

HERRAMIENTAS DE INTERVENCION SOCIAL DESDE LOS MODELOS DE COMPETENCIAS Y POSIBILIDADES

Septiembre-octubre 2020



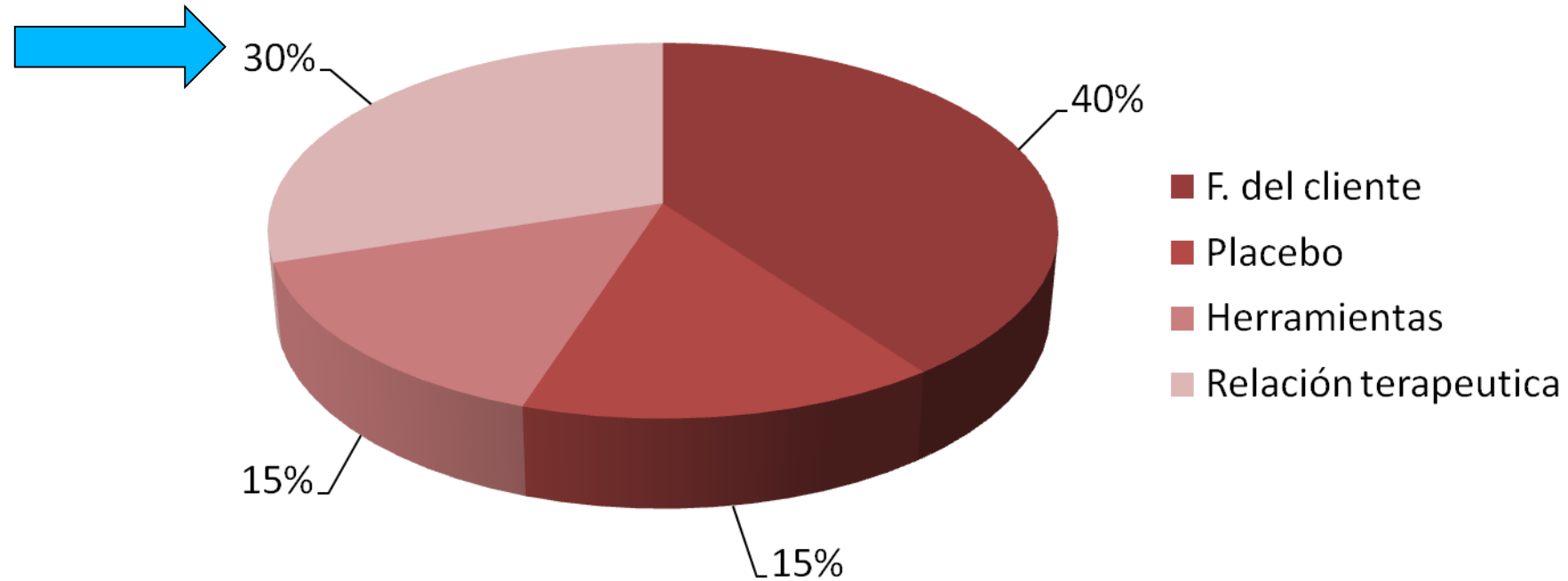
Jorge Campos Hierro
mileniaformacion@gmail.com

¿Cómo crear un clima de COLABORACIÓN?



¿Por qué es importante la alianza terapéutica?

Asay y Lambert 1999
Factores comunes del cambio en psicoterapia



GENERANDO CONTEXTOS DE CAMBIO

ALIANZA TEREPEÚTICA (Escudero, V.)

- Enganche en el proceso (de cambio)
- Conexión emocional con el profesional
- Seguridad en el sistema (de cambio) (con nosotros/as)
- Compartir el propósito del proceso

GENERANDO CONTEXTOS DE CAMBIO

ALIANZA TEREPEÚTICA (Escudero, V.)

- *Enganche en el proceso (de cambio)*
 - Participación en la elaboración del plan de trabajo y la definición de metas y objetivos
 - Participación en tareas de cambio específicas
 - Reconocimiento de pequeñas mejoras

GENERANDO CONTEXTOS DE CAMBIO

ALIANZA TEREPEÚTICA (Escudero, V.)

