

## **PROGRAMA:**

***Psicoeducativo para personas  
con enfermedad mental grave***



## **1. FUNDAMENTACIÓN DEL PROYECTO**

El presente programa Psicoeducativo va dirigido a personas diagnosticadas de enfermedad mental grave y que necesiten de una serie de recursos personales para hacer frente a diferentes estresores producidos por la actividad diaria, además de proporcionar unas habilidades sociales básicas y adherencia al tratamiento.

Uno de sus principales fines, es el de dotar de diferentes herramientas comportamentales a la persona con enfermedad mental para poder reducir el estrés que puede implicar la interacción social y prevenir los brotes psicóticos, es sabido que estos son mayores en ambientes percibidos como estresantes o peligrosos por la persona enferma (“Teoría de la vulnerabilidad Psicológica”).

La Asociación AMADEM, ha detectado una serie de carencias en estos aspectos, puesto que muchas de estas personas no acaban de entender o asumir la enfermedad mental, aparición, curso y déficit que provoca la misma. Además de ello, la persona con enfermedad mental se convierte en el centro y causa de los conflictos intrafamiliares por diferentes motivos como son, falta de habilidades sociales, falta de conciencia de enfermedad crónica, no adherencia al tratamiento psiquiátrico. Dificultando así las relaciones del núcleo familiar, social, etc. y aumentando así el nivel de estrés experimentado por parte del enfermo/a y todo ello por la falta de una serie de recursos comportamentales básicos para hacer frente a todos estos estresores.

Así pues, podemos apreciar en muchas personas con enfermedad mental crónica que no poseen un repertorio social básico, una confusión de roles para afrontar la situación problemática, negación de la enfermedad mental, negarse a seguir un tratamiento, así como la hiperprotección del enfermo/a por parte de los familiares, el tabú, la vergüenza, etc. Todos estos impedimentos, deterioran la relación persona enferma y familia, o persona enferma y comunidad, agravando aún más la interacción tanto familiar como social, aumentando la probabilidad de que aparezcan más brotes psicóticos, con lo que ello significa para el enfermo/a mental.

Por lo tanto, desde la Asociación AMADEM, consideramos que una adecuada información sobre la enfermedad mental, sus causas, su evolución, sus déficits, así como dar a las personas enfermas una serie de herramientas (Habilidades Sociales, Resolución de Problemas, Adherencia al tratamiento etc.) para hacer frente a la enfermedad de la forma más constructiva posible, permitirá mejorar las relaciones del enfermo/a con su entorno.

Este es además un programa de larga continuidad temporal, ya que desde el año 2001 se esta impartiendo en la Asociación con gran éxito.

## **2. PERFIL DEL USUARIO**

Personas con enfermedad mental crónica pertenecientes a la Asociación AMADEM, aquellos remitidos por la Unidad de Salud Mental del Departamento 13 y desde los Equipos de Servicios Sociales Municipales.

Se formarán un grupo, de ocho a diez personas; requiriendo su compromiso de asistencia regular, confidencialidad y la realización de las tareas impuestas.

También es requisito indispensable el que la persona enferma este bajo tratamiento psiquiátrico y no tenga problemas graves por causa del consumo de tóxicos.

## **3. OBJETIVOS**

### **3.1. GENERALES**

- 3.1.1. Proporcionar a la persona con enfermedad mental crónica información objetiva sobre la enfermedad mental, para poder afrontarla mejor (controlando temores, angustias...)
- 3.1.2. Mejorar la relación de la persona con enfermedad mental con su familia, entorno y comunidad.
- 3.1.3. Asesorar a las personas con enfermedad mental para moverse de forma autónoma en su comunidad
- 3.1.4. Aumentar la calidad de vida de las personas con enfermedad mental grave y de sus familiares.
- 3.1.5. Promoción y apoyo de los grupos de ayuda mutua.

### **3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- 3.2.1. Disminuir las posibles actitudes de rechazo hacia la enfermedad.
- 3.2.2. Favorecer el desarrollo de actitudes positivas y de ayuda mutua entre los miembros del grupo.
- 3.2.3. Intercambiar información, experiencias, solución de problemas, etc. para llegar a la comprensión de la problemática proporcionando así sentimiento de autocontrol del problema.
- 3.2.4. Facilitar la comprensión de los momentos de crisis así como los síntomas y signos de la enfermedad mental y su tratamiento.

