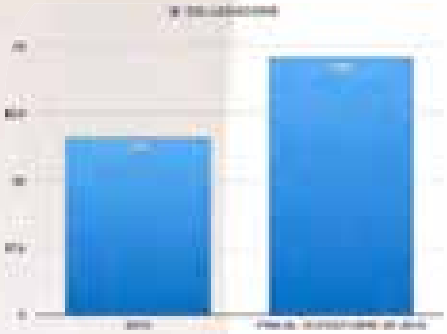
COPC GIRONA **BLOC** 3R TRIMESTRE **2014** **2014**

Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya
Delegació de Girona

Bloc 78

Informació de la Delegació de Girona del COPC

continguts



03 Editorial
04 Article: l'Associació Família i Salut Mental de Girona i comarques
8 Actualitat

L'Obrador d'en Freud 18
Neurona Digital 24
Formació 26
Llibres & test 28
Serveis 29

ed **editorial**

JUNTA RECTORA DEL COPC GIRONA

Psicòleg General Sanitari

El Bloc no ha sortit aquest estiu, ha fet vacances!, però la Delegació no, ha treballat més que mai!. El motiu ha estat el gran cúmul de feina que ha implicat la tramitació de les sol·licituds de Formació específica dels psicòlegs no especialistes en clínica que han volgut sol·licitar l'autorització sanitària de les seves consultes o formar part de la cartera de serveis d'altres centres sanitaris.

Aquesta tramitació fruit de l'acord de la Generalitat amb el COPC, ha implicat la dedicació absoluta dels recursos de personal de la Delegació, primer en formació per poder respondre a les tasques d'informació i praxis exigida i després la gestió de la gran demanda de sol·licituds que es va produir.

Agraïm al nostre personal el gran esforç de dedicació, feina intensiva, professionalitat i eficàcia demostrats, que ha implicat un gran nombre d'hores extres, reducció de part de les seves vacances i la incorporació d'una auxiliar administrativa de suport a nivell temporal, Sandra Sirvent.

Aquesta situació s'ha viscut de forma intensiva des de mitjans de juny fins el 3 d'octubre. Intentant donar resposta i assessorament a multitud de demandes i exposició de casos variats i complexes, i moltes vegades acompanyats de dosis d'angoixa i estrès per part dels psicòlegs implicats.

Vam creure sense cap dubte que aquesta atenció era prioritària i que el Bloc podia esperar.

En aquesta edició no hi ha entrevista i hem cregut important fer una informació estadística i explicativa d'aquesta atenció realitzada i del que s'ha viscut a la Delegació aquest trimestre, tant per el gran nombre de psicòlegs afectats com pel coneixement de la resta de col·legiats.

Així mateix la publicació d'aquest Bloc coincideix amb la recent celebració del dia Mundial de la Salut Mental per aquest motiu publiquem un article sobre l'Associació Família i Salut Mental de Girona i comarques, junt amb el Manifest elaborat pels malalts en commemoració d'aquesta diada.

PUBLICACIÓ
Bloc

EDITORIAL
JUNTA RECTORA GIRONA COPC
Araceli Pérez
Neus Rosell
Núria Tió
Pilar Mateos
Francisco Molinero

ARTICLES
Miquel Bosch
Sergio Marcos

REDACCIÓ
Pilar Mateos

FOTOGRAFIA
Delegació de Girona del COPC

INFORMACIÓ
Delegació de Girona del COPC
Tel: +34 972 222 710
Email: copc.gi@copc.cat
Fax: +34 972 414 360
Pl. Marquès de Camps, 17 4-2
17001 Girona

DIGITAL
www.copc.cat
www.copcgirona.cat

DISSENY, MAQUETACIÓ & PROGRAMACIÓ
Sergio Marcos

MEDI AMBIENT
COPC BLOC GIRONA és una publicació ecològica

COPYRIGHT
Tot el material aparegut en el Bloc té drets d'autor a menys que s'indiqui el contrari. El Bloc pren totes les precaucions per garantir que la informació és correcta en el moment de la impressió o digitalització, però l'editor no assumeix cap responsabilitat per l'exactitud de la informació continguda en el text o els anuncis. Les opinions expressades no són necessàriament recolzades per l'editor.

ar article

PILAR SUBIRÓS

l'Associació Família i Salut Mental

de Girona i comarques

Construïm una nova salut mental, ara sí! És el lema sota el qual han versat els actes commemoratius del Dia Mundial de la Salut Mental d'enguany, i que els podeu consultar en el següent enllaç. **L'Associació Família i Salut Mental de Girona i comarques** organitza cada any les activitats amb el suport de diverses institucions. Des de la Delegació hem volgut continuar apostant per aquesta col·laboració que vam iniciar l'any passat amb motiu de la celebració del nostre 25è. aniversari. El propòsit de la Junta Rectora és que aquesta col·laboració es consolidi en el temps i alhora esdevingui en un vincle de major organització i participació conjunta.

De la mà de la seva presidenta des de fa 17 anys, la Sra. Maria Combalia, volem en aquest Bloc presentar-vos aquesta Associació sense ànim de lucre, que es va crear l'any 1997 gràcies a la iniciativa i l'esforç de 7 matrimonis que tenien fills/filles que patien algun trastorn mental. En aquells moments, i fins i tot a data d'avui, no hi ha cap altra associació d'aquestes característiques. En els inicis es reunien al Centre Cívic Sant Narcís fins que després d'uns dos anys es van traslladar a l'Hotel d'Entitats de Girona del Departament de Benestar Social i Família, emplaçament on els trobareu ara.

L'Associació, que compta actualment amb més de 360 associats, és patró fundador de la Fundació Tutelar de les Comarques Gironines i també és membre de les federacions catalana i espanyola. El seu finançament es basa en les quotes dels socis, 40 euros l'any, i així com les aportacions públiques i privades dels diferents organismes i institucions. En el seu lloc web podeu consultar els objectius i serveis tant d'assessorament com divulgatius i informatius; en aquest article, però, us volem destacar tres: el club social, el respir familiar i el GAM.

El CLUB SOCIAL té com objectiu oferir a les persones amb malaltia mental un espai on relacionar-se socialment i poder compartir i participar en diverses activitats; ja que l'estigmatització social que pateix aquest col·lectiu fa que sovint tinguin un accés molt limitat al treball, a l'oci i la cultura. El club social "El Cercle" fou creat a Girona el 2003, i a Figueres es va inaugurar el 2010 el "Club social Figueres". Les activitats i excursions es realitzen de dilluns a dissabte pel matí o la tarda depenent de la seu on es portin a terme. Activitats com teatre, cinema fòrum, musicoteràpia, informàtica, manualitats, esport, taller de creació de mobles, artteràpia, club de lectura, etc. sovint aquests activitats compten, a part dels monitors, amb professionals

Sra. Maria Combalia, presidenta de la L'Associació Família i Salut Mental de Girona i comarques

externs especialitzats en el taller que es realitzi. Destaquem el taller de cuina on els mateixos usuaris van a comprar els ingredients als comerços i després ho cuinen, a Figueres, al local del centre sociocultural Maria Rosa Ymbert, i a Girona el torn del matí al Centre Cívic Pla de Palau i el torn de tarda al Centre Civic Ter. També els agrada molt el taller tertúlia on tot fent un cafè s'expressen lliurement amb les coordinadores i les monitores. Queda palesa la tasca terapèutica i d'integració social que comporten de rerefons moltes d'aquestes activitats.

