

RESPONSABILIDAD SOCIAL

HABLAR, ESCUCHAR Y SANAR

Acompañamiento Psicológico en Línea



CADA VEZ HAY MÁS CASOS DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD

**PODER HABLAR ES UNA
HERRAMIENTA QUE
TODOS NECESITAMOS
UTILIZAR**

»»» SABER MÁS

Cuando uno puede desahogarse de manera adecuada, se está trabajando por la salud mental propia y a su vez por la de quienes nos rodean. Hablar con confianza y de manera profesional nos ayuda a enfrentar los retos del día a día.

SABER MÁS <<<

Cuidar de nuestra salud mental es responsabilidad de cada uno de nosotros, y no necesitamos esperar a que los problemas nos rebasen, es mejor desarrollar herramientas que nos impidan llegar a una situación de crisis, pero en caso de que la crisis ya se haya presentado, es el momento ideal para pedir ayuda.

**CUÁNDO PEDIR
AYUDA SI ME
SOBREPASAN LOS
PROBLEMAS**

¿ES VÁLIDO EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO EN LÍNEA?



El acompañamiento en línea o virtual se popularizó gracias a la pandemia del 2020, ya antes había antecedentes de telemedicina y en el acompañamiento psicológico hay experiencias de las líneas telefónicas para emergencias desde la década de los 80's, pero ante el aumento de casos de depresión y ansiedad se hizo evidente la necesidad de evolucionar y dar acompañamiento a quien lo necesite y llegar hasta donde la tecnología nos lo permita.

EL ACOMPAÑAMIENTO PSICO ESPIRITUAL

Es aquel que se da a personas que sus conflictos no solo tienen origen en la dimensión psicológica sino en la dimensión religiosa espiritual.



HABLAR, ESCUCHAR Y SANAR

Es la responsabilidad social de Metanoia Instituto para el Desarrollo Humano y Acompañamiento Psicológico que ofrece el servicio a bajo costo a personas que lo necesiten. El equipo que da la atención es un grupo de profesionales de la escucha en diferentes niveles de intervención y lo recaudado es en apoyo de pacientes renales de Jalisco a través de SaRI AC.



¿CÓMO ES EL SERVICIO?



EL SERVICIO DE ESCUCHA ES DE PRIMER ORDEN

La intervención se basa en los primeros auxilios psicológicos que son un conjunto de intervenciones de apoyo inmediato y práctico para personas que han experimentado un evento traumático o están en crisis. Su objetivo principal es reducir la angustia inicial, promover la adaptación y prevenir el desarrollo de problemas psicológicos a largo plazo. No son una terapia, sino una forma de brindar apoyo emocional y práctico para ayudar a la persona a recuperar su equilibrio. Si es necesario se canaliza a psicoterapia.



¿CUÁL ES LA FINALIDAD DEL ACOMPAÑAMIENTO?

- Lograr que las personas se estabilicen de la crisis que atraviesan.
- Desarrollar su capacidad de afrontar los problemas y su resiliencia.
- Evitar que la salud mental desarrolle un problema a largo plazo.
- Ayudarle a descubrir con los recursos que cuenta para poder estabilizarse.



CONTACTO

Mtro. Cliserio Rojas Santes
+52 3328338509
contacto@institutometanoia.com
www.institutometanoia.com

"Hablar con otro es, ante todo, escuchar"

Pbro. Michel Quoist

**SERVICIO DE
ASISTENCIA EN
LÍNEA A
PERSONAS QUE
CRUZAN POR
CONFLICTOS
EMOCIONALES.**

