

# INTERVENCIÓN COGNITIVO- CONDUCTUAL PARA ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR



FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



# CARACTERÍSTICAS GENERALES

PREVENCIÓN SELECTIVA

GRUPOS EN RIESGO

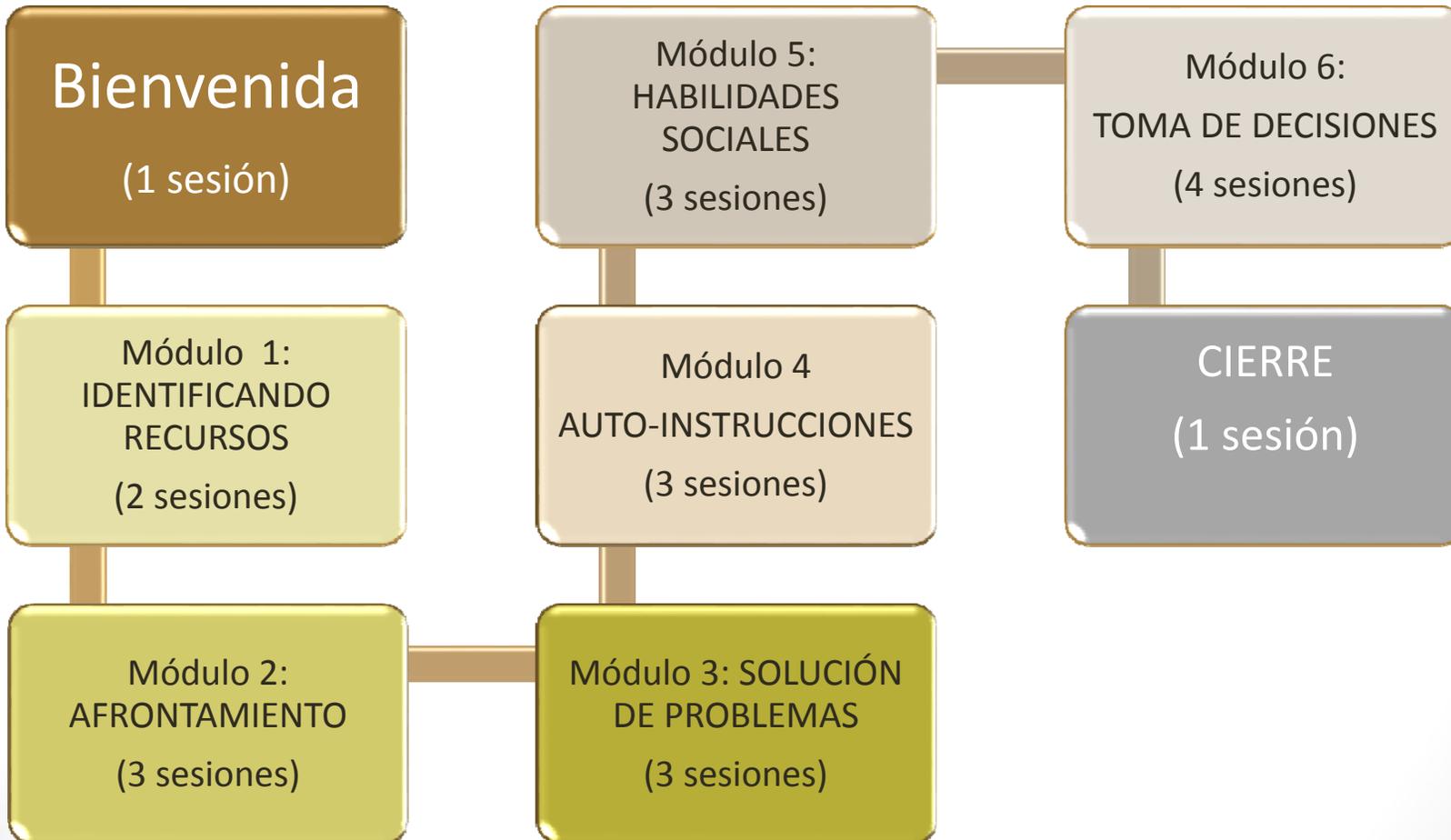
TALLER REFLEXIVO

# OBJETIVOS:

- Dotar de estrategias cognitivo conductuales a los estudiantes, que les permitan afrontar de manera efectiva las situaciones de riesgo asociadas al bajo rendimiento y abandono escolar.
- ***Objetivos Específicos***
- Desarrollar en los estudiantes habilidades para identificar, expresar y regular emociones.
- Desarrollar en los estudiantes habilidades cognitivas para la solución de problemas y la toma de decisiones razonadas.
- Desarrollar en los estudiantes habilidades sociales que les permita relacionarse de manera más constructiva y empática.

