

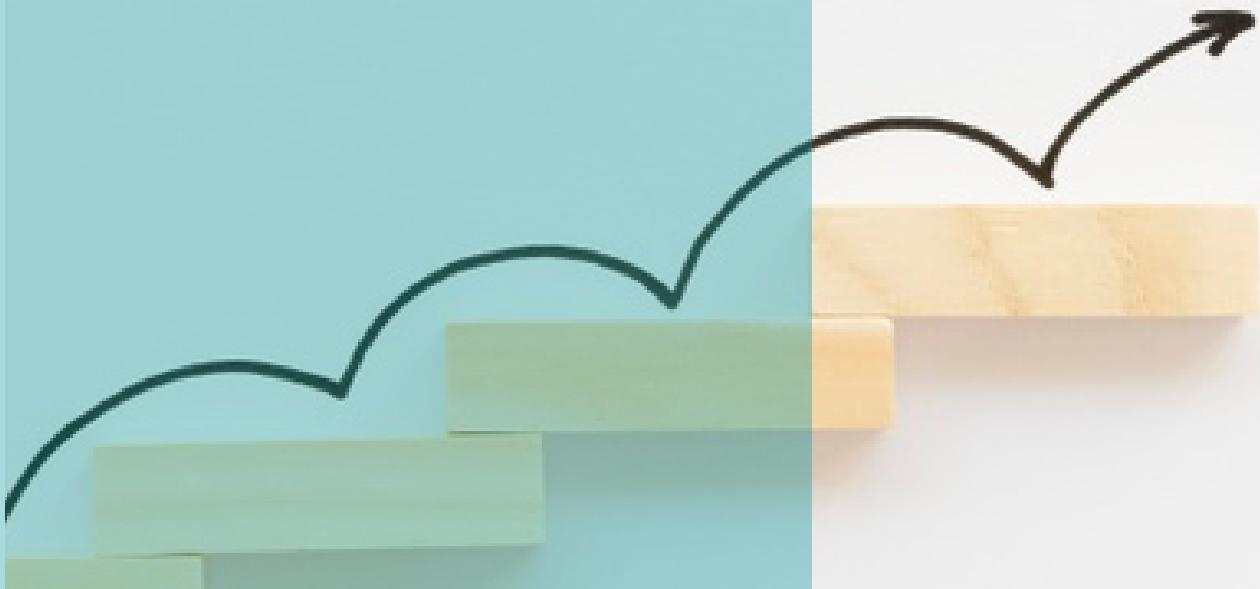


COLEGIO OFICIAL  
DE LA PSICOLOGÍA  
de Castilla-La Mancha

**COLEGIO OFICIAL DE  
PSICOLOGÍA DE C-LM**

# **MEMORIA ACTIVIDADES ACCIONES COVID-19**

**MARZO-DICIEMBRE 2020**



# ÍNDICE

- 1. CAMPAÑA DE DIFUSIÓN COVID-19**
  - 1.1 WEBINARS GRATUITAS DE PSICOLOGÍA COVID-19
  - 1.2 DISEÑO Y ELABORACIÓN DE GUÍAS DE ORIENTACIÓN PSICOLÓGICAS Y DECÁLOGOS, COVID-19
  - 1.3 CONCURSO DIBUJO INFANTIL, COVID-19
  - 1.4 CAMPAÑAS DIFUSIÓN COVID-19
  - 1.6 VIDEO LLAMAMIENTO RESPONSABLE A LA SOCIEDAD FRENTE A LA PANDEMIA, COVID-19
- 2. PROYECTO COVID-19 COPCLM RESPONDE**
- 3. ASESORÍA JURÍDICA COVID-19**
- 4. MATERIAL SANITARIO COVID-19**
- 5. NUEVAS TECNOLOGÍAS COVID-19**
  - 5.1 SERVIDOR COPCLM TELETRABAJO
  - 5.2 PLATAFORMA TELEPSICOLOGÍA COLEGIADOS/AS COPCLM.
  - 5.3 DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN COPCLM
- 6. FORMACIÓN GRATUITA COLEGIADOS/AS**  
**AULA VIRTUAL COPCLM**



# ACCIONES

## 1. CAMPAÑA DE DIFUSIÓN COVID-19

### 1.1. WEBINARS GRATUITAS DE PSICOLOGÍA

- 18 de Mayo de 2020. Asesoría Jurídica COPCLM.
- 26 de Mayo de 2020. Gestión de la muerte y el duelo.
- 17 de Junio de 2020. La importancia de educar las emociones en la infancia y adolescencia.
- 22 de Junio de 2020. Mayores y afrontamiento de la crisis.
- 1 de Julio de 2020. Formación en la intervención telefónica ante una pandemia o crisis.
- 7 de Julio de 2020. Conductas y nuevos hábitos: hacia la nueva normalidad.