El RESPIR FAMILIAR es tracta de 3 sortides a l'any, tipus colònies, adreçades als usuaris dels Clubs Socials, són 3 dies al març, 6 al juliol i 4 al novembre. Aquest estiu han viatjat a Noja i ja estan preparant la propera cap a Sevilla ! ! !. El respir familiar és un servei pensat pels cuidadors per a què també tinguin temps per a ells mateixos.

Els GAM són els Grups d'Ajuda Mútua, els coordina la mateixa Maria Combalia que fa les funcions de moderadora. Són grups tancats, en un principi, a les mateixes famílies. A Girona en funcionen 3 i a Figueres 1 i a Blanes 1 altre.

Fins aquí aquesta pinzellada per la gran tasca que porta a terme aquesta associació i que confiem, en més d'una ocasió, us pugui ésser d'utilitat. Per acabar, us volem informar de l'organització OBERTAMENT, de la qual l'Associació també en fa ressò. Obertament és un projecte de lluita contra l'estigma i la discriminació que pateixen les persones per raó a tenir una problemàtica de salut mental, fent que esdevinguin protagonistes del canvi com a activistes. Podeu trobar més informació al lloc web:

www.obertament.org/activistes.html

Manifest dels usuaris del Club Social de Figueres

Lectura del *Manifest* per una representació dels usuaris del Club Social de Figueres

Com cada any us presentem el manifest que hem desenvolupat entre els usuaris del Club Social de Figueres i en el que us volem exposar els següents punts, que hem debatut entre nosaltres:

En primer lloc, voldríem demanar que els mitjans de comunicació no tinguin tants prejudicis estigmatitzants a l'hora d'informar sobre successos greus que ocorren a la societat i que no necessàriament tenen res a veure amb malalties mentals. Perquè creiem que influencien molt negativament sobre l'opinió pública que té la societat respecte a aquestes afeccions.

En el següent punt volem agrair la feina realitzada per la Comissió Mixta en Salut Mental de les Comarques Gironines, que enguany ha fet 28 xerrades. Però ho considerem tan sols un primer pas i ens agradaria que es fes més divulgació en els centres educatius sobre les afeccions que comporten les malalties mentals.

Degut a les incomoditats que pateixen els malalts mentals, per les medicacions invasives i els seus efectes secundaris, demanem que s'inverteixin més recursos en la recerca de nous fàrmacs, per tal de que ens millori la qualitat de vida.

Desitgem també que es conservi la integració que s'ha dut a terme fins ara entre salut mental i la resta de malalties.

Finalment, volem demanar que es destinin més recursos públics, per tal que hi hagi més facilitat a l'hora d'integrar els malalts mentals dins el món laboral.

Aquestes són les nostres principals reivindicacions, que desitgem que es duguin a terme el més aviat possible.

Fins aviat i moltes gràcies a tothom.

actualitat

ANNA M. PUIG
PSICÒLEG COL. NÚM. 6155

4A Jornada de Professionals de Residències Geriàtriques i Centres De Dia

El proppassat 30 de maig va celebrar-se a l'Auditori Factoria Cultural Coma Cros de Salt (Girona), la 4a. Jornada de Professionals de Residències Geriàtriques i Centres de Dia, amb una assistència de més de 200 professionals de Catalunya del sector.

Els assistents a aquesta jornada trianual procedien majoritàriament de Girona i comarques gironines (69%), també de Barcelona i província (19%), de Lleida (7%) i de Tarragona (4%). El nombre més gran de professionals assistents va ser el grup de psicòlegs (23%), seguit del col·lectiu d'infermeria (15%), dels directors de centres (13%) sense especificar quina és la seva formació, dels terapeutes ocupacionals i les auxiliars (12%), dels treballadors socials, fisioterapeutes, educadors socials, metges i animadors socioculturals, tal i com s'observa al gràfic.

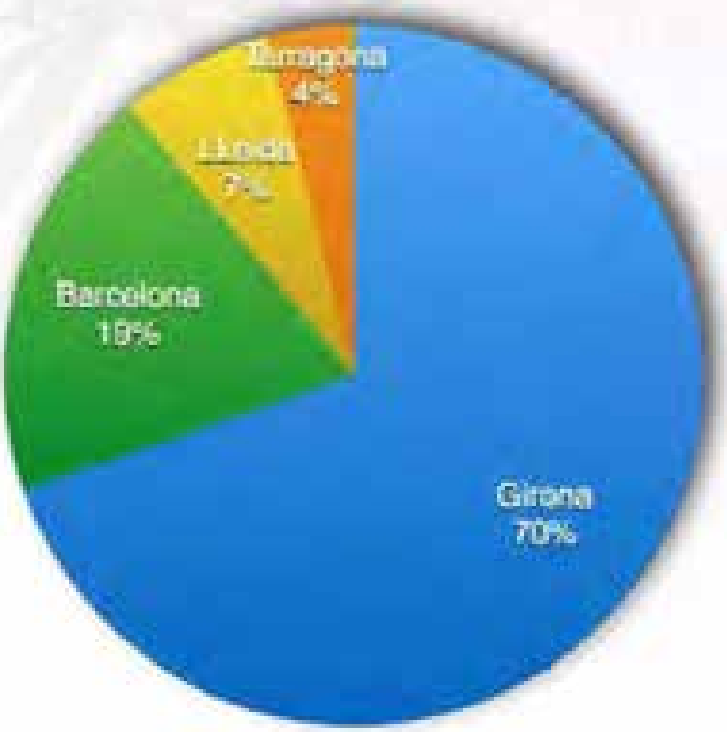
Van inaugurar la jornada el Sr. Torramadé, Alcalde de Salt, la Sra. Montserrat Roura, Directora dels Serveis Territorials del Departament de Benestar Social i Família a Girona i La Sra. Araceli Pérez, Presidenta de la Delegació de Girona del COPC.

L'auditori disposava de senyal wi-fi per poder-se connectar mitjançant la tableta, el telèfon, o el portàtil, a la web de la jornada: ivjornada.copcgirona.cat in situ. Els assistents es podien anar descarregant els continguts de les ponències, és a dir, els PDF, els PowerPoint, i els vídeos a mida que els ponents els anaven desenvolupant. Encara ara pot trobar-se tota la documentació presentada i les fotos de la jornada en aquesta web.

