

# PSICOLOGÍA

NÚMERO 87 - SEPTIEMBRE 2023



## EL GRADO DE PSICOLOGÍA YA ES UNA REALIDAD EN CASTILLA-LA MANCHA

### OTROS TEMAS:

El COPCLM asiste al acto de apertura del año académico 2023/2024 de la UCLM

Nuevos beneficios para colegiados y colegiadas en materia de protección de datos

Representantes del COPCLM asisten a la presentación del Gerente de Atención Integrada de Albacete

Día Mundial de Prevención del Suicidio



El COPCLM y la Facultad de Medicina fomentan la investigación y la formación

# VISITA E INFÓRMATE EN LA PÁGINA WEB DEL COPCLM

La página web del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha te mantiene informado de todas las novedades relativas a nuestra profesión, así como de aquellos asuntos relevantes en temas que a todos nos interesan.

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha te ofrece en su página web una continua y constante oferta formativa, tanto propia como externa, para que puedas actualizar regularmente tus conocimientos.

En la web del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha puedes encontrar otros servicios como ofertas de empleo, asesoría jurídica o el aula virtual, así como las acciones llevadas a cabo para evitar el intrusismo profesional en el ámbito de la Psicología.

## SUMARIO

### 4 INFORMACIÓN GENERAL.

Junta de Gobierno  
Censo Colegial

### 5 RELACIONES INSTITUCIONALES.

El COPCLM y la Facultad de Medicina fomentan la investigación y la formación

### 6 PRESENTACIÓN DEL GRADO EN PSICOLOGÍA

La UCLM recibe al alumnado del nuevo Grado en Psicología

### 9 OPINIÓN

El nuevo Grado en Psicología, una realidad académica en Castilla-La Mancha

### 10 ACTIVIDAD DEL COPCLM.

El COPCLM asiste al acto de apertura del año académico 2023/2024 de la UCLM

Nuevos beneficios para colegiados y colegiadas en materia de protección de datos. Convenio con Audidat

Reunión del Grupo de Trabajo del Área de Psicología e Igualdad de Género del COPCLM

Publicada la Memoria de Actividades 2022 del COPCLM

La Facultad de Medicina acoge el acto de presentación del Gerente de Atención Integrada de Albacete

Los actos del Día Mundial de Prevención del Suicidio desarrollados en Albacete contaron con la participación del COPCLM

Guía de intervenciones psicológicas eficaces en Alzheimer y otras demencias

COPCLM y UNED establecen vías de colaboración encaminadas a favorecer actividades de difusión y divulgación científica

### 16 EFEMÉRIDES.

### 17 LECTURAS RECOMENDADAS.

### 18 INFORMACIÓN.

### 19 SERVICIOS A LOS COLEGIADOS.

## EDITORIAL

María Dolores Gómez Castillo  
Decana del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha



Escribir el editorial de este número me resulta especialmente satisfactorio, porque significa poner de manifiesto un hecho que esperábamos se produjera hace tiempo en Castilla-La Mancha y, especialmente, en el campus universitario de Albacete. Es evidente que me estoy refiriendo a la implantación del Grado en Psicología de la Universidad de Castilla-La Mancha.

Sin ninguna duda, que nuestros estudiantes puedan cursar dicho grado en la región, supone un avance cualitativo en las enseñanzas universitarias que hasta ahora se ofrecían. El grado en Psicología viene a complementar el resto de campos en los que la Psicología se encuentra presente en Castilla-La Mancha, como son las plazas de Formación Sanitaria Especializada o el Máster de Psicología General Sanitaria que ya se estaba impartiendo. Además, el azar ha querido que este nuevo grado llegue a la región coincidiendo con el vigésimo quinto aniversario de otra llegada, la de la Psicología Clínica a Castilla-La Mancha.

Precisamente por ese motivo, el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha está inmerso en la preparación de un acto conmemorativo del mencionado aniversario, del que daremos detalles en breves fechas a través de la página web del colegio.

En otro orden de cosas, y en lo que a la actividad del colegio se refiere, no quiero dejar de mencionar la colaboración existente entre esta institución y la Universidad de Castilla-La Mancha en lo que al fomento de la investigación y la formación se refiere, a través de las acciones en las que se está trabajando conjuntamente con la Facultad de Medicina, o entre el colegio y centro asociado de la UNED en Albacete, con el que se han establecido vías de colaboración, encaminadas a favorecer actividades de difusión y divulgación científica.

