

Diario de Almería

+

DOMINGO



Mayo de 1957
Cuando María Gutiérrez fue acuchillada en plena calle > 8



Salud mental La labor de una psicóloga tras el Teléfono de la Esperanza > 10

Rafael Morcillo
"En los años 70 era inimaginable una cita médica no presencial" > 11



LA ARTISTA NOEMÍ SÁNCHEZ TRABAJA EN EL SAGRADO CORAZÓN DE LA CASA CONSISTORIAL > 6 y 7

Una restauración digna para el 'eccehomo' almeriense



● Dice adiós a las toscas capas de pintura para recuperar su aspecto original

35 DISFRACES Y DIVERSIÓN CON ACTIVIDADES PARA GRANDES Y PEQUEÑOS



La ciudad se viste de carnaval

● Las agrupaciones desfilaron por el centro en la "Noche en color"

14 Y 15 LAS BOMBAS DE PALOMARES

EEUU reconoce como afectados de radiación a sus militares

30 Y 31 INFRAESTRUCTURAS

La conexión de la A-7 y el puerto, una necesidad

● Almería alza la voz para que se acometa por fin una obra de vital importancia

28 FIESTA POPULAR

El vino y la buena comida reúnen a cientos de personas en Benahadux



DP LIGA SANTANDER 56-57



El Almería busca un milagro ante el Barça

● La UDA está en puestos de descenso

ALMERÍA

PROTAGONISTA



RUBÉN GARCÍA FELICES

Artista, fotógrafo y comisario de exposiciones • www.rubengarciafotografia.es

MARÍA PATROCINIO PADILLA OSORIO. PSICÓLOGA DEL TELÉFONO DE LA ESPERANZA DE ALMERÍA

● M^{ra} Patrocinio: "Mi esperanza en consulta es la seguridad de facilitar a la persona que trato habilidades que le permitan superar los obstáculos que se le presentan en la vida"

“La esperanza es la confianza de lograr lo que se persigue”

María Patrocinio Padilla Osorio (Guadix, 1959) es licenciada en Psicología Educativa por la Universidad de Educación a Distancia (UNED) de Madrid y cuenta con un Máster en Psicología de Crisis, Emergencias y Catástrofes, impartido por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIIMP). Además, es diplomada en Profesorado de EGB por la Escuela Universitaria de Profesorado de EGB de Almería. Su actividad como psicóloga la desarrolló en El Teléfono de la Esperanza de Almería como voluntaria desde 1997, y la ha realizado paralelamente a su actividad profesional como maestra de Educación Infantil; siendo ésta actualmente su ocupación fundamental, ya que está jubilada desde hace 3 años y medio.

—El Teléfono de la Esperanza se fundó el 1 de octubre de 1971, en Sevilla, de la mano de Serafín Madrid. La asociación surgió para la atención integral de personas con disfunción física, psíquica y sensorial, por medio del teléfono, como medio rápido y eficaz de intervención en crisis. Esta ONG de acción social empezó a crecer rápidamente y hoy en día se encuentra en 29 provincias españolas. Explícame María cómo y cuándo nació la sede de El Teléfono de la Esperanza en Almería.

—Nació por el interés de un grupo de personas generosas que querían ayudar a otras personas que pasaban un mal momento, y que se reunieron en torno al jesuita almeriense Antonio Marín, con gran entusiasmo, trabajando para formarse durante años y poder dar respuesta a las demandas de los llamantes. Fue ese fervor el que llevó a este grupo a formar el 22 de enero del 2000 la asociación El Teléfono de la Esperanza en Almería. Me siento orgullosa de haber vivido con ellas este tiempo inicial.

—En líneas generales, ¿cómo funciona la asociación El Teléfono de la Esperanza? ¿Y qué tipo de profesionales y voluntarios trabajáis en ella?

—Tenemos tres líneas de actuación: el área de orientación a través del teléfono que atienden los orientadores; el área de atención especializada en la que se trata a personas que en la llamada no han podido satisfacer su demanda, siendo atendidos de forma presencial por profesionales: psicólogos, abogados y orientadores familiares, según el caso; y el área de prevención en la que desarrollamos cursos y talleres, trabajando en grupo aspectos psicológicos de la persona para evitar que sufra algún trastorno.

—¿Me podrías decir cuáles son tus funciones específicas como psicóloga de El Teléfono de la Esperanza?

—Como psicóloga actúo brindando mi apoyo en terapia individual, en seis sesiones, a aquellas personas que lo necesitan. También doy conferencias y coordino talleres y cursos de diferentes temáticas que son ofertados a través de la asociación.

—¿Y cómo son las terapias individuales programadas que ofrecéis?

—Las terapias son gratuitas y anónimas, en ellas no pregunto datos personales, y constan de seis sesiones; no pueden durar más, ya que se trata de un servicio de crisis y emergencias. La terapia se centra en el paciente y su demanda. El protocolo que sigo consta de varias fases: encuentro personal, escucha activa, comprensión empática del problema, personalización, confrontación, planificación de cambios, puesta en marcha de un plan y conclusión.

—¿Cuáles son los principales problemas o qué tipo de ayuda solicitas mayoritariamente las personas que atiendes de manera urgente en El Teléfono de la Esperanza?

