

Guía de aprendizaje
Máster en Counselling
*14115 – Módulo 8. Crecimiento personal del
counsellor*
(2 ECTS)

Año académico 2022-2023

Máster en Counselling

2º Curso:**MÓDULO 8. CRECIMIENTO PERSONAL DEL COUNSELLOR: AUTENTICIDAD (2 ECTS)****Profesor/a:**

- **Pablo S. Posse**

1.- Presentación de la materia o asignatura

El counsellor debe, inevitablemente, afrontar el trabajo sobre sí mismo. Como persona y como ayudante. No caben dobles roles en el counselling, como quedó claro al hablar de la actitud de autenticidad.

El concepto de resiliencia se presenta potencialmente humanizador tanto como clave de lectura de la experiencia humana de sufrimiento, enfermedad, trauma duelo, como por parte del agente de salud o social que acompaña. No es lo mismo un plan de intervención que centrado exclusivamente en las carencias que un plan que apunte a promover las potencialidades del individuo necesitado.

No se trata solo de identificar a las personas con temperamento favorable a la resiliencia, sino también de fomentar los entornos potenciadores y los modelos de intervención positivos para renovar la mirada sobre las personas.

Al finalizar el estudio de este módulo tendrías que conocer y poder explicar:

1. Qué es la resiliencia, en qué contexto nació.
2. Cuáles son los protectores de resiliencia
3. Qué relación tiene la resiliencia con el Counselling.
4. Qué es un tutor de resiliencia

2.- Competencias a desarrollar**Competencias Básicas [CB]**

CB8 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.

CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos, razones últimas que las sustentan, a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autónomo.

Competencias Generales [CG]

CG2 - Aplicar las herramientas del counselling en grupos de trabajo interdisciplinares mostrando capacidad de adaptación a contextos diferentes y plurales.

Módulo 8. Crecimiento personal del counsellor: Autenticidad

CG4 - Aplicar los elementos clave de la relación de ayuda-counselling para la intervención específica en contextos multidisciplinares conflictivos.

CG5 - Analizar la intervención de relación de ayuda-counselling aplicando mejoras en la misma que incidan en el nuevo aprendizaje.

CG6 - Ser capaz de trabajar en colaboración con otros profesionales y agentes sociales, mediante el ejercicio de un estilo de liderazgo centrado en la persona que aborde procesos comunes en los que convergen roles y competencias diferentes.

CG8 - Dominar las destrezas y habilidades técnicas y sociales necesarias para fomentar un clima que facilite la relación de ayuda, y que sea participativo y promotor del cambio en situaciones de crisis.

CG11 - Integrar actitudes y habilidades eficientes para el trabajo colaborativo y en equipo en pro de la sinergia y que promueva el aprendizaje de todos los intervinientes en la relación de ayuda.

CG12 - Incorporar las nuevas tecnologías de la comunicación en la intervención de relación de ayuda-counselling adaptándolas a los diferentes contextos.

CG13 - Identificar situaciones reales o potenciales de conflicto en el equipo de trabajo siendo capaz de resolverlos eficazmente aplicando técnicas de Relación de ayuda y Counselling.

Competencias Específicas [CE]

CE4 - Promover en el ayudado estrategias para la autoayuda y el aprendizaje en situaciones de adversidad.

CE7 - Describir las diferentes reacciones psicoemocionales que se dan en la intervención de relación de ayuda-counselling tanto en el facilitador como en los individuos o colectivos receptores de ayuda.

CE12 - Aplicar la Inteligencia Emocional y la comunicación asertiva en contextos de complejidad, fomentando la capacidad de resiliencia y el crecimiento personal ante las situaciones de crisis.

CE14 - Señalar los elementos que caracterizan un manejo suficiente de la competencia inteligencia emocional del profesional-agente de ayuda.

3.- Contenidos

En este módulo, al igual que en el anterior Módulo 5 sobre el “Desarrollo continuado del counsellor” del 1º año del Máster, continuamos con la reflexión sobre la Humanización como problema ético fundamental, así como de una visión antropológica holística e integral de la persona como punto de partida de la intervención.

