

Guía de Trabajo

Empatía Terapéutica

Claudett Mercedes Angeles Donayre



Guía de Trabajo

Empatía terapéutica

Material publicado con fines de estudio.

Código: (24UC00010)

Huancayo, 2023

De esta edición

© Universidad Continental, Oficina de Gestión Curricular Av. San Carlos 1795,
Huancayo-Perú

Teléfono: (51 64) 481-430 anexo 7361

Correo electrónico: recursosucvirtual@continental.edu.pe

<http://www.continental.edu.pe/>

Cuidado de edición Fondo Editorial

Diseño y diagramación Fondo Editorial

Todos los derechos reservados.

La *Guía de Trabajo*, recurso educativo editado por la Oficina de Gestión Curricular, puede ser impresa para fines de estudio.

Contenido

Presentación	5
Primera Unidad	7
Bases teóricas sobre la empatía	
Semana 1: Sesión 2	
Definición y conceptos fundamentales de la empatía	8
Semana 2: Sesión 2	
Componentes de la empatía terapéutica	9
Semana 3: Sesión 2	
Empatía versus simpatía: diferencias fundamentales	10
Semana 4: Sesión 2	
Modelos y teorías de la empatía	12
Segunda Unidad	13
Proceso de empatía terapéutica	
Semana 5: Sesión 2	
Proceso de empatía terapéutica	14
Semana 6: Sesión 2	
Habilidades de comunicación empática	15
Semana 7: Sesión 2	
Escucha activa y atención plena	16
Semana 8: Sesión 2	
<i>Rapport</i> en la relación terapéutica	17
Tercera Unidad	19
Gestión emocional y empatía	
Semana 9: Sesión 2	
Conciencia emocional	20
Semana 10: Sesión 2	

Regulación emocional)

Semana 11: Sesión 2

Autocuidado y límites emocionales en el contexto de la empatía terapéutica

Semana 12: Sesión 2

Importancia de la empatía en la orientación psicológica

Cuarta Unidad **27**

(Evaluación de la empatía y aspectos éticos)

Semana 13: Sesión 2 28

Técnicas e instrumentos para la evaluación

Semana 14: Sesión 2

Estrategias para el desarrollo de la empatía 29

Semana 15: Sesión 2

Aspectos éticos en la relación terapeuta paciente 30

Semana 16: Sesión 2

Evaluación final 31

Referencias **32**

Presentación

La guía de práctica para el curso de Empatía Terapéutica es esencial para los estudiantes de psicología, ya que facilita la comprensión y aplicación de competencias fundamentales en la construcción de relaciones terapéuticas. Ayuda a los estudiantes a adquirir conocimientos teóricos y prácticos, fomentando la ética en su ejercicio profesional.

Empatía Terapéutica es una asignatura de especialidad, de carácter obligatorio para la Escuela Académico Profesional de Psicología, que se ubica en el primer periodo de estudios. Esta asignatura contribuye a desarrollar las competencias, Evaluación y Diagnóstico, en el nivel 1. Por su naturaleza, incluye componentes teóricos y prácticos que permiten conocer el proceso de evaluar y comprender la importancia de la empatía en la construcción de una relación terapéutica. Por otro lado, debido a la naturaleza de los contenidos que desarrolla, la asignatura puede tener un formato presencial, virtual o blended.

Los contenidos generales que la asignatura desarrolla son los siguientes: empatía y sus componentes, modelos y teorías sobre la empatía, proceso de empatía terapéutica, comunicación y escucha activa, rapport, comprensión emocional, empatía en la orientación psicológica, técnicas en instrumentos para evaluar y desarrollar la empatía y aspectos éticos en la relación terapeuta paciente.

Al finalizar la asignatura, el estudiante será capaz de identificar estrategias adecuadas para la evaluación y diagnóstico de habilidades de empatía terapéutica en casos simulados, con base científica y ética profesional.