## **1.2 . DISEÑO Y ELABORACIÓN DE GUÍAS DE ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA Y DECÁLOGOS**

- Elaboración del decálogo afrontamiento psicológico ante el coronavirus.
- Elaboración del decálogo para el afrontamiento psicológico ante el coronavirus para familias con niños.
- Elaboración de la guía de orientación psicológica ante el coronavirus.



## DECÁLOGO DE AFRONTAMIENTO PSICOLÓGICO ANTE EL CORONAVIRUS

POR TI, POR MÍ, POR NOSOTROS: JUNTOS  
ESTAMOS AFRONTANDO EL CORONAVIRUS, JUNTOS SUPERAREMOS  
ANTES ESTA SITUACIÓN

1. **“La realidad es la que es”.** Es imprescindible la colaboración de todos y cada uno de nosotros para poder salir juntos de esta situación.



2. **Quédate en casa.** Así todos aportamos nuestro granito de arena. Sigamos las recomendaciones de las autoridades sanitarias, es nuestra responsabilidad.



3. **Evita la sobreinformación.** No es necesario estar informado en todo momento, con dos momentos al día será suficiente. Un exceso de información puede convertirse en una fuente de ansiedad.

Busca información en fuentes válidas y contrastadas como las autoridades sanitarias. Cuidado con la información que nos llega a través de las redes sociales y no está contrastada, no contribuyamos a la propagación de rumores, bulos o noticias falsas, pues esto puede generar más alarma.



4. **Reorganiza tu vida.** Intenta seguir con tus rutinas diarias: mantén un horario, planifica tareas, se trata de llevar una vida lo más normalizada posible. Haz un listado con tus ideas, pon a funcionar tu creatividad. Aprovecha para hacer en casa eso que tenías pendiente y no encontrabas el momento, cuenta con el apoyo de los que te rodean y disfruta de aquello que haces.



5. **Valora tu estado de salud y el de los que te rodean.** Sin caer en pensamientos obsesivos, si aparecen síntomas sigue las indicaciones de las autoridades sanitarias.



6. **Mantén unos hábitos saludables de higiene, alimentación y horarios de sueño.** Nos ayudarán cuando esta situación pase y poco a poco vayamos retomando nuestra normalidad.



7. **Practica deporte en casa.** Deja un tiempo para esta opción, puedes apoyarte en diferentes aplicaciones o tutoriales que encontrarás online. Puede ser un momento para compartir también en familia. Practicar deporte contribuye a mejorar el estado de ánimo y disminuir la ansiedad.



8. **Cuida las relaciones familiares, sociales, laborales, etc.** Hablar con ellos sobre como están afrontando esta situación y darnos cuenta de que esto es algo de todos nos ayudará a normalizarlo. Quizá resulte difícil pero, comentar temas diferentes, también ayuda a disminuir el miedo, la inseguridad, etc.



9. **Intenta mantener una actitud positiva y objetiva de la situación.** Estar preocupado es una reacción completamente normal ante la situación extraordinaria que estamos viviendo. Cuidemos nuestros pensamientos y emociones para poder responder ante situaciones de incertidumbre que pueden surgir durante este período.



