



Depression and Bipolar  
Support Alliance

## EL PLAN DE ESTUDIOS DE LA FORMACION LOS PARES ESPECIALISTAS DE DBSA

### EL RESUMEN DE LA FORMACIÓN

- **Bienvenida, introducciones de los participantes, y las directrices de la formación**  
*(Este módulo le da al group una oportunidad a conocerse y crear un común comprensión y un conjunto de directrices para una experiencia de formación eficaz.)*
- **La Introducción de Formación**  
*(Este módulo introduce a los participantes a las principales definiciones de recuperación, conceptos, creencias e imágenes que la formación va a explorar.)*
- **Estado/Local resumen de el sistema y el papel de los pares especialistas**  
*(Los líderes del estado de salud mental presentan este modelo. Es una visión general del papel de los especialistas pares en el estado, así como el papel de la formación y como se relaciona con la transformación del sistema estatal de salud mental.)*

### LA FILOSOFÍA DE LAS ESPECIALISTAS PARES

- **Cinco etapas en el proceso de recuperación: La Visión General**  
*(Este módulo presenta algunas imágenes y un lenguaje común para la discusión de la recuperación y introduce cinco etapas en el proceso de recuperación.)*
- **Cinco etapas en el proceso de recuperación: Peligros**  
*(Este módulo explora los posibles peligros que enfrentan las personas en cada etapa de la recuperación—lo que sucede a menudo que es inútil o incluso perjudicial y previene a la gente de continuar con sus vidas.)*
- **Cinco etapas en el proceso de recuperación: Intervenciones**  
*(Este módulo analiza las posibles intervenciones en cada etapa que pueden ayudar a las personas continuar con sus vidas.)*
- **Su historia de recuperación como una herramienta de recuperación**  
*(Este módulo explora la diferencia entre una “historia de enfermedad” y una “historia de recuperación.” El objetivo es ayudar a los participantes experimentar el poder y el potencial de sus propias historias como herramientas de recuperación para informar e inspirar a sus compañeros y los empleados que no son compañeros.)*
- **El papel de las especialistas pares en el proceso de recuperación.**  
*(Este módulo ayuda a los participantes pensar y compartir sobre los papeles únicos que los pares especialistas tienen y en qué se diferencian de los empleados tradicionales o los proveedores que no son consumidores.)*

### LOS CREENCIAS QUE APOYAN Y PROMUEVEN LA RECUPERACIÓN

- **Planificación centrada en la persona**  
*(Este módulo introduce a los participantes a la idea de planificación centrada en la persona y cómo se relaciona con el trabajo de especialistas de pares.)*

- **La creación del medio ambiente del programa que promueva recuperación**  
*(Este módulo se pone de relieve cómo los mensajes negativos previenen la gente de avanzar con sus vidas y lo importante que es rodear a las personas con los mensajes positivos acerca de la posibilidad de recuperación.)*
- **Creencias que promueven/apoyan la recuperación**  
*(Este módulo comparte algunas de las creencias emergentes de los sistemas de salud mental que actualmente promueven el proceso de recuperación.)*

## **HABILIDADES QUE PROMUEVEN Y APOYAN LA RECUPERACIÓN**

- **La insatisfacción como una vía para el cambio**  
*(Este módulo analiza cómo hacer preguntas que ayudan a la gente a reflexionar sobre sus propias y tomar sus propias decisiones sobre de sus metas y lo que quieren mejorar.)*
- **Frente a los temores**  
*(Este módulo muestra los pares especialistas cómo proveer un lugar seguro para sus pares para discutir pensamientos y sentimientos incómodos. También explora lo que los pares especialistas pueden hacer a ayudar a otros aprender cómo controlar estos pensamientos y sentimientos.)*
- **La lucha contra el diálogo interno negativo**  
*(Este módulo explora cómo los pensamientos y sentimientos están relacionados y comparte las maneras diferentes para combatir el diálogo interno negativo.)*
- **La resolución de problemas con las personas**  
*(Este módulo comparte una técnica que puede ayudar a identificar las soluciones a muchos problemas.)*
- **Escuchar eficazmente y el arte de hacer preguntas, Parte 1**  
*(Este módulo muestra el arte de hacer preguntas, así como los que son útiles y que hace daño, poner a la gente en contacto con su propia sabiduría interior.)*
- **Escuchar eficazmente y el arte de hacer preguntas, Las Partes 2 y 3**  
*(Estos módulos examinan las sesiones sobre “La Insatisfacción como una Vía para el Cambio”, “Frente a los Temores”, “La Lucha Contra el Diálogo Interno Negativo”, y “La Resolución de Problemas con las Personas” para que identificar los tipos de preguntas que son más útiles. También ofrecen a los participantes la oportunidad de practicar estos en el juego de papeles y los pequeños grupos.)*

