



HABILIDADES SOCIALES ASERTIVAS Y EL PODER DEL NO, COMO FACTOR  
IMPORTANTE DEL TRATAMIENTO RESIDENCIAL.

JENYFFER MEDINA

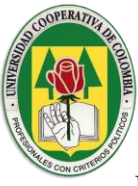
SANDRA MILENA SANTANA

UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PRÁCTICA CLINICA

BOGOTÁ D.C. 2012



HABILIDADES SOCIALES ASERTIVAS Y EL PODER DEL NO, COMO FACTOR  
IMPORTANTE DEL TRATAMIENTO RESIDENCIAL.

JENYFFER MEDINA

SANDRA MILENA SANTANA

JEFE DE PRÁCTICA:

DEYANIRA RODRIGUEZ

ASESOR DE PRÁCTICA:

PABLO MONSALVE

UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PRÁCTICA CLINICA

BOGOTÁ D.C. 2012



## CONTENIDO

CONTENIDO.....	3
AGRADECIMIENTOS.....	5
RESUMEN.....	6
INTRODUCCION.....	7
<b>Capitulo I</b>	
1. MARCO DE REFERENCIA.....	8
1.1 MARCO INSTITUCIONAL.....	8
1.2 MARCO SITUACIONAL.....	11
1.3 MARCO TEORICO.....	13
<b>Capitulo II</b>	
2. JUSTIFICACION.....	18
2.1 PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA.....	20
2.2 PLANTEAMIENTO DE PREGUNTA.....	21
2.3 OBJETIVOS.....	22
<b>Capitulo III</b>	
3. MARCO METODOLOGICO.....	23

## Capitulo IV



4. RESULTADOS.....	26
4.1 MATRIZ DE PROCEDIMIENTOS.....	39
4.2 DISCUSION.....	52
4.3 CONCLUSIONES.....	53
4.4 RECOMENDACIONES.....	54
4.5 REFERENCIAS.....	55



## AGRADECIMIENTOS

En primera medida queremos agradecer a Dios, a nuestras familias por su apoyo incondicional, a la doctora Deyanira Rodríguez Nieto, por la oportunidad que nos brindó al aceptarnos en la práctica clínica y el creer en las habilidades que cada una de nosotras poseíamos, al doctor Pablo Monsalve porque nos asesoró de la mejor manera y con el aprendimos distintas maneras de abordar un caso.

Al cuerpo clínico de fundación la luz María del Carmen Enciso, en cabeza del director clínico doctor Ernesto Pararrayo y demás Psicólogos, por su constante acompañamiento y enseñanza, a nuestros pacientes porque con ellos aprendimos día a día, y logramos plantar un granito de enseñanza para su tratamiento psicoterapéutico y proyecto de vida.



## **RESUMEN**

Con el siguiente proyecto pretendemos identificar cual es el grado de incidencia que poseen los residentes de fundación la Luz Ciudadela María del Carmen Enciso, para el manejo de las habilidades sociales, sobre la capacidad para afrontar el poder del no, mediante doce sesiones grupales llamadas terapias psicoeducativas teóricamente sustentadas. En estas terapias se brindan estrategias para un buen manejo de habilidades sociales y de manera consecutiva conseguir que los participantes aprendan a utilizar el poder del no en situaciones de riesgo o generadoras de estrés que puedan llevarlos a una posible recaída, generando en los residentes un mejor proceso psicoterapéutico y de reinserción social.



## INTRODUCCION

A partir de la realidad que se percibe en la sociedad frente al abuso de consumo de sustancias, y para lo cual existen instituciones de comunidad terapéutica que se han creado con el fin de generar en este tipo de población un bienestar, sin tener que requerir a cualquier tipo de sustancia y promoviendo una mejor estabilidad emocional y física: Desde una mirada de la psicología, se busca promover el bienestar mental involucrando la satisfacción personal y condiciones de vida óptimas para un mejor desarrollo del ser humano. Enmarcado en estos objetivos, se consideró relevante elaborar este proyecto de intervención, ya que aumenta la adherencia al tratamiento en personas adictas haciendo uso de las estrategias que plantea la PNL.

Como Psicólogas en formación durante la realización de la práctica, se observó que algunos residentes en la institución no están plenamente convencidos en la necesidad de mantener una sobriedad permanente, sino que para ellos, asistir al tratamiento es una forma de descanso del consumo y reorganizar su vida; pero al salir, retoman rápidamente sus conductas de consumo, formándose así, en una especie de círculo vicioso. Por tanto, las intervenciones que modifiquen las cogniciones y pensamientos acerca de si mismos, ayuda a que aumente la posibilidad de conseguir un mejor manejo de sus habilidades sociales y la dirección de sus decisiones, de esta manera conseguir un mejor proceso de reinserción social y psicológica de la población. Cuando se genera una reestructuración de cogniciones, pensamientos y sentimientos, que lleven a actuar de forma más coherente al sujeto, elevando su auto- esquemas se lograra incrementar así la capacidad creativa y un control sobre las emociones (Sambrano, 2008; pag 11). Por ello, se propuso intervenir en una población que pertenece a la comunidad terapéutica Fundación la Luz Chinauta, con el fin



de aportar, en los participantes, nuevas formas de percibir la realidad a la que se enfrentarán, previniendo una posible recaída.

## **MARCO DE REFERENCIA**

## **MARCO INSTITUCIONAL**

La Fundación La Luz es una institución de carácter privado, sin ánimo de lucro, que ofrece un servicio profesional a través del modelo de comunidad terapéutica, a personas de entre los 14 a los 60 años, sin distinción de género, raza, religión etc. Con problemas de adicción y o comportamiento, al mismo tiempo hace, prevención en estas áreas.

La sede Chinautá maneja un modelo de rehabilitación institucional en la sede campestre, compuesto por seis meses de tratamiento, incluyendo estadía, alimentación, terapia ocupacional, atención psicológica clínica y psicoeducativa, y terapias de comunidad terapéutica.

## **MISION**

“Inspirados en los más nobles principios y con el valioso aporte de las ciencias humanas, se acoge a la persona con problemas de adicción y a quienes tiene problemas de comportamiento y con ellos se recorre el maravilloso camino hacia la luz, hacia la vida.”  
Fundación la luz.

### **VALORES:**

- La honestidad





- La responsabilidad
- El trabajo
- La calidad
- El servicio
- La lealtad
- El amor

“son los valores que distinguen a las personas que hacen parte de la Fundación La Luz. Ellos animan, cada día, en cumplimiento de esta misión” fundación la luz, no dato.