10. **Si es necesario busca ayuda de un profesional de la psicología para manejar sentimientos de angustia, así como para evitar transmitirlos a nuestro entorno más cercano.**

COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA DE C-LM

[www.copclm.com](http://www.copclm.com)

## DECÁLOGO DE AFRONTAMIENTO PSICOLÓGICO ANTE EL COVID-19 PARA FAMILIAS CON NIÑOS

1. Procura mantener y transmitir calma a los niños en casa. Si tú te muestras muy ansioso facilitarás que ellos tengan también ese tipo de reacción.
2. Cuéntales, adaptando la explicación a su edad, lo que está sucediendo. Los niños están recibiendo información de muchas fuentes (amigos, internet, conversaciones que escuchan en casa, la televisión...) y, está en tu mano transmitirles información fiable y resolver sus dudas para disminuir la sensación de incertidumbre.
3. Establece unas normas en casa adaptadas a la situación de cuarentena. Todos estaréis más cómodos con una cierta organización.
4. Explícales que no estamos de vacaciones y que debemos seguir trabajando de la forma en que podemos desde casa. Ellos deben seguir con sus tareas del colegio o del instituto y cumplir con sus obligaciones en el hogar.
5. Ayúdalos para que mantengan una nueva rutina durante la cuarentena. Se deben establecer horarios y actividades para los días de diario y el fin de semana para evitar la inactividad.



6. No olvides los hábitos saludables. En casa se puede realizar ejercicio físico adaptado a las edades de los niños. Con los más pequeños se puede hacer como un juego.
7. Cuida la alimentación. Puedes aprovechar el tiempo en casa en familia para que los niños participen en la elaboración de platos saludables.
8. Utiliza las tecnologías para que los niños puedan mantener el contacto con sus seres queridos, como la familia o sus compañeros de clase.
9. Ayúdalos a expresar sus sentimientos y preocupaciones. A través de recursos como cuentos, dibujos o preguntas directas dedica tiempo a hablar con los niños sobre cómo se encuentran con la nueva situación.
10. Ejercita tu paciencia. Igual que para los adultos, para los niños puede resultar difícil adaptarse a la situación de confinamiento y debemos ser comprensivos y reaccionar con cariño a sus posibles reacciones negativas. Piensa que es una situación temporal y transmíteselo así también a ellos.



# GUIA DE ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA ANTE LA CRISIS DE COVID-19



COLEGIO OFICIAL  
DE LA PSICOLOGIA  
de Castilla-La Mancha

## PRESENTACIÓN

Esta guía pretende ofrecer orientación e información sobre las reacciones psicológicas que podemos estar teniendo ante la situación de crisis y de confinamiento que está generando la pandemia por COVID 19, para que sirva de ayuda en este momento de especial vulnerabilidad. A su vez, también trata de analizar algunas de las consecuencias adversas que se están derivando de esta situación tan extrema que estamos viviendo.

**M<sup>a</sup> Dolores Gómez Castillo**

Decana Colegio Oficial de la Psicología de Castilla la Mancha.





## ESTRESORES QUE DIFICULTAN LA CUARENTENA



Cuando hablamos de cuarentena, debemos atender a una serie de estresores, entre los que destacan:

Duración de la cuarentena: una mayor duración de la cuarentena se asocia específicamente con una peor salud mental.

Miedo a la infección: las personas en cuarentena revelan que sienten temor sobre su propia salud o ante la posibilidad de contagiar a otras personas, especialmente a miembros de la familia.

Frustración y aburrimiento: el confinamiento, la pérdida de la rutina habitual y el contacto social y físico reducido con los demás, conllevan con frecuencia aburrimiento, frustración y una sensación de aislamiento del resto del mundo.

Miedo a tener suministros básicos inadecuados durante la cuarentena, es una fuente de frustración y se asocia con ansiedad y enfado.

Sobreexposición a información inadecuada (bulos alarmistas) o a la sobre información, lo que supone un factor estresante sobre los pasos a seguir y crea confusión sobre el propósito de la cuarentena.

## RECOMENDACIONES PARA POBLACIÓN EN GENERAL

Cada persona puede tener una reacción diferente ante una situación de estrés en general o de alerta sanitaria en particular. Dicha reacción, dependerá tanto de las características personales como de sus circunstancias. No obstante, hay una reacción psicológica esperable que puede adquirir niveles, de moderados a altos, según qué casos. Las emociones nos preparan para reaccionar adecuadamente. El miedo y la ansiedad son emociones esperables en este tipo de situaciones.