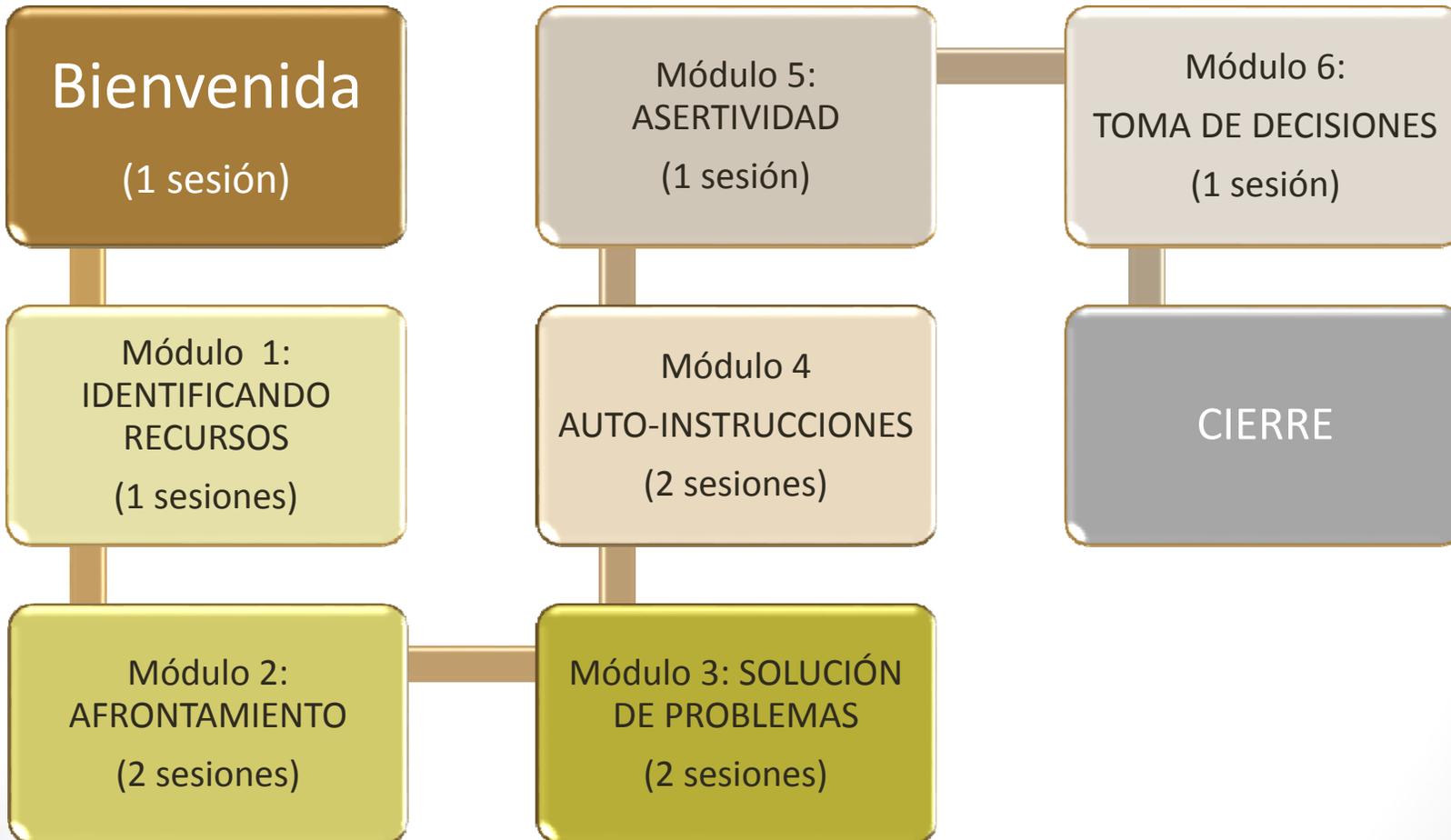
# ESTRUCTURA

20 sesiones

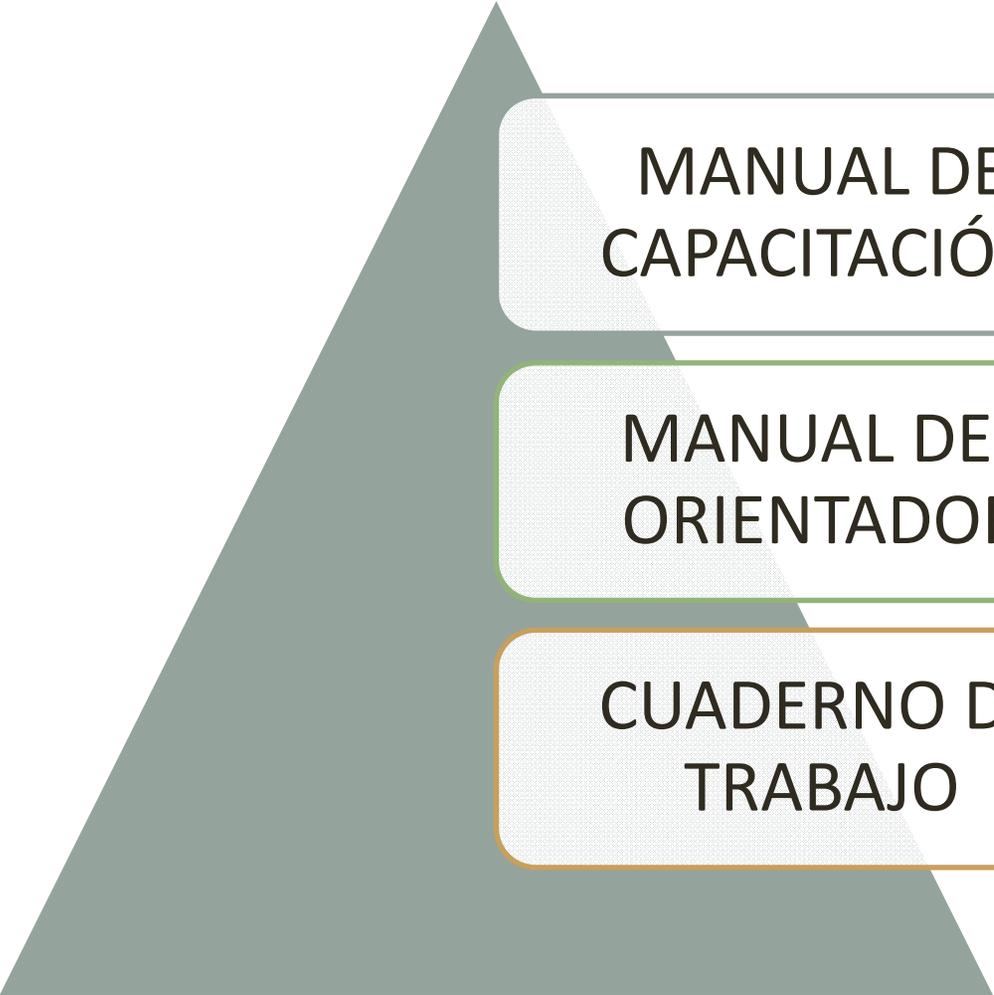


# ESTRUCTURA

10 sesiones



# MATERIALES



MANUAL DE  
CAPACITACIÓN

MANUAL DEL  
ORIENTADOR

CUADERNO DE  
TRABAJO

# MANUAL DE CAPACITACIÓN

- Dotar de estrategias cognitivo conductuales a los orientadores, que les permitan enseñar, modelar e interactuar de manera efectiva con los estudiantes en situaciones de riesgo asociadas al abandono escolar con el fin de proporcionar habilidades para enfrentar estresores que amenazan su permanencia en el bachillerato y para promover una mejor calidad de vida

# Objetivos específicos

- Proporcionar a los orientadores el marco teórico y técnico para realizar efectivamente las sesiones de intervención.
- Sensibilizar a los orientadores en cuanto a habilidades cognitivas, sociales y emocionales, para su mayor comprensión con el fin de transmitir las adecuadamente.
- Generar una herramienta que permita homogeneizar el proceso de intervención, las sesiones, el uso e impartición correcta de técnicas y dinámicas cognitivas conductuales.