### VISION

“Proyectarse, significativamente, en el ámbito nacional e internacional para ofrecer un servicio cualificado y eficaz a nivel preventivo y terapéutico”. Fundación la luz

### FILOSOFIA

En la filosofía de la fundación la luz, se explica que se debe hacer énfasis en los valores bajo los siguientes parámetros:

Énfasis en los valores.

La personalidad.

Es la forma de ser de cada quien. La personalidad se divide en:

Adquirida e innata:

¿Qué es la parte innata y que incluye? La parte innata es la que heredamos de nuestros padres o sea, que la obtenemos por factores genéticos o hereditarios, en ellas están incluidos los temperamentos y los talentos.

¿Qué es la parte adquirida y que incluye?

La parte adquirida es la que moldeamos a través de nuestras vivencias e incluye el carácter.

### **El carácter**



Es el cumulo de experiencias o enseñanzas adquiridas a través de nuestra vida y de nuestras vivencias.

El carácter se fortalece o se debilita.

### **Los temperamentos**

Son tendencias de orden innato o hereditario que no se modifica si no se controla.

### **Los talentos**

Son habilidades innatas o de orden hereditario desarrollables.

**Tabla 1 habilidades adquiridas e innatas**

Adquirida	Innata	
Capacidades del carácter	Temperamentos	Talentos
Confianza	Agresividad	Artístico
Autonomía	Callosidad	Atlético
Iniciativa	Impulsividad	Intelectual
Industriosidad	Irritabilidad	Intuitivo
Identidad	Melancolía	Manual
Compromiso	Sensibilidad	Sensorial
Generatividad	Sexualidad	Social
Trascendencia	Timidez	Verbal



## MARCO SITUACIONAL

### Apreciación geográfica

La fundación la luz hogar ciudadela se encuentra ubicada específicamente en el kilómetro 64 vía Bogotá-Melgar, en Chinauta, pueblo perteneciente al municipio de Fusagasugá se encuentra ubicado en la región de Cundinamarca en la vertiente suroccidental de la cordillera Oriental los Andes; al occidente se halla la altiplanicie de Novillero; al sur el llano de la puerta; al Oriente la cordillera de Alaska que separa al municipio de Fusagasugá y Pasca; al centro se localiza el Cerro Fusacatán, Cruz Grande, La Aguadita, Peña Blanca y San Pablo; al Occidente están las cordilleras de Subía, en cuya faldas se ubican las poblaciones de Tibacuy, Cumaca y Silvania; en el punto Occidental también se encuentra el cerro del Quininí. Estas cordilleras van a unirse en el nudo de San Miguel, donde se forman las cordilleras de Bogotá o Cruz Grande y la del Tablazo, que encierran la Sabana de Bogotá. Las Terrazas de Fusagasugá se presentan como los únicos sectores en toda la región, su tamaño es de 40 Kilómetros cuadrados.

Limita por el norte con Silvania y Sibaté, por el sur con Arbeláez, Pasca y Melgar (Tolima), por el oriente con Pasca y Sibaté y por el occidente con Tibacuy y Silvania.

Debido a la ubicación de la vertiente de la cordillera, el municipio posee cuatro pisos térmicos que van desde el clima cálido en un área aproximada de 23 Kilómetros cuadrados, representando por el 9.61% del área municipal, el clima medio o templado con 129 kilómetros cuadrados, representado en el 54% del territorio municipal; el paramo con 10 kilómetros cuadrados, representados en un 4.19% del territorio, superando alturas de más de 3.000 metros sobre el nivel del mar, hacia las áreas de Pasca, clima propicio para el sembrado y la producción agrícola.



Análisis geográfico Chinauta.

Ubicación: Suroccidente de Cundinamarca.

Limites: Sibaté, Silvania, Tibacuy, Arbeláez y Pasca.

Altitud: 550 y 3050 msnm.

Extensión: 204 km<sup>2</sup>.

Recurso hídrico: Rio Barro Blanco, Rio Choncho, Rio Cuja, Rio Guavio y Rio Panches.

Distancia de Bogotá: 64 km.



## MARCO TEORICO

Sánchez, H. (1987) refiere “con el desarrollo de capacidades para tomar decisiones de forma autónoma y responsable. La persona aumenta las posibilidades de resolver de forma eficaz la exposición a factores de riesgo como pueden ser la presión del grupo y del entorno ante el consumo de drogas”.

“NO” la palabra más poderosa y más necesaria, hoy en día quizá sea también la más destructiva y para muchas personas las más difícil de pronunciar, sin embargo, este pequeño vocablo cuando sabemos utilizarlo correctamente, tiene el poder de transformar profundamente la vida ya sea para bien o para mal. Siempre ha sido importante saber decir “NO” pero quizá nunca había sido una habilidad tan esencial como ahora.

Las reglas también se están debilitando y la tentación de tomar atajos y de obviar las normas en muchos lugares es difícil darles un manejo adecuado a reglas y normas, que se puedan seguir con frecuencia.

El reto más grande en la actualidad es el decir “NO”.

Las tres trampas, estas maravillosas tres actitudes, ceder, atacar y evadir, no son siempre tres caminos distintos sino que a veces se cruzan y forman trampas. Aunque el “NO” podría ser la palabra más importante del vocabulario, es la más difícil de pronunciar adecuadamente.

En el fondo de la dificultad para decir “NO” esta la tensión entre ejercer nuestro poder y cuidar la relación. Si bien el ejercicio del poder es crucial para el acto de decir “NO” podría crear tensiones en la relación mientras que cuidarla podría debilitarla.



Hay tres caminos para abordar dialogo entre el poder y la relación Ury, W. (2007):

El ceder: implica dar un si malsano por comprar transitoriamente un poco de paz, engañamos a nuestra mente pensando que el decir si una vez no tendrá ningún altercado a futuro, muchas veces accedemos para llevarnos bien con los demás, aunque sabemos que no es la decisión correcta. El “SI” se convierte en algo destructivo porque saca de nuestro interior nuestros intereses más profundos.

Atacar: decimos “NO” torpemente, se utiliza el poder pero sin pensar en las consecuencias que esto conlleva, “el mejor discurso que siempre lamentaras será aquel que pronuncies al hablar bajo el influjo de la ira”

Evadir: callamos, es una reacción en exceso frecuente en los conflictos actuales particularmente dentro de las familias, no decimos “SI” no decimos “NO” simplemente callamos, el miedo de ofender o salir ofuscado es inevitable, con la simple esperanza de que el problema desaparezca aunque sabemos que no será así Ury, W. (2007).