Algunas recomendaciones:

- Continúa con tu rutina diaria.
- Instaura hábitos saludables y de autocuidado: cuida tus hábitos de sueño, alimentación, aseo personal, hábitos de trabajo y ejercicio físico.
- Date permiso para sentirte mal.
- Expresa lo que sientes.
- Apóyate en tus seres queridos. Busca apoyo social si fuera necesario.
- Cuídate. Descansa, haz ejercicio de manera moderada, utiliza alguna técnica de relajación que sea fácil de aplicar.
- Evita el abuso de alcohol, drogas y medicación. Con estas sustancias solo aplazamos y enmascaramos la aparición de reacciones.
- Procura pensar de manera realista y positiva: No anticipes una consecuencia peor. No es saludable anticipar o adivinar que puede aparecer un daño mayor o una catástrofe. Valora el riesgo en su justa medida
- Busca atención psicológica en linea, si lo necesitas



## RECOMENDACIONES PARA PADRES Y MADRES

La situación de confinamiento que estamos viviendo, puede generar determinadas dificultades. Te recomendamos lo siguiente:

- Procura mantener y transmitir calma en casa.
- Habla con tus hijos/as de lo que está ocurriendo, siempre con información adaptada a su edad.
- Establece unas normas adaptadas ala situación actual.
- Establece pautas de trabajo a nivel educativo.
- Establece horarios de trabajo, de ocio y de descanso.
- Fomenta hábitos saludables de alimentación, sueño y descanso.
- Haz un buen uso de las nuevas tecnologías.
- Ayuda a tus hijos/as a expresar sus emociones y preocupaciones.

## RECOMENDACIONES PARA FAMILIARES DE ENFERMOS INGRESADOS

Dado que las personas ingresadas se tienen que ver expuestas a una situación de aislamiento, te recomendamos algunos aspectos a tener en cuenta:

- Procura estar informado acerca del estado de tu familiar.
- Atiende a cómo te sientes y coméntalo con las personas que te rodean.
- Procura hacer alguna técnica de relajación.
- **Identifica las dificultades a afrontar:**
  - Incremento del malestar emocional
  - Sensación de incomunicación y aislamiento
  - Cambio en la rutina habitual
  - Posible rechazo o estigma por parte del entorno por estar contagiado
  - Desatención a las responsabilidades familiares y/o laborales
  - Selección inadecuada de información o dificultad de acceso a la información adecuada

# RECOMENDACIONES PARA PERSONAL SANITARIO

El personal sanitario es uno de los sectores de mayor riesgo. Pero en muchos casos, los temores que pueden experimentar pueden ir dirigidos a la situación de contagio en sí y en otros casos, los miedos pueden estar centrados en el abordaje emocional de la situación estresante que están experimentando.

Algunas de las recomendaciones son:

- Reconoce y atiende a las emociones que puedas sentir, acéptalas y piensa que todas las emocionales son necesarias
- para poder hacerle frente a la situación que estamos experimentando.
- Cuida tu salud, alimentación y tiempo de descanso.
- Practica ejercicio moderado.
- Habla con tus compañeros/as acerca de cómo te sientes.
- Identifica las dificultades a afrontar:
  - Sensación de incomunicación y aislamiento
  - Cambio en la rutina habitual
  - Desatención a las responsabilidades familiares

# RECOMENDACIONES EN UN PROCESO DE DUELO

El duelo es la reacción natural ante la pérdida de una persona, objeto o evento significativo. Se trata de una reacción principalmente emocional y comportamental en forma de sufrimiento y aflicción cuando el vínculo afectivo se rompe.

A la emergencia que estamos viviendo y a la situación de confinamiento, se añade que los familiares no pueden despedirse de sus seres queridos que fallecen a causa del virus. Por lo tanto, el proceso de duelo, se presenta en estos momentos como una experiencia más difícil de lo normal, pudiendo dar lugar en algunos casos a situaciones de dificultad por afrontamiento patológico.

**El duelo implica una serie de fases, entre las que destacan:**

- 1. Fase de shock, estupor y negación:** Se presenta un estado mental de desconcierto y embotamiento, sintiendo como si las emociones estuvieran anestesiadas o fluctuaran intensamente de un estado a otro.
- 2. Fase de rabia o agresividad:** Aparecen enfadados dirigidos hacia la persona a la que se considera responsable de la pérdida o hacia el propio fallecido dependiendo de la causa de la pérdida.
- 3. Fase de desorganización o desesperanza:** Se empieza a tomar conciencia de que el ser querido no volverá. El sentimiento de profunda tristeza nos acompaña durante la mayor parte del tiempo y aparecen emociones con mucha facilidad.
- 4. Fase de reorganización:** Se nota como poco a poco se adoptan nuevos patrones de vida, reestructurando la nueva situación y reorganizando su propia existencia. Es el momento donde el recuerdo del ser querido empieza a transformarse de una emoción dolorosa a una emoción reparadora.



