

Taller de Educación Grupal

**VI CONGRESO
NACIONAL DE SCELE**

La salud de las personas con enfermedades crónicas

La salud se relaciona con la forma de enfrentarse a la enfermedad, de afrontar las dificultades y de saber utilizar los recursos y las capacidades personales.



¿Por qué el grupo?

- Contribuye a minimizar la percepción personal de soledad e inseguridad.
- Facilita la adquisición de conocimientos, de habilidades y el cambio de actitudes mediante el intercambio de experiencias, la discusión y la reflexión.
- A través del grupo, los participantes pueden conocer más cosas de sí mismos, identificar la influencia de los factores socio-culturales en sus formas de percibir y de cuidar la salud y la enfermedad y se pueden percibir protagonistas del proceso.



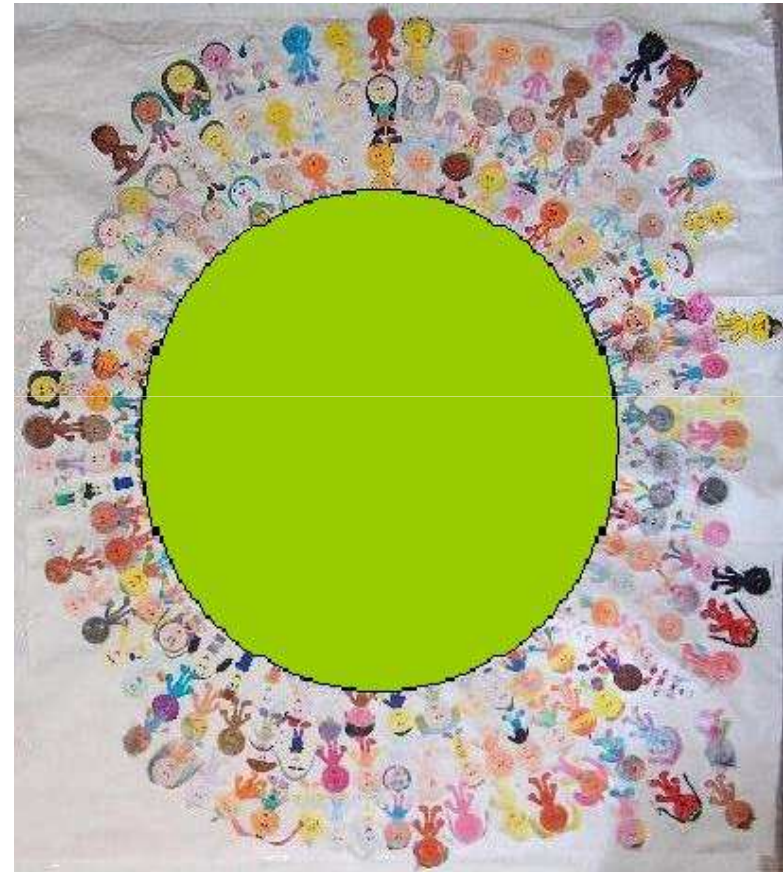
Grupo funcional

El papel del coordinador es fundamental para lograr que el grupo sea funcional y consiga tener un objetivo común, una interacción y una cooperación positivas y que se produzca un beneficio común.



Grupos de Educación Terapéutica

- Grupo de ayuda mutua
- Grupo informativo
- Grupo psico-educativo



Grupos de ayuda mutua (GAM)

Grupo de personas afectadas por un mismo problema, creados e impulsados por los propios afectados.

Constituyen un recurso comunitario.

