Noticias

lunes, 29 de septiembre de 2014

La Unidad de Gestión Clínica de Casines en Puerto Real desarrolla una nueva edición de los Grupos Socioeducativos con mujeres

Esta iniciativa, que pretende mejorar la salud de las participantes, es un recurso válido para afrontar las dificultades de su vida diaria

La Unidad de Gestión Clínica (UGC) de Casines, en Puerto Real, ha comenzado a desarrollar una nueva edición de los Grupos Socioeducativos (GRUSE), en el que toman parte 15 mujeres del municipio, usuarias tanto de este centro como de la UGC Ribera del Muelle.

Los GRUSES son una estrategia grupal socio-educativa de aprendizaje de habilidades emocionales que pretende desarrollar talentos y recursos de las personas para que afronten de forma saludable las dificultades de la vida cotidiana y que las dote de factores protectores para la salud mental. En ese sentido, suelen ser mujeres que acuden a las consultas de Atención Primaria y que tras una valoración psicosocial los profesionales consideran que necesitan apoyo para afrontar las dificultades de su vida diaria con mayores oportunidades de éxito.

Esta edición se desarrollará hasta el mes de noviembre y estará a cargo de la trabajadora social Ana Rosa Listan Cortés, quien se encargará de gestionar las sesiones grupales (con un mínimo de ocho personas). Se cuenta para ello también con la colaboración de todo el equipo de Atención Primaria y de la dirección del centro.

Los contenidos abordan los problemas de autoestima, comunicación, distorsiones del pensamiento, las emociones y actitudes ante determinadas situaciones que les desbordan, el análisis de sus proyectos de vida, resolución de conflictos y empoderamiento. Para el desarrollo, se utilizan técnicas de afrontamiento de las dificultades del día a día asociadas al malestar que sienten las participantes, como dramatizaciones, técnicas de relajación, respiración, musicoterapia y otras dinámicas grupales. El eje de la intervención es que descubran sus talentos y habilidades personales para afrontar de forma saludable su día a día.

El perfil de las participantes es mujer adulta, entre 30 y 65 años, que frecuentan las consultas del centro de salud, algunas con patologías crónicas no asumidas, otras cuidadoras de personas con gran discapacidad, otras víctimas de violencia de género o con problemas de disfunción familiar graves y todas ellas tienen en común la dificultad para afrontar situaciones adversas.

La valoración que hacen las participantes es altamente positiva, manifiestan que esta experiencia, entre otras cosas, les ha servido para introducir cambios en su vida, para iniciar a conducir su vida de una forma más saludable, para aprender que puede decir que no, en definitiva para conocerse, reconocerse y conectarse con otras mujeres con idénticas dificultades y grandes talentos para superarlas.