- *Conexión emocional con el profesional*

- Confianza – interés genuino
- No sentirse juzgado - empatía – comprensión
- Reciprocidad – aceptación – calidez
- Incondicionalidad – intimidad

GENERANDO CONTEXTOS DE CAMBIO

ALIANZA TEREPEÚTICA (Escudero, V.)

- *Seguridad en el sistema (de cambio) (con nosotros/as)*
 - Prerrequisito para enganche al proceso
 - Comodidad. Un lugar donde poder mostrarse vulnerable
 - Un lugar de aprendizaje y cambio
 - Todos nos sentimos seguros (sentirse protegido)

GENERANDO CONTEXTOS DE CAMBIO

ALIANZA TEREPEÚTICA (Escudero, V.)

- Compartir el propósito del proceso
 - Luchar juntos
 - Colaborar para objetivos comunes
 - En el contexto familiar/personal es donde suceden los problemas y donde están los recursos
 - Generar cohesión ante un enemigo común, obstáculos internos,...

Alianza terapéutica

- Acepta las posturas iniciales como normales
- No hagas intervenciones que aumenten la presión
- Muéstrate comprensivo con sus emociones, aunque sean negativas
- Busca aspectos sobre los que puedas conversar en un tono emocional positivo
- Transmite interés y buena disposición a ayudar

Trabajar la DEMANDA

- ¿En qué te podemos ayudar?

DE LA QUEJA A LOS OBJETIVOS

- Queja > demanda > proyecto común > **objetivos**

Queja *versus* demanda

QUEJA

-“Me pasa...”

-“Me duele...”

-“Me molesta que yo/que él...”

DEMANDA / PROYECTO / OBJETIVO

-“Quiero...”

+

-“Me gustaría que vosotros me ayudarais a...”

DEMANDA

- Proyecto común de trabajo (meta):
 - Qué entre en nuestro campo profesional
 - Qué sea alcanzable
 - Qué no dependa exclusivamente de una tercera persona
 - Que se formule en positivo
- Diferenciarla de la QUEJA

DEMANDA

COMPRADOR

VISITANTE

DEMANDANTE / QUEJOSO

REHEN

DEMANDA

- ¿En qué te podemos ayudar?

COMPRADOR

- ¿Por qué piensaque tienes que venir aquí?

VISITANTE

- ¿Cómo estarás tu cuando ...?

DEMANDATE / QUEJOSO

- ¿Qué tendrá que ver el juez en ti, que le indique que ya no tienes que venir por aquí? **REHEN**

Algunas dificultades

- 1) No tenemos un problema
- 2) El problema es de otro tipo (laboral, vivienda,...) o de otra persona que no está aquí
- 3) Es un problema pero no podemos hacer nada
- 4) No tenemos un problema, vosotros (los profesionales) sois nuestro problema

No tenemos un problema,
o el problema es de otro tipo

- No reforzar o ampliar este planteamiento (por ejemplo presentando pruebas, insistiendo en que sí lo tienen, ...)
- Conectar con la persona, conocer su vida, como han ido ocurriendo las cosas para que intervenga los SS.SS
- Hay que “crear un problema”, conectando la demanda de la institución con alguna preocupación de la familia
- Oriéntate al futuro

Es un problema pero no podemos hacer nada

- No reforzar o ampliar este planteamiento
- Conecta y escucha con respeto su historia de resignación y desamparo
- Si se sienten “víctimas”, debes intentar que se sientan ya como “pacientes” (dejarse cuidar, hacer caso de las orientaciones, ...) después ya serán “clientes”
- Asume parte de la responsabilidad y pídeles un paso
- Oriéntate al futuro

Vosotros (los profesionales) sois nuestro problema

- Evita la escalada
- Explora las causas de este antagonismo
- Disposición de ayuda haciéndoles ver que es frecuente y entendible esa postura (sin tolerar faltas de respeto)
- Crear un problema que de comienzo a la intervención
- Conexión emocional
- Oriéntate al futuro

DE LA QUEJA A LOS OBJETIVOS

- Queja > demanda > proyecto común > objetivos

¿Cómo construir OBJETIVOS?