Para aprovechar al máximo esta guía de prácticas, los estudiantes deben: leer los contenidos teóricos, participar activamente en las prácticas, reflexionar para mejorar sus habilidades, mantener un enfoque ético en las interacciones, y buscar apoyo de profesores y compañeros para enriquecer su aprendizaje.

Claudett Mercedes Angeles Donayre

Primera **Unidad**

Bases teóricas sobre la empatía

Semana 1: Sesión 2

Definición y conceptos fundamentales de la empatía

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 1

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión de clase, el estudiante registra los conceptos fundamentales de la empatía en un organizador visual, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Por afinidad, forma grupos de 5 integrantes y asume roles dentro del grupo.
2. Utiliza las notas de la sesión de clase y la lectura obligatoria: Harvard Business Review y Merino, B. (Trad.). (2018). *Empatía*. Editorial Reverté. https://www.revertemanagement.com/wp-content/uploads/2020/12/paginasmuestr_empatia.pdf.
3. Elabora un organizador visual con el título "Empatía Terapéutica" en el centro.
4. Registra los conceptos fundamentales en secciones relacionadas y utiliza colores y conexiones visuales para resaltar las relaciones.
5. Este organizador visual será una herramienta valiosa para repasar y consolidar tu comprensión de la empatía terapéutica.

Semana 2: Sesión 2

Componentes de la empatía terapéutica

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 1

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión de clase, el estudiante identifica los componentes de la empatía terapéutica a través de análisis de caso, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Por afinidad, forma grupos de 5 integrantes y asume roles dentro del grupo.
2. Utiliza tus apuntes de la sesión de clase y acude a la lectura obligatoria: Fundación Universitaria de Las Palmas (s.f.). *Empatía el arte de comprender emociones*.
<https://fabricadeinconformistas.es/cursos/empatia/manuales/manual.pdf>.
3. Lee detenidamente el caso presentado:

Caso 1

Juan, llega a la consulta de un terapeuta con un problema emocional. Se encuentra visiblemente angustiado, con los ojos enrojecidos y lágrimas en sus mejillas. Su comunicación no verbal refleja claramente su estado emocional. Su rostro muestra signos de tristeza, con la frente arrugada y los labios fruncidos. Mantiene una postura encorvada, con los hombros caídos, y evita el contacto visual con el terapeuta.

El terapeuta, al observar la comunicación no verbal de Juan, detecta que está experimentando emociones intensas. A través de los gestos de su rostro, la postura corporal y los ojos llorosos, el terapeuta identifica que Juan se siente abrumado y triste. El terapeuta demuestra su capacidad de cognición al reconocer las emociones de Juan sin necesidad de que estas sean expresadas verbalmente.

Después de reconocer las emociones de Juan, el terapeuta busca comprender su sufrimiento en un nivel más profundo. Comprende que algo debe estar afectando la mente de Juan para que se sienta de esta manera. El terapeuta se da cuenta de que las emociones de Juan son válidas, incluso si reaccionara de manera diferente en la misma situación. La empatía del terapeuta se basa en su capacidad para ver las cosas desde la perspectiva de Juan, desde su propio lugar emocional.

El terapeuta decide utilizar la empatía y la comunicación efectiva para ayudar a Juan. Inicia una conversación en la que escucha activamente lo que Juan tiene que decir. Muestra comprensión y compasión a través de su lenguaje verbal y, en un momento de intensa emoción, se acerca a Juan y le brinda un cálido abrazo para demostrar su apoyo y solidaridad en un momento difícil. Esta acción es una consecuencia de la actitud empática del terapeuta, que busca ayudar a Juan a manejar sus emociones.

4. Identifica y sustenta los componentes de la empatía.

Componente	Sustento
Componente	Sustento
Componente	Sustento

Semana 3: Sesión 2

Empatía versus simpatía: diferencias fundamentales

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 1

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!.