La jornada va comptar d'una part més tècnica que incidia en diferents aspectes: Dels canvis que s'estan produint en el Sistema Sanitari amb l'aplicació del Pla de Salut 2011-2015 i que afecten a l'atenció de la gent gran, sobretot al Pacient Crònic Complex (PCC) i al Pacient amb Malaltia Crònica Avançada (MACA), i que van impartir la Dra. Esther Celda i el Sr. Miquel Gusart. Es van explicar les experiències de Basale Stimulation® aplicades per tot l'equip assistencial a dues Residències Geriàtriques de Barcelona.

Vam tenir l'oportunitat de escoltar una ponència magistral

Distribució de Professionals assistents



de la professora Dra. Rocío Fernández Ballesteros vers l'Envelliment Actiu. Ens va fer prendre consciència de l'amenaça que suposen els estereotips socials negatius i de com limiten a l'individu. També ens va animar a activar-nos i a evitar posar-nos barreres només pel fet de fer anys. Durant el dinar amb organitzadors i ponents ens va animar a participar en un estudi a nivell mundial vers estereotips i edat. Ens va facilitar la plana web per poder formar part de l'estudi: project implicit®. Els interessats només han de triar el país i el test d'edat. Mitjançant el Test d'Associació Implícita (TAI) s'estudien les divergències entre el conscient i l'inconscient. Es basa en l'habilitat del participant per distingir cares velles de cares joves. En general sol manifestar-se una preferència automàtica pels joves.

Per una altra banda, es va incidir en aspectes més humans. L'Asssociació KILALIA (Teatre social i de l'oprimida/oprimit) va fer la presentació del Taller Vivencial sobre el Tracte a Persones amb Dependència, la temàtica del qual es va treballar conjuntament amb el Comitè Científic. L'objectiu de la posada en escena va ser la millora de l'atenció que estem donant als residents dels nostres centres, per tal d'oferir-los una millor qualitat de vida. La seva actuació va evidenciar moltes intervencions que potser els professionals encara ara no fem prou bé. Els directors interessats en impartir aquesta formació en el seu centre poden posar-se en contacte directament amb ells (www.kilalia.org).

També es va parlar de l'Afectivitat i la Sexualitat a la 3a edat, que és un tema a vegades difícil d'abordar, i es van presentar tres comunicacions que ens van permetre veure com s'està treballant a altres centres.

Al final de la jornada es va lliurar el premi del **3er Concurs de Manualitats: A què juguem? a què jugàvem?** Van presentar-se al concurs 13 manualitats molt originals i diferents. El jurat el van formar la Sra. Pilar Mateos, vocal de la Junta Rectora de la Delegació de Girona del COPC, el Sr. Tomàs Pla, Director i propietari del Museu d'Història de la Joguina de Sant Feliu de Guíxols (Girona), i la Sra. Maria Llapart, de la botiga de joguines de Girona - Zeppelin un món de jocs-. El jurat va valorar que els residents participants haguessin treballat i aportat la seva experiència en la creació de les joguines. El premi se'l va endur la manualitat "Nines de drap i bèlits. Recuperant i compartint els jocs de sempre", de la Residència Les Vetes de Salt (Girona), que consistia en un lot de jocs de psicoestimulació. El jurat va considerar que totes les manualitats estaven molt ben fetes i van voler atorgar dos accèssits: Accèssit 1er. a la Creativitat i el disseny original a la manualitat "Sudoku" de la Residència Josep Baulida de Llagostera. I Accèssit 2n. al millor ús terapèutic i lúdic a la manualitat Jugunàlia. Memory de la Residència Puig d'en Roca de Girona.

Els Qüestionaris omplerts pels assistents valoren molt positivament la jornada i, en general, les ponències presentades. Cal destacar que molts dels assistents ja havia assistit a alguna altra jornada anterior.

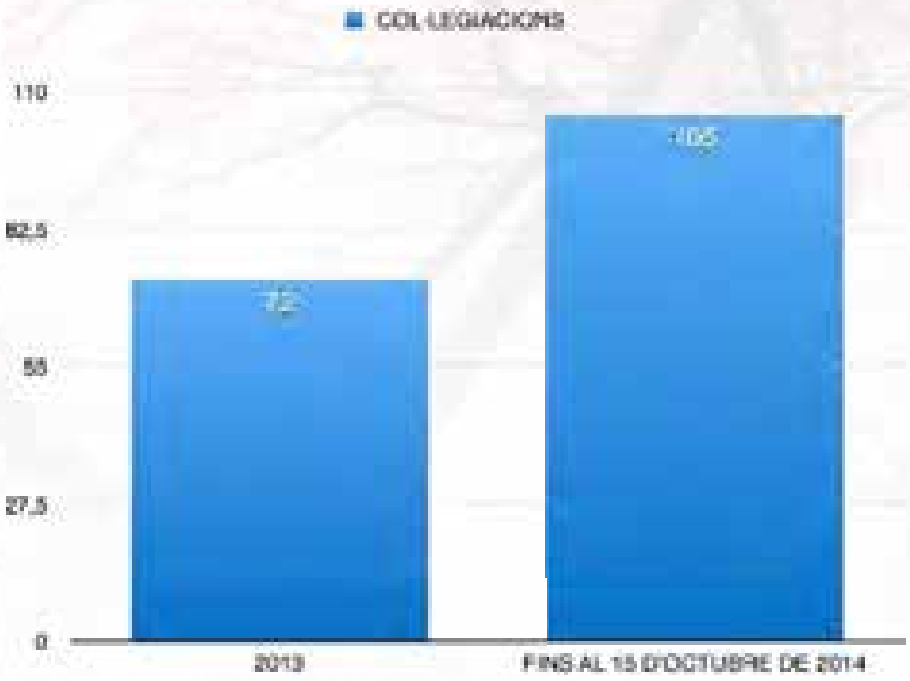
Només resta agrair la tasca realitzada per la Junta de la Delegació de Girona del COPC, per la Secretaria Tècnica de la Delegació de Girona del COPC, per la Comissió de Psicogerontologia i pel Comitè Científic format pel: Col·legi de Diplomats en Treball Social i Assistents Socials, Col·legi de Metges de Girona, Col·legi de Diplomats en Infermeria, Col·legi de Fisioterapeutes, Col·legi de Terapeutes Ocupacionals, Col·legi d'Educadores i Educadors Socials, Delegació de Girona del COPC.

actualitat

REDACCIÓ

El Psicòleg General Sanitari en dades

Gràfic 1



En els darrers mesos de juny a setembre del 2014, el volum d'activitat administrativa de la Delegació ha sofert un augment molt important a causa de la finalització del termini, el 5 d'octubre, del tràmit d'acreditació del psicòleg general sanitari (Llei 5/2011, de 29 de març, de Economia Social).

Per assolir la nova càrrega de feina que comportava l'augment de col·legiacions, demandes del document de formació, el registre de documentació pel tràmit del psicòleg general sanitari així com donar l'oportuna informació i orientació a la majoria de trucades i correus electrònics rebuts, la Delegació ha concentrat la majoria d'hores de treball en la realització en aquestes tasques, ha obert l'última i primeres setmanes d'agost i ha incorporat un nou reforç en la plantilla habitual.

