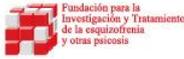


# CURSO ANUAL DE ESQUIZOFRENIA

## II JORNADAS DE TALLERES

### VIRTUALES



6 - 13 - 20 y 27 de mayo, 2021



## OBJETIVOS TALLER 3

### Psicoterapia en grupo para familiares de pacientes con Trastornos Mentales Graves: Terapia de Aceptación y Compromiso, Entrenamiento en Comunicación y Mindfulness

**Profesora Gloria M<sup>a</sup> Roldán Maldonado.** Psicóloga Clínica. Coordinadora del Hospital de Día de Salud Mental Licinio de la Fuente. Hospital Universitario Virgen de las Nieves de Granada (SAS).

**20 de mayo de 2021 | 17:00h-20:00h**

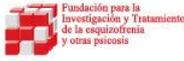
Los Trastornos Mentales Graves (TMG) presentan graves limitaciones funcionales e importantes grados de discapacidad y de dependencia que afectan a las principales áreas de la vida de la persona y de su familia. Según la Encuesta Nacional de Discapacidad el cien por cien de estos pacientes reciben cuidados por parte de sus familiares. Se ha comprobado que estas labores de cuidado producen un alto impacto en los familiares a nivel de malestar psicológico así como trastornos afectivos (depresión y ansiedad). Padenen un alto nivel de sufrimiento y dolor por las graves pérdidas tanto a nivel afectivo como económico (trabajo, actividades lúdicas, relaciones interpersonales, ilusiones, expectativas y fantasías). En un estudio realizado en el Hospital de Día de Salud Mental (Hospital Universitario Virgen de las Nieves, Granada) encontramos que de 118 familiares evaluados, el 53,4% tenía depresión, el 51,7% ansiedad y el 62,7% padecían una alta interferencia de la enfermedad en sus vidas. Aun siendo esto una realidad, la mayoría de las intervenciones familiares se han dirigido a influir positivamente en la evolución de la enfermedad del paciente, siendo, generalmente, de carácter psicoeducativas y no se recogen programas psicoterapéuticos dirigidos a los problemas emocionales de los familiares.

Por estas razones, en el Hospital de Día de Salud Mental se ha creado un espacio de atención psicoterapéutica permanente para los familiares. El objetivo de este taller es dar a conocer esta experiencia grupal. Se sigue una metodología que integra los principios básicos de las Terapias de Tercera Generación (la Terapia de Aceptación y Compromiso y Mindfulness) junto con el Entrenamiento en Competencias. Se han realizado cinco grupos en los que han participado 56 familiares. El programa de intervención psicológica consta de 22 sesiones de dos horas de duración con periodicidad semanal e incluye los siguientes componentes: 1) Psicoeducación; 2) Clarificación de valores; 3) Desesperanza Creativa; 4) Distanciamiento de los eventos privados; 5) Análisis funcional de la conducta; 6) Entrenamiento en competencias; 6) Identificación, regulación y expresión de emociones y 7) Entrenamiento en Mindfulness o conciencia plena. Los métodos clínicos utilizados consisten en metáforas, fábulas, ejercicios vivenciales, representación de papeles, entrenamiento en habilidades, etc. La aplicación del programa de psicoterapia ha mostrado ser muy útil para reducir el malestar psicológico y los problemas emocionales, para aumentar la calidad de vida, adquirir estilos de afrontamiento, romper el patrón evitativo de las emociones y pensamientos negativos, aprender habilidades de comunicación y relación interpersonal y aprender a vivir el momento presente. En definitiva, aprender a vivir de forma más plena siguiendo sus objetivos existenciales.

# CURSO ANUAL DE ESQUIZOFRENIA

## II JORNADAS DE TALLERES

### VIRTUALES



6 - 13 - 20 y 27 de mayo, 2021



#### Objetivos

- Conocer el programa grupal basado en las Terapias de Tercera Generación (Terapia de Aceptación y Compromiso –ACT- y Mindfulness) junto con el Entrenamiento en Competencias aplicado a familiares de pacientes diagnosticados de trastorno psicótico.
- Conocer los métodos clínicos y la dinámica terapéutica grupal para conseguir los objetivos psicoterapéuticos:
  - Disminuir los síntomas ansiosos, depresivos y su nivel de estrés, así como mejorar su nivel de asertividad, afrontamiento y su estado de salud percibido
  - Dirigirse hacia los objetivos valiosos para su vida.
  - Facilitar la elaboración del duelo (pérdida de ilusiones, expectativas y proyectos depositados en el familiar).
  - Aprender a aceptar, manejar y distanciarse de las emociones y pensamientos negativos para no quedarse atrapados por ellos.
  - Aprender habilidades de comunicación y de relación interpersonal.
  - Aprender a vivir el momento presente con atención plena.

#### Metodología

- Metodología cognitiva-conductual derivada de las Terapias de Tercera Generación bajo el marco del contextualismo funcional.
- Práctica activo participativa y vivencial.

[www.cursoesquizofrenia.com](http://www.cursoesquizofrenia.com)

Secretaría Técnica:



cursoesquizofreniamadrid@bcocongresos.com