Todos los días nos vemos en la imperiosa necesidad de tomar decisiones grandes o pequeñas, las cuales nos implican aceptar unas cosas y rechazar otras. Pero lo que no sabemos es que muchas de esas decisiones son más controladas por los impulsos directos del cerebro, o por simple aprendizaje, ya que no estamos acostumbrados a decir, “NO”. A esta toma de decisiones variadas se le suma la presión de grupo de iguales ya que son uno de los principales causantes del consumo y el comportamiento humano, ya que se manifiesta en diferentes formas, y en muchas ocasiones puede ser perjudicial o negativo, sin embargo esta presión no siempre es determinada ,como negativa. No siempre la persuasión nos lleva a realizar cosas malas, de pronto puede que se tenga la razón.

El referirse a una habilidad social, no se puede limitar a la relación o la cercanía de de dos personas; sino a el impacto que genera un solo individuo con el resto de la humanidad y como este impacto genera cambios en la interior de la persona. Muchas veces al enfrentar los problemas se traslada el conocimiento y la categorización desde la "patología individual" a la "patología grupal", es decir, se considera el conflicto dentro de la persona del mismo modo que el conflicto entre las personas, adjudicándole a este último las mismas características dinámicas que se le asignan a los problemas de la personalidad individual.



Whimbey (1997) afirma que a pesar de que ambos problemas pueden superponerse no son idénticos, los problemas en el manejo de habilidades sociales poseen características únicas y distintivas que surgen con el transcurrir de la vida.

Los roles que se pueden tomar dentro de un mundo socialmente activo, son diversos, teniendo en cuenta que cada uno de los sujetos que se encuentra dentro de este mundo trae consigo una historia de vida, que le ha marcado, razón por la cual se pueden dar diferentes dinámicas en las relaciones con los demás puede ser saludable o patológico, además cabe resaltar que dentro del análisis de las habilidades sociales es importante valorar el rol o papel que ejercen las personas que influyen dentro de estas; es decir que aparte de indagar sobre aquellos que hacen posible los avances de las habilidades sociales, es importante profundizar en la incidencia de entes externos o materiales para manejar un adecuado manejo de las habilidades sociales, Caballo (1986).

Sánchez, H. (1987) remite “...dado que la capacidad resolutoria del individuo cumple un rol preponderante en relación al desarrollo de hábitos y a la posibilidad de elegir patrones de conducta que pueden favorecer o desalentar la drogodependencia, se ha probado que los jóvenes que poseen habilidad para resolver problemas, son menos vulnerables al uso de drogas porque identifican y solucionan aquellas situaciones que pueden afectarlo”

Para presentar una definición de habilidad social nos guiamos principalmente por el psicólogo español Vicente Caballo (1986) quien refiere “ la conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”

Desde el punto de vista de la definición dada por Vicente Caballo (1986), podemos afirmar que cuando se menciona el contexto, se habla sobre aprendizaje y reforzamiento en el ambiente. Este mismo autor señala tres componentes importantes para la habilidad social “dimensión conductual (tipo de habilidad), una dimensión personal (variables cognitivas) y una dimensión situacional (el contexto ambiental).



Las habilidades sociales que están compuestas de conductas, pensamientos y emociones es un medio asertivo por el cual podemos interrelacionarnos con demás individuos, y de esta manera manejar buenas relaciones, minimizar las relaciones conflictivas y por consecuente cumplir nuestros objetivos y metas.

Conductas: Bayés (1978) refiere que toda conducta es mostrada como toda actividad del organismo en el mundo físico. Desde estas perspectivas pueden incluirse bajo la definición de conducta, incluso las respuestas acto reflejas del organismo. Sin embargo, en un intento de precisar un poco más esta categoría, Ribes (1990) considera que no es la simple acción del individuo sino su interacción con el medio, la relación interdependiente que se establece. Desde estos puntos de vista, aún hoy se maneja la conducta como un término ambivalente que puede incluir cualquier respuesta orgánica o solamente la relación interdependiente y consciente (Campo, 2005).

Rubinstein (1967) analiza la conducta como una actividad organizada que permite la relación individuo-medio. En su conceptualización prevalecen las expresiones "actividad organizada" y "enlace"; la primera proposición sugiere que la conducta es una estructura instituida por diversas categorías establecidas en cierto orden, con una intención deliberadamente consciente; la segunda propone un elemento mediador entre el sujeto y su medio donde exhorta a una interrelación establecida entre lo interno y lo externo. Sin embargo, analizando en profundidad su teoría puede observarse que reduce la conducta a la actividad del sujeto, con todas las limitaciones metodológicas que el concepto actividad acarrea.

Pensamientos: El pensamiento requiere, en consecuencia, de “un material semiótico ágil y flexible, que pueda formalizarse, precisarse, diferenciarse en un medio extra corporal, mediante un proceso de la expresión externa. Es por eso que el material semiótico de la psique es por excelencia la palabra: el discurso interno”. Bajtin (1993) afirma que en ese sentido, la palabra es la “base” de la vida interior. La palabra exterior, el discurso propiamente, es la base del pensamiento aquí suscrito. Por eso se parece tanto a la estructura del conversado entre las personas: “las unidades del discurso interno son cierta totalidades que en algo recuerdan los párrafos del discurso fonológico o bien enunciados enteros”, y recuerdan “las réplicas de un diálogo. Por algo el lenguaje interno fue conceptualizado ya por los pensadores más antiguos como diálogo interno”. Cosa que le





quedaba clara a Mead (1934) para quien el pensamiento “es simplemente una conversación subjetivada o implícita del individuo consigo mismo”, arguyendo que “la internalización en nuestra experiencia de las conversaciones de gestos externos que llevamos a cabo con otros individuos en el proceso social, es la esencia del pensamiento”

Aunque en la actualidad existen muchos autores que nos dan una definición de lo que son las habilidades sociales, en un primer momento Salter (1949) empleó la expresión “personalidad excitatoria” que mas tarde Wolpe (1958) sustituiría por la de “conducta asertiva”. Posteriormente algunos autores propusieron cambiar aquella por otra nueva, como por ejemplo “libertad emocional” (Lazarus, 1971), “efectividad personal” (Lieberman, 1975), “competencia personal”. Aunque ninguno de ellos prosperó, a mediados de los años 70 el término de “habilidades sociales” empezó a tomar fuerza como sustituto del de “conducta asertiva”. Sin embargo Meichenbaum, Butler y Grudson (1981) afirman que es imposible desarrollar una definición consistente de competencia social puesto que es parcialmente dependiente del contexto cambiante. Así pues, no puede haber un “criterio” absoluto de habilidad social. Sin embargo “todos podemos conocer qué son las habilidades sociales de forma casi intuitiva” (Trower, 1984).