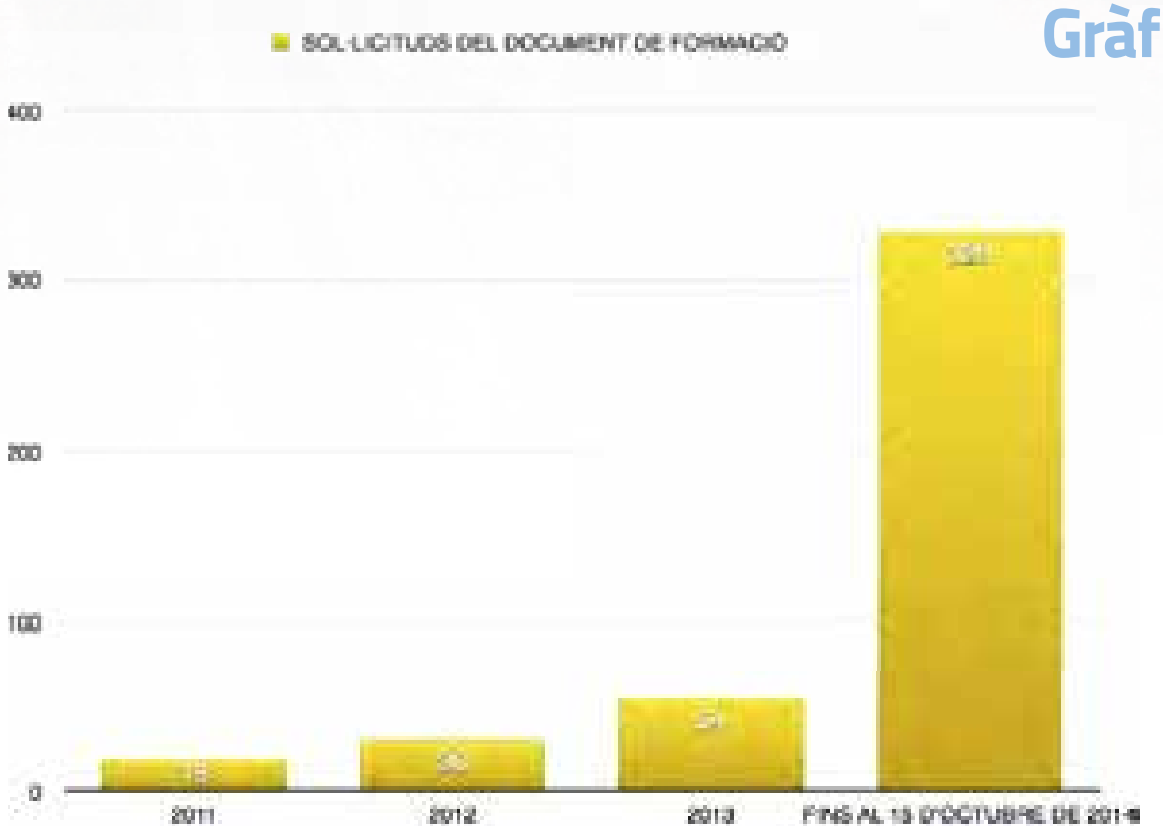
El resultat: **131 registres** per l'acreditació del Psicòleg General Sanitari entregats a la Delegació.

Els gràfics ens mostren:

- GRAFIC 1:
  Evolució d'altes de col·legiació entre tot l'any 2013 i el període de gener a 15 d'octubre de 2014.
- GRAFIC 2:
  Comparatiu d'altes de col·legiació entre els tercers trimestres de 2013 i 2014.
- GRAFIC 3:
  Creixement destacable en els darrers 4 anys de les sol·licituds del document de Formació expedit pel COPC.

Gràfic 2

Gràfic 3



actualitat

YVONNE NAVALES
PSICÒLEG COL. NÚM. 7293

ac Psicologia de l'Esport a les escoles

Col·legi Verd

Col·legi Les Alzines

En motiu de la celebració del 25è. aniversari de la Delegació de Girona del COPC durant el 2013, un dels projectes que es van portar a terme fou col·laborar amb la Cursa del carrer Nou obsequiant a les escoles inscrites amb un xec – regal per valor d'un taller de psicologia de l'esport.

L'OBJECTIU GENERAL dels tallers ha estat aproximar les eines de la psicologia de l'esport als/les participants i així reconèixer de forma pràctica la connexió entre la ment i el cos i la seva influència en el rendiment esportiu i per extensió en el rendiment escolar i en la vida quotidiana.

Aquests tallers s'han realitzat durant el primer semestre del 2014 i se n'han beneficiat tres escoles de Girona: el Col·legi Verd, Les Alzines i l'Escola d'iniciació a l'atletisme del GEIEG.

Els i les esportistes participants han estat un total de 56 nens i nenes d'entre 9 i 12 anys.

Objectius específics:

1. Identificació de la relació cos/ment
   - tensió/relaxació
   - factors estrès (pensaments negatius, sensacions,...) i mecanismes d'afrontament,...
2. Reconeixement del propi paper en:
   - la gestió de la motivació: els objectius
   - control del pensament
   - concentració
   - gestió de l'estrès i l'ansietat
   - anticipació; planificació de l'esforç i l'ús d'eines en diferents moments

(sortida, cursa, arribada..)

3. Identificar els recursos a l'abast per tal de facilitar i potenciar el rendiment i el benestar:
   - Utilització de visualització d'imatges
   - Paraules clau
   - Pensaments positius alternatius

La realització dels tallers s'ha dut a terme sobre les pistes d'entrenament de cada escola/equip, utilitzant les rutines habituals de les sessions planificades pels seus entrenadors, i introduint d'una forma pràctica un temps d'auto observació, identificació d'eines i recursos i la seva aplicació pràctica.

Els conceptes que s'han treballa han permès aprendre a identificar possibles estressors o distractors. Acceptar aquests estímuls i aplicar els recursos ha estat d'utilitat per gestionar-los. Així els i les participants han pogut experimentar una millora de la concentració en el moment de la sortida d'una cursa, o com manegar pensaments i sensacions de fatiga.

L'experiència ha estat positiva i útil tant pels i les joves esportistes i els seus entrenadors/es; com per donar a conèixer aquesta part de la psicologia.

actualitat

Carme Perez De Gregorio
PSICÒLOGA MEDIADORA DEL SIM, COL. NÚM. 1271

Psicologia Servei d'informació Mediadora, SIM, al COPC

A partir d'un conveni entre el Departament de Justícia i el COPC durant tot l'any 2014, el COPC ha posat en marxa el Servei d'informació Mediadora (SIM) a l'abast de qualsevol persona que visqui una situació de conflicte ja sigui familiar o en qualsevol altre àmbit i que necessiti assessorament.