#### **Recomendaciones ante el proceso de duelo:**

- Normaliza la situación, dentro de lo que supone la excepcionalidad que estamos viviendo.
- Expresa tus sentimientos.
- Busca apoyo social.
- No digas lo que se debe hacer o sentir.
- Invita a los demás a hablar de lo que está ocurriendo.
- No pongas límites respecto a la recuperación de la situación de perdida.
- Ocupa el tiempo con actividades positivas.
- No temas hablar de la persona fallecida.
- Comienza a manejar de una manera simbólica los procesos de pérdida, a través de fotos, de objetos, de cartas, etc...
- Utiliza determinadas estrategias que permitan despedirse: por ejemplo, escribir una carta de despedida a ese ser querido. Es importante poder expresar lo sentido y vivido.
- Acepta que se puede volver a disfrutar y sonreír sin sentirse culpable.
- Sigue un estilo de vida saludable
- para mejorar la capacidad de hacer frente al estrés: comer de forma equilibrada y descansar las horas suficientes.
- Si no consigues manejar la situación con las recomendaciones anteriores, o notas que tu malestar no es tolerable, piensa en recibir ayuda profesional con algún recurso de atención psicológica preferentemente telemática, o presencial si no fuera posible lo primero. Especialmente si has tenido problemas psicológicos previos y reacciones intensas de malestar ante situaciones de estrés, sería recomendable que buscara ayuda.

### **1.3 CONCURSO DE DIBUJO INFANTIL: ¿ QUÉ HACEMOS ESTOS DÍAS CON LA FAMILIA?**

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha organiza un concurso de dibujo infantil marzo, con la finalidad de que los más pequeños se entretengan divirtiéndose.

El premio son cuatro entradas, dos para adultos y dos para niños, para el Parque Warner.

Se recibieron un total de 44 trabajos, de los que 18 han sido elaborados por niños y niñas de entre 3 y 6 años, y los otros 26, por niños y niñas de entre 7 y 10 años.

Los finalistas en la categoría de 3-6 años, han sido Carla Córdoba y Olivia Algar, y la ganadora ha resultado ser Iris Llerena.

En la categoría de 7-10 años, se seleccionaron para la final las ilustraciones de Leyre Rodríguez y Lucía Milla, siendo la ganadora Carla Delegido.

El premio que han conseguido las ganadoras de ambas categorías son cuatro entradas, dos para adultos y dos para niños, para el Parque Warner.





**GANADORA CATEGORÍA 7-10 AÑOS  
"EN UN LUGAR SOBRE EL ARCO IRIS".**

**GANADORA CATEGORÍA 3-6 AÑOS "SUEÑO".**



## **1.5 VIDEO LLAMAMIENTO RESPONSABEL A LA SOCIEDAD FRENTE A LA PANDEMIA**

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha editó un vídeo haciendo eco de un llamamiento responsable a la población, con una gran repercusión, emisiones online y en televisiones regionales.



**VER VÍDEO [WW.COPCLM.COM](http://WWW.COPCLM.COM)**

## **2. PROYECTO COVID-19 COPCLM RESPONDE**

La situación en la que se encuentra Castilla-La Mancha debido al brote del COVID-19 y la alarma socio sanitaria generada, ha supuesto una crisis humanitaria grave, como la que se está atravesando en estos momentos; esta situación implica a nivel psicológico dificultades para afrontar intensos niveles de angustia y estrés, tanto para la población general, como para todos los intervenientes (sanitarios, fuerzas y cuerpos de seguridad del estado, policía local, ...), además de familiares de enfermos y fallecidos por COVID-19. Sin olvidar a la población de riesgo de exclusión social o maltrato.