# Para ello....

Invitan a

- compartir su experiencia, realizar los ejercicios en casa y las dinámicas en las sesiones.

Aceptan

- incondicionalmente sin emitir juicios ni regaños, sino preguntas que los lleven a reflexionar las implicaciones de sus decisiones.

Muestran

- Actitud cordial, asertiva y prosocial mostrando interés genuino por cada uno de los temas personales que expondrán.

# LABOR DEL ORIENTADOR

Ayudarles a  
potencializar su  
desarrollo

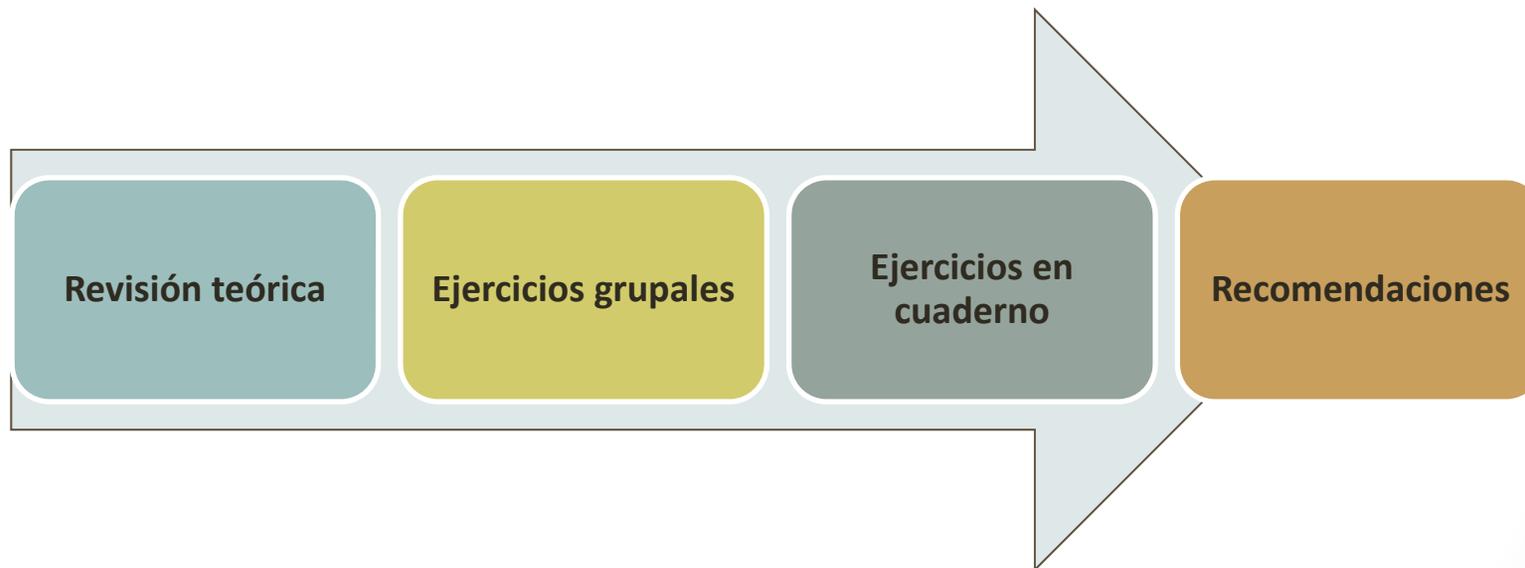
- Compartir información, hacer reflexionar con los ejercicios, retroalimentar y reforzar la participación de los jóvenes

Mostrar las  
habilidades  
socioemocionales  
que se pretende  
fortalecer

- Modelar cómo se puede responder a la presión, a los cambios, a los puntos de vista diferentes

