

1

¿Qué es un equipo de tratamiento?

Notas del facilitador

Puntos principales del aprendizaje

Ésta es la primera sesión. Cada sesión, excepto ésta, comenzará con una revisión de los puntos principales del aprendizaje de la última sesión.

Sugerencias para esta sesión



1. Si utiliza esta introducción del tema, puede dibujar en la pizarra dos rectángulos grandes antes del inicio de la clase, como parte de la introducción del tema (vea la página siguiente). Escriba debajo de ellos “Invertir tiempo y energía en el logro de mis objetivos de recuperación”.
2. Luego podrá volver atrás y usar el segundo rectángulo para ver cuánto ha cambiado la comprensión de los participantes al final de la sesión.

Sugerencias generales

Todas las personas aprenden a través de su conjunto único y propio de “modalidades” (ver, oír, decir, tocar). Utilice una combinación de modalidades de aprendizaje mientras lleva adelante las sesiones para que puedan adecuarse a los distintos alumnos. Si dice algo en voz alta, puede escribirlo también en el rotafolio; si hace un gesto con la mano para explicar un concepto, describa también el gesto con palabras.

Seguramente ha escuchado la frase “una imagen vale más que mil palabras”. Muchos retenemos mejor la información a través de un ejemplo visual. Por ejemplo, en esta sesión considere dibujar los rectángulos. Otras personas quizá prefieran leer la información en voz alta. Y el aprendizaje generalmente mejora cuando utilizamos más de una modalidad de aprendizaje (p. ej., anotar algo y decirlo en voz alta).

Muchos retenemos mejor la información si la aplicamos a la vida diaria. Alentar a los participantes a elegir una opción de práctica personal para practicar entre una sesión y otra conduce a que las personas apliquen en su propio entorno la información y las habilidades que adquirieron.

Sugerencias para la introducción del tema y su relevancia para los participantes

“Cuando estamos en la escuela, hay muchos tipos de equipos a los que podemos unirnos. ¿Alguno de ustedes formó parte alguna vez de algún tipo de equipo en la escuela?”

(Sea positivo y aliente a los participantes para que den sus respuestas. Posiblemente respondan: baloncesto, fútbol, atletismo, juego de bolos, lucha libre, béisbol, golf, gimnasia, discursos, etc.)

“¿Qué tiene de especial formar parte de un equipo?”

(Una vez más, aliente a los participantes para que den sus respuestas.)

“Un ‘equipo’ se define como un grupo de personas que trabajan juntas en un proyecto o actividad, o un grupo de personas que están del mismo lado, como en un partido de fútbol o en un debate. Formar parte de un equipo significa que hay personas que están trabajando junto a usted para lograr las mismas cosas”.

“Aquí hay un rectángulo. ¿Alguien puede leer lo que está escrito abajo? Gracias, _____ . ‘Invertir tiempo y energía en el logro de mis objetivos de recuperación’. ¿Cuánto de lo que hay en esta caja representa el tiempo y la energía que su equipo invirtió en ayudarlo a alcanzar sus objetivos de recuperación? ¿Cuánto de lo que hay en esta caja representa el tiempo y la energía que USTED invirtió para alcanzar sus objetivos de recuperación?”

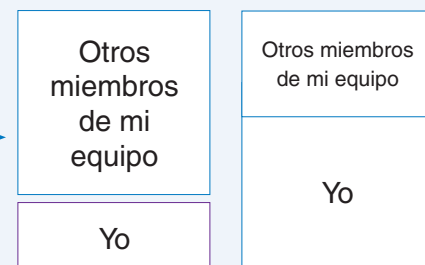
(Puede permitir a los participantes colocar una marca donde consideren que el equipo de tratamiento puso su esfuerzo y donde piensen que están sus esfuerzos individuales. Agradézcales la participación en el ejercicio.)