## **LOS PARES ESPECIALISTAS EN GRUPOS**

- **El uso de grupos de apoyo para promover/sostener la recuperación**  
*(Este módulo analiza a los grupos de apoyo de salud mental, la importancia de crear directrices para el grupo, y el papel del facilitador del grupo o líder desempeña.)*
- **El Diálogo de la recuperación**  
*(Este módulo presenta las directrices y procedimientos para facilitar la conversación que ayudará los consumidores de salud mental se centran en la recuperación.)*

## **LOS PARES ESPECIALISTAS COMO MIEMBROS EFECTIVOS DEL EQUIPO**

- **Competencia cultural**  
*(Este módulo ayuda a los participantes examinar las influencias que cada cultura tiene en la vida de los consumidores y cómo las influencias impactan la recuperación. También ayuda a los participantes comenzar a mejorar su propia competencia cultural.)*
- **Poder, el conflicto y la integridad en el lugar de trabajo, Las Partes 1 y 2**  
*(Estos módulos discuten las potenciales áreas de conflicto en el lugar de trabajo. Presenta algunas básicas de mediación y técnicas de resolución de*

*conflicto y ofrecen a la participantes la oportunidad de practicar estos en el juego de papeles y los pequeños grupos.)*

- **Las éticas de los pares especialistas, Las Partes 1 y 2**  
*(Estos módulos presentan un modelo de código de ética para ayudar guiar los pares especialistas cuando trabajan con otras personas. También ofrecen a los participantes la oportunidad de practicar estos en el juego de papeles y los pequeños grupos.)*

## **EL CONOCIMIENTO IMPORTANTE PARA LOS PARES ESPECIALISTAS**

- **El uso del apoyo de la comunidad y el apoyo natural**  
*(Este módulo ayuda a los participantes considerar los tipos diferentes de apoyos comunitarios y natural, así como su papel en ayudar a otros consumidores reconocer y utilizar estos apoyos para seguir adelante en sus vidas.)*
- **Los derechos y responsabilidades de los consumidores**  
*(Este módulo presenta información sobre los derechos y responsabilidades de los consumidores tanto en el nivel nacional y estatal. Se introduce a los participantes a la información adecuada y los recursos.)*
- **El Revisión de las enfermedades mentales y el tratamiento de abuso de sustancias**  
*(Este módulo presenta un resumen de los trastornos mentales, trastornos por abuso de sustancias, así como desórdenes concurrentes y métodos de tratamiento.)*

## **LOS PARES ESPECIALISTAS: UN REPASO**

- **La creación de la vida quiere**  
*(Este módulo se analiza lo difícil que puede ser para la gente a sostener el cambio en sus vidas. Explica los pasos básicos para lograr una meta.)*
- **Los Doce Bloques de Construcción del Proceso de Recuperación**  
*(Este módulo presenta los doce bloques de construcción del proceso de la recuperación como una herramienta para los especialistas de pares para utilizar en el apoyo a sus compañeros y hablar acerca de la recuperación.)*
- **Reflexiones finales, la evaluación y la preparación para el examen de certificación**  
*(Este módulo le da al grupo la oportunidad de reflexionar sobre su formación, evaluación de la formación, y discutir los próximos pasos para prepararse para el examen de certificación de los especialista de pares.)*

**We've been there. We can help.**

730 N. Franklin Street, Suite 501 • Chicago, IL 60654-7225  
(312) 642-0049 • Toll-Free (800) 826-3632 • Fax (312) 642-7243 • [www.DBAlliance.org](http://www.DBAlliance.org)