Describiremos el significado del término humanizar, sus causas y dimensión, presando particular interés a la dimensión relación del counselling como ámbito clave de humanización.

Presentamos el concepto de resiliencia, que se presenta potencialmente humanizador tanto como clave de lectura de la experiencia humana de sufrimiento, enfermedad, trauma duelo,

Módulo 8. Crecimiento personal del counsellor: Autenticidad

como por parte del agente de salud o social que acompaña. No es lo mismo un plan de intervención que centrado exclusivamente en las carencias que un plan que apunte a promover las potencialidades del individuo necesitado.

Introducción al concepto de humanización y su aplicación al Counselling y la relación de ayuda. Desarrollo de la competencia emocional del ayudante a través del trabajo de autoconocimiento y autocontrol emocional, así como motivación y otras habilidades para el trabajo de las propias emociones.

Al considerar la resiliencia no como una mera característica de algunas personas, sino como la suma e interacción entre elementos intrínsecos y extrínsecos, el tema se convierte en apasionante para quien desea ayudar a las personas en situación de dificultad. No se trata solamente de identificar a las personas con temperamento favorable a la resiliencia, sino también de fomentar los entornos potenciadores y los modelos de intervención positivos para renovar la mirada sobre las personas. Y es que la mirada tiene un gran poder potenciador de las capacidades del prójimo.

CONTENIDOS

RESILIENCIA

Introducción

1. Dos testimonios para empezar

- 1.1. Lola y sus múltiples duelos
- 1.2. Coger el toro por los cuernos
- 1.3. ...Y un viejo cuento
- 1.4. Somos granjeros y naturalistas
- 1.5. Somos águilas y gallinas

2. Las palmeras se doblan

- 2.1. Un modo de vivir la crisis
- 2.2. Cultivo interior
- 2.3. Voluntad de sentido

3. Determinismo o libertad

- 3.1. Libres en la esclavitud
- 3.2. Dos golpes
- 3.3. No cabía esperarlo

4. Protectores de resiliencia

- 4.1. Construyendo resiliencia
- 4.2. Es posible construir molinos
- 4.3. El tutor de resiliencia

5. Educar para vivir la resiliencia

- 5.1. Resiliencia y educación para la salud
- 5.2. ¿Se puede educar la resiliencia?

6. El humor es una cosa muy seria

- 6.1. El humor en la salud
- 6.2. Usar el humor en la relación
- 6.3. La paradoja
- 6.4. Humor y resiliencia

7. La mirada, tutor de resiliencia

- 7.1. La mirada que fomenta resiliencia
- 7.2. Y más que la mirada: el contacto

8. Mirada positiva sobre uno mismo

- 8.1. Encontrarse con la propia sombra
- 8.2. Descubrir lo mejor de uno mismo

CRECER EN LA CRISIS**Introducción****1. La vida: equilibrio inestable**

- 1.1. La vida como cambio
- 1.2. La salud mental

2. La crisis como patología vincular

- 2.1. La crisis
- 2.2. La crisis y la teoría vincular.
- 2.3. El hombre: un ser dialogante.
- 2.4. La crisis como patología vincular.

3. Fenomenología de la crisis

- 3.1. Actitudes psicológicas
- 3.2. Beneficios de la crisis
- 3.3. La crisis y sus fantasmas
- 3.4. La crisis desde el ayudador

4. La crisis en la vida cotidiana

- 4.1. Crisis y enfermedad
- 4.2. La enfermedad crónica como crisis
- 4.3. El síndrome demencial y la familia
- 4.4. El discapacitado y la familia
- 4.5. Decálogo del buen cuidador
- 4.6. Crisis y duelo
- 4.7. Un adolescente en casa.
- 4.8. Fracaso escolar
- 4.9. Pandillas y bandas juveniles en la gran urbe
- 4.10. La pareja: veinte años después de la "luna de miel"
- 4.11. Agresividad y familia
- 4.12. Crisis y suicidio
- 4.13. Crisis y paro
- 4.14. Crisis y jubilación

