



Indice



Presentación	11
Introducción	12
Marco Conceptual	14
Reglas para participar en el grupo	15
Perfil de los/as terapeutas	16
Metodología	18
Los cuestionarios	19
El grupo de padres y madres	19

I ETAPA CREANDO UN AMBIENTE SEGURO Y PROTECTOR

Sesión 1 Conociéndonos	20
Objetivos	21
Guía para la pareja de terapeutas	21
Ejercicios recomendados	21
Sesión 2 Aprendiendo sobre la confianza	22
Objetivos	23
Guía para la pareja de terapeutas	23
Ejercicio recomendado	23
Actividad para la casa	23
Acuerdos	24
Sesión 3 Reconociendo nuestros sentimientos	25
Objetivos	26
Guía para la pareja de terapeutas	26
Ejercicios recomendados	26
Actividad para la casa	27
Sesión 4 Aprendiendo sobre el género	28
Objetivos	29
Guía para la pareja de terapeutas	29
Ejercicios recomendados	29
Sesión 5 Autoevaluación	30

II ETAPA AUMENTANDO EL AUTOCONOCIMIENTO

Sesión 6 Aprendiendo a pedir ayuda	31
Objetivos	32
Guía para la pareja de terapeutas	32
Ejercicio recomendado	32
Actividad para la casa	32
Contrato de ayuda	32
Sesión 7 Revelación	33
Objetivos	34
Guía para la pareja de terapeutas	34
Ejercicios recomendados	34
Sesión 8 Desarrollando empatía hacia las personas que nos rodean	35
Objetivos	36
Guía para la pareja de terapeutas	36
Ejercicio recomendado	36

III ETAPA DESCUBRIÉNDOME

Sesión 9 Eliminando mis máscaras	39
Objetivos	40
Guía para la pareja de terapeutas	40
Ejercicios recomendados	40
Sesión 10 Deteniendo el comportamiento abusivo	41
Objetivos	42
Guía para la pareja de terapeutas	42
Ejercicio recomendado	42
Sesión 11 El enojo y la victimización	43
Objetivos	44
Guía para la pareja de terapeutas	44
Ejercicios recomendados	44
Actividad para la casa	45
Sesión 12 Yo puedo cambiar. Autocontrol y Autoconversaciones positivas	46
Objetivos	47
Guía para la pareja de terapeutas	47
Ejercicios recomendados	47
Sesión 13 Controlando nuestros sentimientos	48
Objetivos	49

Guía para la pareja de terapeutas	49
Ejercicio recomendado	49
Actividad para la casa	49

IV ETAPA IDENTIFICANDO Y UTILIZANDO NUEVOS RECURSOS

Sesión 14 Reconociendo lo que se puede cambiar	50
Objetivos	51
Guía para la pareja de terapeutas	51
Ejercicio recomendado	51
Actividad para la casa	51

Sesiones 15 y 16 La ruta de la ofensa, señales de peligro, prevención de la ofensa	52
Objetivos	53
Guía para la pareja de terapeutas	53
Ejercicios recomendados	54
Actividad para la casa	54

Sesión 17 Identificando situaciones de riesgo	55
Objetivos	56
Guía para la pareja de terapeutas	56
Ejercicio recomendado	56
Actividad para la casa	56

V ETAPA PONIENDO LAS HABILIDADES EN PRÁCTICA EN UN AMBIENTE EXTERNO

Sesión 18 Poner en práctica lo aprendido y elaborar un plan de seguimiento	57
Objetivo	58
Guía para la pareja de terapeutas	58
Ejercicio recomendado	58
Actividad para la casa	58

Sesión 19 Felicidades ¡Llegaste a la meta!	59
Objetivos	60
Guía para la pareja de terapeutas	60
Ejercicio recomendado	60
Declaración final	61

Anexo Grupo para padres y madres	62
---	-----------

Bibliografía	64
---------------------------	-----------