Por todo lo anterior, el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha ha elaborado una propuesta para gestionar un programa integral de intervención psicológica para la información, prevención e intervención temprana ante las reacciones adaptativas en situaciones excepcionales en las personas por presentar: crisis de ansiedad, tristeza, sentimientos de malestar, síntomas psicosomáticos,... que con toda probabilidad aumentará con el paso del tiempo y confinamiento. Es por ello necesario, proponer medidas que permitan ofrecer a la población una atención psicológica realizada por profesionales de la Psicología, que ayuden a afrontar el estrés y malestar, así como a mejorar los mecanismos de afrontamiento de las personas ante esta grave crisis.

El servicio se establece, inicialmente, por un período de seis meses, entre los meses de marzo a agosto, prorrogables según la evolución del proyecto y la situación de emergencia sanitaria, y se desarrollaría en cinco fases: proyecto de conferencias-charlas por webinar, servicio de intervención psicológica telefónico y por correo electrónico, servicio de intervención psicológica telemática, servicio de intervención psicológica presencial y jornada para profesionales covid-19. El programa ha sido presentado a diversas empresas privadas y administraciones públicas solicitando el apoyo necesario para su puesta en marcha.



COLEGIO OFICIAL  
DE LA PSICOLOGÍA  
de Castilla-La Mancha

## PROYECTO COVID-19 COPCLM RESPONDE

PROGRAMA INTEGRAL DE  
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA  
PARA LA INFORMACIÓN, PREVENCIÓN  
E INTERVENCIÓN TEMPRANA PARA LA  
POBLACIÓN GENERAL AFECTADA POR  
LA PANDEMIA COVID 19 EN C-LM

COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA DE C-LM



## **3. ASESORÍA JURÍDICA**

La Asesoría Jurídica del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha ha elaborado un documento resumen con las preguntas más frecuentes, formuladas por los profesionales de la Psicología, en relación con afección a la profesión de la pandemia del Covid-19. Por la especial situación la Asesoría Jurídica amplió el horario de atención a los colegiados y colegiadas en horario de mañana y tarde.

Las consultas que más se han reiterado a la Asesoría Jurídica del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha con motivo de la entrada en vigor del Real Decreto 463/2020, 14 de marzo, por el que se declaraba el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19:

**1º.- Consultas sobre las ayudas económicas para Autónomos.**

**2º.- Consultas sobre el ejercicio profesional de la Psicología en Centros, servicios y establecimientos sanitarios tras la declaración del estado de alarma.**

**3º.- Consultas sobre la necesidad de facilitar determinados documentos al paciente o usuario de los servicios**

## 4. MATERIAL SANITARIO

Desde el Colegio Oficial de la Psicología de C-LM, se realizaron donaciones al Hospital General universitario de Albacete, ante la difícil situación de los sanitarios ante la pandemia Covid-19.

Las instalaciones del COPCLM se adaptaron a las recomendaciones de la Consejería de Sanidad, haciendo compra de material sanitario para el personal administrativo y adaptando los espacios de trabajo.



## **5. NUEVAS TECNOLOGÍAS**

### **5.1 SERVIDOR COPCLM**

Ante la situación de alarma sanitaria, el COPCLM realizó una importante inversión de un sistema de teletrabajo móvil, ampliando la infraestructura cableada permitiendo a los trabajadores acceder en tiempo real a las aplicaciones internas, datos y dispositivos desde fuera de la red local de nuestro Colegio.



## **5.2 PLATAFORMA TELEPSICOLOGÍA COLEGIADOS/AS COPCLM**

**El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha suscribió un contrato de arrendamiento de servicios con Van Mullen Meetings, para la puesta en marcha de una plataforma sencilla e intuitiva que permitió a todos los colegiados y todas las colegiadas realizar la Telepsicología y de esta forma, mantener sesiones de trabajo con los pacientes.**

**A través de la plataforma, como colegiados/as, se podrá disponer de salas individuales y grupales, que van a permitir realizar terapia individual, terapia de pareja, formación, reuniones de trabajo, etc.**

**Dicha herramienta sigue todos los parámetros de protección de datos y de cumplimiento del Código Deontológico .Van Mullen Meetings no guarda ningún dato del paciente, es decir, la información pasa por el sistema de una forma cifrada.**

