

LA AUTOESTIMA, INSTRUMENTO TERAPÉUTICO PARA EL AUTOCUIDADO

Escuela de la Asociación Española de Neuropsiquiatría Formación de Enfermería

- Coordinadora: Ana García Laborda
- Docentes:
 - Ana García Laborda. Enfermera especialista en Salud Mental. Socióloga, especialista en Antropología Cultural.
 - J. Carlos Rodríguez Rodríguez. Sociólogo, especialista en Antropología Cultural.
- Dirigido a: Diplomados en Enfermería.
- Objetivos:
 - Objetivo general:
 - Mejorar la detección, valoración y calidad de la atención enfermera a personas con problemas de autoestima.
 - Objetivos específicos:
 - Definir los conceptos de motivación, autoestima, ansiedad, comunicación y redes sociales, así como las relaciones entre estos conceptos.
 - Describir estrategias para aumentar la autoestima.
 - Aprender técnicas de control de la ansiedad.
 - Identificar habilidades comunicativas y sociales para mejorar la autoestima.
 - Comprender la relación entre autoestima y la red social de apoyo.
- Contenido:
 - Aproximación a los contenidos del curso.
 - La motivación.
 - ¿Qué produce malestar?
 - La autoestima.
 - La depresión como disminución de la autoestima.
 - Ansiedad y relajación.
 - Habilidades de comunicación.
 - Estrategias comunicativas. La asertividad.
 - Manejo de los problemas de salud desde el individuo, la familia y las redes informales.
 - Redes sociales.
 - Grupos de autoayuda.
- Metodología:
 - Exposiciones teóricas.
 - Talleres de casos prácticos.
 - Exposición y discusión de conclusiones.
- Evaluación del curso: Evaluación por medio de cuestionario por parte de los alumnos y evaluación del desarrollo del curso por parte de los profesores.
- La obtención de los créditos se evaluará a través de la existencia al curso de al menos un 80% de las horas lectivas de este y la participación en los talleres de casos prácticos.
- Calendario 2 y 3, y 23 y 24 de junio de 2006

- Horario de 9,30 a 14,30 horas y de 16 a 20 horas
- Duración: 32 horas.
- Lugar de celebración: Aula de Psiquiatría del Hospital Gregorio Marañón (Madrid) Entrada por Servicio de psiquiatría, calle Ibiza.
- Asistieron 13 personas al curso, con una gran participación. El curso fue evaluado muy positivamente, tanto en el contenido como en su aprovechamiento, documentación, soporte pedagógico, así como en los docentes