- 3.2.5. Proporcionar a la persona enferma estrategias básicas de adherencia al tratamiento.
- 3.2.6. Prevenir mediante un repertorio conductual el agotamiento tanto físico como psicológico que padece la persona enferma.
- 3.2.7. Favorecer la autonomía de la persona con enfermedad mental mediante estrategias conductuales, habilidades sociales, etc.
- 3.2.8. Favorecer el intercambio de opiniones a nivel grupal para prevenir de esta forma el aislamiento social de la persona con enfermedad mental.

#### **4. ACTIVIDADES / TEMPORALIZACIÓN**

El programa “Psicoeducativo para personas con enfermedad mental”, tiene una temporalización de once meses contemplados desde Enero del 2011 hasta Diciembre del 2011, tomando un descanso durante el mes de agosto.

El programa consta de 54 sesiones de 2 horas de duración cada una, haciendo un total de 108 horas de intervención grupal; además de ello, se contempla una total de 6 horas semanales para coordinación, atención personalizada y aclaración de dudas, haciendo un total de 276 horas de intervención individual y de coordinación.

El proyecto está dividido en cinco módulos: Un primero de presentación, el segundo de técnicas de comunicación, el tercero de adherencia al tratamiento, el cuarto destinado a resolución de problemas y por último la puesta en práctica del programa.

Para abordar el contenido de las distintas sesiones, se utilizarán el material didáctico necesario para el correcto aprendizaje por parte de los enfermos/as mentales, así pues se utilizarán: transparencias, películas de vídeo, pizarra, etc. Además de ello para favorecer la correcta adquisición de lo visto en cada sesión, se le entregará a cada enfermo/a mental un resumen del material trabajado por escrito, así como registro de tareas, materiales, etc.

## **CALENDARIZACIÓN:**

### **Módulo 1: “Constitución del grupo y establecimiento de necesidades / Información y divulgación sobre la enfermedad mental”**

#### **Periodo de ejecución módulo 1.**

Al inicio se realizarán “técnicas de presentación” de los nuevos miembros del grupo, expresando cada uno de ellos sus necesidades y expectativas respecto al programa. En esta fase de “presentación” y “establecimiento” del grupo se establecerán una serie de normas básicas como por ejemplo: puntualidad, respeto del turno de palabra, etc.

Una vez en grupo haya tenido un primer contacto, se conozcan, se realizará el proceso informativo/educativo de la enfermedad mental crónica (tipología, evolución, tratamiento, recursos, como asumir y convivir con la enfermedad, etc.).

Las actividades concretas que contempla el módulo siguiente es:

1. ¿Qué es la Enfermedad Mental Crónica?.
2. Tipos de Enfermedad Mentales.
  - 2.1. ¿Qué es la Esquizofrenia?.
  - 2.2. ¿Qué es el Trastorno Bipolar?.
  - 2.3. Otras enfermedades mentales.
3. Principales teorías explicativas.
4. Síntomas y signos de las principales enfermedades mentales crónicas.
5. Los principales procesos neuroquímicos que interviene en las principales enfermedades mentales crónicas.
6. Tipos de medicación y principales psicofármacos, así como efectos secundarios de las mismas.
7. Abordamiento terapéutico de las enfermedades mentales.

### **Módulo 2: “Habilidades Sociales para personas con enfermedad mental”.**

#### **Periodo de ejecución módulo 2.**

En el **objetivo** del presente módulo es fomentar la adquisición de habilidades sociales básicas para favorecer la correcta comunicación evitando así posibles estresores.

Se pretende enseñar técnicas de comunicación, importancia de comunicación verbal y no verbal en la comunicación, etc. A continuación se presenta las actividades contempladas en el siguiente módulo:

1. Iniciar una conversación.
2. Mantener una conversación.
3. Finalizar una conversación.
4. Expresar sentimientos positivos.

5. Expresar sentimientos negativos.
6. Recibir sentimientos positivos.
7. Recibir sentimientos negativos.
8. Hacer peticiones.
9. Decir No.
10. Mantener una Opinión.

### **Módulo 3 “Adherencia al tratamiento”.**

#### **Periodo de ejecución módulo 3.**

El **objetivo** del presente módulo es de facilitar una serie de recursos para aplicar de forma adecuada la adherencia al tratamiento mediante una serie de conductas adecuadas podría ser: minimizar los efectos secundarios, hábitos saludables (dieta, ejercicio físico, etc.), comunicación con el psiquiatra, evitar el uso incorrecto de los medicamentos, refuerzos positivos, etc.

