

Boletín Informativo Centro de Psicología PsicACT

Calle Londres N°1 Local 1
Bajo Residencia Sanyres
C.P.47008 Valladolid

Telf.: 983 478 557
Móvil: 608 022 278
Email: administración@psicact.es
Web: www.psicact.es

PsicACT

BOLETÍN CENTRO DE PSICOLOGÍA PSICACT

Después de 7 meses de la Inauguración del Centro de Psicología PsicACT con el objetivo de ser referencia en nuestro país en cuanto a la atención de personas con Trastorno Mental Grave y Crónico desde una perspectiva Contextual-Funcional, nos es grato informar que su filosofía de funcionamiento se ha ido consolidado de una manera muy positiva. Han aumentando gradualmente las personas que ya se benefician de los servicios que desde aquí se proponen para incrementar la flexibilidad psicológica y mejorar su eficacia en la vida. De esta forma se ha ido comprobando con satisfacción como la novedosa metodología aplicada está generando unos resultados positivos que nos hace ser muy optimistas respecto al futuro.

Nos es grato también percibir el buen recibimiento y la positiva evaluación que ha tenido tanto la ubicación del centro como las instalaciones, entre todas las personas que han acudido tanto al Servicio de Atención Diurna, como a consultas externas, como a las sesiones terapéuticas grupales,

Este es el Boletín número 2, que pretende seguir informando de las acciones que se están llevando a cabo en el Centro.

Centro de Psicología
PsicACT

Primer Centro de España de atención a problemas psicológicos cronicados desde una perspectiva Contextual - Funcional.

Servicio de atención diurna.
Atención Psicológica Individual
Sesiones grupales de práctica de MINDFULNESS y DEFUSION

Aprende a ser más eficaz ante las dificultades diarias, practicando cómo atender a los pensamientos y sentimientos problemáticos sin luchar contra ellos.
Pide más información

C/ Londres, 1 · 47008 Valladolid
983 478 557 · 608 022 273
info@psicact.es | psicACT
www.psicact.es

NOTICIAS

Autorizaciones

La Junta de Castilla y León ha concedido al Centro de Psicología PsicACT la autorización sanitaria de funcionamiento con número 47-C22-0141.

-De igual forma la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León ha Inscrito al Centro de Psicología PsicACT en el Registro de Entidades, Servicios y Centros de carácter social de Castilla y León (número registral 47.744E), así como el Servicio de Habilitación Psicosocial (número registral 47.1211S)

PROGRAMA DE ATENCIÓN DIURNA

“Ayudamos a las personas a pasar del sufrimiento al contacto con la vida”

El Servicio de Atención Diurna o Servicio de Habilitación Psicosocial está consolidándose como una de las novedades que le dan un valor adicional al centro. Se trata de un Servicio dirigido a persona con trastorno mental grave y crónico que incluyen múltiples interacciones a través de actividades y prácticas experienciales que enseñan a los asistentes a ser más eficaces en el manejo de las barreras que tienen a la hora de moverse en dirección a una vida significativa para ellos.

En estos meses han pasado por el programa 14 personas, todas ellas con problemas crónicos han mantenido un nivel de asistencia muy elevado a pesar de la intensidad del trabajo realizado. Se trata de personas con diagnósticos variados como son depresiones graves, trastornos de la conducta alimentaria cronificados que han requerido hospitalización previa, trastornos de la personalidad y trastornos psicóticos.

A nivel metodológico se observa una evolución también muy positiva, realizándose continuos reajustes en cuanto a número de miembros de los grupos, mejoras continuas del protocolo de intervención, creación de actividades experienciales nuevas y la implantación de un periodo de tiempo de actividad libre en el que se puede trabajar in situ, con las barreras de cada uno de los asistentes.

Este tipo de intervención desde una perspectiva Contextual-Funcional se está mostrando como muy eficaz para prevenir los reingresos hospitalarios y como alternativa al ingreso en casos de especial dificultad para la persona.

NOTICIAS

PROGRAMA DE ATENCIÓN GRUPAL EN MINDFULNESS Y PRÁCTICA EN DEFUSION

Se trata de una de las intervenciones grupales que está teniendo una mayor demanda tanto por las personas que acuden al Centro como por otros Psicólogos que requieren de su práctica para un mejor desarrollo profesional.