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha también sigue trabajando para beneficiar a todos sus colegiados y a todos sus colegiadas, estableciendo convenios de colaboración con empresas o instituciones, como es el caso del alcanzado recientemente en materia de protección de datos.

La actividad de los Grupos de Trabajo y otras cuestiones de actualidad como la puesta en marcha del Plan de Formación 2023/2024 del COPCLM, así como la preparación de nuestra presencia en la VI Convención del Consejo General de la Psicología que se celebrará en Tarragona los días 17 y 18 de noviembre, completan el trabajo en el que está inmerso el colegio.

**JUNTA DE GOBIERNO**

**DECANA:**  
M<sup>a</sup> Dolores Gómez Castillo.

**VICEDECANA:**  
Olga Moraga Amaya.

**SECRETARIA:**  
M<sup>a</sup> Del Mar Aguilar Uceda.

**VICESECRETARIA:**  
Beatriz Navarro Bravo.

**TESORERA:**  
Isabel Hinarejos Gómez.

**VOCALES:**  
Margarita Velascoín  
González-Tejero.  
Catalina Fuster Bennasar.

Rocío Goitia González.

Iván Eguzquiza Solis.

Víctor Manuel Aragón  
Navarro.

Jesús Escobar Real.

María Reyes Massó Castillo.

**ALTAS**

- CM03126 LABAJOS LOPEZ MARIA JOSE
- CM03239 GONZALEZ MARTINEZ IRENE
- CM03240 BORRAJO COZAR BEATRIZ
- CM03241 SALCEDO VAZQUEZ RUBEN
- CM03242 NUÑEZ BARRIGAS ANA BELEN
- CM03243 ALBERCA SANCHEZ-QUINTANAR SARA
- CM03244 CASADO DIAZ-MALAGUILLA MARIA JOSE
- CM03245 VALVERDE JIMENEZ LIDIA
- CM03246 LEANDREZ NUEDA CARIDAD ISABEL
- CM03247 CAULIN MARTINEZ ADA
- CM03248 VELASCO ALBALADEJO LIDIA
- CM03249 MARTIN MARTIN MARTA
- CM03250 MARTIN AYUSO IGOR
- CM03251 NAVARRO FERNANDEZ CARMEN
- CM03252 DELGADO ROCHA NICOLAS
- CM03253 MARTINEZ GONZALEZ MARIA
- CM03254 PEREZ ROMO PEDRO BERNARDO
- CM03255 MONTERO ALVAREZ ANA ISABEL
- CM03256 ALONSO JIMENEZ AMANDA
- CM03257 MARTINEZ CAMPILLOS GEMMA
- CM03258 ACEBAL SAEZ DAVID
- CM03259 LOPEZ MORENO VALENTIN
- CM03260 GARCIA JIMENEZ CARLOS
- CM03261 GARRIDO TOMAS CARLOS ALBERTO
- CM03262 TROCONIS MARRERO ANAKARINA
- CM03263 GARCIA FERNANDEZ-MEDINA BEATRIZ
- CM03264 AGRAZ ORTIZ IRIS
- CM03265 MONREAL CASAU ANA
- CM03266 RODRIGUEZ-TORIBIO YUSTE NURIA
- CM03267 JARA SANCHEZ CARIDAD
- CM03268 PADILLA VILLAVERDE MARTA
- CM03269 ESCUDEROS ARANDA MARIA CRISTINA
- CM03270 ISAAC VALERO RAQUEL
- CM03271 LOZANO GOMEZ NOELIA
- CM03272 BLANCO VELASCO PAULA

**BAJAS**

- CM00125 FERNANDEZ DEL PINO JESUS
- CM01182 CASTILLO VELIZ ANA BELEN
- CM01611 ALDEA GOMEZ M<sup>a</sup> INMACULADA
- CM01772 OLIVER GARCIA JOSE CARLOS
- CM03168 CALAHORRA GARCIA-MORENO ALICIA
- CM02420 PARRA ESPI MARIA CONSUELO
- CM02431 CAMACHO PEREZ JOSE DAVID
- CM02668 SALAS ROMERO MARIA
- CM02720 PALOMARES GARCIA MERCEDES JUDITH
- CM02783 RUIZ PEÑA VERONICA
- CM03155 PAEZ LOPEZ PILAR CRISTINA
- CM0325 ACEBAL SAEZ DAVID
- CM03259 LOPEZ MORENO VALENTIN

**HORARIO ATENCIÓN TELEFÓNICA**  
 MAÑANAS: LUNES-VIERNES: 10.00-13.00 H.  
 TARDES: LUNES-MIÉRCOLES-JUEVES: 16.00-19.30 H.