Concretament a Girona el servei es va iniciar el passat 2 d'abril, i esta prestat directament per un grup de professionals psicòlegs/mediadors, inscrits al Centre de Mediació de Dret Privat de Catalunya (CMDPC) i consisteix bàsicament en informar sobre les possibilitats de dur a terme la mediació, orientar i atendre a les persones interessades,i, si ho volen signar la sol·licitud de mediació.

La mediació és un recurs al servei del ciutadà que afavoreix una gestió constructiva del conflicte. És un mètode pacífic de resoldre conflictes en què un tercer, la persona mediadora, ajuda les parts a cercar la millor solució per a tots: evita la dilatació dels processos judicials, redueix la duresa del conflicte i minora el malestar de les persones afectades. Amb la mediació no hi ha guanyadors ni perdedors, sinó persones que s'esforcen per trobar la millor resposta als problemes generats pel conflicte, redueix el desgast personal i material, fomenta el diàleg i reconeix el protagonisme a les parts en la recerca d'una solució útil per a tots.

Perquè un psicòleg/mediador?

Unes de les principals tasques dels psicòlegs és treballar amb les emocions i la mediació consisteix en la intervenció, en una disputa, d'un tercer competent e imparcial, acceptat per les parts, que els ajudarà a aconseguir acords. Les emocions de les persones que estan en conflicte són molt intenses i la majoria de les vegades fan que es centrin més en el passat i en les coses negatives, dificultant els canvis. La disminució de la intensitat emocional millora la comunicació, el nivell d'escolta i el poder comprendre el punt de vista de l'altre. El coneixement que tenim els psicòlegs del funcionament de les emocions i de les relacions interpersonals, així com altres habilitats: empatia, escolta activa, comunicació, cicle vital de la família...és fonamental per la gestió dels conflictes.

En quins àmbits es possible fer una mediació?

En l'àmbit familiar: separacions de parella amb fills o sense; millorar les relacions i/o les diferencies entre germans, avis, nets, pares i fills; familiars dependents...

En la convivència ciutadana: diferencies entre veïns, sorolls, fums, espaí públic, relacions interculturals..

En l'àmbit civil i mercantil: conflictes derivats de contractes, herències, activitats mercantils...

En l'àmbit laboral i empresarial: conflictes entre companys de feina, superiors jeràrquics...

En l'àmbit de salut: conflictes entre professionals, els usuaris i altres persones o organitzacions del món sanitari...

En l'àmbit educatiu: per educar en el diàleg i la gestió pacífica de les diferencies.

En general: en qualsevol situació en la que sorgeix un problema entre dues o més parts, la mediació ajuda a trobar la millor resposta.

L'horari del servei és: el 1r i 3r dimecres de cada mes de 17.30 a 18.30 a la Delegació del COPC a la Plaça Marques de Camps, 17, 4t 2a de Girona, tel. 972222710

ac actualitat

Núria Tió i Rotllan
PSICÒLEG COL. NÚM. 438

ac Festa de la Psicologia gironina

El divendres 13 de juny d'aquest any vam celebrar de nou la Festa de la Psicologia Gironina. La celebració la vam fer a Bescanó, al Restaurant Mas Casilda, un mas situat als afores del poble. Van servir el sopar, una sèrie de tapes variades, delicioses i abundants, dins d'una carpa a l'aire lliure.

Després del sopar vam fer el repartiment del XXV Concurs Literari d'articles de la Psicologia. Aquest any els membres del jurat van ser: la periodista, professora de la UdG i critica de cinema, Imma Merino; Josep Vilajoana, Degà del COPC; Jaume Descarrega, president de la Delegació de Tarragona; Jaume Celma, tresorer de la Delegació de Lleida; Josep Valera per part del grup de treball de Mediació de Girona; Teresa Ballester per part del grup de treball els Efectes de la Crisi en la Subjectivitat; Karina Viñas, per part del grup de treball de Coaching i Núria Tió, tresorera de la Junta de la

Delegació de Girona.

Es van presentat 24 articles de col·legiats (17 de la província de Girona, 6 de Barcelona i 1 de la província de Lleida). De la categoria d'estudiants es van presentar 2 articles, ambdós de les comarques gironines.

El premi per la categoria de col·legiats va ser per a Iris Crespo Martín de Barcelona amb l'article ¿Qué fué de la tristeza? Una emoción, no una etiqueta.

El premi per la categoria d'estudiants va ser per a Maria del Mar Anselmo Lorente (Palamós) estudiant de 3r. Grau de psicologia de la UdG amb l'article Ús del càstig físic com, a eina educativa. Canvis haguts i per haver d'un model educatiu controvertit.

Els membres del jurat van fer noves propostes per a modificar les bases del concurs, que la junta de Girona va aprovar. L'any vinent el concurs es titularà: Concurs literari d'articles de divulgació de la psicologia i en les bases hi hauran aquest dos canvis:

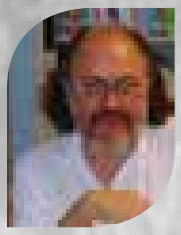
1 - Els membres del jurat valoraran que l'article sigui literari, és a dir, que el concursant transmeti la seva visió particular i personal d'aquell aspecte de la Psicologia que tracti el seu article. No és, per tant, un article científic. Al mateix temps, els membres del jurat també valoraran que l'article

sigui rigorós i entenedor, amb un estil de redacció àgil, fluid, sense errades gramaticals o sintàctiques. L'objectiu últim és que l'article sigui una eina per a la divulgació social de la Psicologia.

2 - Dins de la categoria dels psicòlegs col·legiats hi haurà tres premis. El primer premi serà de 600 euros, el segon de 400 euros i el tercer de 300 euros. En quant al premi de la categoria d'estudiants serà de 300 euros més la col·legiació al COPC durant un any. Els premis es lliuraran en efectiu, prèvia la detracció de l'IRPF corresponent. Els premis poden deixar-se deserts si així ho estimen els membres del jurat.

Finalment la festa es va acabar amb un espectacle molt especial i divertit. La cupletista Gemma Vidal ens va obsequiar amb el seu espectacle de cuplets Flor del vici.

Van assistir a la festa més de dos-cents col·legiats i col·legiades, en aquesta diada que el Col·legi de Psicòlegs de Girona organitza, donant-nos l'oportunitat de saludar i compartir, de retrobar col·legues i companys de professió tot gaudint d'una nit especial i única.



l'obrador d'en Freud

MIQUEL BOSCH
PSICÒLEG COL. NÚM. 2044

"És la Guerra!!! Porteu fusta, porteu fusta!!!"