Se trata de un programa grupal de 8 sesiones (una vez por semana) en las que se enseña y practican habilidades para prestar atención a los pensamientos y sentimientos problemáticos sin engancharse a su contenido y sin tener que luchar contra ello. Este tipo de relación con las emociones permite a la persona una mayor flexibilidad conductual, pudiendo elegir acciones más ajustadas al tipo de vida que quiere.

Se han desarrollado ya 2 grupos en los que han intervenido 15 participantes y con una valoración muy positiva.

Un tercer grupo iniciará su andadura a finales del mes de septiembre



SESIONES GRUPALES DE PRÁCTICA EN MINDFULNESS Y TÉCNICAS DE DEFUSION

Sabemos que a día de hoy las personas tienen que responder a una serie de demandas excesivas, superposición de tareas, hacer frente a las crisis internas y externas, vivir con incertidumbre, presiones y exigencias impuestas y auto-impuestas.

Todo esto y mucho más puede asociarse a la experiencia de estrés en una persona. En estas situaciones, la mente se revuelve sin dejar percibir lo que ocurre de una manera clara y son comunes las interferencias en la consecución de metas vitales.

Esta situación se supera con el aprendizaje de habilidades que permitan gestionar las emociones desagradables, aprendiendo a relacionarse de una forma diferente con los pensamientos y sentimientos desagradables.

Por este motivo el Nuevo Centro de Psicología PsicACT ofrece sesiones grupales dirigidas al aprendizaje de este conjunto de habilidades que ayudan a abordar de manera eficaz las dificultades diarias.

DURACIÓN:

Se trata de un protocolo de 8 sesiones (1 sesión a la semana)

BENEFICIOS:

El programa intensivo de entrenamiento en Mindfulness y Defusion permite:

- Aumentar la práctica y supervisar el entrenamiento
- Aprender a desactivar las respuestas impulsivas al estrés crónico.
- Entrenar la mente para estar plenamente atento en el momento presente.
- Relacionarse con lo que uno piensa y siente de forma diferente
- Ser más eficaces en la vida

“Practica cómo prestar atención a los pensamientos y sentimientos problemáticos sin engancharse a lo que dicen y sin tener que luchar contra ellos”

Pide más información en:

Centro de Psicología PsicACT
Calle Londres Nº1 Local 1 Bajo
residencia Sanyres
C.P.47008 Valladolid