- Preguntas de orientación al futuro

PREGUNAS DE ORIENTACIÓN AL FUTURO

LA PREGUNTA MILAGRO

Formulación clásica

“Supongan que esta noche, mientras están durmiendo, sucede una especie de milagro y los problemas que les han traído aquí se resuelven, no como en la vida real, poco a poco y con el esfuerzo de todos, sino de repente, de forma milagrosa. Como están durmiendo no se dan cuenta de que este milagro se produce. ¿ Qué cosas van a notar diferentes mañana que les hagan darse cuenta de que este Milagro se ha producido?”

Proyección al futuro

Algunas preguntas

Si el cliente habla...	El terapeuta pregunta...
En términos de queja <i>*Vería que mi mujer deja de estar como ahora que está todo el día gritándome</i>	¿Cómo va a cambiar eso?
En negativo (dejar de ...) <i>*Dejaría de obsesionarme tanto con la comida</i>	¿Qué es lo que harás en vez de ...?
En términos poco concretos <i>*Estaría mucho mejor</i>	¿ En qué va a notar que ...? ¿ Cual será la primera cosa que ...?
En términos individuales <i>*Mi marido estaría menos deprimido, más alegre</i>	¿ Cómo va a reaccionar usted cuando el...? ¿ Cómo va a responder ella cuando usted...?
Si se agota un tema	¿ Qué más va a cambiar? ¿ Qué más será diferente?

Características de los objetivos

- RELEVANTES
- CONCRETOS
- INTERACCIONALES
- FORMULADOS EN POSITIVO
- ALCANZABLES

- Rodríguez Morejón (1995)
 - Los casos en los que se construye al menos un objetivo bien formado tienen dos veces más probabilidades de ser exitosos al final del tratamiento.

PREGUNTA DE ESCALA

Trabajando con los números

- MEDIR CON ESCALAS NO ES NADA NUEVO
 - Intensidad del síntoma
 - Gravedad del problema
 - Actitud hacia algo en concreto

PREGUNTA DE ESCALA

Trabajando con los números

Desde 1 hasta 10 donde 1 significa que los problemas que te han traído por aquí están en el peor momento posible, y 10 significa que todo está resuelto. Haciendo una media de esta última semana... ¿en que puntuación te colocarías?

- Los problemas que te han traído por aquí: optamos por preguntas abiertas o cerradas
- Esta última semana: lo más cercano posible
- Se juzgan hechos. Grado de consecución de objetivos

PREGUNTA DE ESCALA

Trabajando con los números

- NOS PUEDE SERVIR PARA
 - Concretar información cuando hay objetivos muy vagos
 - Tener un criterio de avance
 - Establecer metas
 - Identificar avances
 - Atribuir responsabilidad

PREGUNTA DE ESCALA

Trabajando con los números

PUNTUACIÓN DADA	X + 1	DEFINIR EL 10
<p>¿por qué esta una puntuación?</p> <p>¿qué entra dentro de esta puntuación?</p>	<p>¿qué tiene que suceder para que estés en un ...?</p> <p>¿qué es lo primero que te va a hacer pensar que estas en un $x+1$?</p>	<p>Como serán las cosas cuando hayas llegado a un 10</p> <p>¿qué te va a hacer pensar que estas en un 10?</p>
EXCEPCIONES AVANCES	OBJETIVOS A CORTO PLAZO (ENTRE SESIONES)	DEFINICIÓN DE OBJETIVOS

¿Qué has hecho para llegar a x ?

¿cuáles son los ingredientes para llegar a x ?

- TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)
- Contexto de trabajo de ambigüedad, incertidumbre y complejidad
- Se exige asumir la responsabilidad de resolver los problemas (reparar- arreglar)
- En un clima de urgencia, culpa, de instrucción correctiva
- Los consejos tienen una eficacia limitada. Solo el 5 – 10% de las personas cambian
- No se hace terapia, pero se puede ser terapeutico (terapia Vs gestion de caso)

- TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)
- Proporcionar ayuda práctica y tener conversaciones útiles
- Caminar y hablar vs Sentarse y hablar
- Aliados apreciativos: en solidaridad, al lado de usuarias en contra de los problemas de su vida
- Tener en cuenta: Generar alianza e implicar teniendo en cuenta sus competencias y las nuestras

- TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)
- Organizamos nuestras vidas a través de HISTORIAS que proveen una estructura para dar sentido al mundo (seleccionamos acontecimientos)
- Historias que están conectadas con nuestra familia de origen y historias culturales
- Son historias que actuamos en nuestras interacciones

- TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)
- Existe en SS.SS una presión para resolver situaciones que pueden no tener soluciones disponibles
- Se propone pasar de la reducción de síntomas a la mejora en el nivel de funcionamiento
- Pasar de la instrucción correctiva a la indagación facilitadora. Del consejo a la reflexión

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

La ayuda colaborativa supone ayudar a imaginar la vida que desean, abordar sus problemas más persistentes y desarrollar estrategias de afrontamiento proactivas realistas dentro del contexto en el que se desenvuelven

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

Visión organizadora <i>¿A dónde le gustaría dirigirse en su vida?</i>	
Desarrollo de una visión mutuamente compartida, proactiva, significativa y suficientemente concreta Establecimiento una base de motivación, recursos y comunidad de apoyo	
Obstáculos <i>¿Qué se interpone en su camino?</i>	Apoyos <i>¿Qué le ayuda a llegar a donde desea?</i>
Identificación de obstáculos a nivel individual, relacional y socio-cultural Descripción de los obstáculos de manera que se <i>separe</i> a los problemas de las personas	Identificación de apoyos a nivel individual, relacional y socio-cultural Descripción de los apoyos de manera que se <i>conecte</i> a las personas con sus intenciones y su sentido de agencia personal
Plan <i>¿Qué es necesario que ocurra a continuación?</i>	
Desarrollo de un plan consensuado que se base en los apoyos para superar los obstáculos y alcanzar la visión organizadora de una manera proactiva y significativa. Trazado de un plan de acción que especifique concretamente quién hará qué, cuándo y con quién. Implicación de la comunidad o red social de las personas en el desarrollo y apoyo del plan	

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

PREGUNTAS PARA CONSTRUIR APOYO RELACIONAL

- *Si yo hubiera conocido a su hijo desde hace cinco años en vez de los cinco minutos que llevamos aquí, ¿qué piensa que habría llegado a respetar y apreciar especialmente de él/ella?*
- *¿Cómo pasan su tiempo cuando no asisten a reuniones como esta? ¿Qué les gusta hacer? ¿Qué hace que eso sea importante para ustedes? (obtener detalles)*
- *¿Qué más les gustaría que yo supiera sobre ustedes a modo de presentación?*
- *¿De qué están particularmente orgullosos en tu familia, barrio, cultura? ¿Qué hace que eso sea importante para ustedes? ¿Me pueden contar algo más al respecto?*
- *¿Qué sería bueno que supiera sobre usted como persona/ ustedes como familia que para mí sería difícil ver si solo habláramos de X (problema)?*

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

PREGUNTAS PARA VISUALIZAR DIRECCIONES POSIBLES EN LA VIDA O
AFRONTAMIENTO EN TIEMPOS DIFÍCILES

- *Si estuviéramos al final de nuestro trabajo juntos en vez de al comienzo, y estuvieran reflexionando sobre cómo fue y sintiéndose bien sobre lo que lograron en este periodo de tiempo, ¿qué sería distinto en su vida juntos?*
- *Dentro de quince años, ¿qué historia les gustaría que su hijo/a contara sobre su infancia? (obtener detalles) ¿Cómo sería para ustedes oír esa historia? ¿Qué sería lo más importante para ustedes? ¿Qué pasos pueden tomar para hacer que eso suceda?*
- *¿Qué aspiraciones tienen para su hijo/a? ¿Qué hace que esas aspiraciones sean importantes para ustedes? ¿Cómo pueden contribuir a que esas aspiraciones se hagan realidad? ¿Qué piensan que él/ella necesita de ustedes para que eso suceda?*
- *Todos tenemos días en los que estamos “off”, cuando no estamos en nuestro “mejor momento”; pero ¿puedo preguntarles sobre las veces en que están “on”, en su “mejor momento” como padres? ¿Cómo son esas ocasiones? ¿Qué están haciendo y qué está sucediendo a su alrededor? ¿Qué es lo que más aprecian de sí mismos como padres en esos momentos? ¿Por qué es eso importante para ustedes?*
- *Entiendo que están pasando por un momento difícil y que no se sienten bien. Si supieran que las cosas van a mejorar el próximo año, pero mientras tanto la situación va a seguir siendo difícil, ¿cómo les gustaría afrontar este periodo de tiempo? ¿Qué persona les gustaría ser en medio de todo esto? ¿Qué hace que eso sea importante para ustedes? ¿Cuándo se han visto más como esa persona? ¿Por qué es eso importante para ustedes? ¿Quién más lo notaría? ¿Qué verían en ustedes?*

