

**IX ENCUENTRO DE SERVICIOS PSICOLÓGICOS Y PSICOPEDAGÓGICOS UNIVERSITARIOS  
(Madrid, 4 y 5 de junio de 2012)**

**Comunicaciones Orales**

FORMULARIO

<b>Título: INTERVENCIÓN EN UN CASO DE BAJA AUTOESTIMA</b>		
<b>Primer autor</b> Apellidos: <b>Montes Berges</b>	Nombre: Beatriz	
Lugar de trabajo: Universidad de Jaén	E-mail: bmontes@ujaen.es	
<b>Segundo autor</b> Apellidos: <b>Campos Navarrete</b>	Nombre: Beatriz	
Lugar de trabajo: Universidad de Jaén	E-mail: beatriz_cn2@hotmail.es	
<b>Presentación a cargo de: Beatriz Montes-Berges y Beatriz Campos Navarrete</b>		
<b>Número de autores inscritos en el IX ESPPU: 2</b>		
<b>Abstract:</b> (Máximo 300 palabras)		
<p><b>Introducción:</b> La autoestima se refiere al sentimiento de aprecio genuino hacia uno/a mismo/a como persona, independientemente de lo que pueda hacer o poseer (Bonet, 1994); se trata de quererse como se es (Montes-Berges, 2011). Con frecuencia la baja autoestima se suele acompañar de trastornos depresivos y trastornos de ansiedad. <b>Objetivo:</b> Este trabajo tiene como objetivo de este trabajo es intervenir en un caso prototípico de baja autoestima. La paciente presentaba un nivel de ansiedad y un grado de ansiedad social elevados, bajo autorreforzamiento, estaba insatisfecha con su vida, tenía un nivel bajo de asertividad, tenía conductas objetivo que veía muy difíciles de alcanzar y presenta un SEPT. <b>Metodología:</b> En la intervención terapéutica se han empleado diferentes técnicas, entre ellas, EDMR, reestructuración cognitiva, técnicas gestálticas, y con diferentes herramientas como el trabajo de una nueva descripción de sí misma, la respuesta a su crítica, los deberías, el manejo de los errores y las visualizaciones. <b>Resultados:</b> Tras la intervención se realiza una reevaluación post-tratamiento encontrándose que el nivel de ansiedad y el grado de ansiedad social había disminuido, la satisfacción con la vida y el autoreforzamiento habían aumentado, y que las estrategias de afrontamiento para la solución de problemas y habilidades sociales habían mejorado. Ya no aparecía ni SEPT y las conductas objetivo de la paciente habían sido satisfechas. <b>Discusión:</b> La mejoría de la paciente pone de manifiesto que las técnicas empleadas han sido eficaces, además de esa eficacia se puso de manifiesto desde las primeras sesiones, al manifestar cambios tanto en las actividades que realizaba, en su forma de expresarse e incluso en su forma de vestir.</p>		
<b>Palabras clave</b> (máximo 5):		
Área temática	• <b>Intervenciones eficaces en los Servicios Psicológicos y Psicopedagógicos Universitarios</b>	X
	• Los Servicios Psicológicos y Psicopedagógicos Universitarios en el marco del <b>Espacio Europeo de Educación Superior</b>	
	• Los Servicios Psicológicos y Psicopedagógicos Universitarios en el contexto de las <b>Universidades Saludables.</b>	
Por favor, indique mediante que medio recibió información sobre el IX ESPPU: X e-mail <input type="checkbox"/> Web <input type="checkbox"/> Carteles o trípticos en mi Universidad <input type="checkbox"/> Compañeros/as <input type="checkbox"/> Otro, indique cuál:		