

## **IV SEMINARIO DE EMPLEO EN SALUD MENTAL**

**2.016**

### **"PROGRAMAS DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (COPING SKILLS)"**



**(Plazas Limitadas)**

**"Empleando Salud Mental"**

Seminario teórico práctico que tiene como objetivo desarrollar conocimientos y habilidades para el incremento de destrezas de afrontamiento en el trabajo y vida cotidiana en personas con problemas de salud mental. Estas estrategias hacen referencia a los esfuerzos mediante conducta manifiesta o interna, para hacer frente a las demandas internas y ambientales, y los conflictos entre ellas, que exceden los recursos de la persona..

**Fecha: 4 de Noviembre de 2016**

**Duración: 8 horas**

**Plza. Mártires Carmelitas nº 7 1ºB-C**

**GUADALAJARA**

## **Programa:**

Estos procesos entran en funcionamiento en todos aquellos casos en que se desequilibra la transacción individuo-ambiente relacionado centralmente al estrés.

## **Contenido:**

9,30h.- **Estrategias de afrontamiento**. Vinculación con el logro laboral en salud mental. Definición. Estrés laboral. Vinculación de estrés, cuerpo y mente. Adaptación laboral

11,00h.- **Tipos de estrategias de afrontamiento**. Recursos de afrontamiento y resiliencia. Salud mental y estrategias de afrontamiento

12,00h.- Pausa

12,30h.- **Evaluación de estrategias de afrontamiento**: Autoevaluación; Entrevistas; Diario de estrés; Observación, Resiliencia

14,00h.- Comida (por cuenta del alumno/a)

15,00h.- Intervención: tipos de marcos teóricos. Interdisciplinar

16,00h.- Ejemplo de actividades y programas de destrezas de afrontamiento en salud mental.

17,00h.- Pausa

17,15h.- Taller de aplicación y elaboración de programas.

18,15h.- **Revisión** y puesta en común

19,30h.- **Cierre** de Seminarios

## **Docente:**

**Prof. Lic. TO Mariel Pellegrini, Buenos Aires, Argentina**

*Licenciada en Terapia Ocupacional. Especialista en Trabajo Comunitario (Universidad de Montréal, Canadá). Especialista en programas de empleo en salud mental (Universidad de Dartmouth, USA). Profesora en la carrera de grado y postgrado de Terapia Ocupacional, Universidad Nacional de Quilmes. Ex directora de carrera de Terapia Ocupacional (Universidad Nacional de San Martín e Instituto del Gran Rosario). Miembro titular de la Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria CONEAU. Docente investigadora del Ministerio de Educación. Directora de Alpha Ocupacional. Presenta publicaciones y presentaciones a nivel nacional e internacional.*



*Con la colaboración de:*

**BBVA**