“Hoy vamos a comenzar un nuevo libro de ejercicios: ‘Asociarme a su equipo de tratamiento’. Este libro de ejercicios nos ayudará a identificar quiénes son los miembros de un equipo de tratamiento, debatir sobre cómo trabaja un equipo en conjunto para alcanzar los objetivos y practicar las habilidades del trabajo en equipo.”

“Respondamos a las primeras seis preguntas de la evaluación del tema antes de comenzar, sólo para observar si estamos familiarizados con este tema”.

Respuesta clave de la evaluación del tema

1. C 2. B 3. B 4. A



I – introducción del tema
R – relevancia de la participación
I – identificación de objetivos
M – materiales para las sesiones
M – motivación para el uso

Evaluación del tema



Marque una: Previa Posterior

Su puntaje:
+ _____ de 4

Indicaciones:

1. Lea atentamente cada pregunta.
2. Lea cada respuesta antes de marcar una.
3. Marque sólo una respuesta por cada pregunta.

Nombre: _____

Fecha: _____

1. Mi equipo:

- A. es responsable de tomar decisiones por mí con respecto a mis objetivos y mi tratamiento;
- B. debería ocuparse principalmente de mis necesidades básicas económicas y de vivienda;
- C. me ayuda a controlar mi enfermedad y alcanzar mis objetivos de recuperación; o
- D. es una contención necesaria cuando se hace difícil enfrentarse al sistema.

2. Mi equipo:

- A. tiene exactamente la misma capacitación y experiencia;
- B. tiene habilidades, talentos, capacitación y experiencia especiales;
- C. tiene roles distantes o desconectados en cuanto a mi recuperación; o
- D. no tiene habilidades ni conocimientos especiales.

3. La relación con un equipo de tratamiento es una relación democrática.

- A. Verdadero
- B. Falso

4. Yo me asocio a mi equipo en mi viaje hacia la recuperación.

- A. Verdadero
- B. Falso

5. Confío en que entiendo cuáles son los diferentes roles de mi equipo de tratamiento.

- | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo | Inseguro |

Evaluación del tema



6. Es importante que conozca esta información.

- | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |

Al **final** de la sesión, responda las siguientes preguntas antes de entregar esta hoja:

7. Esta sesión me ayudó.

- | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |

8. Lo que me gustó de esta sesión: _____

9. Cómo esta sesión podría haber sido mejor para mí: _____

¿Qué es un equipo de tratamiento?

Objetivos de esta sesión

1. Identificar un equipo de tratamiento.
2. Comprender cuáles son las habilidades y la experiencia que tienen los miembros del equipo de tratamiento que les permiten ayudar a las personas.
3. Practicar al menos 2 afirmaciones positivas sobre su relación con el equipo.

El término “equipo de tratamiento” se refiere a todas las personas que trabajan junto a usted para ayudarlo en su recuperación. Cada uno de los miembros de su equipo de tratamiento tiene habilidades especiales y un único rol en este proceso, incluido usted. Usted es el miembro más importante de su equipo de tratamiento. Se denomina equipo porque sus integrantes trabajan juntos para alcanzar objetivos específicos.

Este libro de ejercicios ha sido escrito para USTED. El objetivo de este libro de ejercicios consiste en asistirlo en cuanto al aprendizaje y cómo puede hablar acerca de sus pensamientos y preferencias. Usted tendrá la oportunidad de explorar sus prioridades y practicar nuevas habilidades. Observe la siguiente lista y coloque una marca junto a los temas que le parezcan más importantes e interesantes en este punto de su recuperación. Todos esos temas serán tratados en este libro de ejercicios.



- 1. Elegir y trabajar hacia mis objetivos de recuperación.
- 2. Conocer a los miembros de su equipo de tratamiento.
- 3. Descubrir los conocimientos, habilidades y talentos especiales de cada miembro del equipo.
- 4. Practicar las habilidades de colaboración para ser un miembro activo de mi equipo.
- 5. Otros: _____.

Punto principal del aprendizaje N.º 1

El equipo de tratamiento puede ayudarlo a controlar su enfermedad y alcanzar sus objetivos de recuperación.