I. Propósito

Al finalizar la sesión de clase, el estudiante identifica las diferencias fundamentales entre empatía y simpatía mediante la creación de un cuadro comparativo, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes y asume roles.
2. Utiliza tus notas de clase y la lectura obligatoria: Fundación Universitaria de Las Palmas (s.f.). *Empatía el arte de comprender emociones*. <https://fabricadeinformistas.es/cursos/empatia/manuales/manual.pdf>.
3. Elabora un cuadro comparativo sobre empatía y simpatía, considerando 5 criterios de comparación.

Criterios de comparación	Empatía	Simpatía

Segunda

Unidad

Proceso de empatía terapéutica

Semana 5: Sesión 2

Proceso de empatía terapéutica

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 2

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión de clase, el estudiante descubre el proceso de empatía terapéutica y presenta un flujo de proceso ilustrado, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes y revisa el problema planteado:

Laura, una joven de 25 años, acude a terapia por primera vez. Se siente abrumada por la ansiedad y el estrés tras un año de intensos cambios. Recientemente se graduó de la universidad, terminó una relación de largo plazo y comenzó su primer trabajo en una empresa competitiva. Durante las sesiones, Laura a menudo se muestra insegura y vacilante para hablar sobre sus emociones, mencionando que no quiere "parecer débil". La terapeuta, la Dra. Sánchez, se da cuenta de la dificultad de Laura para abrirse y decide cultivar un espacio de confianza. Muestra atención plena durante las sesiones, dejando a un lado cualquier juicio y mostrándose genuinamente interesada en la vida de Laura.

La Dra. Sánchez emplea una postura abierta, contactos visuales apropiados y asentimientos que indican que está completamente enfocada en entender la experiencia de Laura. A medida que Laura comienza a compartir más, la Dra. Sánchez utiliza su habilidad para leer las sutilezas del lenguaje no verbal y verbal de Laura. Reconoce la tensión en la voz de Laura cuando habla de su nuevo trabajo y la manera en que evita el contacto visual al mencionar su ruptura. La Dra. Sánchez refleja su comprensión diciendo: "Parece que hablar de tu trabajo te genera mucha tensión. ¿Es posible que también haya tristeza por la relación que terminó?".

Laura asiente con la cabeza y empieza a revelar más sobre sus sentimientos de soledad y fracaso. La Dra. Sánchez y Laura exploran juntas estos sentimientos, con la terapeuta preguntando suavemente sobre las experiencias y valores de Laura que podrían estar influyendo en su perspectiva actual. A través de este diálogo, Laura comienza a reconocer patrones en su forma de pensar y cómo estos han moldeado su comprensión de los eventos recientes.

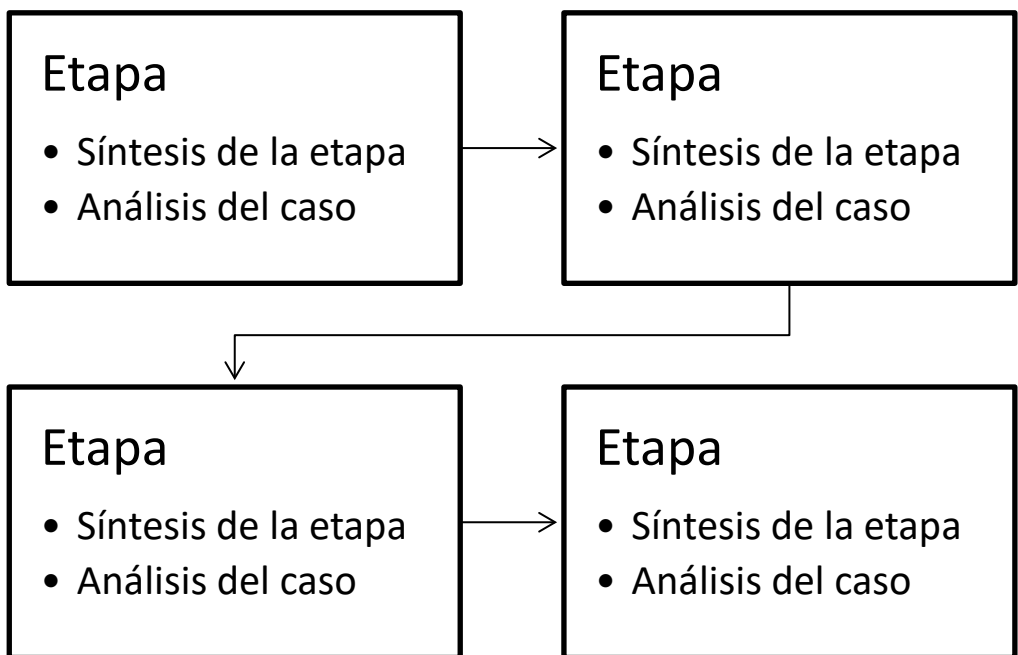
Ante las revelaciones de Laura, la Dra. Sánchez responde con comentarios que validan sus sentimientos: "Es comprensible sentirse así dadas las circunstancias. Muchas personas experimentarían sentimientos similares en tu lugar". La Dra. Sánchez ofrece también silencios empáticos que dan a Laura el espacio para procesar sus emociones y prosigue con preguntas que ayudan a Laura a explorar más profundamente sus experiencias y a desarrollar una nueva narrativa más compasiva y menos crítica hacia sí misma.