**HORARIO ATENCIÓN PRESENCIAL**  
 MAÑANAS: LUNES-VIERNES: 9.30-13.30 H.  
 TARDES: LUNES-JUEVES: 16.00-19.30 H.

**CONTACTO**  
 967219802  
 copclm@copclm.com

**EDITA**

**ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA DE CASTILLA-LA MANCHA**

C/ Cruz, 12-Bajo (02001 ALBACETE)  
 Teléfono: 967 21 98 02 - Fax: 967 52 44 56  
 e-mail: copclm@copclm.com  
 web: www.copclm.com

Deposito Legal: AB-131-1999

Diseño y Maquetación: [Cuéntalo Comunicación.](#)

**DE ESTE ENCUENTRO SURGIÓ LA POSIBILIDAD DE FORMALIZAR UN CONVENIO PRÓXIMAMENTE.**



**El COPCLM y la Facultad de Medicina fomentan la investigación y la formación**

En la mañana del 20 de julio tenía lugar una reunión de representantes del COPCLM con Silvia Llorens, Decana de la Facultad de Medicina de Albacete.

Por parte del colegio asistieron la decana, María Dolores Gó-

mez Castillo, y la Vicesecretaria, Beatriz Navarro Bravo.

El objetivo de la reunión fue el de explorar posibles colaboraciones entre el colegio y la facultad en el ámbito del fomento de la investigación y la forma-

ción en Psicología.

De este encuentro surgieron una serie de ideas de trabajo conjunto entre ambos centros, así como la posibilidad de formalizar un convenio próximamente.

**El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha tendrá presencia en el comité organizador del congreso CIPO**

En noviembre de 2023 se celebrará el Congreso Nacional de Comunicación con el Paciente y su familia y, en esta edición, una vez más, el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha forma parte de su comité organizador.

En la tarde del miércoles 6 de septiembre tuvo lugar la última reunión de este comité, a la que asistieron representantes de los

colegios profesionales de Psicología y Farmacia, así como profesionales de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete de los ámbitos de la medicina y la enfermería. La sesión se dedicó principalmente a revisar el programa del congreso.

Nuestro colegio, además de colaborar en la organización de este evento, moderará una mesa de comunicaciones

durante la celebración del mismo.



EL ACTO DE PRESENTACIÓN TUVO LUGAR EN LA FACULTAD DE MEDICINA DE ALBACETE

## La UCLM recibe al alumnado del nuevo Grado en Psicología

En la mañana del martes, 12 de septiembre, tenía lugar, en el salón de actos de la Facultad de Medicina de la Universidad de Castilla-La Mancha, en Albacete, la presentación oficial del nuevo Grado de Psicología que ya se imparte en el Campus Biosanitario de Albacete.

Al acto de presentación asistían la Decana, Secretaria, Vicesecretaria y Tesorera de la Junta de Gobierno del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, María Dolores Gómez Castillo, María del Mar Aguilar Uceda, Beatriz Navarro Bravo, e Isabel Hinarejos Gómez, respectivamente.

El rector de la Universidad de Castilla-La Mancha, Julián Garde, daba la bienvenida al estudiantado que comienza el primer curso del Grado en Psicología, acompañado del director general de Asistencia Sanitaria del SESCAM,



Ibrahim Hernández; el director general de Universidades, Investigación e Innovación, Ricardo Cuevas; la decana de la Facultad de Medicina de Albacete, Silvia Llorens; y el vicedecano de la Facultad y coordinador del Grado en Psicología, José Miguel Latorre.

Garde felicitaba en primer lugar a todas las personas e instituciones que han hecho

posible que este grado sea una realidad en la UCLM y, en concreto, en el Campus de Albacete, en especial al Gobierno regional. El rector indicó que son 50 los estudiantes del primer curso de esta titulación, un número reducido, lo que permitirá una docencia, como acostumbra la Facultad de Medicina, muy directa y de mucha calidad.

Esta nueva titulación tuvo una preinscripción de más de 700 personas que la pidieron en primera opción, lo que, a juicio del rector, demuestra el éxito de este grado. Julián Garde indicó que, su elección para impartirse en la UCLM se ha debido fundamentalmente a que es un grado que no existía en Castilla-La Mancha y a su empleabilidad.

El Director General de Universidades, Investigación e Innovación, Ricardo Cue-



vas también se refirió a la empleabilidad al alza y a la alta demanda que tiene esta nueva titulación que puede diversificar sus salidas profesionales. Un nuevo grado, como señaló, que se suma a las nuevas titulaciones que se implantan este curso académico en la UCLM y en Castilla-La Mancha, que han contado con altísima aceptación.

