



ECUADOR
UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL
SEK
SER MEJORES

La socialización como factor de intervención en la ansiedad: Modelo de psicoterapia de grupos

Tutor: Jaime Terán, Msc.

David Barragán, Guillermo Castillo, Michael Narváez, Viviana Rodríguez

Una alternativa psicosocial para tratar la ansiedad

- Terapia de grupo, ansiedad y humanismo.
- Factores de socialización: más allá del humanismo.
- ¿La ansiedad es un fenómeno individual?
- Abordar los trastornos mentales desde lo social:
conexión y vinculación.



Problemática de investigación

- **Ansiedad:** problema global y recurrente en aumento.
- Terapia grupal como alternativa terapéutica eficiente.
- Individualismo en la sociedad: volver al modelo de la comunidad.
- Complementar los conocimientos para una visión integral.



Relevancia

- Investigación como base a intervenciones grupales
- La socialización es clave para la salud mental
- **Objetivos**
 - Conceptualizar la ansiedad desde una mirada integral
 - Detallar qué factores de socialización se constituyen como un recurso terapéutico para el tratamiento de ansiedad.



Hipótesis

- El abordaje de la ansiedad desde la dimensión psicosocial es tan efectivo como el tratamiento individual y farmacológico
 - La socialización atraviesa a todos los modelos de intervención grupal en psicoterapia.
 - La socialización, en sí misma, se constituye como un factor terapéutico.
-

- La ansiedad es una emoción que se compone por un triple sistema de respuesta/dimensiones: cognitivo, fisiológico y conductual (Lang, 1968)
- Salud mental implica bienestar biológico, psicológico y social (OMS)
 - Contribuir a la comunidad
 - Vincularse a los demás

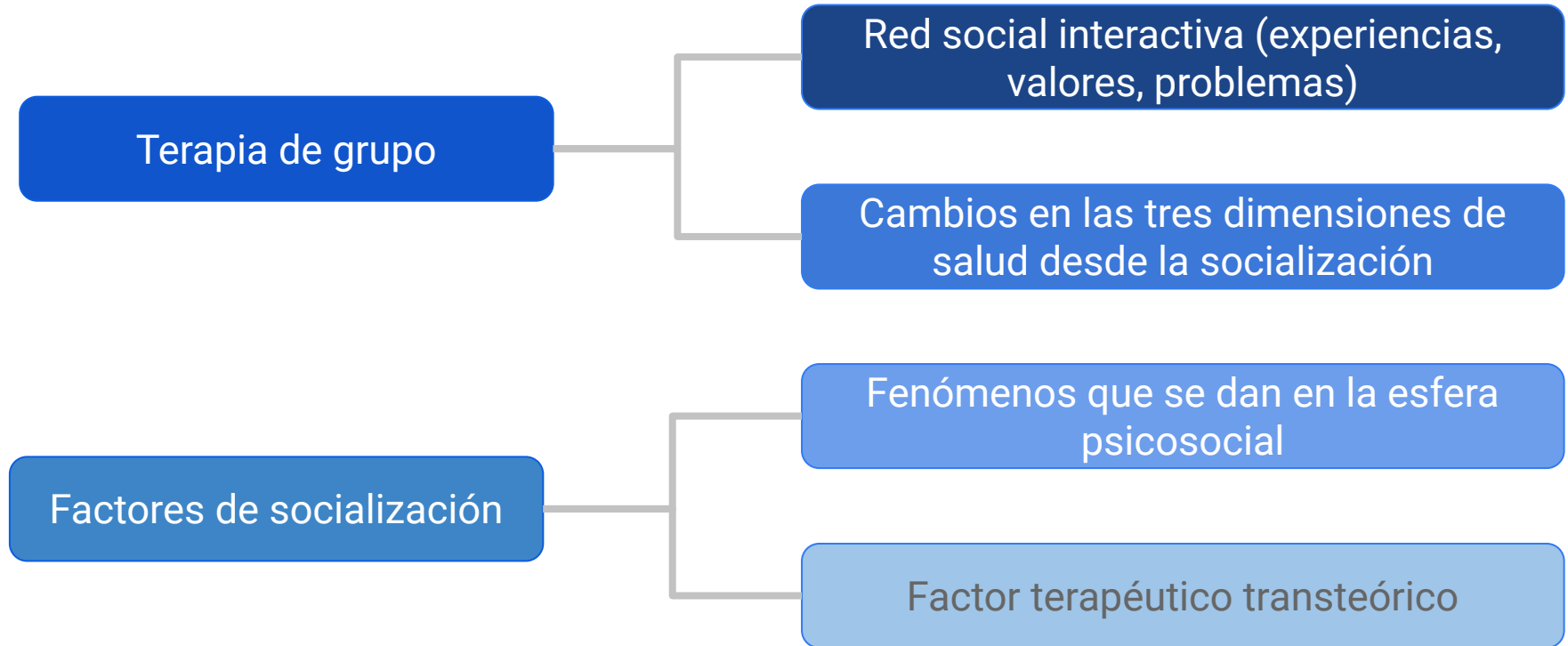


Dimensión social de la ansiedad

- La ansiedad es el síntoma predominante cuando la socialización es desfavorecedora (González, 2007)
- Dimensión social →