# Planeación de la capacitación

7 SESIONES DE 4 HORAS CADA UNA  
MISMA ESTRUCTURA: TALLER VIVENCIAL  
EN GRUPOS DE 8 A 12 ORIENTADORES



# IMPLEMENTACIÓN

## PLAN A

- ORIENTADORES: PSICOLOGOS Y AREAS AFINES.
- CADA PROFESIONISTA ATENDIENDO 10 GRUPOS
- DISTRIBUCIÓN DE HORAS DE TRABAJO:
  - a) 10 HORAS FRENTE A GRUPO
  - b) 10 HORAS MAS PARA:  
ELABORACIÓN DE REPORTES, SUPERVISIÓN, PREPARACIÓN DE LAS SESIONES, ATENCIÓN A CASOS ESPECIALES (Intervención crisis/rescate)
- CONTRATADOS POR MEDIO TIEMPO (20 HORAS SEMANA)\$6,000.-

# PLAN B

- ORIENTADORES: DOCENTES SELECCIONADOS CAPACITADOS POR
- UN PSICOLOGO
  
- UN PSICOLOGO PODRÍA CAPACITAR Y SUPERVISAR A 25 DOCENTES CON 10 GRUPOS CADA UNO
  
- DISTRIBUCIÓN DE HORAS DE TRABAJO:
  - a) Capacitación
  - b) Supervisión grupal (1 vez al mes)
  - c) Supervisión *in situ*
  
- CONTRATADO POR TIEMPO COMPLETO: \$ 12,000

PLAN	VENTAJAS	DESVENTAJAS
<b>A</b>	Atención más especializada	Costo adicional
	Selección menos costosa en términos de materiales y tiempo	Identificación de profesionistas a nivel nacional ¿?
	Seguimiento más puntual a cada caso	
	Mayor confianza por parte de los estudiantes	
	Se parece más a BAM	
<b>B</b>	Menor costo	No intervención en crisis
	Hay un especialista que supervisa el trabajo en el aula	Selección de docentes más costosa en términos de materiales y tiempo
		Falta de confianza por parte de los estudiantes al creer que los docentes compartirán información de lo que se hable en las sesiones
		Dificultad en el manejo de temas sensibles

# SELECCIÓN DE ORIENTADORES

REVISIÓN DE  
CV

ENTREVISTA  
POR  
COMPETENCIAS

EJERCICIOS  
VIVENCIALES

# Tabla de Chequeo para Entrevista y ejercicios vivenciales

COMPETENCIA	GRADO (Relevancia)			PRESENCIA en Entrevista	PRESENCIA en Ejercicios
	A	B	C		
Amigoso/Sentido de humor			X		
Colaborativo / Trabajo en equipo	X				
Comprometido	X				
Comunicación efectiva	X				
Cortés/Orientado al servicio			X		
Empático	X				
Entusiasta/Positivo		X			
Estabilidad emocional	X				
Liderazgo		X			
Manejo de Grupos	X				
Objetivo	X				
Organizado / Disciplinado		X			
Proactivo	X				
Seguro / Autoestima		X			
Solución de Problemas	X				
Valores humanísticos/Ético	X				

**CRITERIO:**  
 Mostrar por lo menos 6 competencias de *Grado A*.  
 Mostrar por lo menos 2 competencias de *Grado B*.  
 Verificar competencias presentes en entrevista en los ejercicios de grupo.

# *Lista Checable para Currículum Vitae*

- Licenciatura en Psicología y áreas afines
- Edad: 22 a 30 años
- Experiencia en trabajo con jóvenes (a partir de 1 año)
- Experiencia en trabajo con grupos (a partir de 6 meses)
- Experiencia en trabajo con personas en situaciones de riesgo (a partir de 6 meses: Violencia Familiar, Acoso, Deserción, Bullying, Adicciones, etc.)
- Diplomados o certificaciones o seminarios o cursos **(deseable/recomendable)**

