

Habilidades en Consejería

Objetivo: El alumno conocerá los conceptos teóricos necesarios para llevar a cabo una buena dirección al momento de una resolución de problemas en la intervención de terapia así como los métodos para la toma de decisiones del mismo.

TEMA:

Etapas de la consejería

SUBTEMAS:

1.1. Establecimiento de la relación

El consejero debe de encadenar una relación clara y amigable con el cliente al momento de estar interactuando sobre un tema específico.

1.2. Delimitación del problema

Se debe establecer una relación con claridad, precisión y detalle en qué consiste la dificultad del cliente. Cómo se manifiesta, desde cuándo, frente a quiénes, qué intentos de solución ha utilizado, qué desea lograr, el consejero debe estar a la expectativa de este suceso

1.3. Análisis del problema

El alumno deberá conocer cómo es el problema de manera realista, un consejero procede a buscar soluciones, apelando para ello a todas las fuentes y recursos disponibles

1.4 Planteamiento de soluciones

Una vez que el consejero recaba toda la información posible, se procede a depurarla y a escoger dos o tres alternativas que aparezcan como las más viables. En base a ellas se diseñan planes de acción a realizar por el cliente.

1.5 Estructuración

Se ejecutan estos planes de acción y se monitorea su efectividad. En caso de no obtener el éxito deseado el consejero reemplazara las soluciones intentadas por otras, o se diseñan alternativas nuevas.

1.6 La Derivación

Pueden darse casos en los cuales el cliente no responde a nuestras estrategias de análisis; que a pesar de implementar adecuadamente las técnicas el sujeto no se anima a elegir, no elige bien, tiene serias dificultades para implementar sus decisiones, etc., todo lo cual va acompañado de un creciente malestar. Si analizamos nuestro accionar como tutores y descartamos que el problema sea de ejecución nuestra, entonces muy probablemente estaremos frente a un caso más serio, que requiere tratamiento especializado y derivación.

No se nos debe ocurrir nunca tratar casos graves como el consumo de sustancias, abuso sexual, depresiones e intentos de suicidio, psicosis y neurosis graves, trastornos de personalidad, etc.

En estos casos hay que usar las técnicas descritas para convencer y encaminar al cliente hacia el profesional especializado, y hacer todo lo posible para que llegue a él. Incluso reportarlo, es necesario, pues no siempre la persona querrá recurrir a los profesionales por los supuestos estigmas que estos acarrearán. No asustarnos y descalificar a la persona; sólo derivar.

1.7 Resolución de problemas

El alumno deberá tener la capacidad de resolver problemas es la eficacia y agilidad para dar soluciones a problemas detectados, emprendiendo las acciones correctoras necesarias con sentido común, sentido del coste e iniciativa.

Los pasos a seguir para solucionar problemas son: definir el problema, buscar alternativas de solución, valorar las consecuencias positivas y negativas de cada alternativa, elegir la más conveniente e implantar. Pero antes se debe tomar en cuenta la autonomía y toma de decisiones.

1.8 La autonomía y toma de decisiones

El consejero deberá tener autonomía, capacidad de tomar decisiones sin intervención ajena. Si nos paramos a pensar podemos observar cómo buena parte de las conductas de riesgo para la salud y el bienestar propios y de la comunidad son el resultado de decisiones inconscientes en las que las presiones externas pesan más que la propia determinación.

- Toma autónoma de decisiones: la persona aprende a pensar por sí mismo, a ser crítica y a analizar la realidad de forma racional.

- Toma responsable de decisiones: La persona es consciente de la decisión tomada y acepta sus consecuencias.

El alumno deberá de reconocer que al tomar decisiones se aprende. La autonomía se va desarrollando desde la infancia, y a cada edad le corresponde un nivel de autonomía. Durante la infancia muchas decisiones importantes son tomadas por los padres/madres y por otros adultos, pero a partir de la adolescencia las decisiones van siendo cada vez más responsabilidad del joven. En este proceso de aprendizaje también es importante distinguir cuándo no importa ceder ante los deseos de los demás u otras presiones y cuándo es importante seguir los propios criterios

1.9 El proceso de los 5 pasos

1. Definir el problema. Con este paso hay que procurar responder a la pregunta de ¿Qué es lo que se desea conseguir en esa situación?.

2. Buscar alternativas. En este paso es importante pensar en el mayor número de alternativas posibles, ya que cuantas más se nos ocurran, más posibilidades tendremos de escoger la mejor.

3.-Valorar las consecuencias de cada alternativa. Aquí se deben considerar los aspectos positivos y negativos que cada alternativa puede tener, a corto y largo plazo, tanto para nosotros como para otras personas.

4. Elegir la mejor alternativa posible. Una vez que se ha pensado en las alternativas disponibles y en las consecuencias de cada una de ellas, habrá que escoger la más positiva o adecuada.

5. Aplicar la alternativa escogida y comprobar si los resultados son satisfactorios. Una vez elegida, deberemos responsabilizarnos de la decisión tomada y ponerla en práctica. Además debemos preocuparnos por evaluar los resultados, con lo que podremos cambiar aquellos aspectos de la situación que todavía no son satisfactorios y además podremos aprender de nuestra experiencia.

Bibliografía:

decisionhttp://www.csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com_content&view=article&id=172:resolucion-de-problemas&catid=55:competencias, trabajo en equipo, flexibilidad.

ASTAÑER, OLGA. ¿Por qué no logro ser asertivo?. DESCLE. 2001.- CASTAÑER, OLGA. La asertividad: expresión de una sana autoestima. DESCLE. 1996.

Ecología-mental.blogspot.mx/2005/10/consejería-psicologica.htm