Teléfono: 983 47 85 57

Móvil: 608 02 22 73

E-mail: administracion@psicact.es

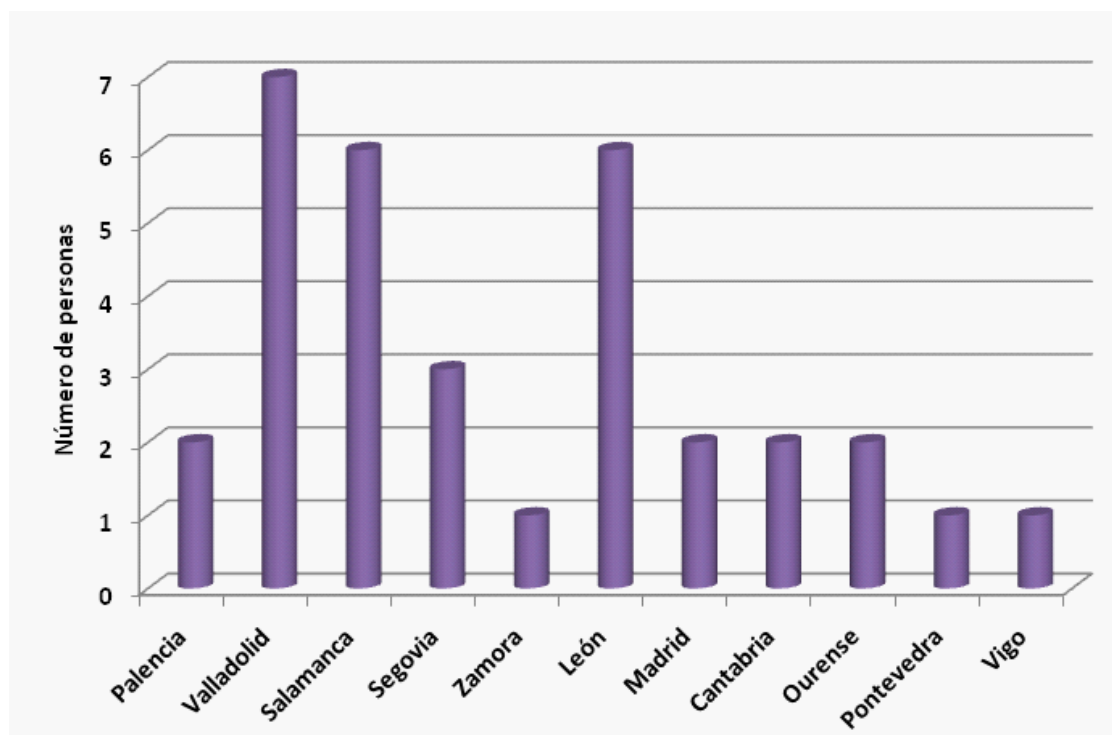
FORMACIÓN

En estos meses se ha desarrollado el III Plan de Formación de Terapias Contextuales que han incluido los siguientes cursos acreditados para la Formación Continuada de las Profesionales Sanitarias de Castilla y León:

- Curso Básico de Terapia de Aceptación y Compromiso (2,1 créditos)
- Curso de Entrenamiento en Mindfulness y Técnicas de Defusión (2 créditos)
- Curso del Arte del Trabajo en Valores (1,8 créditos)

34 han sido las personas que realizaron dichas acciones formativas y que han venido desde diferentes lugares de España.

Lugares de procedencia de los asistentes al III Plan de formación en Terapias Contextuales:



FORMACIÓN

CURSO EL ARTE DEL TRABAJO EN VALORES

Los días 9 y 10 de Mayo se impartió el 3º curso del III Plan de Formación en Terapias Contextuales, Workshop: "El arte del trabajo en valores desde la Terapia de Aceptación y Compromiso". Durante el curso, los participantes se sumergieron en la complicada tarea de clarificar los intereses y direcciones de valor en las personas que por motivos de Salud Mental se han desconectado de todo aquello que los importa.



GRUPO DE SUPERVISIÓN DE CASOS

Ya se han desarrollado dos grupos de supervisión de casos clínicos dirigidos a Psicólogos y otros profesionales del ámbito sanitario que están aplicando los principios de la Terapia de Aceptación y Compromiso.

En estos grupos los participantes aportan casos personales a las sesiones en las cuales se realizan, simulaciones de análisis funcional, identificación de bloqueos, ejercitación de habilidades terapéuticas y ejercicios novedosos que permitan desbloquear el caso y dar luz al proceso.

En el mes de septiembre se abre un nuevo grupo de supervisión de casos clínicos desde la Terapia de Aceptación y Compromiso y Mindfulness que consistirá en 6 sesiones de 4 horas (una sesión al mes) con inicio en septiembre de 2014 y finalización en febrero de 2015. Horario : Viernes tarde.



ROTACIONES DE PIR

• Durante los meses de octubre y noviembre el Centro de Psicología PsicACT recibirá la rotación externa de una Psicóloga PIR del Complejo Hospitalario Universitario de Ourense.

• Así mismo, entre los meses de enero y abril, tendremos otra rotación externa por parte de una Residente de Psicología del Complejo Asistencial de Zamora

Damos la bienvenida ambas con deseo de ser de ayuda en su formación.

INVESTIGACIÓN

• Desde el Centro de Psicología PsicACT a través de una de sus psicólogas, Bárbara Gil Luciano, ha realizado una investigación básica sobre los efectos de un protocolo de fusión cognitiva. Damos las gracias a los voluntarios por su disposición a colaborar con la investigación ya que permite un mejor conocimiento de las leyes de la conducta humana, permitiendo la mejora continua de los protocolos de actuación para personas en situaciones de sufrimiento y malestar.

Los resultados de dicha investigación fueron presentados en el X Simposio Nacional de Casos Clínicos de Trastornos Psicopatológicos que se realizó en Granada en el mes de mayo de 2014 mediante una comunicación titulada

“Análisis experimental de los procesos verbales implicados en las técnicas de defusión en ACT”