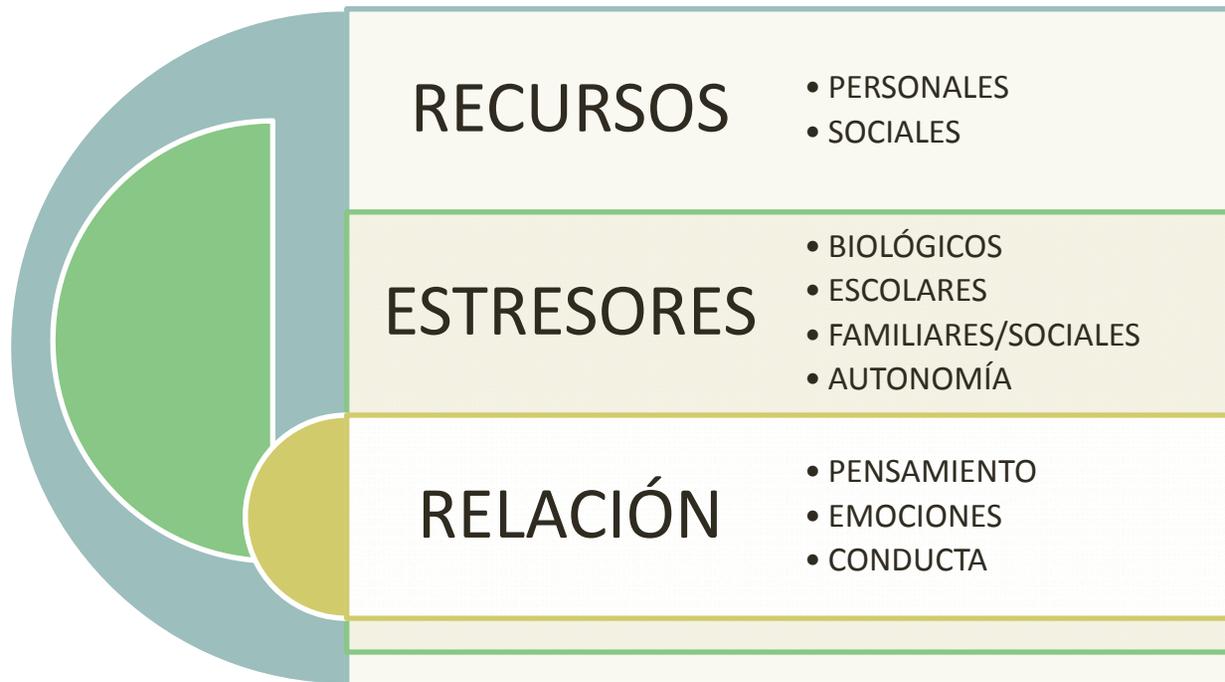
# MANUAL DEL ORIENTADOR

- SESION DE BIENVENIDA

ACUERDOS DE CONVIVENCIA

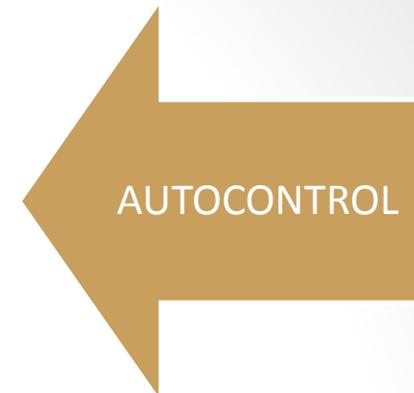
INTEGRACION GRUPAL

ENTREGA DE CUADERNO Y EJERCICIO 1



SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

## ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO



# AUTOINSTRUCCIONES

HABILIDADES SOCIALES

ASERTIVIDAD

TOMA DE DECISIONES

RESPONSABILIDAD

BALANCE BENEFICIOS COSTOS

- CUADERNO DE TRABAJO
- EJERCICIO: BALANCE DECISIONAL

	<b>CAMBIAR: Dejar de usar las redes sociales en las noches para no desvelarme</b>	<b>NO CAMBIAR: Seguir usando las redes sociales en la noche y desvelarme</b>
<b>BENEFICIOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Podré dormir más tiempo</li> <li>- Tendré más energía en la mañana</li> <li>- Podré convivir más con mi familia</li> <li>- Me dará más tiempo para hacer otras cosas</li> <li>- Dejaré de preocuparme por lo que hacen los demás</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sabré que están haciendo mis amigos</li> <li>- Me enteraré si pasa algo importante</li> <li>- Podré compartir tareas o trabajos escolares</li> </ul>
<b>COSTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-No sabré que están haciendo mis amigos</li> <li>- No me enteraré si pasa algo importante</li> <li>-No podré compartir tareas o trabajos escolares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tendré bajas calificaciones</li> <li>-Me sentiré mal por no dormir lo suficiente</li> <li>-No me levantaré a tiempo para ir a la escuela</li> <li>-Tendré problemas con mis papás</li> </ul>

● GRACIAS

