

Relaciones Positivas: 17

Crecimiento Personal: 19

Autonomía: 25

Propósito de vida: 18

Comparar mis preocupaciones.

autoaceptación = 13.

Dominio al entorno = 11

Relaciones Positivas = 15.

Crecimiento Personal = 18

autonomía = 20

Propósito de vida = 16

Mariano Batres

Mario Morales (64 años) Masculino.

Autoaceptación: 12	Mario Morales.
Dominio del entorno: 14	
Relaciones positivas: 9	
Crecimiento Personal: 14	
Autonomía: 21	
Propósito de vida: 12	

X

German Gómez

• autoaceptación = 8
Dominio del entorno = 10
Relaciones p. = 14
crecimiento p. = 14
autonomía = 21
propósito de vida = 12

X

José Antonio Ramos (55 años) Masculino.  
 Autoaceptación: 9  
 Dominio al entorno: 8  
 Relaciones Positivas: 12  
 Crecimiento Personal: 9  
 Autonomía: 12  
 Propósito de vida: 8

autoaceptación = 15  
 Dominio del entorno = 15.  
 Relaciones Positivas = 15.  
 Crecimiento Personal = 25.  
 autonomía = 13.  
 Propósito de vida = 14

(José Mercedes)

autoaceptación = 13  
 Dominio del entorno = 10  
 Relaciones p. = 9  
 Crecimiento p. = 13  
 autonomía = 15  
 Propósito de vida = 13

Carlos Guerra

autoaceptación = 15  
 Dominio del entorno = 19  
 Relaciones Positivas = 16  
 Crecimiento Personal = 22  
 autonomía = 20  
 Propósito de vida = 20

Luis Quinteros

DE BIENESTAR PSIC	
sexo	Edad
<del>F</del> M	36

INSTRU

autoaceptación: 21  
 Dominio al entorno 21  
 Relaciones Positivas: 23  
 Crecimiento Personal 24  
 autonomía 24  
 Propósito de vida: 18

Cornelio Cruz

Evaluador:			
Nombre y Apellido	sexo	Edad	Fecha
Cornelio Cruz	M	50	

INSTRUCCION

autoaceptación: 16  
 Dominio del entorno: 17  
 Relaciones Positivas: 14  
 Crecimiento Personal: 21  
 autonomía: 17  
 Proposito de vida: 15.

Evaluador:	Nombre y Apellido	sexo	Edad	Fecha de Na
	Jazaro Ramos	M	50	

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Evaluador:

Nombre y Apellido	sexo	Edad	Fecha
Roberto G.	M	52	

autoaceptación: 22  
 Dominio del entorno: 20  
 Relaciones Positivas: 23  
 Crecimiento Personal: 26  
 autonomía: 22  
 Proposito de vida: 16.

Evaluador:

Nombre y Apellido
Victor Morales

autoaceptación = 22  
 Dominio del entorno = 20  
 Relaciones Positivas = 20  
 Crecimiento Personal = 27  
 autonomía = 30  
 Proposito de vida = 16.

**ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**

**Evaluador:**

Nombre y Apellido	sexo	Edad	Fecha
Antonio Quintenos	M	55	

autoaceptación: 17  
 Dominio del entorno: 16  
 Relaciones Positivas: 12  
 Crecimiento Personal: 23  
 autonomía: 15  
 Proposito de vida: 18 X

**ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**

**Evaluador:**

Nombre y Apellido	sexo	Edad	Fecha de
Zis Alonzo R.	M	60	

autoaceptación: 18  
 Dominio del entorno: 12  
 Relaciones Positivas: 17  
 Crecimiento Personal: 19  
 autonomía: 22  
 Proposito de vida: 17 X

## Resultados Globales

Autoaceptación: 8-9-12-15-13-13-17-22-16-22-21  
 Dominio al entorno: 10-8-14-15-11-10-16-20-17-20-21  
 Relaciones positivas: 14-12-9-15-15-9-12-23-14-20-23  
 Crecimiento personal: 14-9-14-25-18-13-23-26-21-27-24  
 Autonomía: 21-12-21-13-20-15-15-22-17-30-24  
 Propósito de vida: 11-8-12-14-16-13-18-16-15-16-18

15 - 18 - 15 = 216  
 19 - 17 - 22 = 220  
 16 - 17 - 27 = 216  
 22 - 19 - 19 = 274  
 20 - 22 - 25 = 277  
 20 - 17 - 18 = 212 ✓