5. Crecimiento psicológico

- 5.1. La vida como vínculo
- 5.2. La vida: crecimiento psicológico

5.3. Barreras al crecimiento psicológico y posibles soluciones

6. Crisis y cambio

- 6.1. Lo que nos impide cambiar
- 6.2. "Puertas falsas" al cambio
- 6.3. La adaptación
- 6.4. Claves
- 6.5. Proceso de recuperación en la crisis
- 6.6. La solución a la crisis: un viaje por la propia interioridad
- 6.7. El "viaje interior": riesgos
- 6.8. Formas de "viajar"

7. Resiliencia: crecer en la crisis

- 7.1. Lo que es
- 7.2. Lo que no es
- 7.3. ¿La resiliencia es congénita o adquirida?
- 7.4. Formas de fortalecer la resiliencia
- 7.5. Vínculo y resiliencia
- 7.6. Crisis, vínculo y resiliencia

4.- Resultados del aprendizaje

Al final del proceso el estudiante mostrará las siguientes evidencias de las competencias desarrolladas:

Resultados del aprendizaje [RA]	Competencias
RA1. El alumno comprende el concepto de Resiliencia	CE12
RA2. El alumno identifica los elementos que componen la capacidad de Resiliencia como oportunidad de crecimiento ante la adversidad	CG8, CE12
RA3. El alumno realiza una expresión asertiva de sus pensamientos y sentimientos.	CG4, CG8, CE12
RA4. El alumno identifica las diversas dimensiones que entran en juego en la relación ante la adversidad, y reconoce su importancia en el proceso de afrontamiento de situaciones críticas.	CG13, CE4
RA5. El alumno identifica los criterios de aplicación del Counselling y la Relación de ayuda en diversos ámbitos.	CG13
RA6. El alumno reconoce estrategias de prevención e intervención que movilicen las capacidades resilientes en el ayudado.	CE4

Módulo 8. Crecimiento personal del counsellor: Autenticidad

RA7. El alumno describe los elementos y dimensiones relacionadas con el Counselling y la Relación de ayuda en los diferentes contextos sociales, educativos y sanitarios.	CE7
RA8. El alumno identifica las realidades y las carencias del ayudado en supuestos prácticos planteados para aplicar el Counselling y la Relación de Ayuda.	CG13, CE12

5.- Metodología**5.1.- Actividades del profesor:**

- Dinamizar de forma teórico-práctica a través de los medios didácticos en el e-Campus.
- Guiar el análisis de casos tanto a través de textos especializados como por medio de de tareas y actividades de evaluación a distancia.
- Proponer artículos; tareas y/o actividades diversas donde realizar análisis de casos en el campus virtual.
- Orientar a los alumnos en el proceso de aprendizaje de nuevas competencias, así como en el desaprendizaje de estilos relacionales pocos sanos y deshumanizados

5.2.- Actividades de los estudiantes:

- Analizar, individualmente diferentes casos susceptibles de aplicación de las genuinas actitudes y habilidades del counselling.
- Participar de forma activa en las diversas dinámicas formativas que plantee el tutor (Análisis de entrevistas; trabajo en grupo; reflexiones varias, etc.)
- Leer la bibliografía, sintetizar, resumir y comentar las particularidades que despiertan en el alumno la lectura de la misma.
- Complementar el trabajo a distancia con la realización de las tareas que encomienda el tutor; presentando en tiempo y forma dichas actividades en el pozo del e-Campus virtual.

