



**Andrea
Mallol |
Psicóloga
Social**

**BLOQUE IV: Herramientas
estructurales del Método AM**

CREADORA DEL MÉTODO AM



Bloque 4 – Estructura Integral del Método AM

El Método AM no es una herramienta aislada. Es un sistema estructurado que integra organización, estrategias cognitivas y regulación emocional en un proceso coherente.

El rendimiento sostenible no depende de una técnica concreta, sino de un sistema que articula todas las áreas.



Mapa AM de Autonomía

Organización Académica

Estrategias Cognitivas

Regulación Emocional

La autonomía académica se construye cuando estas tres dimensiones interactúan de forma equilibrada.

Cuaderno Método AM | Bloque 4 | Página 2

© 2026 Método AM – Andrea Mallol. Todos los derechos reservados.



Sistema AM de Objetivos en 3 Niveles

Nivel Académico – Comprensión, rendimiento, resultados.

Nivel Conductual – Hábitos, constancia, planificación.

Nivel Emocional – Seguridad, regulación, tolerancia al error.

Los objetivos se diseñan de forma integrada, evitando trabajar solo el resultado final.



Ciclo AM de Mejora

1. Evaluación Inicial Estructurada
2. Planificación Estratégica
3. Aplicación Guiada
4. Evaluación de Resultados
5. Ajuste y Mejora Continua



Acceso Profesional al Sistema AM

Las herramientas estructurales completas del Método AM se trabajan exclusivamente dentro de talleres y programas formativos guiados.

No se ofrecen como descarga independiente, ya que requieren evaluación inicial, seguimiento y adaptación personalizada.

El Método AM es un proceso de acompañamiento integral, no un recurso aislado.

Cuaderno Método AM | Bloque 4 | Página 5

© 2026 Método AM – Andrea Mallol. Todos los derechos reservados.