A lo largo de la terapia, Laura se siente cada vez más comprendida y apoyada. La empatía demostrada por la Dra. Sánchez se convierte en el catalizador para el cambio positivo, a medida que Laura aprende a mirar sus experiencias desde una perspectiva más amable y significativa.

2. Identifica el problema

3. Busca información para resolver el problema teniendo en cuenta las lecturas sugeridas y otras fuentes de interés: Bermejo, J. (2012). *Empatía terapéutica: La compasión del sanador herido*. Desclee de Brouwer. <http://biblioteca.usfa.edu.bo/cgi-bin/koha/opac-retrieve-file.pl?id=b2b453f90dfef8d79a5f735803833635>.
4. Comparte información con el grupo y presenta la solución al problema haciendo uso de un flujo de proceso ilustrado.

Ejemplo:



Semana 6: Sesión 2

Habilidades de comunicación empática

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 2

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Formen grupos de 2 integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión de clase, el estudiante demuestra las habilidades de comunicación empática a través de la realización de un role-play de una interacción terapéutica, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. En parejas deben asumir roles entre terapeuta y paciente.
2. Asegúrate de tener tus apuntes de clase y lecturas obligatorias sobre empatía terapéutica: Fundación Paniamor. (2021). *Conversación empática ¡en busca de la sintonía emocional con las niñas y los niños.* https://paniamor.org/files/research/files/8079_cpsula1_conversacinemptica.pdf; Bados, A. y García, E. (2011). *Habilidades terapéuticas.* Universitat de Barcelona. <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/18382/1/Habilidades%20terap%C3%A9uticas.pdf>.
3. Planifica una interacción terapéutica donde el terapeuta demuestre habilidades de comunicación empática.
 - a. Presenta el role-play, prestando atención a la aplicación de las habilidades de comunicación empática que le corresponde al grupo (Escucha activa, Comprensión emocional y Empatía en la orientación psicológica)

Semana 8: Sesión 2

Rapport en la relación terapéutica

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 2

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión de clase, el estudiante sustenta la importancia del Rapport en la relación terapéutica a través de un caso propuesto, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes.
2. Utiliza tus apuntes de clase y la lectura obligatoria: Bados, A. y García, E. (2011). *Habilidades terapéuticas*. Universitat de Barcelona.. <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/18382/1/Habilidades%20terap%C3%A9uticas.pdf>.
3. Analiza el siguiente caso:
Raúl, un hombre de 45 años, profesor universitario y padre de dos adolescentes, llega a su primera sesión de terapia con un semblante de escepticismo. Tras una serie de incidentes en su entorno laboral que él percibe como injustos y que han desencadenado una serie de conflictos con sus colegas, Raúl se siente desconectado de su trabajo, una profesión que antes le apasionaba.