El Director General de Asistencia Sanitaria del SESCAM, Ibrahim Hernández, calificaba este día como “precioso, en una universidad de prestigio”, y expresó su agradecimiento a todas las personas e instituciones implicadas en poner en marcha el Grado en Psicología, indicando que la Psicología y la salud mental “están en las agendas de todos”, por lo que subrayó la importancia del trabajo conjunto de la UCLM, el SESCAM y la Consejería de Sanidad.

En su intervención, la decana de la Facultad de Medicina de Albacete, Silvia Llorens, indicó que este es un día

ción, y de prácticas externas y en laboratorios para que la formación que se imparta sea la mejor posible”.

Tras la bienvenida, tuvo lugar la presentación del equipo decanal y posteriormente dió paso a la conferencia inaugural, “Afrontando los actuales retos en Psicología Clínica”, a cargo de Cristina Botella Arbona, catedrática emérita de la Universidad Jaume I de Castellón.

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha quiere subrayar la gran satisfacción que supone el inicio del primer curso del Grado de Psicología en la Universidad de Castilla-La Mancha, tras el intenso trabajo llevado a cabo estos meses atrás, y en el que esta institución colegial ha estado inmerso desde el primer momento.

En este sentido, el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha y la Universidad regional suscribieron, a principios de este mismo año, un protocolo para la realización de prác-

“muy especial y emocionante para la UCLM, la Facultad de Medicina y para la sociedad castellanomanchega”, ya que la nueva titulación está adscrita a la Facultad y, que junto a la de Medicina, “los alumnos de ambos grados tendrán una sinergia especial y un camino de responsabilidad social”.



ticas de los estudiantes del Grado de Psicología, conscientes del alto interés que la formación práctica de los estudiantes universitarios tiene para la sociedad en general, finalmente beneficiaria de la mejor preparación profesional de los titulados universitarios.

Así, en el plan de estudios del Grado en Psicología, se incluye un programa de prácticas externas, en unidades y servicios técnicos o administrativos, lo que lo convierte en un grado basado en un elevado número de prácticas desde el tercer curso, con



un aprendizaje basado en la resolución de problemas, integrando lo académico y lo profesional como principal señal de identidad.



**PCyS**  
DIVISIÓN DE PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

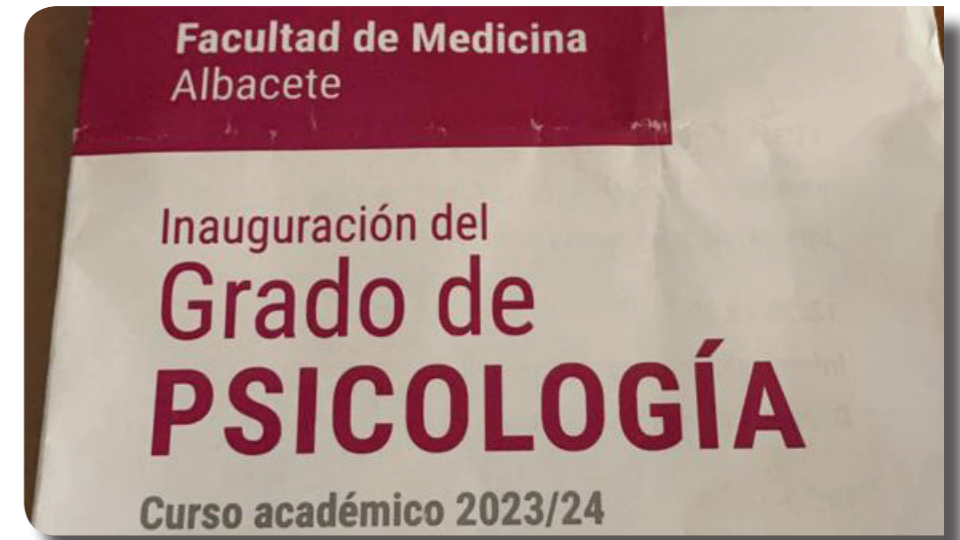
¡Participa en la nueva División de Psicología Clínica y de la Salud!

## El nuevo Grado en Psicología, una realidad académica en Castilla-La Mancha

El pasado 12 de septiembre fue una jornada histórica en la Psicología de Castilla-La Mancha, a partir de ahora empieza el día a día, las clases, los exámenes y las actividades en los y las jóvenes que quieren ser psicólogos y psicólogas. Empieza el futuro.