Trabajo a distancia	38 horas	1,50 ECTS
Trabajo tutorizado	12 horas	0,50 ECTS

6.- Sistema de evaluación**6.1.- Actividades o instrumentos de evaluación**

Concretar el número y título de las diferentes actividades de evaluación continuada indicando que la información específica se encuentra en la guía de actividades de evaluación de la asignatura

ACTIVIDADES FORMATIVAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN			
ACTIVIDAD	METODOLOGIA DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	RELACION CON R.A.	ECTS
Estudio del material didáctico que se facilita	El objetivo principal de este material didáctico es ayudar a alcanzar una comprensión profunda de las teorías y conceptos del counselling, la inteligencia emocional y la necesidad imperiosa de cuidar al cuidador (Counsellor) Esta modalidad a distancia de docencia simultanea a las clases teóricas y a las actividades prácticas, proporciona tanto al alumnado como al profesor, un acceso inmediato, quienes pueden interactuar de forma asíncrona y dinámica.	RA1, RA2, RA3, RA4, RA5, RA6, RA7, RA8	1,00
Tutorías	Interacciones presenciales de tipo grupal o individual, así como de forma virtuales vía foro dentro del e-Campus: <ul style="list-style-type: none"> • para analizar bibliografía; • para preparar la evaluación final; • para analizar la marcha del curso. 	RA1, RA2, RA3, RA4, RA5, RA6, RA7, RA8	0,50
ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO			
Lectura y estudio del material didáctico, preparación de tareas y demás actividades de evaluación	Trabajo autónomo: Estudio del alumno de la bibliografía propuesta. Elaboración de tareas requeridas: lecturas, análisis de textos, estudio de casos, elaboración de ensayos, realización de memorias, etc. Trabajo realizado en la plataforma e-Campus de la universidad. Trabajo autónomo de búsqueda de datos en bibliotecas, en Internet, etc.	RA1, RA2, RA3, RA4, RA5, RA6, RA7, RA8	0,50

6.2.- Criterios de evaluación

SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS Y SISTEMA DE CALIFICACIONES		
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUADOS	PORCENTAJE MÁXIMO OTORGADO
E2. Realización de actividades entregables.	RA1, RA2, RA3, RA4, RA5, RA6, RA7, RA8	80%
E3. Evaluaciones continuas mediante cuestionarios tipo test.	RA1, RA2, RA3, RA4, RA5, RA6, RA7, RA8	20%
TOTAL		100%

7.- Indicaciones en caso de necesidad urgente de migración a modalidad online por emergencia sociosanitaria

La plataforma de trabajo habitual es el aula virtual del campus de cada asignatura donde constan la GA, las PAA, los espacios de entrega de los trabajos, las calificaciones y el sistema de evaluación, etc. En caso de que se suspendan las clases presenciales y se tenga que hacer un cambio en modalidad online por la emergencia sociosanitaria, se tendrán en cuenta las siguientes indicaciones: Las clases continuarán de manera ordinaria en la plataforma TEAMS el siguiente día que se tenga clase, en el horario habitual de la materia. En esta sesión se conectará todo el grupo y el docente dará las instrucciones sobre cómo continuar el curso.

8.- Resumen del proceso formativo por competencias

Ver cuadro anexo

9.- Resumen del proceso formativo por competencias

Además de la atención en los dos espacios habituales de comunicación (aula y campus virtual), el profesorado puede comunicarse con el estudiante a través de tutorías y del correo electrónico.

Correo electrónico: psposse@peretarres.url.edu

Horario de atención: Siempre pedir cita previa por correo electrónico.

10- Bibliografía y recursos

Existen muchas formas homologadas de citar bibliografía. La que utilizaremos en la Facultad Pere Tarrés sigue el estilo de citación **APA** (6ª ed.) que es uno de los estilos más utilizados en ciencias sociales

10.1.- Bibliografía Básica.

- Bermejo, J.C. (2011): Resiliencia. PPC.
- Rocamora Bonilla, A. (2006) Crecer en la crisis. Desclée de Brouwer.

