



CONVENIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA A LOS SANITARIOS

TALLER DE REGULACIÓN EMOCIONAL Y GESTIÓN DE ESTRÉS

Con este taller se pretende que los profesionales puedan conocer más de cerca cómo funciona el sistema de regulación emocional y aprender diferentes estrategias de cuidado personal. Estas herramientas de gestión emocional son indispensables para mantener el bienestar psicológico y poder responder de modo efectivo al estrés.

Las herramientas y los recursos que se aportarán a los profesionales se basarán en el Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales desarrollado por Barlow (2007). Este protocolo de intervención psicológica ha demostrado su efectividad a la hora de prevenir los problemas de tipo emocional a nivel poblacional.

El taller pretende ofrecer contenidos teórico-prácticos a todos los participantes con objeto de cuidar su salud psicológica, así como enseñar a lo/as profesionales herramientas de salud psicológica que puedan implementar con otras personas que precisen de su ayuda.

El taller consta de 7 sesiones de 2h de duración.

Lugar de desarrollo en la sede de la Organización Colegial.

INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA INDIVIDUAL

Atención psicológica a los trastornos de ansiedad, depresión, burnout, TEP...surgidos en el medio laboral.

Para acceder a las sesiones de psicoterapia se seguirán los siguientes pasos:

1. Los/as sanitarios/as que deseen ser atendidos en psicoterapia pueden ponerse en comunicación con el Colegio Oficial de Médicos para expresar su demanda.
2. El Colegio de Médicos lo comunicará al de Psicología.
3. La Coordinadora del Programa de Atención Psicológica lo derivará a uno/a de los/as profesionales psicólogos que le atenderán.
4. Las sesiones de psicoterapia se realizarán en el despacho del/a profesional de psicología.
5. El/la profesional interviniente respetará la privacidad y la protección de datos. Firmará los documentos que indiquen dicho respeto, atendiendo a la legislación vigente.
6. El/la profesional registrará el motivo de la intervención, el número de sesiones realizadas y el resultado de la intervención.
7. Al finalizar el Programa se realizará una memoria con el número de personas atendidas, número de sesiones y resultados obtenidos.