Como Decana del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, y llena de felicidad, durante todo el día recordé a los que precedieron y soñaron con esta fecha.

Puede parecer que, en Castilla-La Mancha, hemos empezado la casa por el tejado, ya que primero llegaron las plazas PIR de Formación Sanitaria Especializada, después el Máster de Psicología General Sanitaria y, finalmente, el Grado de Psicología. Así es como somos o así es como han venido las cosas. Ahora lo tenemos todo, como también tenemos un colegio autonómico fuerte, bien relacionado, con un gran equipo humano, y que desarrolla un trabajo constante y respetado en todas los organismos e instituciones.



Lo que sí es evidente es que, para los futuros psicólogos y las futuras psicólogas, queda completada la estructura docente y que, aunque queden algunas cosas por hacer, se cierra el círculo con el establecimiento del grado, el Máster de Psicología General Sanitaria, y las plazas de Formación Sanitaria Especializada (PIR)

Hoy, otra vez, quizás me di más cuenta de todo esto.

Solamente nos falta el edificio que albergará la facultad, pero confío en que llegará pronto.

Quiero transmitir mis felicitaciones a todo el colectivo

de psicólogos y psicólogas de Castilla-La Mancha, porque haber llegado hasta aquí es el resultado de la generosidad y del trabajo de todos. Y, del mismo modo, mostrar mi agradecimiento a todas las instituciones, tanto académicas como sanitarias, que han creído en este proyecto y lo han impulsado desde el primer momento, así como a la Junta de Gobierno del Colegio Oficial de la Psicología, que ha participado de manera activa para la puesta en marcha del Grado de Psicología en Castilla-La Mancha, aportando propuestas profesionales y rigurosas que han sido tenidas en cuenta en todo momento.



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

EL MIÉRCOLES 20 DE SEPTIEMBRE, EN TOLEDO

## El COPCLM asiste al acto de apertura del año académico 2023/2024 de la UCLM

Un paraninfo inundado de togadas y togados daba la bienvenida al solemne y emotivo acto de apertura del año académico de la Universidad de Castilla-La Mancha en el campus de Toledo, el pasado 20 de septiembre.

El acto, al que asistió la vicedecana del COPCLM, Olga Moraga Amaya, en representación del colegio, comenzaba con la impartición de la lección inaugural, “El Greco. Un pintor en el laberinto”, a cargo de la catedrática de Historia del Arte, Palma Martínez-Burgos García.

El Rector de la UCLM José Julián Garde López-Brea, presentaba posteriormente, a Isabel Gallego Córcoles, secretaria general de la universidad castellano manchega que detallaba de modo brillante la situación económica de la institución, para posteriormente presentar al presidente del Consejo Social de la UCLM, Félix Sanz Roldán, que dedicó unas emotivas palabras al alumnado allí congregado acerca del camino que iniciaban en sus vidas para ser mejores ciudadanos por lo que podrán aportar a la sociedad.

Tras él, el alcalde de Toledo, Carlos Velázquez Romo, también presente en la



mesa inaugural, dedicó unas palabras al auditorio, antes de dar paso al discurso del Rector de la UCLM, José Julián Garde López-Brea. En su discurso hacía referencia a las 6.000 personas matriculadas en la universidad castellano manchega, en los distintos campus de cada una de las provincias de la región, y destacaba que hay unos días, unos pocos días en las vidas de las personas que marcan el resto de sus vidas, y uno de esos días, será el día que inician la vida universitaria. Asimismo, hizo especial referencia al inicio del nuevo grado en Psicología, que da comienzo en este año académico, en demanda y como mejora para la sociedad.

Finalmente tomó la palabra el presidente de Castilla-La Mancha, Emiliano García Page, que, en nombre del Rey, y tras unas emotivas palabras

con las que describió las dificultades que surgieron para iniciar la UCLM, y comprobar su crecimiento año tras año, inauguró el año académico de la Universidad de Castilla-La Mancha 2023-2024.

La ceremonia estuvo amenizada por el Dúo Sante, integrado por Andrés Tejero Velázquez (flauta) y Moisés Sánchez González (guitarra), acompañado por el cantante Víctor Manuel Martín Pizarro, que interpretaron piezas musicales como el himno universitario Gaudeamus Igitur, con la que se cerró el acto.