Adicionalmente, su relación con sus hijos se ha tornado distante, y las interacciones con ellos suelen ser breves y superficiales. Raúl es claro en su primera interacción con la terapeuta: "No estoy seguro de estar aquí. La terapia suena a algo que otras personas necesitan, no yo".

Sin embargo, accede a continuar las sesiones recomendadas por su médico de cabecera, quien notó signos de estrés crónico y ansiedad. La terapeuta, la Dra. García, reconoce la importancia de establecer rapport para superar la reticencia inicial de Raúl y propiciar un entorno terapéutico donde pueda abrirse y explorar sus sentimientos. La Dra. García observa la postura defensiva de Raúl y su tono de voz ligeramente confrontativo. Ella adopta una actitud calmada y receptiva, reconociendo verbalmente la importancia de su decisión de asistir a terapia y validando sus dudas al respecto. Durante las sesiones iniciales, la Dra. García se centra en escuchar activamente y mostrar una comprensión profunda de las circunstancias de Raúl sin emitir juicios. Ella refleja sus sentimientos y pensamientos utilizando sus propias palabras, y hace preguntas abiertas que lo animan a describir más detalles sobre sus experiencias tanto en el trabajo como en casa.

A medida que Raúl empieza a sentir que se le escucha y se le entiende, gradualmente se abre más y comparte las preocupaciones que tiene sobre su carrera y su vida familiar. La Dra. García asegura mantenerse genuinamente interesada en los relatos de Raúl, reforzando así una conexión terapéutica sólida. La Dra. García utiliza este rapport establecido para ayudar a Raúl a identificar y articular sus emociones con respecto a los eventos que ha vivido. A través de la relación de confianza que se ha construido, Raúl comienza a explorar cómo las tensiones en su trabajo y su desconexión familiar están afectando su bienestar.

4. Elabora material en diapositivas para sustentar la importancia del Rapport en la relación terapéutica, según el caso.

Tercera **Unidad**

Gestión emocional y empatía

Semana 9: Sesión 2

Conciencia emocional

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 3

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión el estudiante identifica las emociones básicas, a través de un diccionario emocional, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes.
2. Utiliza tus apuntes de clase y la lectura obligatoria: Casassus, J. (2017). Una introducción a la educación emocional. *Revista Latinoamericana De Políticas Y Administración De La Educación*, (7), 121-130. <https://revistas.untref.edu.ar/index.php/relapae/article/view/84/71>.

3. Elabora un diccionario emocional considerando el siguiente formato:

4.

Emoción Básica	Definición	Expresiones Faciales/Corporales	Ejemplo de Experiencia/Escenario
Alegría			
Aversión			
Anticipación			
Ira			
Confianza			
Miedo			
Sorpresa			
Tristeza			

Semana 10: Sesión 2

Regulación emocional

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 3

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión el estudiante reconoce las estrategias de regulación emocional a través de la tabla de gimnasia emocional, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes.
2. Utiliza tus apuntes y la **lectura obligatoria**: Bimbela, J. (2008). Gimnasia emocional: Pasamos a la acción. Escuela Andaluza de Salud Pública. https://www.easp.es/wp-content/uploads/publicaciones/EASP_Gimnasia_Emocional.pdf.
3. Elabora la tabla de gimnasia emocional, considerando experiencias personales de cada uno de los integrantes, sigue la estructura propuesta:

Situación 1	
Primeras emociones	
Primeros pensamientos	
Errores	
Nuevos pensamientos	
Nuevas emociones	

Situación 2	
Primeras emociones	
Primeros pensamientos	
Errores	
Nuevos pensamientos	
Nuevas emociones	

Situación 3	
Primeras emociones	
Primeros pensamientos	
Errores	
Nuevos pensamientos	
Nuevas emociones	

