

INFOSICO NRO 8



USAL

Volumen 1 nro 8

Noviembre 2010

Reducción de stress basado en atención plena o Mindfulness

Tenemos el agrado de contarles que se realizó en nuestra Universidad el primer Taller de **"Reducción de stress basado en atención plena o Mindfulness"** de manera gratuita, los días Jueves 14, 21 y 29 de Octubre y el jueves 04 de noviembre, desde las 15,00 a las 17,30 horas.

La coordinación estuvo a cargo del Lic. Javier Cándarle desde la **Iniciativa Mindfulness en la Salud** en la Argentina y la **Cátedra de Intervenciones en Psicoterapia** de la **Universidad del Salvador**.

Las clases se dictaron en el Aula Magna de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la Usal y se inscribieron unas 30 personas.

Los destinatarios han sido del Servicio Penitenciario Federal, un grupo de 15 adjutores principales que han cursado la materia Programa de Tratamiento Cognitivo Conductual con el Lic. De Ortúzar y Javier Cándarle en la Academia del SPF, y otros 15 participantes, personas de la Usal, entre alumnos y personal administrativo.

Los Objetivos han sido trabajar desde la experiencia, la integración de Mindfulness (Atención Plena) a la vida cotidiana de los participantes, cultivando la capacidad de dar una respuesta más sana e integrada a los estresores de la vida moderna.

La propuesta incluyó también acercar a los alumnos y personal de la Usal a las realidades del sistema penal argentino y avanzar en la integración de los aportes de nuestra Universidad a las necesidades penitenciarias .

Las clases consistieron en:

- Prácticas guiadas de meditación Mindfulness (Atención Plena).
- Ejercicios de flexibilidad corporal realizados con Mindfulness (Atención Plena).
- Diálogos de exploración para integrar la práctica en la vida diaria.
- Instrucciones específicas y personalizadas para cada participante.
- Diálogos y exploraciones grupales.
- Tareas diarias para la casa.
- CD con práctica guiada.

Creemos que se han cumplido los objetivos propuestos siendo la experiencia de una riqueza altamente valorada por todos los participantes del taller, esperando poder realizar en el futuro nuevas actividades que integren las prácticas de Atención Plena tanto a la psicoterapia como al trabajo cotidiano de los oficiales penitenciarios.

Lic. Javier Cándarle

Titular de las Cátedras de Técnicas Psicoterapéuticas I e Intervenciones en Psicoterapia de la USAL

Puntos de interés especial:

- Mindfulness
- Jornadas "Psicoterapias Humanísticas"
- Discurso de Graduación 2010

Jornadas "Psicoterapias Humanísticas"

Las Cátedras de Técnicas Psicoterapéuticas II, Filosofía y Deontología han organizado las "JORNADAS DE PSICOTERAPIAS HUMANÍSTICAS" en el mes de septiembre de 2010.

Con una numerosa concurrencia de alumnos egresados y colegas, hemos compartido con distinguidos profesionales extranjeros, nacionales y miembros de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía.

El Dr. Alfried Längle (Austria) con el Dr. Oscar Oro (Argentina), han expuesto sobre las actualizaciones en Logoterapia. La Licenciada Michèlle Croquievielle (Chile) disertó sobre "Las motivaciones existenciales".

En consonancia con la postura antropológica cristiana de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía se han presentado dos profundas propuestas:

- La Dra. Susana Otero en el libro *"Edmond Husserl: Análisis fenomenológicos de la memoria"* ha expuesto el pensamiento de Husserl y su método en el campo de la Psicoterapia.

- El Licenciado Alberto Fariña Videla (Argentina) ha disertado sobre la Intersubjetividad humana como expresión de la intersubjetividad divina, y en su libro *"Escándalo... y Locura"* establece un recorrido de la escisión en la Modernidad y la Postmodernidad entre la fe y la razón.

Con interés hemos escuchado al Dr. Gabriel De Ortúzar, Director de la Carrera de Psicología, sobre "La perspectiva insistencial en Psicoterapia".

Agradecemos la colaboración de la Licenciada Andrea Bertrán, Directora de la Carrera de Psicopedagogía y la presencia de las Licenciadas Graciela Fiotto, Cristina Arias, Daniela Pérez Charda y Alcira Pampin.

En la figura del Licenciado José Luis Lorenzatti, Coordinador del Departamento de Filosofía y Teología, reconocemos la participación del Dr. Daniel Granero y la Licenciada Teresa Pítaro.

Asimismo contamos con la presencia de los Licenciados Alma Infantino, Angélica Fascetto y las presentaciones de los Licenciados Alejandra Martínez, Javier Candarle, Nora Guinsburg, Padre Milano y Carlos Alberto Funes.

Las Jornadas de Psicoterapias Humanísticas recibieron el apoyo y la supervisión general del Dr. Gabriel De Ortúzar, Director de la Carrera de Psicología.

Destacamos el aporte y preocupación de la Sra. Decana de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía Dra. Gabriela Renault

Licenciada Julia Corigliano

Discurso de Graduación Psicología 2010

Por Matías Gutawski y Muriel Suárez

Señor Vicerrector de Investigación y Desarrollo y Vicerrector Económico de la Universidad del Salvador: Dr. Fernando Lucero Schmidt, Señora Decana de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía: Licenciada Gabriela Renault, Autoridades Académicas, Profesores, Familiares, Amigos, Graduados:

Ésta es una tarde que marca el cierre de una etapa muy importante en nuestras vidas, y tomar la palabra en representación de todos los graduados de Psicología, nos representa una gran responsabilidad y una enorme gratitud.

Calderón de la Barca dijo:

“¿Qué es la vida? Un frenesí.
¿Qué es la vida? Una ilusión, una sombra, una ficción,
Y el mayor bien es pequeño;
Que toda la vida es sueño,
Y los sueños, sueños son.”