## JUSTIFICACIÓN

Es conveniente desarrollar la temática de habilidades sociales asertivas y la capacidad de decir no, en los residentes de Fundación la luz Ciudadela María del Carmen Enciso, ya que en sesiones individuales y terapias grupales se ha reconocido falencias en la utilización de dichas habilidades, además en la identificación de los factores de riesgo uno de los más comunes es la dificultad que tiene el individuo con adicción a alguna sustancia psicoactiva (SPA), en decir “no” a su red o estructura social inadecuado.

Las habilidades sociales son: “... la conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (Caballo, 1986)

Arpom (2011) define: “una persona adicta es alguien que tiene dificultad para dejar el consumo de drogas. Se puede haber empezado por utilizarlas libremente, por diversión...pero más tarde se piensa que no pueden dejarlas o bien no escogen voluntariamente dejarlo”.

Arpom (2011) “la carencia de habilidades sociales constituye una buena parte de las causas de los conflictos más importantes con el entorno social, la familia y las autoridades. Y es un hecho que muchas personas con problemas de adicción no saben planificar sus conductas sociales, no saben cómo manejar una situación de estrés o como manifestar sus sentimientos”.

Los beneficiados con el proyecto serán los residentes que participan en la terapia psicoeducativa, en donde se pretende mejorar algunas conductas que fueron aprendidas durante su etapa de consumo, y modificar dichos comportamientos para generar



herramientas que les permitan adaptarse de una manera adecuada a su proceso ambulatorio y/o vida social.

Si se genera cambio en los residentes, por medio de las habilidades asertivas se adecuarán a su entorno social, familiar y disminuirán los factores de riesgo asociados al consumo entre los que se encuentra el apoyo social inadecuado.

Si por el contrario en los residentes no se interviene esta temática, la posibilidad de que exista recaída después de su proceso residencial es alta, ya que ante una situación que genere estrés no tendrán las habilidades necesarias para enfrentarla ni solucionar un problema.



## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El manejo de las habilidades sociales y el poder del no, en residentes del centro internacional para el tratamiento de las adicciones, fundación la luz Ciudadela María del Carmen Enciso.



## PLANTEAMIENTO DE PREGUNTA

¿Se pueden generar cambios en los residentes de fundación la luz Ciudadela María del Carmen Enciso, por medio del manejo de habilidades sociales, y la capacidad para afrontar el poder del no?



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Generar habilidades sociales asertivas y el poder del no, por medio de capacitaciones que lleven a generar cambios en algunos comportamientos obtenidos durante la etapa de reeducación en residentes de fundación la luz ciudadela María del Carmen Enciso, en el primer semestre del año 2012.

### Objetivos específicos

Identificar las falencias que existan actualmente en los residentes con respecto a las habilidades sociales.

Incrementar las habilidades sociales y de asertividad en los residentes y enfatizar su importancia en el proceso de reeducación.

Incrementar el uso de técnicas que puedan ser tomadas como hábito en el buen manejo de toma de decisiones, habilidades asertivas y la capacidad de decir no ante una situación generadora de estrés.



## MARCO METODOLOGICO

### Tipo de estudio

Durante la consecución de las investigaciones científicas son necesarias las mediciones de los conceptos que intervienen en estas mismas y en el caso de la conducta y la cognición humana es necesario describir sus características, o relacionarlas unas con otras. La medición tiene como finalidad determinar cuántas veces una cierta unidad o patrón de medida, cabe en el objeto a medir dentro de una escala, esta es definida como un continuo de valores ordenados correlativamente que tienen un punto inicial y otro final.

En este proyecto se utiliza una investigación descriptiva debido a que el objetivo principal es la generación de habilidades sociales asertivas, para producir cambios en los comportamientos, por lo tanto es importante describir cuales son los comportamientos que se evidencian en los residentes y de esta manera observar e identificar si dichos cambios si se lograron o no.

### Diseño

Para este proyecto se utilizó un diseño de tipo cualitativo.

### Participantes

Residentes de Fundación la Luz Ciudadela María del Carmen Enciso quienes actualmente cumplen un proceso psicoterapéutico de tipo residencial para el manejo y control de adicciones y comportamiento, hombres y mujeres entre los 13 y 60 años de edad, de estratos socioeconómico que varían entre 1, 2, 3, 4, 5 y 6.



## Instrumentos

Dentro de la fundación la luz existen diferentes espacios terapéuticos individuales y grupales los cuales serán utilizados para la realización del proyecto dentro del hogar Chinauta; es necesario conocer el objetivo de cada uno de estos espacios y de qué forma se manejan, de manera que se pueda contextualizar el proyecto dentro de dichos espacios

### Grupos especiales

Son terapias grupales dirigidas a la profundización de diferentes temas a manera educativa, para residentes que se identifican con alguna dificultad relacionada con uno de los diferentes temas a tratar dentro de la terapia.

Hasta el momento se trabajan los siguientes temas para grupo especial

- Duelo
- Manejo de emociones
- Prevención de recaídas
- Intrafamiliar

Este proyecto por estar enfocado al manejo de las habilidades sociales y el poder del no, se desarrolla en psicoeducativas con temáticas orientadas a educar al residente y a sensibilizarlo de su responsabilidad y autonomía en el manejo de relaciones afectivas.

### Psicoeducativas

Son espacios manejados desde el área de psicología donde se pretende educar y sensibilizar a los usuarios sobre temáticas que dentro de las características de esta población es necesario tratar.

La idea de este proyecto es utilizar espacios de psicoeducativas para trabajar a nivel grupal temas relacionados con relaciones de pareja pero que pueden ser importantes para todos los residentes sin necesidad de tener dificultades en el manejo de las habilidades sociales.





## Procedimiento

Cada temática es manejada como grupo y cada grupo es tomado por dos psicólogos en formación, todos los grupos se trabajan la misma hora el mismo día una vez a la semana y quienes están responsables del manejo del grupo preparan las temáticas que consideran necesario trabajar dentro del grupo.

NOTA: los asistentes al grupo no son quienes escogen el grupo donde están sino es su psicólogo o psicóloga desde factores que encuentra dentro de la terapia individual.