Terapia de grupo y socialización



(Serebrinsky, 2012; Fernández-Álvarez y Opaso, 2004)

Terapia de grupo para ansiedad

- Efectividad similar a farmacoterapia y terapia individual (Barkowski et al, 2020).
 - **Riesgos:** cohesión iatrogénica, socialización grupal disfuncional, compartición social inadecuada, etc. (Yalom. 2000).
 - **Beneficios:** favorece la retroalimentación, ensayo de nuevas conductas y modelos de relación diferentes, etc (Campos, 2000).
-

Ansiedad



Terapia de
grupo



Socialización



Factores de socialización

¿Qué factores psicosociales se han hallado como recursos terapéuticos y de qué manera estos factores, presentes en la psicoterapia de grupo, son terapéuticos en el tratamiento de la ansiedad?

-Investigación cualitativa documental.

- Primer parámetro: Contexto Iberoamericano.
- Segundo parámetro: Filtración por área de investigación (psicología, sociología, etc.).
- Tercer parámetro: Período de tiempo de la fuente (20 años).



Materiales y métodos

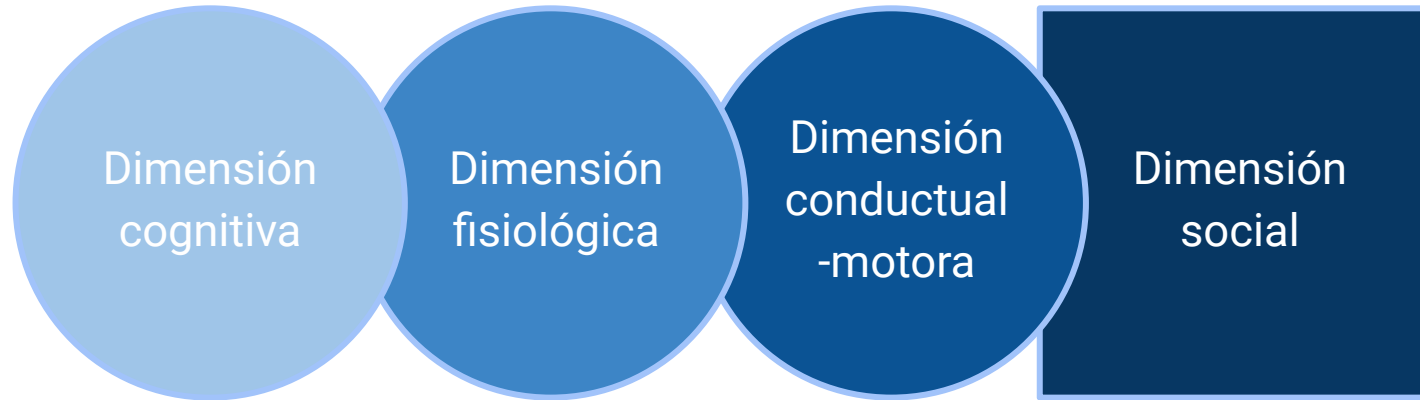
Articulación tres conceptos principales: ansiedad, terapia de grupo y socialización

- Etapas: recopilación de datos, análisis, resultados y conclusiones
- No es una investigación causal, sino de carácter indicativo - concreto