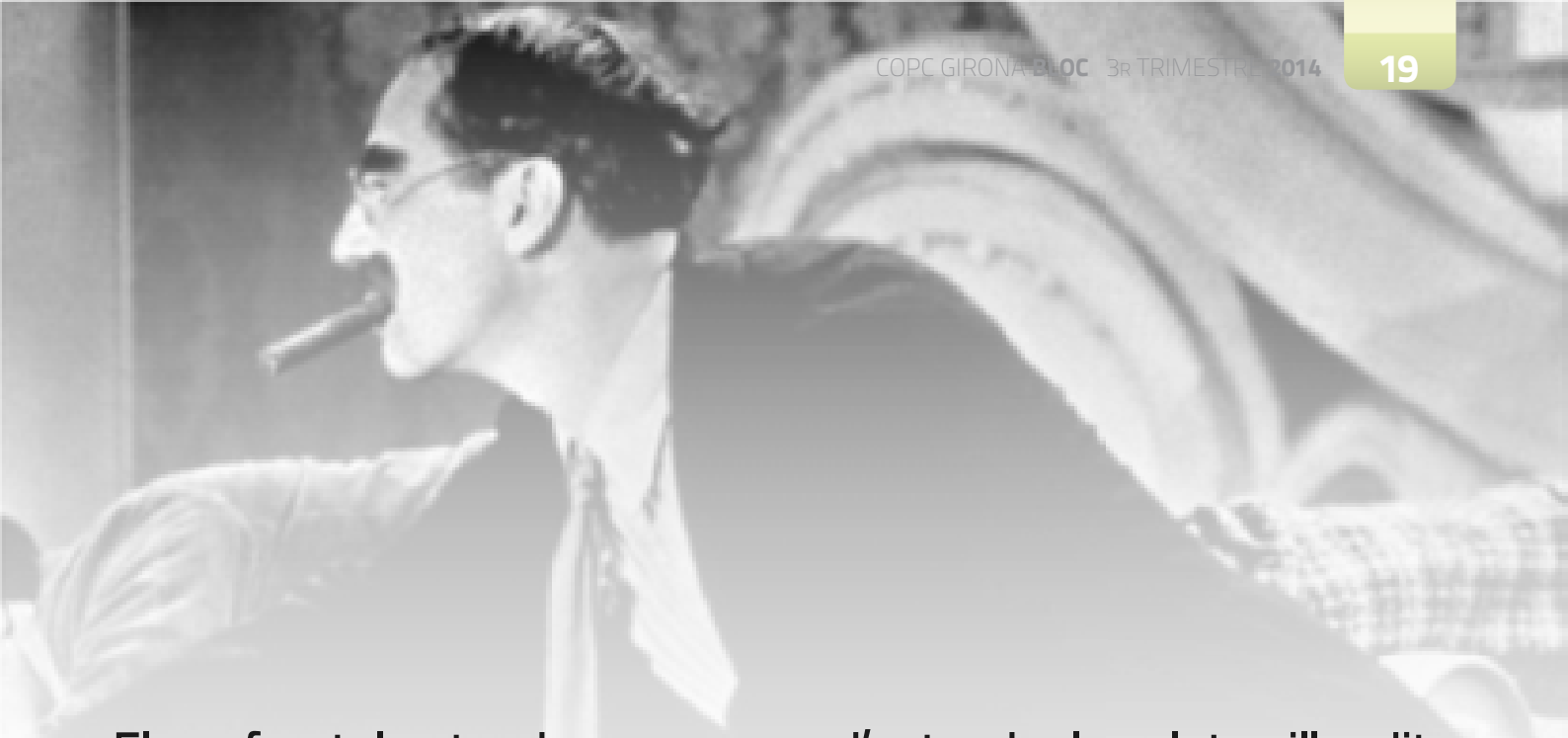
L'Obrador de Freud corresponent a l'estiu passat començava amb aquestes paraules del professor Lopòlit en 'La Comèdia sexual d'una nit d'estiu" de Woody Allen, 'Arriba l'estiu, canta la cigala, creix la llavor, floreix la prada i despunten les fulles en el bosc,... canta la cigala" . Enguany donem la benvinguda a l'estiu amb 'És la Guerra!!! Porteu fusta, porteu fusta !!!" així cridava Groucho Marx mentre corria amunt i avall dins el petit espai de la cabina d'una màquina de tren en la pel·lícula 'Els germans Marx a l'Oest", on perquè el ferrocarril seguís endavant cremaven tot el que tenia de combustible el tren (pel·lícula d'argument força escaient pel que fa el cas).

És la guerra? Doncs sí... ha esclatat una guerra, hi ha dos bàndols i la fusta va que vola... correu porteu fusta que la maquinaria de l'engany la necessita, dirien uns. Guerra fins ara freda o no tant visual, entre dos concepcions oposades sobre la salut mental (aplicable a altres àmbits de la salut en general, i de la vida).

El mon sembla com si sempre es repartís en dos bàndols, i segons el nostre tarannà estarem en l'un o en l'altre.

Ens agrada situar el començament de tot això en Charles Darwin. A l'intentar publicar 'L'Origen de les Especies" es trobà amb una societat en contra, no solament des de la religió per no haver trobat per allà (en el seu viatge en el Beagle) la mà de Déu, sinó perquè trencava els esquemes mentals d'una societat encotillada. El fet que el pobre 'pinsà de les Galapagos" hagués evolucionat a diverses formes de bec per tal de poder alimentar-se de diferents plantes de les illes no podia acceptar-se. No podia acceptar, la societat de l'època, que fos una selecció natural, en la que perdurava aquell que s'anava especialitzant més (evolucionisme) i podia ocupar aquell espai ecològic encara no ocupat per ningú, i això sense la intervenció d'una mà celestial que hagués produït aquella diversificació morfològica. Ja tenim doncs les dues posicions en conflicte, per un costat aquest reduccionisme biologista emparat per la religió-poder i per l'altre la concepció evolucionista ambientalista i/o històric-social.

Darwin va tenir-ho difícil per poder publicar 'L'Origen de les



El xoc frontal entre dues maneres d'entendre la salut, millor dit d'entendre la vida.

Marta i Sigmund Freud

Especies", però no ens ho perdem, el llibre en el que parlava del que sentim és convertiria en un calvari la seva edició, així 'L'expressió de les emocions en els animals i en l'home" va tardar molts anys en veure la llum.

En 'La historia ens parla de la histèria i de la hipnosi" (Obrador n°5) hem de recordar aquell paràgraf en que Mesner reconeix que no és la pila magnètica qui genera el procés de curació, sinó potser les seves paraules.<<...I va entrar en la gloria del moment, els seus estris magnètics varen ser presos quasi bé per miraculosos, 'el mesmerisme" va estar de moda i va dur-lo a formar part (diuen les males llengües que sols per un dia) de l'honorable Acadèmia de l'Electorat de Babiera, ja que el 28 de novembre de 1775 l'incloïen entre els seus membres. Però va ser just en aquest moment, que en el seu discurs va reconèixer que no era el ferro magnètic el que obrava en la cura, sinó el magnetitzador. I aquí

Las ventajas del NEVER-FAT

1. — El adelgazar es rápido y seguro y se limita sobre las partes del cuerpo que se desea.

2. — Con NEVER-FAT se evita el desarrollo de los músculos que perjudican la estética.