**Somos conscientes de que estamos en una etapa de cambio y que esta pandemia ha generado una necesidad a la que tenemos que hacerle frente, como profesionales cualificados para tal acción. Por lo tanto, desde el Colegio oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, tratamos de resaltar la importancia de reforzar esta metodología de trabajo. El Colegio Oficial de Psicología de Castilla-La Mancha pone a disposición de todas las colegiadas y todos los colegiados, de forma gratuita, el uso de esta plataforma para los colegiados/as.**

## **5.3 DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN**

**Intervenciones del COPCLM en los medios de comunicación ante el Estado de Alerta y la Crisis Sanitaria provocada por el Covid-19** 21 abril, 2020 por Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha. Además de tener una gran aceptación por parte de los usuarios, lo que ha supuesto que el COPCLM tenga que ampliar el horario de atención y las líneas telefónicas, el Servicio de Atención Psicológica ante el Coronavirus está despertando gran interés entre los medios de comunicación. Mostramos aquí algunas de las intervenciones en radio y entrevistas y reportajes en prensa que estamos llevando a cabo estos días.

**24/03/2020 - Servicio de Atención Telefónica ante el Coronavirus. Entrevista a la Psicóloga Clínica y miembro de la Junta de Gobierno del COPCLM, Isabel Hinarejos en Onda Cero Toledo.**

**25/03/2020 - Jóvenes de entre 20 y 40 años, los castellano-manchegos que más llaman al teléfono de atención psicológica. Entrevista a la psicóloga colegiada en el COPCLM, Cristina González Rodenas en Europa Press, publicada en el Diario Lanza. Pulsar aquí para leer la entrevista.**

**25/03/2020 - Servicio de Atención Telefónica ante el Coronavirus. Entrevista a la Psicóloga Clínica y miembro de la Junta de Gobierno del COPCLM, Isabel Hinarejos en Radio Chinchilla.**

**26/03-2020 - El duelo en cuarentena. Entrevista a la Decana del COPCLM, María Dolores Gómez Castillo en la publicación digital Ethic. Pulsar aquí para leer la entrevista.**

**26/03/2020 - Servicio de Atención Telefónica ante el Coronavirus.  
Entrevista a la Psicóloga Clínica y miembro de la Junta de Gobierno del COPCLM, Isabel Hinarejos en los informativos de Radio Nacional de España en Castilla-La Mancha.**

**26/03/2020 - Cómo controlar la ansiedad. Intervención de la Vicesecretaria del COPCLM, Beatriz Navarro Bravo, en 808 Radio (Grupo Castilla-La Mancha Media).**

**26/03/2020 - Cómo controlar la ansiedad. Intervención de la Vicesecretaria del COPCLM, Beatriz Navarro Bravo, en 808 Radio (Grupo Castilla-La Mancha Media).**

**28/03/2020 - Intervención de la Vicesecretaria del COPCLM, Beatriz Navarro Bravo, en los informativos de Castilla-La Mancha Televisión, sobre cómo afecta el cambio horario en estado de confinamiento.**

**Más intervenciones: [www.copclm.com](http://www.copclm.com)**



## **6. FORMACIÓN GRATUITA COLEGIADOS/AS AULA VIRTUAL COPCLM**

**La Junta de Gobierno del COPCLM, decidió que una medida para hacer frente al confinamientos y para colaborar con la campaña #yomequedoencasa, los cursos del Aula Virtual se pudieran realizar de forma gratuita por parte de los colegiados y colegiadas. Los cursos disponibles fueron los siguientes:**

- La Psicología y su compromiso con la sociedad.**
- Niños desafiantes y progenitores eficaces.**
- Comunicación de malas noticias.**
- Elaboración de un proyecto de investigación. ¿Por dónde empiezo?**
- Introducción a la Psicofarmacología para profesionales de la Psicología.**
- Introducción a las habilidades del Coaching Psicológico.**
- Introducción al acompañamiento terapéutico.**
- Perspectivas actuales sobre patología del TOC.**
- Psicología y diversidad Afecto-Sexual de género.**
- Malos tratos en menores. Intervención pericial.**
- Estrés y desórdenes emocionales. Un nuevo tratamiento en Atención Primaria.**

**COLEGIO OFICIAL DE PSICOLOGÍA  
DE C-LM**

# **MEMORIA ACTIVIDADES ACCIONES COVID-19**



**COLEGIO OFICIAL  
DE LA PSICOLOGÍA  
de Castilla-La Mancha**