Con certeza, nuestro recorrido a través de los años para alcanzar y convertir en realidad el sueño que hoy estamos celebrando, fue un recorrido que estuvo marcado por el esfuerzo personal y colectivo, de una Institución que nos albergó y nos dio un lugar, aquella que fue nuestra casa de estudios. Fuimos partícipes de la transmisión del saber, la práctica y una fuerte pasión por esta profesión y esto nos compromete con la responsabilidad de aspirar a entregar lo que recibimos, y mucho más. Los recuerdos, los sentimientos y las experiencias personales de nuestro paso por la Universidad del Salvador se mezclan hoy, en esta ceremonia que simboliza la conclusión de una etapa, es un cierre y a la misma vez una apertura para dar lugar al comienzo de una nueva realidad, la profesional.

En palabras de Viktor Frankl, el fundador de la logoterapia, “...no hay nada en el mundo capaz de ayudarnos a sobrevivir, aun en las peores condiciones, como el hecho de saber que la vida tiene un sentido. Hay mucha sabiduría en Nietzsche cuando dice: «Quien tiene un porqué para vivir puede soportar casi cualquier cómo.» Yo veo en estas palabras un motor que es válido para cualquier psicoterapia”. Y es que la vocación de ser psicólogos y psicólogas del siglo XXI solamente es válida en el ejercicio de la libertad y la responsabilidad, dos grandes valores que hemos recibido en cada una de las aulas de nuestra Facultad.

Ahora bien, ¿cuál es el rol del psicólogo en nuestra sociedad y cultura global? Para responder a las exigencias de un colectivo que genera problemas de creciente complejidad, “ser psicólogo no solo consiste en poseer determinado tipo de informaciones, con las técnicas correspondientes, sino también en algo mucho más profundo, como ser una persona con un conjunto de características cognoscitivas, afectivas y sociales que le promuevan hacia una intención personalizada, haciéndole capaz de interactuar con sus pacientes, de manera que estos puedan confiar sin tener por qué temer”¹. Freud sostuvo que “La ciencia moderna aún no ha producido un medicamento tranquilizador tan eficaz como lo son unas pocas palabras bondadosas”.

Ser profesionales de la salud mental es sostener convicciones centradas en los valores propios de la dignidad del hombre, en la escucha continua, en la pasión por transmitir los saberes de una manera científica y en la formación permanente y actualizada, siempre preservando la integridad del hombre en tanto ser bio-psico-socio-espiritual e incluyendo los diversos paradigmas psicológicos de la actualidad. Estamos comprometidos a cuestionar el saber, para que el mismo progrese. Sabemos que en esta ciencia, no existen las verdades absolutas, sino que la verdad tiene estructura de ficción, por lo cual la vía para construirla es inagotable.

Discurso de Graduación Psicología 2010

Tiempo atrás la psicología era el sueño de unos pocos, la Salud Mental en nuestro siglo tiene mayor importancia y reconocimiento. Hemos aprendido de quienes han librado batallas con la sociedad para incorporar nuevas teorías, el progreso del saber nunca ha sido pasivo. Esa es la línea que debemos seguir, la del esfuerzo tenaz y constante. Es el momento de asumir nuestra profesión y de honrarla. Estamos comprometidos a ser profesionales que dirigen su ejercicio desde la ética. Estamos implicados en encauzar nuestra pasión para transformarla en virtud, y no en vicio.

Para saber hacia dónde vamos, debemos saber de dónde venimos. La Universidad del Salvador está marcada por la excelencia en la educación y por la apertura al pluralismo con identidad, lo que implica que hemos sido guiados bajo valores de integración y excelencia.

Nuestra Facultad de Psicología y Psicopedagogía, nuestra llamada “casa de estudios”, ha sido nuestro hogar. Su estructura tiene una apariencia rígida, sin embargo está tejida con finos hilos interpersonales por las personas que realmente la sostienen. Nuestro agradecimiento en este caso está dirigido hacia las autoridades, hacia los profesores, y en general, hacia todas aquellas personas que han colaborado en nuestro tránsito a través de los años. Los pasillos, las escaleras, las aulas, han sido testigos de nuestro paso y del de muchos más.

Nuestros queridos profesores han sabido transmitir lo más difícil de transmitir, su pasión. Por lo tanto les debemos un profundo y sincero agradecimiento.

Nuestras familias han sabido acompañarnos en este recorrido, seguramente fueron testigos de cada paso que dimos. Cada materia, cada final, fue un mundo, una nueva batalla, un nuevo desafío, y hoy, un nuevo triunfo.

Damos gracias a Dios por renovar nuestras fuerzas cada día en el aprendizaje y ejercicio de la práctica psicológica.

Y, finalmente, agradecemos a todos nuestros colaboradores, pero fundamentalmente les queremos decir que este es un logro de todos. Es un logro compartido. Hoy, nuestro sueño, es la realidad de todos los presentes.

¡Muchas gracias!

¹ <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-60-1-la-intencionalidad-del-psicologo.html>



M T de ALVEAR 1312 1º piso
T.E. 4813-3400/04 4813-9638/39

Estimados :

Alumnos, docentes, académicos y administrativos
Concluye el año y es bueno agradecer y reflexionar sobre lo vivido y renovar votos para el año próximo. Son tiempos de aprendizaje continuo, de poder encontrar caminos aún donde pareciere que hay muros. Por eso sabiendo que Dios nunca nos abandona quiero desearles lo mejor y seguir contando con ustedes para seguir formando esta comunidad. Les deseo una hermosa Navidad y un próspero Año Nuevo.

Lic. Gabriela Renault
Decana

Estamos en la WEB! www.salvador.edu.ar/psi