3. — La piel que de otro modo ha de sufrir algunas veces mucho, es favorablemente influida y revivificada. Su elasticidad no es sólo recuperada, sino aumentada. La piel queda lisa, suave y flexible.

4. — Mejillas flácidas, uno de los grandes perjuicios y desventajas de todos los métodos empleados hasta ahora para adelgazar, no hay que temer con el uso de NEVER-FAT.

5. — En general, NEVER-FAT ejerce sobre el cuerpo una acción refrescante y vivificante; su empleo aumenta la energía y el bienestar de la persona.

6. — Los efectos de la fatiga se eliminan rápidamente y sin los dolores que causa el masaje habitual, amasando los tejidos de la piel; así es que también la higiene deportiva da la preferencia a NEVER-FAT.

7. — Uno de los méritos principales del NEVER-FAT es su empleo y manejo simple e higiénico.

NEVER-FAT

El aparato se remite en un cofrecito muy elegante, conteniendo el motor especial para todas las tensiones que se deseen, funcionando casi silenciosamente, tres ventosas patentadas, el tubo flexible y cordón para comunicar con la corriente. Cada aparato está acompañado por una tabla para el control propio de la disminución del peso del cuerpo y el adelgazamiento de la talla.

NI A REGIMEN O PROCEDIMIENTOS FATIGOSOS, sino a **NEVER-FAT** debe usted confiar el cuidado de librarse de un modo tan agradable como natural de su gordura y grasas superfluas. La esbeltez y la conservación de la línea no es sólo un homenaje a la belleza, o cuestión de moda, sino una tendencia instintiva de conservar la salud y la frescura de la juventud. — Unos diez minutos de masaje todos los días con NEVER-FAT es suficiente para procurar al cuerpo alivio. Todo trabajo y movimiento fatigoso que pudiera excitar el apetito se evita, puesto que todo el trabajo lo hace el NEVER-FAT mismo.

En el caso de que el NEVER-FAT aun no se vendiese en las casas de artículos similares de su plaza, diríjase al concesionario exclusivo, que le enviará prospectos, referencias y cuantos datos desee, sin compromiso por parte suya.

Concesionario exclusivo para España, Portugal y América del Sur

ERNESTO JACOMETTI (Casa Suiza). Via Layetana, 18, Barcelona. Teléfono 21659

Se desean REPRESENTANTES para las Provincias de España, para Portugal y todos los estados de América del Sur

Porteu fusta, porteu fusta ! ! !

la seva real gloria. Estava, per tant, a prop de comprendre l'important efecte de la suggestió, el principi fundador de la hipnosi.>>. On pel que veiem se'l guardonava no per la seva descoberta terapèutica en sí, sinó perquè aquesta era que la pila magnètica tenia finalitats terapèutiques, guardó que perd, al reconèixer ell que potser no és la pila sinó el magnetitzador i les seves paraules en qui recau la funció terapèutica. Aquest pas de gegant obrirà les portes per arribar a la psicoteràpia.

El crit de 'És la Guerra" se'ns acut el 26 de maig d'enguany al veure en l'edició digital del diari ARA un article titulat: <<'Parlar amb un psicòleg pot empitjorar la depressió, segons un estudi" Un equip d'investigadors de la Universitat de Sheffield alerta que les sessions amb un terapeuta poden agreujar els símptomes en alguns casos>>. Quina finalitat té?, d'on provenen els fons des de els que s'ha finançat l'estudi? ....respon a quelcom que desconeixem? Són moltes les preguntes que ens venen pel cap.

En el sentit oposat havíem pogut llegir molts d'altres articles en aquest clam que va apareixent revelant-se contra aquest camí propi del reduccionisme biologista. El més important i acurat del que hem pogut llegir fora el llibre 'La invención de los transtornos mentales" on s'analitzen les dues alternatives, els diversos models en cada una d'elles, com també els interessos econòmics que envolten sobre tot una de les postures.

Pel mateix camí la revista Infocop en el n° 57 (corresponent al juny del 2012) titulava en portada: Se cuestiona el modelo biologista en salud mental i en el n° 63 (corresponent a l'octubre del 2013) en portada anava dedicat a 'Alternativas a las clsificaciones diagnósticas". I seguirien una sèrie d'articles en diversos mitjans d'informació que denotarien que quelcom s'estava movent en el camp de la salut mental enfront aquest posat biologista que tant interessa a l'industria farmacèutica.

Cal fer una reflexió sobre el creixement de la quantitat de trastorns mentals enumerats bàsicament a partir de la dècada dels anys vuitanta. Fent memòria, fou el 1952 quan apareix el 'Manual Diagnòstic i Estadístic de Trastorns Mentals" (DSM-I) en el que les categories diagnòstiques eren poc més de cent. En la seva revisió a l'any 2000 (DSM-IV-TR) les categories diagnostiques havien crescut més del 200 % i arribaven quasi be a quatre-centes.

La qüestió de fons és la naturalesa dels trastorns mentals i llur tractament. Així o son entitats naturals de base

SEGELL PRO INFANCIA
HIGIENE INFANTIL
RENTEU-VOS LES DENTS I EVITAREU LA CARIES
DANYEU-VOS ALMENYS UN COP A LA SETMANA
A L'ESCOLA POSEU-VOS DRETS
NO ESCUPIU MAI A TERRA
RENTEU-VOS LES MANS ABANS DE TOCAR EL MENJAR
ESTUDIEU EL MES TEMPS POSSIBLE A L'AIRE LLIURE
NO MENGEU RES QUE HAGI TOCAT UN ALTRE
DORMIU AMB LA FINESTRA OBERTA

biològica, o bé entitats construïdes de caràcter històric-social .

'És la Guerra?...." No ho sabem, però comencem a pensar que si s'ha iniciat un descrèdit a la psicologia clínica, que no segueix el model mèdic-biologista, per part d'un poder que obté uns guanys enormes i que lluita per no perdre'ls en un moment que té oberts molts fronts (la sobremedicalització, el frau del TDAH, el rebuig al DSM-V, la conducta il·legal i no ètica de les farmacèutiques, la revisió als efectes secundaris del medicaments,..) i que vol reviure el fals confort de la negació com a mecanisme de defensa. És bo allò que ajuda a no pensar.... i així s'alimenta el símptoma.

Altra vegada el reduccionisme treu la bandera de la genètica i de les bases biologistes des de el costat dels interessos econòmics. Altra vegada no volen acceptar com en temps de Mesner que la cura no ve de la pila magnètica ('versus pastilla") sinó que potser també pot venir de la paraula i del qui la diu.

Des de l'Obrador de Freud hem volgut enarborar aquesta bandera a favor d'una postura per la que creiem que el professor Sigmund també l'hauria tret.

neurona digital

SERGIO MARCOS
DPT. DE COMUNICACIÓ COPC GIRONA

factures, factures i més factures!

La paraula factura ve del llatí i significa 'creació, resultat d'un treball, fet". La paraula llatina factura ve del verb facere que significa 'fer". Del supí facturi ens arriben també les paraules factoria i factor.