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

EXPLORAR OBSTACULOS

- *¿Qué cosas pueden interponerse en el camino o alejarle de sus aspiraciones para su familia?*
- *Dada la importancia de ese deseo que ha compartido conmigo, ¿cuáles son algunos de los retos a los que se enfrenta al intentar conseguirlo?*
- *¿Qué preocupaciones tienen ustedes y/o tienen los demás respecto a sus hijos/as y su seguridad?*
- *Al pensar en estos obstáculos, retos o preocupaciones ¿cómo lo viven y cómo se lo explican?*
- *¿Qué es lo que creen que impide o dificulta que suceda algo diferente?*
- *¿Cómo se dan cuenta cuando esas cosas aparecen en su vida?*
- *¿Qué efectos pueden tener esas cosas en su vida juntos?*
- *¿Qué piensan acerca de los efectos de esos obstáculos (intento de separar los obstáculos de las personas)? ¿Les gustan esos efectos? ¿Preferirían que permaneciesen más en sus vidas o fuera de sus vidas?*

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

EXPLORAR APOYOS

- *¿Cuáles son algunas de las cosas que le ayudan a avanzar hacia sus aspiraciones en la vida?*
- *Cuando las cosas van mejor en su familia, ¿cómo es? Si tuviéramos un video de YouTube de ustedes en su mejor momento, ¿qué veríamos?*
- *¿Qué fortalezas, capacidades, recursos traen ustedes que podrían ser útiles para tratar de alcanzar las aspiraciones que tienen para su familia?*
- *¿Cómo los ponen en práctica en su vida? ¿Qué les ayuda a hacerlo?*
- *Sé que las cosas han estado mal y quiero saber más de ello. Al mismo tiempo, ¿ha habido alguna ocasión, aunque sea por un momento, en el que las cosas hayan sido un poco diferentes? ¿Me pueden contar más sobre esa ocasión? ¿Qué fue diferente? ¿Qué estaban haciendo para afrontar esa situación? ¿Cómo podrían responder a momentos como ese en el futuro?*
- *Dado que esto es importante para ustedes, busquemos ocasiones en que haya sucedido, aunque sea parcialmente, para que podamos construir a partir de ellas*
- *¿Cuándo es esto menos problemático? ¿Qué es distinto en esas ocasiones?*
- *¿Cómo podrían continuar construyendo a partir de ocasiones como esa y quién podría apoyarles en ello?*

□ TRABAJO COLABORATIVO CON LA FAMILIA (Madsen)

EXPLORAR APOYOS

Ejemplos de Preguntas

- *Teniendo en cuenta la visión que desarrollaron para el futuro al que aspiran o para cómo afrontar el presente, ¿qué hace esa visión en particular importante para ustedes?*
- *Al contemplar los distintos obstáculos y apoyos que hemos identificado, ¿por cuáles sería mejor empezar? ¿Preferirían comenzar abordando algún obstáculo, basándose en determinados apoyos, o alguna combinación de ambos?*

Si se comienza con los Obstáculos

- *Al considerar este obstáculo en particular, ¿ha habido ocasiones en las que han tenido más éxito a la hora de responder ante él, afrontarlo, o resistirse?*
- *¿Cómo lo consiguieron y qué les ayudó a lograrlo?*
- *¿Qué ideas tienen sobre los pasos concretos que podrían emprender a continuación?*
- *¿Quién podría estar disponible para ayudarlos y apoyarlos en ese proceso?*

Si se comienza con los Apoyos

- *Al considerar este apoyo en especial, ¿cómo les ha sostenido? ¿Cómo han hecho uso de él? ¿Qué pasos tomaron?*
- *¿Qué les sugiere eso respecto a los siguientes pasos a tomar?*