Objetivos:

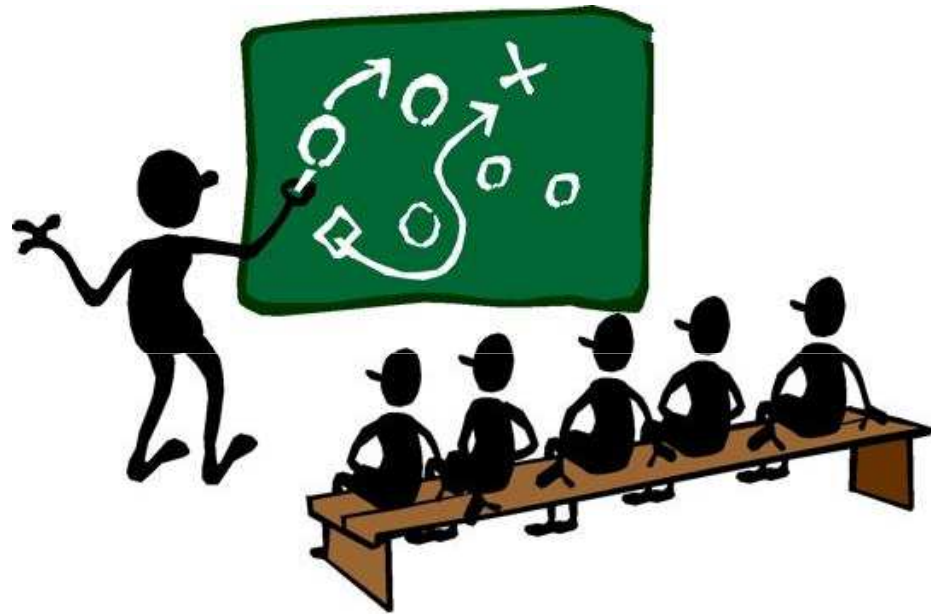


- ▶ Compartir emociones y preocupaciones con personas que hayan pasado por la misma situación.
- ▶ Comprender y sentir que no están solos.
- ▶ Proporcionar apoyo vivencial.
- ▶ Ofrecer y presentar alternativas concretas a sus problemas concretos.

GRUPOS INFORMATIVOS

Objetivo: Informar

- Técnicas:
 - Conferencias
 - Clases
 - Charlas



Aunque exista un feedback, se generan pocos cambios en el grupo.

GRUPO PSICOEDUCATIVO



▶ **Objetivos:**

- Promoción de la salud y prevención de complicaciones.
- Potenciar el auto-cuidado y la toma de decisiones.
- Humanizar la atención sanitaria.

▶ **Composición:** Entre 6 y 12 participantes conducidos por uno o varios profesionales o por pacientes expertos.

▶ **Duración:** Semanas y/o algunos meses.

▶ **Aplicación:** En patologías crónicas y en contextos sanitarios.

Fases de la formación de un grupo psicoeducativo

- Selección de los participantes.
- Encuadre: Normas de funcionamiento, funciones.
- Tarea: Objetivos que se persiguen y forma de alcanzarlos.



Cómo se organiza un Grupo

A nivel de estructura:

- Homogeneidad versus heterogeneidad. Criterios de homogeneidad.
- Tamaño óptimo, valorando la “mortalidad grupal”.
- Información lugar, días y hora de asistencia.
- Compromiso de asistencia. Contrato individual y grupal
- Valoración pre-post y seguimiento

A nivel de proceso

- Tiempo de duración del grupo
- Fases del grupo y sus necesidades
- Diagnóstico de actitudes y necesidades de los miembros.
- Incidentes que ocurren en el grupo
- Factores que alteran el proceso normal del grupo



Criterios en la selección

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Capacidad de realizar la tarea grupal
- Motivación para participar en el grupo
- Acuerdo con los objetivos del grupo
- Compromiso de asistencia al grupo

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Incapacidad de tolerar el escenario grupal
- Tendencia a asumir un papel desviado
- Disconformidad con las normas grupales



La sesión

- Comienzo
- Desarrollo
- cierre



Áreas de intervención

▶ Problemas de salud

Aceptación/adaptación a la enfermedad.
Conocimientos y habilidades sobre la enfermedad y el tratamiento.
Planificar su propio plan.