—Principalmente, me encuentro con situaciones de crisis vitales como: separaciones, duelo por muerte de un familiar o pérdida del trabajo. Las más graves son las de personas que sufren crisis suicidas, pero también las de sus familiares que no saben cómo ayudarlas. En todos los casos me he centrado en que se sientan escuchadas, comprendidas, acompañadas y también en facilitarles habilidades para afrontar el problema, realizando los cambios necesarios.

—En cuanto a los jóvenes y adolescentes, ¿cuáles son las razones más habituales por las que te piden ayuda telefónica?

—La adolescencia es una etapa complicada en la vida de una persona por los muchos cambios que se producen y por lo que les cuesta adaptarse a ellos, y esto hace que algunos no se sientan bien con su entorno. Llamen, porque bien sufren bullying, se sienten incomprendidos, o incluso se plantean el suicidio y saben que precisan ayuda.

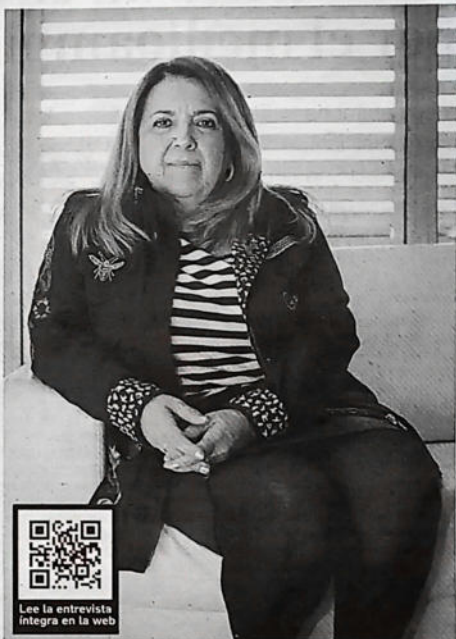
—¿Cómo captas que a un adolescente le está rondando la idea de suicidarse por la cabeza?

—Cualquier persona da pistas antes de realizar un acto autolítico. Se sienten solos, suelen tener dificultades para tener amigos y amigas, y pueden presentar problemas educativos.

—El haber trabajado como maestra de Educación Infantil, ¿te ha ayudado de alguna manera a desempeñar tu labor en El Teléfono de la Esperanza?

—El estar cerca de niños pequeños me ha llenado de esperanza. Ellos son abiertos y expresan sus sentimientos directamente. Que alguien exprese sus sentimientos así es muy importante para poder comprender qué necesita. Sí, el haber trabajado con niños me ha ayudado a ser paciente y a aceptar a cada uno como es.

—¿Cuáles crees que son las principales causas de los problemas de salud mental en la actuali-



FOTOGRAFÍA: RUBÉN GARCÍA FELICES

dad?

—En los problemas de salud mental puede existir una causa genética y una cierta predisposición a padecer determinada patología, pero también inciden las condiciones sociales: las exigencias de la vida social, el estrés con que vivimos, la falta de tiempo de ocio; la exigencia de ser perfecto y siempre feliz y la autopercepción inadecuada, que impiden que nos sintamos tranquilos, adaptados y satisfechos con nosotros mismos y nuestra vida.

—La esperanza no es simple optimismo, sino también lucha...

—La esperanza es la confianza de lograr lo que se persigue. Mi esperanza en consulta es la seguridad de facilitar a la persona que trato habilidades que le permitan superar los obstáculos que se le presentan en la vida.

—Además de ofrecer servicio presencial y telefónico como psicóloga, tal y como hemos hablado anteriormente, en El Teléfono de la Esperanza también imparte exposiciones y conferencias de diferentes temáticas. ¿Cuáles son esas temáticas? ¿Y qué otras actividades realizas?

—Suelo coordinar grupos y talleres de temática psicológica, tanto de autoestima y de autonomía personal como de comunicación positiva. Actualmente colaboro en el proyecto de "Prevención del suicidio", que llevamos a cabo en El Teléfono de la Esperanza. Y por otro lado me encargo del asesoramiento

de grupos de ayuda mutua de afectados de TOC y de familiares, así como de la difusión de las actividades que realizamos en la asociación por medio de entrevistas radiofónicas y periodísticas.

—Actualmente estás formándote en el trastorno obsesivo compulsivo (TOC), ¿crees que la formación es importante a la hora de abordar una enfermedad que en la mayoría de los casos no es tratada adecuadamente?

—Estoy realizando online un Curso de Evaluación y tratamiento de TOC, impartido por psicólogos profesionales que trabajan en Mochalil (Granada). Estos hombres y mujeres profesionales son unos verdaderos especialistas, pues dan una terapia integral a los pacientes que sufren esta patología. Para los y las pacientes es imprescindible conocer las características de este trastorno y las técnicas que se pueden utilizar para su tratamiento, pues ellos tienen un papel central en la aplicación de las técnicas.

—El pasado martes tuvo lugar la última reunión de afectados y afectadas de TOC en la sede de la asociación en Almería. ¿Con qué frecuencia os reunís y qué se trabaja en las reuniones?

—Nos reunimos cada tres semanas. En las reuniones trabajamos psicoeducación y técnicas que ayudan a reducir los síntomas y mejorar el trastorno, así como la problemática que rodea a los pacientes y sus familiares.