Situación 4	
Primeras emociones	
Primeros pensamientos	
Errores	
Nuevos pensamientos	
Nuevas emociones	

Situación5	
Primeras emociones	
Primeros pensamientos	
Errores	
Nuevos pensamientos	
Nuevas emociones	

Semana 11: Sesión 2

Autocuidado y límites emocionales en el contexto de la empatía terapéutica

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 3

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión el estudiante reconoce los puntos críticos que destapan sus emociones a través de una actividad de autocuidado, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes.
2. Utiliza la lectura obligatoria: Corporación Asistencia Técnica Educacional Ágatos (2022). *Cuaderno de Actividades en Autocuidado Emocional para estudiantes*.
https://www.researchgate.net/publication/366445543_Cuaderno_de_Actividades_en_Autocuidado_Emocional_para_estudiantes y las notas de la sesión de clase.
3. Cada estudiante deberá analizar sus emociones y reconocer que acciones de autocuidado podría aplicar para regularlas. Considere el siguiente formato:

CASO 1:	
Estímulos perturbadores	
Experiencia emocional	
Actividad de autocuidado	
CASO 2:	
Estímulos perturbadores	
Experiencia emocional	
Actividad de autocuidado	
CASO 3:	
Estímulos perturbadores	
Experiencia emocional	
Actividad de autocuidado	
CASO 4:	
Estímulos perturbadores	
Experiencia emocional	
Actividad de autocuidado	
CASO 5:	
Estímulos perturbadores	
Experiencia emocional	
Actividad de autocuidado	

Semana 12: Sesión 2

Importancia de la empatía en la orientación psicológica

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 3

Nombres y apellidos:

Instrucciones

Organicen grupos de cinco integrantes, revisen cuidadosamente las instrucciones para el trabajo en equipo y utilicen los materiales de clase disponibles. Asegúrense de comprender la actividad a realizar y distribuyan tareas equitativamente. Examinen detenidamente la rúbrica de valoración para orientar su trabajo hacia los criterios de evaluación establecidos. La comunicación efectiva será esencial para el éxito del proyecto; ante dudas, consulten al profesor facilitador. ¡Éxito en su colaboración!

I. Propósito

Al finalizar la sesión el estudiante explica la importancia de la empatía en la orientación psicológica a través del análisis de un caso, teniendo en cuenta los aportes de la sesión de clase y la lectura obligatoria.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes:
2. Analiza el caso:

Julia, una mujer de 30 años, ha estado lidiando con ansiedad y episodios de depresión desde la muerte de su madre hace dos años. Ella ha buscado ayuda terapéutica para manejar sus síntomas y mejorar su calidad de vida. A pesar de su compromiso con el tratamiento, Julia ha sentido que algo crucial falta en su relación con su terapeuta actual, el Dr. Fernández. En las sesiones, Julia a menudo se siente incomprendida y juzgada, lo que la lleva a retraerse y compartir menos sobre sus experiencias y emociones.

En una sesión reciente, Julia mencionó cómo lucha cada día para salir de la cama y enfrentarse al mundo, esperando algún alivio o palabra de aliento. En respuesta, el Dr. Fernández rápidamente la redirigió para hablar de sus tareas de terapia cognitivo-conductual, sin reconocer su angustia emocional. La falta de sintonía emocional del Dr. Fernández con Julia ha comenzado a afectar negativamente el progreso de la terapia. Julia ha considerado terminar la terapia y buscar otro terapeuta, pero teme comenzar de nuevo y no sentirse entendida.