¿Qué es un equipo de tratamiento?

(continuación)



Elija uno de los temas que marcó anteriormente y debata o escriba lo que piensa sobre la importancia de éste en su recuperación. _____

Su equipo de tratamiento está constituido por individuos únicos con capacitación, educación y habilidades especiales. Cada uno de nosotros posee diferentes tipos de experiencia y conocimiento. Todos nuestros roles son importantes, pero cada uno de nuestros roles es diferente. Cada uno de nosotros juega un determinado papel como miembro del equipo. Todos usamos nuestras habilidades especiales para trabajar juntos, como compañeros.

Punto principal del aprendizaje N.º 2

Su equipo tiene habilidades, talentos, capacitación y experiencia especiales.



Piense en escribir o debatir sobre cuáles de sus habilidades y conocimientos especiales pueden colaborar para alcanzar su éxito y el de su equipo. _____

La relación con su equipo de tratamiento es una sociedad. Una sociedad es una relación que se basa en dar y recibir. Cada miembro de una sociedad tiene algo que hacer; un rol para cubrir, responsabilidades por cumplir y acuerdos que mantener. Algunas veces la sociedad está equilibrada en un 50-50. Cada uno tiene la misma cantidad de trabajo. Utilizamos la misma cantidad de tiempo y energía en alcanzar los objetivos de recuperación. Sin embargo, en la realidad, el equilibrio de una sociedad va transformándose y cambia. Esto significa que algunas veces una persona hace un poco más o trabaja más duro que la otra. Con bastante frecuencia no se da en una proporción de 50-50. A medida que se recupera, es posible que acepte más responsabilidades para alcanzar sus objetivos y llevar su vida adelante.

¿Qué es un equipo de tratamiento?

(continuación)

Punto principal del aprendizaje N.º 3

La relación con su equipo de tratamiento es una sociedad.

Asóciase a su equipo en su viaje hacia la recuperación. Independientemente del punto de su recuperación en el que se encuentre, los miembros de su equipo de tratamiento son sus compañeros. Si usted recién empieza a dar los primeros pasos hacia la recuperación o si ya avanzó mucho en ella, asociarse a su equipo lo ayuda a alcanzar sus objetivos.

Es muy probable que los miembros específicos de su equipo cambien con el transcurso del tiempo. Algunas personas pueden dejar el equipo, y otras, unirse en distintos momentos de su tratamiento. Mantener aquella percepción de “mi equipo” puede ser un desafío por momentos, pero es muy importante.



Escriba o debata las experiencias, pensamientos o sentimientos que le vengan a la mente cuando piensa en las personas que fueron una parte importante de su equipo de tratamiento en el pasado:

Punto principal del aprendizaje N.º 4

Asóciase a su equipo en su viaje hacia la recuperación.

Revisión y avance



Los puntos principales del aprendizaje de esta sesión son:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Avance: Elija una opción de práctica personal

Es importante practicar los nuevos conocimientos y habilidades. ¿Qué hará de ahora a la siguiente sesión? Elija una opción de la siguiente lista:

- 1. ESTUDIAR.** Volveré a leer mi manual al menos una vez más.
- 2. COMPARTIR.** Compartiré mi manual con alguien de mi red de apoyo. Le pediré a _____ que lo lea y comente conmigo acerca de mi tratamiento.
- 3. HACER UNA LISTA.** Haré una lista de las personas que integran mi equipo en este momento. Traeré la lista para compartirla en la próxima sesión.
- 4. OTRO:** _____

Dé un “Paso hacia adelante extra” (opcional).

- 5. DEBATIR.** Hablaré con _____ acerca de cómo ellos han sido miembros importantes de mi equipo de tratamiento en el pasado.

Si queda tiempo antes del final de la sesión, puede hablar sobre sus objetivos de práctica personal. ¿De qué manera **recordará** y **cumplirá** su objetivo en la próxima sesión?