## Consideraciones éticas



## RESULTADOS

Psicoeducativas

Terapia psicoeducativa No 1

Título: mi estilo es: ¿agresivo o pasivo?

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la terapia psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Buena	2

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados les permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	2

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se dio a la terapia grupal

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Participación grupal		2
	Algunos no reconocieron la importancia del tema.	1
	No participaron algunos	1

Terapia psicoeducativa No 2

Título: manteniendo el contacto asertivo con mi compañero (a)



Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la terapia psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Enriquecedora	1
Buena	1

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Fuente para saber muchos temas	1
No se entiende la pregunta	1

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Saber y/o aprender a dialogar.	No participar.	1
La forma en la que se lleva a cabo.	El sitio muy pequeño	1

Terapia psicoeducativa No 3

Título: manejo de la habilidad social afectiva

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la terapia psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Entretenida y dinámica	1
Excelente y educativa	1
Enriquecedora	1
Buena	1

Pregunta No 2



¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Son valores que aplican para la vida	1
Sentido de responsabilidad	1
Modificación estilo de vida	1
Enseña herramientas para socializar	1

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Buena participación		2
Integración y unión	Confrontación entre algunos participantes.	1
Cambiar hábitos de vida	Llovió	1
	No hay	2

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente.

Respuesta	Cantidad
Técnicas para establecer buenas relaciones	1
Toma de decisiones	1
Cambios de conducta	1
Valores humanos	1

Terapia psicoeducativa No 4

Título: Resolución de problemas

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Excelente	2
Muy buena	1



Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Orden a la vida	1
Si	2

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Lúdica.	Se acaba muy rápido	1
Comunicación.	Regresión de algunos compañeros.	1
Todos los miembros participaron.	Peleas.	1

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
Relaciones afectivas	1
Habilidades sociales y comunicativas	1
No responde	1

Terapia psicoeducativa No 5

Título: habilidades sociales

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Gratificante	1
Expresión, compartir y dialogar	1



Positiva	1
----------	---

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	2
Enseña a vivir mejor y a compartir	1

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Compañerista y expresarnos como somos.		1
Trabajo en grupo y asertividad.		1
Agradable y dinámica.		1
	No responde	3

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
La familia	1
No responde	1
La verdad	1

Terapia psicoeducativa No 6

Título: Readaptación

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
-----------	----------



Excelente	2
-----------	---

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	1
Claro	1

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Alegre y convivencia		1
Escuchar, entender los actos.	sentimientos	1
	No responde	1

Pregunta 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
Todos los temas son validos	1
Comunicación	1

Terapia Psicoeducativa No 7

Título: ¿decisión que me lleva a...?

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Muy buena	1
Excelente	1
Apropiada, eficaz	1



Se logró el objetivo	1
----------------------	---

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Puede cambiar la vida	1
Es de vital importancia	1
Identificar habilidades y fortalezas	1
Mejorar proyecto de vida	1

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Confianza		1
Positivo en todo sentido		1
Participación y respeto		2
	No responde	4

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
El mismo tema	1
Fortalecimiento del carácter y de la personalidad	1
Comunicación asertiva	1
Cerebro humano cuando hay consumo	1

Terapia psicoeducativa No 8

Título: IDENTIDAD a la luz de la importancia que tiene el poder decir NO para la salud psicológica

Pregunta No 1





¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Muy completa, excelente	1
Muy buena	2

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	3

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Unión del grupo		1
Compartir		1
Darme cuenta que no solo tengo cosas negativas.	No estar escuchando	1
	No responde	2

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
Aprender a conocer	1
No sabe	1
Trabajo de identidad	1

Terapia psicoeducativa No 9

Título: afrontamiento a mi posible amenaza

Pregunta No 1



¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Son temas que es necesario tratar.	1
Excelente	1

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	2

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Respeto de opiniones	Algunos toman demasiado la palabra.	1
Ética y profesionalismo	El dialecto utilizado no debe ser tan científico	1

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
Las cualidades que nos fortalecen	1
Habilidades y talentos del ser humano	1

Terapia psicoeducativa No 10

Título: distorsiones cognitivas y el uso de autoesquemas

Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
-----------	----------



Buen conocimiento de uno mismo	1
Interesante	1
Excelente	2
Estupenda	1

Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	4
Ver defectos de otro punto de vista	1

Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Reconocimiento del grupo en si.	Nos faltaba conocernos bien.	1
Nos permitió conocer más a la gente del grupo.		1
Integración		1
Buenos profesionales.		1
Acontecimientos de industriosidad		1
	No responde	4

Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
Como puedo superar mi enfermedad	1
Respetar la forma de pensar de otras personas.	1
Crecimiento interpersonal	1
Aprender a conocernos a nosotros mismos	1
La iniciativa	1



## Terapia psicoeducativa No 11

Título: identificando mis reacciones

### Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Muy buena	1
Productiva	1
Excelente	1

### Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	2
Por supuesto	1

### Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
Positivos	negativos	
Aprendizaje		1
Actividades que conllevan juegos grupales, dan dinamismo integral		1
Conocimiento		1
	No responde	3

### Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?

Respuesta	Cantidad
Todo está bien	1
Resolución positiva ante situaciones negativas	1
Duelos	1



## Terapia psicoeducativa No 12

Título: confrontación positiva

### Pregunta No 1

¿Cómo califica la temática trabajada dentro de la psicoeducativa?

Respuesta	Cantidad
Excelente	1
Interesante	1
Muy buena	1
Muy positiva	1

### Pregunta No 2

¿Cree usted que los temas abordados le permiten identificar su sentido de vida?

Respuesta	Cantidad
Si	4

### Pregunta No 3

En el siguiente cuadro señale aspectos positivos y negativos del manejo que se le dio a la terapia grupal.

Respuesta		Cantidad
positivos	negativos	
aprendizaje	La no participación de todo el grupo	1
Confianza		1
Buen trato		1
Resaltar lo positivo de los compañeros		1
	No responde	3

### Pregunta No 4

¿Qué tema le gustaría que se trabajara en la siguiente psicoeducativa, teniendo en cuenta los temas trabajados anteriormente?