3. Utiliza las lecturas obligatorias: Salgado, M. (2015). Manejo de la empatía en la interconsulta. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*. 12(1), 44-51 <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483557806006.pdf>; Putrino, N., Etchevers, M., Mesurado, B. (2017). El vínculo terapéutico: el rol del entrenamiento en empatía. *Acta Psiquiátrica y psicológica de América Latina*. 63(4), 276-287. https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/070_psicoterapias1/material/acta_psiquiatr_psicol.pdf y las notas de la sesión de clase para resolver lo siguiente:
 - Analiza la importancia de la empatía en la relación terapéutica.
 - Identifica los momentos clave del caso donde la falta de empatía impacta negativamente en el tratamiento de Julia.
 - Elabora alternativas de intervención que generen una empatía terapéutica efectiva.
4. Socializa tus respuestas

Cuarta **Unidad**

**Evaluación de la empatía y
aspectos éticos**

Semana 13: Sesión 2

Técnicas e instrumentos para la evaluación

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 4

Nombres y apellidos:

Instrucciones

A partir de esta actividad, emprenderemos un desafío colaborativo. Comiencen analizando minuciosamente el desafío propuesto, compartan sus perspectivas y exploren conjuntamente posibles soluciones. Sean creativos al proponer alternativas y ejecuten las estrategias seleccionadas para resolver lo planteado. Recuerden que este proceso implica diversas etapas, desde la identificación hasta la presentación de los resultados, exigiendo colaboración constante y una comunicación efectiva para alcanzar el éxito en cada fase.

I. Propósito

Al finalizar la sesión el estudiante demuestra comprensión de las técnicas e instrumentos para evaluar la asertividad a través de la aplicación de una escala psicométrica, teniendo en cuenta los lineamientos del manual y ficha técnica.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. **Inicio:** Forma grupos de 5 integrantes y asume un rol para esta actividad:
 - a) Líder: responsable de guiar al grupo en la dirección correcta, asegurarse de que se cumplan los plazos y los objetivos, y mantener al equipo motivado y enfocado.
 - b) Investigador: Encargado de liderar la búsqueda de información, la revisión bibliográfica y la recolección de datos.
 - c) Analista: responsable de procesar y analizar los datos recolectados, utilizando métodos estadísticos o cualitativos según corresponda.

- d) **Estrategia:** Se enfoca en el desarrollo y la planificación de estrategias de mejora basadas en los datos y hallazgos del investigador y del analista.
 - e) **Comunicador:** Encargado de las comunicaciones internas y externas del grupo, incluyendo la presentación de resultados y la elaboración de informes.
2. **Comprensión:** Identifica y comprende el desafío central de evaluar y mejorar la empatía. Describe herramientas y recursos para la comprensión profunda de lo planteado.
 3. **Definición de estrategias:** Con base en la evidencia y teorías, define múltiples estrategias que puedan abordar el desafío. Describe la metodología para la selección y definición de estrategias viables de mejora.

Semana 14: Sesión 2

Estrategias para el desarrollo de la empatía

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos
Docente: Unidad: 4
Nombres y apellidos:

Instrucciones

A partir de esta actividad, emprenderemos un desafío colaborativo. Comiencen analizando minuciosamente el desafío propuesto, compartan sus perspectivas y exploren conjuntamente posibles soluciones. Sean creativos al proponer alternativas y ejecuten las estrategias seleccionadas para resolver lo planteado. Recuerden que este proceso implica diversas etapas, desde la identificación hasta la presentación de los resultados, exigiendo colaboración constante y una comunicación efectiva para alcanzar el éxito en cada fase.

I. Propósito

Al finalizar la sesión el estudiante demuestra dominio de las estrategias para el desarrollo de la empatía, a través de un informe.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes y asume un rol:
 - a) Líder: responsable de guiar al grupo en la dirección correcta, asegurarse de que se cumplan los plazos y los objetivos, y mantener al equipo motivado y enfocado.
 - b) Investigador: Encargado de liderar la búsqueda de información, la revisión bibliográfica y la recolección de datos.
 - c) Analista: responsable de procesar y analizar los datos recolectados, utilizando métodos estadísticos o cualitativos según corresponda.