## ASISTENCIA

Lista de Asistencia del Grupo A-A. Fecha: 09/07/24

- 1 José Antonio Ramos. (R) X X
- 2 Mariano Batres. (B) X X
- 3 Carlos Guevara. (G) X X
- 4 Lazaro David Ramos. (R) X X
- 5 José Mercedes. ~~(M)~~ X X
- 6 Carlos Morales. (M) X X
- 7 Luis Alonso R. (R) X X
- 8 Mario Morales. (M) X X
- 9 German Gomes. (G) X X
- 10 Antonio Quinteros (A) X X
- 11 Cornelio Cruz. (C) X X
- 12 Roberto G. X X
- 13 Luis Quinteros. X X
- 14 Victor Morales X X

*[Handwritten signature]*

0

Entrevista

"Familia"

Utl, integral y  
Conciencia. feliz.  
Confianza.

Responsabilidad.  
Confianza.  
Trabajo  
ayuda entre  
individuos

Justicia  
Jueces.

Bienestar.  
amor  
carino

compromiso.  
familia  
compañia.

Alegría.  
Optimismo.

Paz  
Tranquilidad

No hay  
reglos.

Propias  
contribuciones.

ayudar a  
otros.

Papá o  
esposa.

Toda la  
familia

esta enferma.  
Primero el  
alcoholico y  
luego da familia.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
SECCION DE PSICOLOGIA



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

¿Cuántos años tiene de asistir al grupo?: \_\_\_\_\_

1. Explique que lo motivo a asistir al grupo A.A.  
L. G. R. G. L. R. A. G. G. G. (H) dde la ismenia.

2. Explique que sensación siente cuando viene al grupo A.A.  
R. G. L. R. Tonito. 2: G.

3. Explique que sensación siente cuando **NO** asiste al grupo A.A.  
Tristza. Desesperación, 3 + 6 + 5.

4. ¿Cuándo usted consumía alcohol que sensación sentía?  
Explique alivio de problemas económicos - fam

5. Ahora que usted ya no consume alcohol, explique que sensación siente.  
Responsabilidad, confianza, optimismo.

6. Puede mencionar que situaciones fueron las que lo impulsaron a aceptar ayuda.  
accidentes, Peleas, Hospitalizaciones.

7. ¿Qué papel tuvo su familia en la decisión de aceptar ayuda?  
R. G. Lozano, Luis R. Neto 4-8-2. → si hay. No hay.

8. ¿Qué cambios identifico usted cuando decidió dejar de ingerir alcohol?  
C. Ro, Zu, Mariano.

9. ¿Se siente a gusto asistiendo a diario al grupo? Explique  
Contrib a la fam. vida, utl integral, consciente y feliz.

# Técnicas para el fortalecimiento de

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR  
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL  
 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
 SECCION DE PSICOLOGIA



Nombre: G. G.

¿Cuántos años tiene de asistir al grupo?: 36 años.

1. Explique que lo motivo a asistir al grupo A.A.  
 Dolor y sufrimiento. 6-7-1  
 Problemas fam.
2. Explique que sensación siente cuando viene al grupo A.A.  
 Sensación de Bienestar, un refugio, un lugar donde me entienden, comprensión, paz, tranquilidad. 4-3-2-3
3. Explique que sensación siente cuando **NO** asiste al grupo A.A.  
 Cuando no asistimos al grupo, es algo muy difícil ya que tenemos q' mantenemos solos sin venir al grupo.
4. ¿Cuándo usted consumía alcohol que sensación sentía?  
 Explique
5. Ahora que usted ya no consume alcohol, explique que sensación siente.
6. Puede mencionar que situaciones fueron las que lo impulsaron a aceptar ayuda. Peleas con la familia, vecinos, mis padres por culpa mía se fueron al hospital, a mi papá le quitaron un dedo. A las personas les sirve uno de payaso.
7. ¿Qué papel tuvo su familia en la decisión de aceptar ayuda?  
 la mamá y la esposa y los hijos ayudan mucho
8. ¿Qué cambios identifico usted cuando decidió dejar de ingerir alcohol?  
 Respeto, amor, cariño, comprensión, tranquilidad, Bienestar en la fam, alegría, confianza, responsabilidad.
9. ¿Se siente a gusto asistiendo a diario al grupo? Explique