

Rúbrica Analítica para Evaluar el Manejo de Emociones en Terapia

Rúbrica Analítica | Ciencias de la Salud | Terapia | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la habilidad de los estudiantes universitarios en identificar y manejar sus emociones, así como en aplicar técnicas para liberarlas eficazmente durante sesiones terapéuticas. Cada criterio se evalúa individualmente para ofrecer una valoración detallada que permita identificar fortalezas y áreas de mejora.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar el Manejo de Emociones en Terapia

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la habilidad de los estudiantes universitarios en identificar y manejar sus emociones, así como en aplicar técnicas para liberarlas eficazmente durante sesiones terapéuticas. Cada criterio se evalúa individualmente para ofrecer una valoración detallada que permita identificar fortalezas y áreas de mejora.

Criterios de Evaluación	Excelente (4 puntos)	Bueno (3 puntos)	Aceptable (2 puntos)	Bajo (1 punto)
Identificación clara y precisa de emociones propias	Reconoce con precisión y profundidad todas las emociones presentes, distinguiéndolas claramente.	Identifica la mayoría de las emociones relevantes con buena precisión.	Reconoce algunas emociones básicas, pero presenta confusión en emociones complejas.	Presenta dificultad significativa para identificar emociones propias.
Reconocimiento de señales físicas y cognitivas asociadas a las emociones	Describe detalladamente señales físicas y patrones de pensamiento vinculados a cada emoción.	Identifica señales físicas y cognitivas relevantes con cierta claridad.	Muestra reconocimiento limitado y superficial de estas señales.	No logra reconocer señales físicas o cognitivas relacionadas con las emociones.
Aplicación de técnicas para liberar emociones de manera adecuada	Aplica técnicas terapéuticas efectivas y adaptadas que facilitan la liberación emocional.	Usa técnicas apropiadas con resultados positivos en la mayoría de casos.	Aplica técnicas básicas pero con eficacia limitada o inconsistente.	No aplica técnicas o las utiliza de forma inadecuada, sin lograr liberación emocional.

Criterios de Evaluación	Excelente (4 puntos)	Bueno (3 puntos)	Aceptable (2 puntos)	Bajo (1 punto)
Capacidad para expresar emociones de forma saludable	Expresa emociones con autenticidad, respeto y control, favoreciendo el proceso terapéutico.	Generalmente expresa emociones de manera adecuada, con mínimas dificultades.	Expresa emociones con cierta dificultad o en momentos inapropiados.	Presenta reticencia o expresión inadecuada que dificulta el proceso emocional.
Autorreflexión sobre el impacto de las emociones en el bienestar personal	Realiza reflexiones profundas y críticas sobre cómo las emociones afectan su salud integral.	Demuestra buen nivel de reflexión sobre la relación entre emociones y bienestar.	Realiza reflexiones superficiales o poco estructuradas sobre el tema.	No evidencia capacidad de autorreflexión respecto al impacto emocional.
Manejo de técnicas de regulación emocional durante la terapia	Emplea eficazmente estrategias de regulación emocional para mantener equilibrio y enfoque.	Utiliza técnicas de regulación con éxito en la mayoría de las situaciones.	Aplica técnicas de regulación pero con resultados limitados o inconsistentes.	No utiliza o maneja inadecuadamente técnicas de regulación emocional.
Capacidad para identificar emociones en contextos terapéuticos complejos	Identifica emociones sutiles y mixtas en contextos difíciles con gran precisión.	Reconoce emociones complejas en la mayoría de los casos.	Identifica algunas emociones pero tiene dificultades con contextos complejos.	No logra identificar emociones en situaciones terapéuticas complejas.
Integración del manejo emocional en el desarrollo del proceso terapéutico	Integra el manejo emocional de forma coherente y efectiva en todas las etapas de la terapia.	Demuestra integración adecuada con algunas áreas de mejora.	Presenta integración parcial o inconsistente del manejo emocional.	No integra el manejo emocional en el proceso terapéutico.