El módulo se representa a continuación:

1. Tipos de aprendizajes saludables con respecto al tratamiento.
2. Los principales principios activos de los medicamentos.
3. Efectos secundarios.
4. Refuerzo positivo y negativo.
5. ¿Cómo acordarnos de la medicación?.
6. ¿Cómo me debo de comunicar con mi psiquiatra?.
7. Principales indicadores para aumentar mi medicación.
8. La responsabilidad es mía.

### **Módulo 4: “Resolución de Problemas”.**

#### **Periodo de ejecución módulo 4.**

El **objetivo** del presente módulo es que la persona con enfermedad mental grave aprenda estrategias eficaces para la resolución de cualquier tipo de problema. Entendemos como “resolución” al proceso adecuada en la elaboración de alternativas reales en el abordaje de un problema determinado.

Es sabido que uno de los factores que influyen en el nivel de estrés que experimentan las familias es la falta de estrategias en la resolución de problemas tanto que tienen que ver con el enfermo/a mental como con la vida en general.

Los contenidos que contempla el módulo son los siguientes:

1. ¿Qué entendemos por problema?.
2. Tipos de abordaje:
  - 2.1. Pasivo.
  - 2.2. Activo.
  - 2.3. Evitador.
3. Metodología en la resolución de problemas.
4. Ejercicios prácticos.

## **Módulo 5: “Puesta en práctica del programa”.**

### **Periodo de ejecución módulo 5.**

El **objetivo** del presente módulo es fomentar la puesta práctica de todos los conceptos vistos en el programa para enfermos/as mentales para facilitar así la generalización de los distintos conceptos, así como facilitar al mismo tiempo la evaluación mediante el seguimiento proporcionando feed-back correctivo de forma individualizada de todos los participantes.

Además de la evaluación práctica individual, se contempla el pase de cuestionarios tanto antes del programa como al finalizar el mismo, contemplando, una evaluación intermedia para asegurar la correcta adquisición de conceptos de los diferentes componentes del grupo.

### **5. METODOLOGÍA.**

La metodología que contempla el programa, es de carácter participativo, interactivo y de aplicación práctica.

En cada sesión, se explicara en un primer momento, los contenidos teóricos pasando luego a la aplicación práctica, facilitando así una mayor comprensión por parte de los componentes del grupo.

En la medida de lo posible, se le dará un tratamiento de carácter individualizado y personalizado posible, facilitando así el correcto aprendizaje. Se tendrá en cuenta siempre a las capacidades individuales de cada componente, adaptándonos a las mismas.

### **6. EVALUACIÓN**

Se realizará una evaluación inicial para saber con que conocimientos, conductas, hábitos, prejuicios, etc. parten los enfermos/as mentales.

Durante todo el proceso, se evaluará de forma continua los progresos de los enfermos/as de la forma lo más objetiva posible. Contemplando además, el realizar una evaluación de seguimiento al finalizar cada módulo, con el fin de repasar objetivos y actividades si fuese necesario.

La evaluación final o total, se realizará tomando como referencia la evaluación inicial y final del programa mediante la recopilación de información utilizando distintos cuestionarios, entrevistas personales, observación directa, autorregistros, etc.

Además de ello se controlará la asistencia mediante un registro que se pasará al iniciar cada sesión.

Las principales variables a tener en cuenta al evaluar serán:

- ❖ La regularidad de la asistencia y la puntualidad de cada miembro del grupo.
- ❖ La participación e implicación de cada miembro.
- ❖ El logro de los aprendizajes propuestos.

- ❖ La utilidad de actividades y recursos
- ❖ La respuesta a sus necesidades y expectativas.
- ❖ El número de ingresos en UHP sufridos.

## **7. RECURSOS NECESARIOS**

### ***Recursos humanos:***

- Un licenciado/ en psicología y una educadora

### ***Recursos materiales:***

Se contará con:

- la sede de la Asociación AMADEM
- suministros (teléfono, etc),
- material de oficina (folios, bolígrafos, etc.)
- material didáctico (vídeo, televisión, etc.).

### ***Otras colaboraciones:***

Se mantiene una estrecha coordinación con los Tapis de la comarca, y principalmente con el Tapis de Denia. Se contará con la colaboración de los profesionales de la Unidad de Salud Mental del Departamento 13, y ahora de la Unidad de Hospitalización Psiquiàtrica y con la trabajadora social del propio Hospital "Marina Salud". También con otras asociaciones y plataformas con las que mantenemos buenas relaciones y como no, con el incondicional apoyo de la federación valenciana, FEAFES C.V y la nacional, FEAFES.