10.2.- Bibliografía Complementaria

- Bermejo, J.C. (2010): Inteligencia emocional. SalTerrae.
- Bermejo, J.C. (1997): Humanizar la salud. Humanización y relación de ayuda en enfermería. San Pablo.
- Bermejo, J.C. (1999): Humanizar el encuentro con el sufrimiento. Desclée de Brouwer.
- Bermejo, J.C. (2011): Introducción al counselling. Sal Terrae.
- Bermejo, J. C. (2014). Humanizar la asistencia sanitaria. Sal Terrae
- García Férez, J. y Alarcos, F.J. (2002): 10 palabras clave en humanizar la salud. Verbo Divino.
- Goleman, D. (2005). Inteligencia Emocional. Kairós.
- Rothschild, B. (2009). Ayuda Para el profesional de la Ayuda. Psicofisiología de la fatiga por compasión y el trauma vicario. Desclé de Brower.
- Sandrín; L. (2005): Ayudar sin quemarse. San Pablo.

ANEXO: CUADRO RESUMEN DEL PROCESO FORMATIVO POR COMPETENCIAS

Competencias ¹	Actividades formativas ²	Resultados del aprendizaje ³	Actividades de evaluación ⁴
Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación	<ul style="list-style-type: none"> - Exposición teórica - Casos prácticos - Artículos - Consulta bibliografía - Visitas páginas web - Documentales 	<ul style="list-style-type: none"> • El alumno comprende el proceso de la relación de ayuda e identifica las características principales de las 3 fases del Counselling. • Desarrollar y poner en práctica actitudes y habilidades aplicadas a vivir sanamente situaciones de dificultad. 	<ul style="list-style-type: none"> - Resolución de casos prácticos en las sesiones presenciales - Participación en foros de debate - Realización de trabajo escrito, poniendo en práctica el modelo de intervención aprendido.
Identificar, conocer y profundizar en el concepto de relación de ayuda counselling así como sus elementos clave, diferenciándolo de otras formas de terapia o ayuda a personas.	<ul style="list-style-type: none"> - Exposición teórica - Casos prácticos - Artículos - Consulta bibliografía - Visitas páginas web - Documentales 	<ul style="list-style-type: none"> • El alumno identifica los elementos de la relación de ayuda y las fases del Counselling 	<ul style="list-style-type: none"> - Resolución de casos prácticos en las sesiones presenciales - Participación en foros de debate
Aplicar las técnicas propias de la relación de ayuda, integrando las actitudes del ayudante o counsellor para los distintos contextos de acompañamiento en el duelo.	<ul style="list-style-type: none"> - Exposición teórica - Casos prácticos - Artículos - Consulta bibliografía - Visitas páginas web - Documentales 	<ul style="list-style-type: none"> • El alumno es capaz de explicar las actitudes y habilidades propias de las diversas fases del counselling, como un proceso metapsicológico de ayuda determinado 	<ul style="list-style-type: none"> - Resolución de casos prácticos en las sesiones presenciales - Participación en foros de debate

¹ Incorporar las competencias de la GA

² Incorporar para cada competencia las actividades del profesor y de los estudiantes

³ Nombrar los resultados esperados

⁴ Incorporar las actividades de la Pauta de actividades de evaluación

Módulo 8. Crecimiento personal del counsellor: Autenticidad

<p>Distinguir los límites de la relación de ayuda y los criterios clave que permiten señalar la necesidad de otras estrategias de ayuda.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Exposición teórica - Casos prácticos - Artículos - Consulta bibliografía - Visitas páginas web - Documentales 	<ul style="list-style-type: none"> • Efectuar un proceso en el que el ayudado realice un aprendizaje y refuerzo de sus capacidades de ayuda, es decir un crecimiento personal que le lleve a hacer la paz con sus propias pérdidas 	<ul style="list-style-type: none"> - Resolución de casos prácticos en las sesiones presenciales - Participación en foros de debate
--	--	---	--

Hay que recordar que el eje central son **las competencias**, y en este cuadro ponemos de forma sintética que metodologías (actividades formativas) usaremos para desarrollarlas, qué queremos lograr como resultados de los aprendizajes de nuestros estudiantes y qué actividades de evaluación continuada planteamos para conseguirlos. Aunque habrá repetición de algunas actividades formativas y de actividades de evaluación, es recomendable evidenciar como trabajamos cada una de las competencias mediante las diferentes actividades de evaluación continuada (Pautas).