- d) **Estratega:** Se enfoca en el desarrollo y la planificación de estrategias de mejora basadas en los datos y hallazgos del investigador y del analista.
 - e) **Comunicador:** Encargado de las comunicaciones internas y externas del grupo, incluyendo la presentación de resultados y la elaboración de informes.
5. **Planificación del proyecto:** Escoge la estrategia más prometedora y desarrolle un proyecto detallado para su implementación, incluyendo roles, tareas y cronograma. Estructura un plan de acción efectivo y alineado con lo planteado.
 6. **Desarrollo de la solución:** Aplique la estrategia elegida a un escenario simulado o real, recopilando datos y evidencias de su efectividad.

Semana 15: Sesión 2

Aspectos éticos en la relación terapeuta paciente

Sección: Fecha:/...../..... Duración: 60 minutos

Docente: Unidad: 4

Nombres y apellidos:

Instrucciones

A partir de esta actividad, emprenderemos un desafío colaborativo. Comiencen analizando minuciosamente el desafío propuesto, compartan sus perspectivas y exploren conjuntamente posibles soluciones. Sean creativos al proponer alternativas y ejecuten las estrategias seleccionadas para resolver lo planteado. Recuerden que este proceso implica diversas etapas, desde la identificación hasta la presentación de los resultados, exigiendo colaboración constante y una comunicación efectiva para alcanzar el éxito en cada fase.

I. Propósito

Al finalizar la sesión, el estudiante identifica las estrategias para el desarrollo de la empatía reconociendo aspectos éticos en la relación terapeuta-paciente mediante de un caso simulado, teniendo en cuenta los lineamientos del código de ética del psicólogo peruano.

II. Descripción de la actividad por realizar

1. Forma grupos de 5 integrantes y asume un rol:
 - a) Líder: responsable de guiar al grupo en la dirección correcta, asegurarse de que se cumplan los plazos y los objetivos, y mantener al equipo motivado y enfocado.
 - b) Investigador: Encargado de liderar la búsqueda de información, la revisión bibliográfica y la recolección de datos.
 - c) Analista: responsable de procesar y analizar los datos recolectados, utilizando métodos estadísticos o cualitativos según corresponda.

- d) **Estrategia:** Se enfoca en el desarrollo y la planificación de estrategias de mejora basadas en los datos y hallazgos del investigador y del analista.
 - e) **Comunicador:** Encargado de las comunicaciones internas y externas del grupo, incluyendo la presentación de resultados y la elaboración de informes.
2. **Implementación:** Lleva a cabo la estrategia seleccionada y recolecta datos y evidencias de su ejecución.
 3. **Evaluación y reflexión:** Analiza los resultados obtenidos y realiza una reflexión crítica sobre el proceso y los resultados. Prepara una sustentación que aborde el desarrollo de lo planteado y los aprendizajes adquiridos.

Referencias

Básica

Business Review, H., y Merino, B. (Trad.). (2018). *Empatía*. Editorial Reverté.

Complementaria

Bermejo, J. (2012). *Empatía terapéutica*. La compasión del sanador Herido. Descleé de Brouwer.

Edwards, C. (2016). *Psychology of Empathy : New Research*. Nova Science Publishers, Inc.

Harvard Business Review. (2018). *Empatía*. Editorial Reverté.

Segal, E. (2018). *Social Empathy: The Art of Understanding Others*. Columbia University Press.

Segal, E., Gerdes, K., Lietz, C., Wagaman, A. y Geiger, J. (2017). *Assessing Empathy*. Columbia University Press.

Stephany, K. (2014). *Cultivating Empathy: Inspiring Health Professionals to Communicate More Effectively*. Bentham Science Publishers.

Recursos digitales

Mateu, C., Campillo, C., González, R., y Gómez, O. (2010). La empatía psicoterapéutica y su evaluación: una revisión. *Revista De Psicopatología Y Psicología Clínica*, 15(1), 1–18. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.15.num.1.2010.4081>

Moreira, V., e Torres, R. B. (2013). *Empatia e redução fenomenológica: possível contribuição ao pensamento de Rogers*. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 65(2), 181-197. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=229028926003>