Quan a un li porten La factura, li porten el compte del resultat dels fets.

Crear una factura pel nostre treball segurament és motiu de satisfacció. L'aportació d'aquest número de la Neurona Digital és la de fer de la facturació una tasca més agradable.

Una bona forma d'aconseguir aquest propòsit és el fet que totes les aplicacions, programaris i webs que revelarem aquí són totalment gratuïtes.

Per a PC tenim 2 fenomenals programes: Factusol i EgaFutura. Són programes de primer ordre amb els quals es pot fer de tot dins dels camp administratiu. El secret està a utilitzar només el que necessitem d'ells: una agenda de pacients i emplenar convenientment l'apartat de factures és més que suficient, sense oblidar el tipus impositiu que li afecta.

Per Mac podem utilitzar Sig Pyme. Una solució que té l'imprescindible per facturar. Es podria dir d'ell que no li falta res i compleix la seva funció perfectament.

Sig Pyme té un as a la màniga: també pot utilitzar-se a un iPad. Serà necessari descarregar l'aplicació gratuïta de l'App Store: Filemaker Go 13, i de la web de Sig Pyme el fitxer Sig Pyme per a iPad.

La paraula factura ve del llatí i significa 'creació, resultat d'un treball, fet". La paraula llatina factura ve del verb facere que significa 'fer".

I finalment, per fer esporàdicament factures o para quan tenim la necessitat urgent de fer una factura i no tenim el nostre ordinador o *tablet a mà, podem utilitzar la web gratuïta hazteunafacturae.com

Descarregar Factusol:

http://www.sdelsol.com/es/factusol.php

Descarregar EgaFutura:

http://www.egafutura.com

Descarregar Syg Pime para Mac:

http://www.josesugasaga.com/p/facturacion-gratuito.html

Descarregar Syg Pime para iPad:

http://www.josesugasaga.com/p/progamas-para-ipad.html

Web:

www.hazteunafacturae.com

formació
JUNTA
DELEGACIÓ DE GIRONA DEL COPC

formació

conferències

tallers

DADES DOCENT	TÍTOL	DURADA
Rosa Arroyo Esqués Francesc Sáinz Bermejo	ADOLESCENTS: DESENVOLUPAMENT, PSICOPATOLOGIA I INTERVENCIÓ	9 h
Gemma García Gómez	TALLER: EL NEN DE 0 A 6 ANYS I LA SEVA FAMÍLIA, VALORACIÓ EN SITUACIONS DE RUPTURA DELS PROGENITORS	8 h
Mercè Pereira Vico	BAGUL D'EINES: TÈCNIQUES, JOCS, CONTES EN PSICOTERÀPIA	8 h

acció

cursos

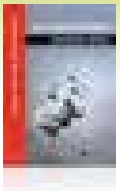
DATES	HORARI	OBSERVACIONS
15 i 22 de novembre de 2014	dissabte de 9 a 14 h	Aturat col·legiat: 60 € Col·legiat: 80 € Estudiant grau psicologia: 60 € No col·legiat: 150 €
28 i 29 de novembre de 2014	Divendres de 16 a 20 h i dissabte de 10 a 14 h	Aturat col·legiat: 48 € Col·legiat: 64 € Estudiant grau psicologia: 48 € No col·legiat: 120 €
12 i 13 de desembre de 2014	Divendres de 18 a 21 h i dissabte de 9 a 14 h	Aturat col·legiat: 48 € Col·legiat: 64 € Estudiant grau psicologia: 48 € No col·legiat: 120 € Estudiants/membres Alumni UOC: 48 €

llibres & test

centre de documentació i recursos

Isaac Ravetllat Ballesté
El ejercicio de los derechos a la vida y a la integridad física por parte de las personas menores de edad en el ámbito sanitario
2010

Jaume L. Celma Merola
Francesc Abella Pons
La impulsividad: aplicaciones clínicas
2012



Jorge Barudy
Maryorie Dantagnan
Los desafíos invisibles de ser madre o padre: manual de evaluación de las competencias y la resilencia parental
2010

Miguel Costa Cabanillas
Ernesto López Méndez
Tócame otra vez: revivir el deseo sexual
2013

Cecil R. Reynolds
RIST: Test de inteligencia breve
RIAS: Escalas de inteligencia
2003

C. Keith Conners
CONNERS
2008

se serveis

assessorament

Assessoria d'Assegurances:
BROKER'S 88, correduría de seguros · 915 973 035
infopsicologos@brokers88.es

Assessor Jurídic:
Salellas & Associats · 972 219 200

SECOT:

Elaboració de Plans d'Empresa
Estudis de viabilitat econòmica. Seguiment a la fase inicial de l'activitat
Assessorament empresarial. Contacteu amb secretaria per més informació

Assessoria Fiscal:
ATSA, jurídico-laboral
Girona, Av. St. Francesc, 4 1 i 2 · 972 203 700 · atsagirona@atsa.es
Figueres, c/González de Soto, 43, baixos · 972 502 993 · atsafigueres@atsa.es
Puigcerdà, c/Escoles Pies, 38, baixos · 972 880 866 · atsapuigcerda@atsa.es

conveni de col·laboració UdG

Servei de préstec i dels recursos de les biblioteques de la UdG presentant el carnet de col·legiat/da

connexió a Internet

Compte de correu gratuït:
elteunom@copc.cat

aparcament gratuït

Per fer gestions al Col·legi disposem de vals descompte de ½ ó 1 h. del **Pàrquing Plaça Constitució** de Girona. Contacteu amb secretaria per més informació

novetats de psicologia

COMUNICACIÓN ESENCIAL. EL ARTE DE LA COMUNICACIÓN CONTIGO Y CON TUS...
Vicens Olive. Editorial Rigden Institut Gestalt. Pvp 15,00 €

DESCUBRE TU VERDADERA PERSONALIDAD
Arancha Merino. Editorial Los Libros Del Olivo. Pvp 18,00 €

MALVIURE D'IL.LUSIONS
Xavier Guix. Edicions B. Pvp 16,50 €

PSICOPATOLOGIA INFANTIL Y DE LA ADOLESCENCIA
Carlos Almonte. Editorial Mediterraneo. Pvp 50,85 €

TRASTORNOS DE ANSIEDAD Y FOBIAS
Aaront Beck. Editorial Desclee De Brouwer. Pvp 38,00 €

12 PASOS PARA CONCILIAR LA VIDA PROFESIONAL Y PERSONAL
Martha Alles. Editorial Granica. Pvp 28,00 €

DESTROZA ESTE DIARIO
Keri Smith. Editorial Paidos. Pvp 09,95 €

TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA.COMO AYUDAR A NUESTRO HIJO CON T.E.A.
Carme Hortal. Editorial Medici. Pvp 21,90 €

TDAH.HABLAR CON EL CUERPO
Jose Ramon Ubieto. Editorial Uoc. Pvp 12,00 €

Col·legi Oficial de
Psicòlegs de Catalunya
Delegació de Girona