▶ Estilos de vida:

Conductas que suponen un riesgo para la salud.
Proceso de cambio.



▶ Transiciones vitales:

Educación en las diferentes etapas del ciclo vital.



Profundizar en los contenidos psicosociales

▶ Aspectos sociales

- Modelos socioculturales
- Recursos personales, sanitarios y comunitarios
- Apoyo al paciente y a la familia

▶ Aspectos personales

- Conocimientos y habilidades
- Creencias y percepciones
- Manejo de las emociones y toma de decisiones
- Habilidades sociales (comunicación, manejo de conflictos)
- Relaciones interpersonales



Cómo dinamizar un grupo

Realizar preguntas sugestivas

- Capaces de provocar respuestas
- Basadas en la experiencia de los participantes
- Capaces de estimular el pensamiento
- Capaces de estimular la participación
- Que no descalifiquen a nadie
- Utilizar un lenguaje sencillo

Clasificación técnicas grupales educativas

1. Técnicas grupales de Sensibilización y Presentación.
 - Las 3 experiencias más significativas de mi vida.
 - Mis 2 cualidades y 1 defecto
 - Si yo fuera un animal me gustaría ser Y por qué
2. Técnicas grupales de Integración y Participación.
 - Juego Espacial/ Ejercicio de la NASA
 - Modelos para la toma de decisiones
3. Técnicas grupales de Enseñanza Aprendizaje.
 - Casos, incidentes
 - Rol playing
 - Metaplan



Recursos según los objetivos

- **Para el análisis de la realidad:**

Observar y reflexionar. Promover discusiones sobre lo que dicen las personas, la prensa....

- **Para formar o cohesionar un grupo:**

Dinámicas que faciliten intercambios: presentaciones cruzadas, juegos, debates...

- **Para informar:** Charlas, resúmenes de lo trabajado, murales, fichas...



Recursos según los objetivos

- **Para facilitar la reflexión:**

Entrenarse en la crítica, en juzgar la realidad. Analizar los determinantes socioculturales...

- **Para crear interrogantes:**

Brainstorming

- **Para interpretar los hechos:**

Debates, pros y contras...



Recursos según los objetivos

- **Para acrecentar la creatividad:**
Teatro, mimo, posters, carteles ...
- **Para facilitar la libre expresión de ideas, temores, sentimientos:** Hacer escribir, dibujar, cantar, interpretar....
- **Para mejorar la autoestima:** Listado de cualidades, caricias positivas ...
- **Para evaluar:** Revisar el trabajo realizado, discutir consecución de objetivos, grado de satisfacción....



La Creatividad

La creatividad es una vía de expresión que despierta facetas desconocidas en cada uno, rompe con la rutina, aumenta la autoestima y permite tomar decisiones personales.



Funciones del moderador

- El moderador ha de potenciar la escucha activa, la interacción, la comunicación y la participación entre todos los integrantes.
- La persona que coordina un grupo, parte como líder formal del grupo y esto otorga un carácter privilegiado a sus intervenciones.
- El coordinador necesita este poder para ejercer su papel, pero lo tiene que utilizar para favorecer que el grupo avance y consiga sus objetivos y sus soluciones.



Sugerencias para el coordinador

- Abandonar la postura de profesor y adoptar la de facilitador.
- Crear un clima favorable y fomentar la participación.
- Realizar preguntas abiertas.
- No responder a todas las preguntas. Devolver las preguntas al grupo.
- Confiar en el grupo. Dar tiempo al aprendizaje.
- Respetar todas las opiniones.
- Respetar los silencios.
- Observar lo que pasa en el grupo.
- Tener en cuenta no sólo lo racional sino también las emociones y los sentimientos.
- Afrontar las críticas y el conflicto grupal.
- Analizar las propias dificultades. No subestimarse ni sobreestimarse.
- Evaluar con el grupo.



Muchas gracias