Respuesta	Cantidad
Aspectos específicos de las distintas adicciones	1
La confrontación negativa	1
Toda clase de tema positivo	1
Insistir que los integrantes del grupo participen más.	1



## MATRIZ DE PROCEDIMIENTO

FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
30 de Enero de 2012	Identificar en cada participante como es su reacción ante un evento donde tenga que reconocer el problema y dar solución a este, por medio de una actividad psicoeducativa.	Juego de roles	Formatos de evaluación.	<p>Ronda de estado del ánimo.</p> <p>Presentación de conceptos, conducta agresiva y pasiva.</p> <p>Se les solicitará a los residentes que hagan parejas de esta manera una psicóloga en formación asignará a cada grupo una frase donde se expone una situación, esta será representada por cada uno, presentando la manera pasiva y agresiva.</p>	<p>Los residentes manifestaron que la temática trabajada en esta sesión fue “buena”, además de que los temas abordados le permitieron identificar su sentido de vida.</p> <p>Durante la sesión los residentes se mostraron participativos, al finalizar comprendieron la importancia de la conducta asertiva.</p>	Una hora y media (90 min)
06 de Febrero de 2012	Informar a los residentes sobre el primer grupo	Juego de roles.	Formatos de evaluación	<p>Formación de un círculo, seguidamente explicación de conceptos.</p> <p>Se dividirá el grupo en parejas y se les pedirá</p>	<p>Los residentes reportaron en la evaluación de la sesión, que la temática fue “enriquecedora” y “buena”.</p>	Una hora y media (90 min)



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
13 de Febrero	de habilidades sociales,  Orientar a los residentes sobre el manejo adecuado de las habilidades sociales afectivas, con el fin de establecer cambios en sus relaciones interpersonal es para que	Exposición a habilidades sociales afectivas	Formatos de evaluación.	que entablen una conversación. Al finalizar todos los residentes volverán a formar el círculo y cada uno representara a su compañero diciendo edad, nombrando dos gustos y por ultimo le hará un cumplido.  Realización conclusiones finales.  Ronda de estado del ánimo. Dinámica rompe hielo. Lluvia de ideas con los valores relacionados con comunicación y afectividad. Explicación de las habilidades sociales afectivas. Manifestación de los participantes, donde muestran sus habilidades sociales afectivas.	Se identificó que a los residentes se les dificulta establecer una conversación de manera asertiva con otro compañero.  Sin embargo la finalizar la sesión se logró establecer un primer contacto de una manera socialmente asertiva.  Los participantes manifestaron que la sesión fue “entretenida y dinámica” y “excelente y educativa”.  Se cumplió el objetivo de orientar a los residentes sobre el manejo adecuado de las habilidades sociales afectivas.	Una hora y media (90 min)





FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
20 de Febrero de 2012	<p>de esta manera sean más duraderas y asertivas.</p> <p>Brindar a los residentes alternativas de respuesta asertiva, para enfrentarse a situaciones problemáticas, ahora y después de la terminación de su tratamiento residencial; mediante una técnica dirigida hacia la resolución de problemas.</p>	Técnica dirigida al entrenamiento en solución de problemas.	<p>Formatos de evaluación.</p> <p>Billetes didácticos de distinta denominación</p>	<p>Presentación del título y objetivo de la sesión.</p> <p>Dinámica rompe hielo “salir del círculo”, se forma un círculo con los participantes, ellos entrelazan fuertemente sus brazos, previamente se saca a tres de ellos del grupo quienes ingresaran al centro del círculo. Ellos tienen 2 minutos para salir del círculo.</p> <p>Presentación de conceptos.</p> <p>Técnica dirigida al entrenamiento en solución de conflictos. Se dividirá al grupo en 3 subgrupos, cada uno tendrá un fiscal, un contador a quien se le hará entrega de 5 billetes de cada denominación.</p>	<p>Los residentes calificaron la temática como “excelente” y “muy buena”.</p> <p>Se brindaron diferentes alternativas para establecer una comunicación asertiva y de esta manera responder a situaciones problemáticas de una forma asertiva.</p>	Una hora y media (90 min)



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
27 de Febrero de 2012	Mostrar a los residentes que las habilidades sociales al ser un comportamiento o tipo de pensamiento que lleva a resolver una situación social de manera efectiva o aceptable para el mismo y para el contexto social en el que esta, lo	Técnica dirigida al entrenamiento en control y manejo de las habilidades sociales.	<p>Formatos de evaluación.</p> <p>25 hojas blancas.</p> <p>Cinta adhesiva.</p> <p>Lápices y esferos.</p>	<p>Todos los integrantes deben negociar con los demás grupos, con el objetivo de conseguir la mayor cantidad de dinero.</p> <p>Conclusiones finales.</p> <p>Presentación del título y objetivo de la sesión.</p> <p>Dinámica rompe hielo. Cada uno de los miembros del grupo, busca la profesión que consideren más adecuada para sus compañeros escribiéndola en un papel y pegándola en la espalda de dichos sujetos.</p> <p>Presentación de conceptos. “habilidades sociales”.</p> <p>Imaginar y describir como planificar, programar y distribuir tareas en una situación límite (naufragio en una isla).</p>	<p>Los participantes calificaron la temática como “gratificante” y “positiva”.</p> <p>Los residentes utilizaron las habilidades sociales para realizar un trabajo grupal y poder llegar a un objetivo general para resolver dicha situación problemática.</p>	Una hora y media (90 min)



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
05 de Marzo de 2012	<p>pueden llevar a aprender a manejar comportamientos o pensamientos que son instrumentales para resolver, situaciones o tareas sociales.</p> <p>Explicar a los residentes de fundación la luz hogar chinauta pautas para el manejo de sus decisiones fuera de su etapa de consumo y de</p>	La asertividad técnica para decir “no” al consumo de drogas.	<p>Formatos de evaluación.</p> <p>Hojas de colores</p> <p>Marcadores.</p> <p>Caneca de metal.</p> <p>Bricket.</p>	<p>Conclusiones finales.</p> <p>Ronda estado de ánimo. Presentación de título y objetivo de la sesión. Dinámica rompe hielo, “el poder del no”, desde el inicio de la sesión se pedirá a los integrantes que el que diga la palabra “si” obtendrá una penitencia.</p> <p>Presentación de conceptos. “inclusión social”.</p>	<p>Los pacientes reportaron que la temática trabajada fue “excelente”.</p> <p>Se explicó algunas pautas para decir “no”, al finalizar los residentes representaron cual sería una manera adecuada y asertiva de manejar el poder del “no”, durante la situación que fue propuesta.</p>	Una hora y media (90 min)