## Nuevos beneficios para colegiados y colegiadas en materia de protección de datos. Convenio con Audidat



Conscientes de la importancia de un buen asesoramiento a nuestros colegiados, el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha ha firmado un sólido acuerdo de colaboración con AUDIDAT, Consultora especializada en Cumplimiento Normativo (Protección de Datos, Compliance, Planes de igualdad, Canal ético, Esquema Nacional de Seguridad (ENS), Calidad), aspectos que hoy día son una clara fuente de posibles reclamaciones y sanciones.

AUDIDAT es un referente a nivel nacional desde 2003 y su filosofía de trabajo nos

permite dar soluciones, en materia de Protección de Datos y Seguridad de la Información, Cumplimiento Normativo, de forma ágil, eficiente y con rigor, a través de sus consultores, altamente especializados en la materia. Destacamos de esta empresa su experiencia y su equipo Técnico-Jurídico, con su objetivo cumplido de sanciones cero.

Para celebrar este acuerdo y, por ser cliente, el equipo de AUDIDAT te ofrece una auditoría gratuita, para que puedas evaluar tu nivel actual de cumplimiento de la normativa de Protección de

Datos y Seguridad de la Información, así como unas condiciones muy especiales para la adecuación y gestión de tus programas de Protección de Datos, Compliance penal (Plan antifraude), Planes de igualdad (Protocolo de acoso y Auditoría retributiva), Canal ético, ENS y Calidad:

### **Autónomos:**

Cumplimiento Ley Orgánica en protección de datos: 200 € anuales.

### **Empresas:**

Cumplimiento de la Ley Orgánica en protección de datos y protocolo para prevención, detección y actuación frente al acoso y abuso sexual e igualdad y no discriminación LGTBI en las empresas (artículo 15): 300 € anuales.

Debemos de conocer que dichos cumplimientos normativos no es una cuestión de «tener o no tenerlos», sino de «cumplir o no cumplirlos» correctamente.

para más información, contacta con Audidat en el número de teléfono 609 45 15 30

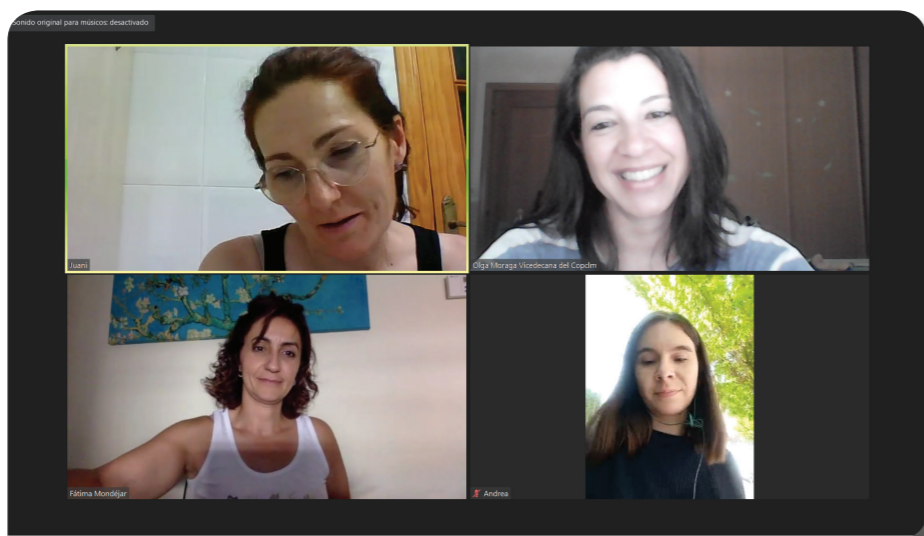
**Visita nuestra web [www.copclm.com](http://www.copclm.com)**

## Reunión del Grupo de Trabajo del Área de Psicología e Igualdad de Género del COPCLM

El viernes 30 de junio tuvo lugar la décimo quinta reunión del Grupo de Trabajo del Área de Psicología e Igualdad de Género del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, moderada por la vicedecana del COPCLM Olga Moraga Amaya.

El formato de la reunión fue online y asistieron colegiadas de Albacete, Ciudad Real, Guadalajara y Toledo.

Siguiendo el orden organizativo de la reunión, se debatió acerca de los contenidos para plantear como grupo de trabajo en el plan formativo del



Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha.

Se concluyó organizar dos coloquios, uno en torno al 25 de noviembre, Día Inter-

nacional de la Eliminación de la Violencia hacia las Mujeres, y otro en torno al 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres.