Resultados - Ansiedad

Conceptualización dimensional de la ansiedad

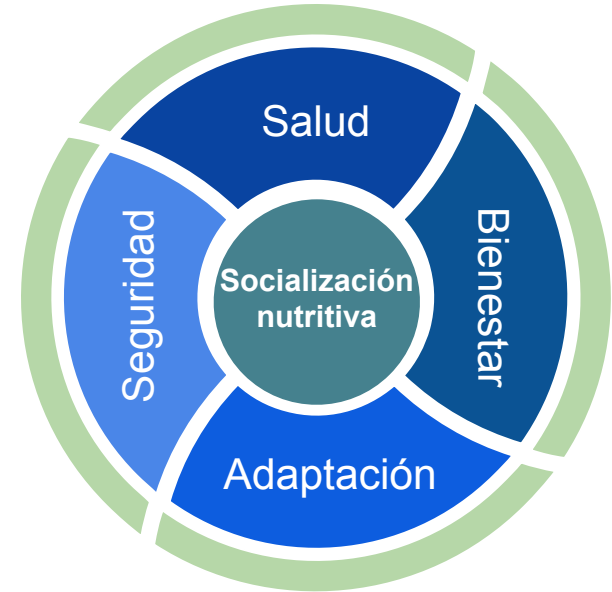


Resultados - Factores de Socialización

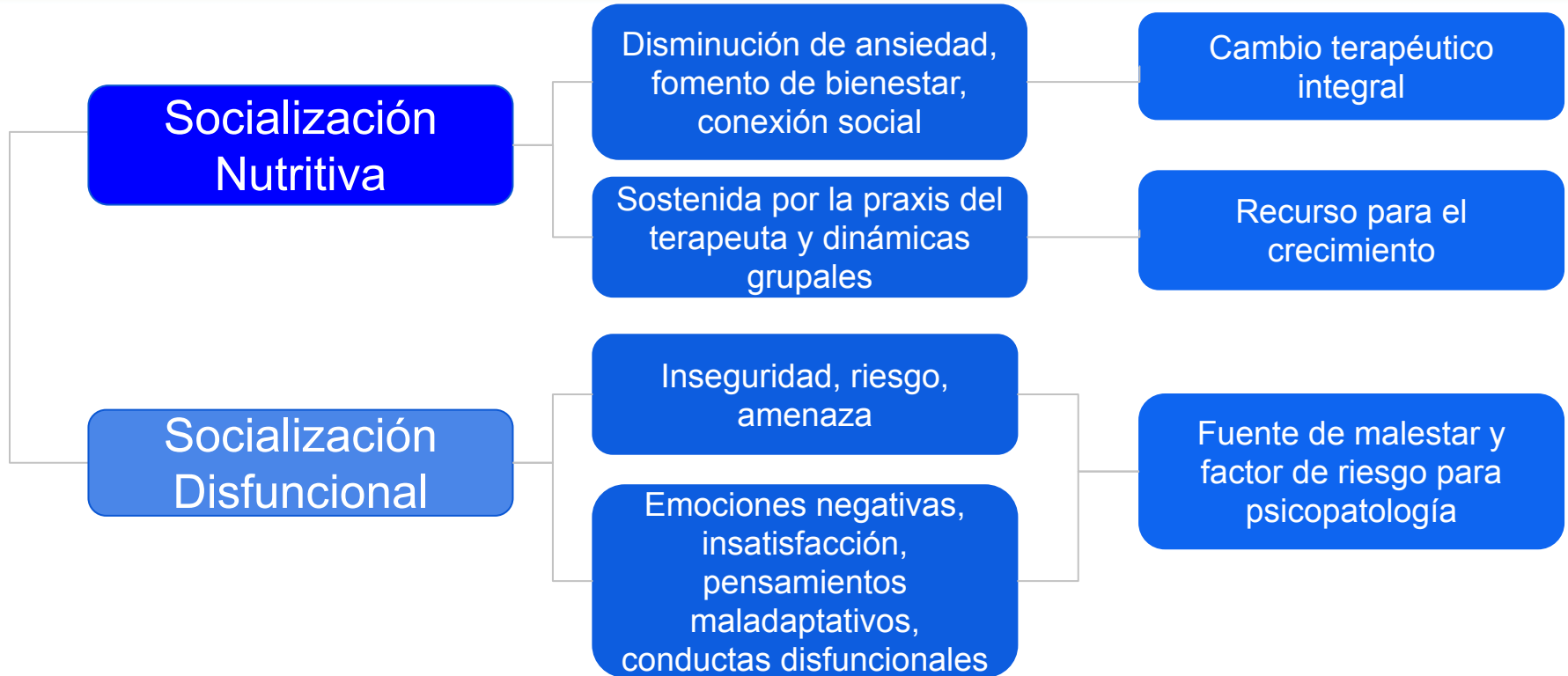
Infundir esperanza	Habilidades de socialización	Factores existenciales	Retroalimentación comunicacional	Respeto
Universalidad	Aprendizaje vicario	Cohesión de grupo	Identificación	Compartición social de las emociones
Transmisión de información	Catarsis	Aprendizaje interpersonal	Escucha mutua	Autoobservación
Altruismo	Recapitulación correctiva del grupo familiar primario	Aprendizaje social	Salir de egocentrismo (trascendencia)	Empatía

Resultados - Socialización Nutritiva

- Factores de socialización convergen en **socialización nutritiva**:
 - *Eje fundamental*, factor protector.
 - Espacio social enriquecido
 - Reformula modos interaccionales disfuncionales (dinámica de la ansiedad)
 - Crea red de apoyo
 - Fomenta bienestar



Conclusiones

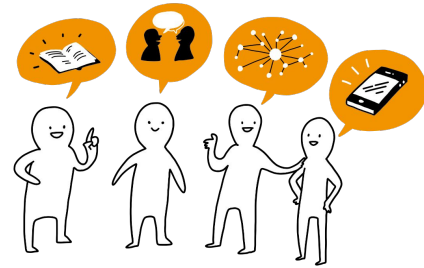


Conclusiones

- Factores de socialización son recursos de alto potencial terapéutico para ansiedad.
- Algunos factores de socialización se dan exclusivamente en la terapia grupal
- Interés de estudio: ansiedad desadaptativa (no patologías específicas)
 - Recomendación para futuros estudios
- Limitaciones:
 - Observación y experimentación restringida

Recomendaciones

- Aplicar la socialización nutritiva como una guía en terapia de grupo
- Tomar en cuenta la perspectiva social de la ansiedad, desde una visión integral de la salud mental y bienestar.
- Terapia de grupo es eficaz: enriquece la socialización



Agradecimientos



- A la Universidad Internacional SEK
- A la coordinación de la maestría
- A nuestro tutor
- A los lectores
- A los docentes
- A los compañeros