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
12 de Marzo de 2012	<p>readaptación directa con la sociedad, mediante “asertividad, técnica para decir “no” al consumo de drogas”.</p> <p>Formular distintas alternativas de decir “no”, para que los residentes de Fundación la luz María del Carmen Enciso, aprehendan una manera asertiva de negarse ante una situación generadora de estrés durante y</p>	Técnica me hago responsable.	Formatos de evaluación.	<p>A partir de diversos contextos presentados, revisar cual es el manejo del poder del “no” ante una situación propuesta, donde se incluirán acciones que se tornan en el ámbito común fuera de la fundación. Conclusiones.</p> <p>Ronda del estado de ánimo. Presentación de título y objetivo de la sesión.</p> <p>Dinámica rompe hielo “banco de niebla”, se divide al grupo en dos. A un grupo le corresponde presentar situaciones en donde se propongan situaciones que generan estrés y el otro grupo responderá dando la razón pero sin aceptar. “Tal vez, puede ser, quizás”.</p> <p>Me hago responsable. Esta técnica se basa en</p>	<p>Los pacientes reportaron que la temática trabajada fue “muy buena”, “excelente”, “apropiada, eficaz” y “se logró el objetivo”. Se evidencio en los participantes dificultad para responder a las Situaciones propuestas por sus compañeros.</p> <p>Al finalizar los participantes se hicieron responsables por sus respuestas y comportamientos durante el banco de niebla.</p>	Una hora y media (90 min)



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
02 de Abril de 2012	<p>Después del tratamiento residencial; mediante la técnica me hago responsable</p> <p>Explicar a los residentes de fundación la luz hogar chinauta, la relación que existe entre la identidad y el poder después del tratamiento residencial; mediante el poder del “no”</p>	IDENTIDAD a la luz de la importancia que tiene el poder decir NO para la salud psicológica.	<p>Formatos de evaluación.</p> <p>Hojas blancas.</p> <p>Lapiceros.</p>	<p>que el individuo tome conciencia de todas las acciones y pensamientos que realiza en determinado momento. Por ejemplo: “me doy cuenta de que estoy nervioso e intranquilo y me hago cargo de ello”.</p> <p>Conclusiones.</p> <p>Ronda de estado del ánimo.</p> <p>Presentación del título y objetivo de la sesión.</p> <p>Dinámica rompe hielo, “en la época del ni, hay un no....NO”. Lectura de poesía y reflexión.</p> <p>Presentación de conceptos de identidad.</p> <p>Cada residente debe escribir una carta que contenga la descripción de sí mismo. Esta descripción incluirá aspectos físicos y de personalidad. Esta</p>	<p>Los residentes calificaron la temática como “muy completa, excelente” y “muy buena”.</p> <p>Se realizó la explicación entre identidad y el poder de decir “no”.</p> <p>Se presenta dificultad en la identificación de aspectos propios de su personalidad, además en observar las Cualidades de los demás.</p> <p>Es importante seguir profundizando en esta temática debido a las falencias encontradas.</p>	Una hora y media (90 min)



<p>09 Abril de 2012</p>	<p>Fomentar en los residentes de fundación la luz María del Carmen enciso, la valoración de una situación generadora de estrés y la evaluación de diferentes recursos para</p>	<p>Primer y segundo proceso del modelo de afrontamiento al estrés.</p>	<p>Formatos de evaluación. Hojas blancas. Lapiceros.</p>	<p>descripción debe ser detallada puesto que será entregada a un famoso pintor. Se dividirá al grupo en 4 partes, en donde intercambiaran sus escritos, cada uno resaltará o agregara a la carta las cualidades que consideren que hicieron falta para una descripción total de su compañero.</p> <p>Conclusiones.</p> <p>Ronda del estado de ánimo. Explicación de título y objetivo de la sesión.</p> <p>Explicación de los sub-procesos del modelo de afrontamiento al estrés.</p> <p>Primera etapa, evaluación primaria, se le pedirá a cada residente que imagine una situación en donde haya sentido estrés y/o angustia.</p>	<p>Los residentes califican la temática como “son temas que es necesario tratar” y “excelente”.</p> <p>Se fomentó en los residentes la valoración de una situación generadora de estrés, y la evaluación de diferentes recursos para realizar una adecuada introspección.</p>	<p>Una hora y media (90 min).</p>
-------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
	realizar una adecuada introspección, mediante el modelo de afrontamiento del estrés, durante el primer semestre de 2012.			<p>Segunda etapa, evaluación secundaria: después de que tengan presente la situación, realice una evaluación de los recursos que posee, tanto personales, sociales, económicos e institucionales.</p> <p>Socialización de la estrategia de afrontamiento.</p> <p>Conclusiones.</p>	Identificaron la importancia de evaluar una situación de riesgo, además de evaluar las posibilidades y los recursos personales que tiene cada uno para afrontar dicha situación	
16 de Abril de 2012	Generar un cambio en las distorsiones cognitivas que tienen los pacientes de sí mismo, por medio del reforzamiento de los	Distorsiones cognitivas y el uso de los autoesquemas.	<p>Formatos de evaluación.</p> <p>Hojas blancas.</p> <p>Lapiceros y/o marcadores.</p>	<p>Ronda del estado del ánimo.</p> <p>Presentación del título y objetivo de la sesión.</p> <p>Dinámica rompe hielo: se le entregan a los participantes una hoja con distintas características, entre ellos tienen que indagar que otros compañeros coinciden</p>	<p>Los participantes se mostraron participativos y receptivos frente a la temática realizada.</p> <p>La evaluaron como “buen conocimiento de uno mismo”, “interesante”, “excelente” y “estupenda”.</p> <p>Se observó mayor facilidad para dar elogios a otro compañero.</p>	Una hora y media (90 min).



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
	Auto-esquemas.			<p>Con las mismas características.</p> <p>Explicación del concepto de autoesquemas.</p> <p>¿Cómo soy? Se les pide a los participantes que tomen una cartulina, u que en la parte superior escriban ¿Cómo soy?, la adhieran a su espalda, con el fin de que cada uno de sus compañeros escriban una cualidad de lo que escriban.</p> <p>Una vez pasado 10 minutos cada uno de los participantes se retira la cartulina y se les pedirá que la dejen en el centro del círculo. Ahora se moverán alrededor del círculo y al tropezarse con el compañero se manifiesten las características que se acuerden que tenían en su</p>		





FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
23 de Abril de 2012.	Fomentar en los residentes de fundación la luz Maria del Carmen Enciso, la identificación de sus emociones durante el evento que produjo el inicio a su consumo; mediante la técnica ventilación escrita, durante el	Ventilación escrita.	Formatos de evaluación.  Lápices.  Hojas blancas.	<p>espalda.</p> <p>Conclusiones.</p> <p>Ronda de estado del ánimo. Explicación del título y objetivo de la sesión.</p> <p>Explicación de la relación entre expresión de sentimientos, emociones y la asertividad.</p> <p>Se realizara técnica de ventilación escrita. Se efectuara la entrega de una hoja y lápiz a cada residente, y se dará la indicación correspondiente.</p> <p>Se pedirá a cada participante que nos</p>	<p>Los participantes calificaron la temática como “muy buena”, “productiva” y “excelente”.</p> <p>Se fomentó en los residentes la identificación de sus emociones durante el evento que produjo el inicio de su consumo.</p> <p>Al finalizar la sesión los residentes rompieron ese evento generador de estrés y alguno manifestaron sentirse: “desahogados”.</p>	Una hora y media (90 min)



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
30 Abril de 2012	<p>primer semestre del 2012.</p> <p>Generar en los residentes de fundación la luz hogar Chinauta un compromiso Interpersonal , el cual está basado en los aprendizajes que se dieron a conocer a partir de las habilidades sociales y el poder del no, durante la etapa de tratamiento, por medio de un contrato</p>	Confrontación positiva.	<p>Formatos de evaluación.</p> <p>Contrato.</p> <p>Lapiceros.</p>	<p>un recuento de su análisis, y comente como se sintió.</p> <p>Conclusiones.</p> <p>Ronda de estado del ánimo.</p> <p>Presentación del título y objetivo de la sesión.</p> <p>Dinámica rompe hielo</p> <p>“pida al grupo que se mueva dentro del círculo, moviendo y soltando sus brazos y relajando sus cabezas y sus cuellos. Después de un momento, diga stop. El grupo deben formar estatuas.</p> <p>Presentación del concepto, “confrontación positiva”.</p> <p>Fase preliminar: análisis funcional de la conducta que se quiere modificar.</p> <p>Descripción operativa de</p>	<p>Los pacientes manifestaron que la temática realizada fue “excelente”, “interesante”, “muy buena” y “muy positiva”.</p> <p>Los residentes se mostraron participativos y receptivos frente</p> <p>A la temática abordada en la sesión.</p> <p>Realizar una confrontación positiva permitió a los participantes, reconocer cualidades en sus demás compañeros y en sí mismo.</p>	Una hora y media (90 min).



FECHA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	METODOLOGIA	RESULTADOS	TIEMPO
	positivo, con el fin de mantener de manera eficaz, lo aprendido dentro del proceso residencial.			la misma (que lo llevo a la adicción). Selección de reforzadores. Fase de interacción y de acuerdos: identificación de recompensas y elección para cada una de las partes. Consenso sobre los términos del contrato y pactar los costos. Determinación del procedimiento de verificación del cumplimiento de acuerdos.  Conclusiones.		



## DISCUSIÓN

Teniendo en cuenta lo visto dentro de fundación la luz, y lo vivido durante cada una de las Psicoeducativas, identificamos que el miedo al mundo es latente en el reconocimiento de situaciones generadoras de estrés, porque fuera del tratamiento residencial se podría determinar que para estos individuos el poder decir no, puede ser un comienzo para poner un alto al consumo, ya que como sabemos las drogas se han inmerso en todo el mundo, hasta en los lugares más pequeños de la tierra y en definitiva ningún residente una vez termine el proceso está exento de volver a recaer en consumo, uno de los problemas más grandes que se evidencian en la actualidad y que es un detonante para iniciar un incontrolable acto de consumo es el, alcohol, la cual es una bebida social y accesible a todas las personas, por esta razón se muestra a los integrantes durante cada terapia que el poder del “NO” es una herramienta efectiva para evitar recaer en consumo, o en comportamiento y por supuesto alejándose de su esencia adquirida más pura es decir, evitar cualquier tipo de red o apoyo inadecuado.

Es importante tener en cuenta que un individuo con una problemática de adicción, tiene poco control de sus emociones, y además presentan ideación irracional en cuanto al placer que puede generarle las sustancias psicoactivas. Por tal motivo los drogodependientes realizan una asociación errada entre sustancia y entorno, llegando a la conclusión de solo sentir aceptación de pares cuando está el consumo de por medio.

Por ello se trabajaron habilidades sociales, debido a que cada uno de ellos tiene una lucha interna con este manejo emocional y su cognición del mundo exterior, se evidenció que cada uno de ellos necesita reforzar estos temas, ya que así como el alcohol es algo inevitable, las decepciones emocionales y los inconvenientes personales son algo infalible, y por ello finalmente el desequilibrio emocional lo lleva a una etapa nueva de consumo y de comportamientos inadecuados.



## CONCLUSIONES

Se ejecutaron doce terapias psicoeducativas dirigidas a generar habilidades sociales en los residentes, debido a que la población es fluctuante se realizó durante cada terapia retroalimentación de las sesiones anteriores, para que los participantes nuevos obtuvieran conocimiento de la temática general.

La evaluación se realizó por cada sesión para comprobar que la temática de la terapia fue clara y el objetivo se cumplió. Resulta complicado realizar una evaluación general por todo el proyecto debido a lo que mencionamos anteriormente, la población es fluctuante y aquellos residentes que iniciaron la terapia número 1, no finalizaron las 12 sesiones propuestas.



## RECOMENDACIONES

Se recomienda a los próximos psicólogos en formación, que realicen su práctica profesional en Fundación la Luz, María del Carmen Enciso, realizar un pre test y un post test, para comprobar la validez que tuvo su investigación dentro de la institución.

Es importante seguir trabajando la temática de habilidades sociales asertivas y el poder del no, debido a que nuestra experiencia en terapia individual y grupal este semestre dentro de la fundación, nos permite reconocer las pocas habilidades sociales que tienen los residentes y lo elemental que es fortalecer esta temática.



## REFERENCIAS

El poder de un no positivo William ury 2007 – grupo editorial norma – pag 17  
– 23, biblioteca luis angel Arango, bogota colombia.

Rehabilitación cognitiva en el tratamiento de las adicciones, Eduardo J. Pedrero-Pérez, Gloria Rojo-Mota, José M. Ruiz-Sánchez de León, Marcos Llanero-Luque, Carmen Puerta-García, PDF, Centro de Atención a Drogodependientes, CAD 4 Ayuntamiento de Madrid. Madrid, España. (2007)

Revista Iberoamericana de Educación, Judid Fraga de Hernández, Universidad Central de Venezuela, 1997.

CIENCIAS'PSICOSOCIALES'I María del Carmen Ortego Maté; Santiago López González; María Lourdes Álvarez Trigueros, PDF, universidad de Cantabria, 1986 – 2006.