## Publicada la Memoria de Actividades 2022 del COPCLM

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha ha publicado la Memoria de Actividades de 2022, en la que se recogen todas las actividades realizadas, así como la documentación relativa al balance de situación 2022, la cuenta de resultados del mismo ejercicio,

las retribuciones de la Junta de Gobierno en 2022, y el presupuesto del colegio para el año 2023

Toda la documentación se encuentra publicada en el Portal de Transparencia, al que se puede acceder [pulsando sobre este enlace](#).



## La Facultad de Medicina acoge el acto de presentación del Gerente de Atención Integrada de Albacete

En la mañana del 6 de septiembre tenía lugar, en la Facultad de Medicina de Albacete, la presentación de Alberto Sansón como nuevo Director Gerente de la Gerencia de Atención Integrada de Albacete. A este acto, que contó con la presencia de numerosas autoridades y profesionales de distintos ámbitos, asistieron, en representación de nuestro colegio, la Decana, María Dolores Gómez Castillo; y la Vicesecretaria, Beatriz Navarro Bravo.

La presentación contó con la intervención de Jesús Fernández Sanz, Consejero de Sanidad de Castilla-La Mancha, que resaltó la importancia en el ámbito sanitario de la prevención y la promoción de la salud.

Posteriormente tomó la palabra Ibrahim Hernández, antiguo Director Gerente de la GAI de Albacete y recientemente nombrado Director General de Asistencia Sanitaria de la Consejería de Sanidad de Castilla-La Mancha, que quiso tener unas palabras de agradecimiento a



los asistentes y un recuerdo a sus 30 años como profesional en el área de salud de Albacete.

Finalmente, Alberto Sansón agradeció la confianza depositada en él para el cargo y puso el énfasis en su compromiso indiscutible con Albacete pues, a pesar de no ser albaceteño de nacimiento, siente la ciudad como su casa. Entre sus motivaciones nombró el plan de salud horizonte 2020/25, en el

que se busca trabajar por y para las personas con ciencia y con afectividad.

Sansón resaltó la importancia de la salud mental y la atención a la población envejecida con dos de sus grandes prioridades, junto con la atención a la formación continuada de los profesionales, la retención del talento y la mejora de la calidad, la seguridad del paciente y la investigación e innovación.



ORGANIZADO POR EL TELÉFONO DE LA ESPERANZA

## Los actos del Día Mundial de Prevención del Suicidio desarrollados en Albacete contaron con la participación del COPCLM

El domingo, 10 de septiembre, a las 20:00 h, tenía lugar en la Plaza del Altozano, en Albacete, el acto conmemorativo del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, organizado por El Teléfono de la Esperanza, junto con la Mesa Técnica para la Prevención del Suicidio y en colaboración con el Ayuntamiento de Albacete.

Al acto, que tenía como objetivo aportar luz y conciencia sobre esta causa, asistió, en representación del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, su secretaria, María del Mar Aguilar Uceda.

La cita comenzó con la lectura del Manifiesto para la prevención del suicidio, a cargo de jóvenes que han participado en



los talleres de “Fortalecimiento Personal”

Con posterioridad se llevó a cabo un encendido de velas formando un gran corazón de luz, en el que los asistentes pudieron participar, como símbolo de las

personas que este año han perdido la vida por esta causa.

El acto finalizó con música en directo, a cargo de profesionales del conservatorio de Albacete.



## Guía de intervenciones psicológicas eficaces en Alzheimer y otras demencias

El Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha ha editado una guía de intervenciones psicológicas eficaces en Alzheimer, adaptada a cada contexto donde es posible nuestra aportación.

Para muchas y muchos profesionales, los inicios en la intervención con personas mayores en general, y con personas mayores con algún tipo de demencia, puede suponer un riesgo importante, ya que algunos factores relacionados con la propia evolución de esta enfermedad pueden suponer realizar cambios continuos en el tratamiento o adaptarse a las circunstancias



puntuales que la persona pueda tener en ese momento o el día concreto de la consulta.

[Pulsar aquí para descargar la guía.](#)

## COPCLM y UNED establecen vías de colaboración encaminadas a favorecer actividades de difusión y divulgación científica

El martes, 3 de octubre, la sede del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha acogía una reunión de trabajo en la que participaron la Secretaria y la Tesorera del COPCLM, María del Mar Aguilar e Isabel Hinarejos, respectivamente, así como el Director del Centro Asociado de la UNED en Albacete, Rafael Martínez Tomás; la Coordinadora de Extensión Universitaria, Rosa Roger Alarcón; y Alicia González Alonso, perteneciente a este mismo departamento.

El objetivo del encuentro fue

establecer vías de colaboración encaminadas a favorecer actividades de difusión y divulgación científica y social, dar un impulso al campo de la formación, y llevar a cabo la organización de unas jornadas

de difusión colegial.

Para la consecución de los fines anteriormente descritos, se acordó suscribir un convenio de colaboración entre ambas entidades.





## 10 de septiembre, Día Mundial de la Prevención del Suicidio

**María del Mar Aguilar Uceda.**

**Psicóloga y Secretaria de la Junta de Gobierno del COPCLM. Nº colegiada CM00881**

Desde el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha nos sumamos a la celebración del Día Mundial de la Prevención del Suicidio que se conmemora el domingo 10 de septiembre, como un día que pretende concienciar, informar y sensibilizar en torno a esta problemática que cada vez es mayor en la sociedad en la que vivimos.

El suicidio es un problema complejo en el que intervienen múltiples factores de tipo psicológico, físico, social y ambiental, entendiendo el suicidio como una muerte voluntaria que provoca miedo y mucho impacto para las personas que rodean a la víctima.

Este día permite hablar y sensibilizar acerca de la muerte por suicidio y del proceso de duelo de los supervivientes, y combatir el estigma asociado al suicidio, que dificulta en algunas ocasiones, la búsqueda de ayuda de las personas que tienen ideación suicida, por lo que entendemos que es primordial hablar del tema y transmitir la necesidad de buscar ayuda de un/a profesional de la Psicología colegiado/a siempre que la persona se encuentre ante esta circunstancia y con este tipo de sintomatología.

En las últimas dos décadas el índice de suicidios ha aumentado en torno al 15%, de ahí la necesidad de invertir más recursos en prevención y psicoeducación en torno a este tipo de problemática. El suicidio es un problema de preocupación social y además, tenemos que ser conscientes de que por cada persona que se suicida, hay una onda expansiva que afecta al menos a otras cuatro personas, provocando sentimientos de vergüenza y culpa y un estigma y un aura de silencio en torno a él.

Desde un punto de vista psicológico, lo latente es el sufrimiento emocional, la desesperanza y el no disponer de estrategias conductuales de la persona para hacerle frente a este tipo de situación.

Según los estudios, el rango de edad con un índice mayor de suicidio está entre los 30-59 años seguido del rango de más de 60 años. El de jóvenes está por debajo de estos grupos de edad, aunque el índice va en aumento.

Existen muchas variables asociadas a la conducta suicida, las cuales tenemos que tener en cuenta, entre ellos, algunos trastornos mentales la depresión grave, el trastorno bipolar, la dependencia alcohólica o la dependencia a otras sustancias psicoactivas,

trastornos del comportamiento alimentario de larga evolución, la esquizofrenia, etc. Y cuando hablamos del grupo de personas mayores de 60 años, este tipo de conducta puede estar asociada a la depresión, a limitaciones físicas, a la soledad no deseada, o a la vida pasiva, por lo tanto, habría que tener en cuenta todos estos factores de riesgo de cara a una intervención efectiva. Pero también es importante valorar los factores de protección como la gestión emocional adecuada, la gestión del estrés, la capacidad de resolución de los conflictos de una forma adecuada, favorecer una elevada autoestima, favorecer el apoyo socio-familiar, contar con un proyecto vital, abordar los problemas de salud mental y fomentar redes de apoyo social en la tercera edad.

Desde la Psicología se abordan todos estos factores que pueden estar poniendo en riesgo a la persona y se trabaja con el objetivo de que la persona pueda estar más protegida, se aborda y trabaja la sintomatología, la modificación de patrones de funcionamiento inadecuados, el abordaje cognitivo de las creencias e ideas desadaptativas, etc., por lo que se hace necesario e imprescindible que cuando se solicite ayuda, se haga a profesionales, o a entidades que tengan a su cargo profesionales de la psicología colegiados/as.

Desde el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, somos conscientes de que esta problemática es cada vez mayor, y contribuimos organizando formación para concienciar a la población general en torno a esta problemática. De la misma forma, formamos parte de la Mesa Técnica de Suicidio, una mesa propuesta por el Ayuntamiento de Albacete, que pretende aunar esfuerzos y recursos y establecer formación para las personas que están interviniendo en esta primera línea.

Con motivo de la celebración del Día Mundial de la Prevención del Suicidio, desde el Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha, este domingo 10 de septiembre apoyaremos y asistiremos al acto organizado por el Teléfono de la Esperanza, que este año tiene como lema "Hope is in the air", intentando con este acto poner luz y conciencia sobre esta causa. Dicho acto se celebrará en la plaza del altozano a las 20.00 horas, con la lectura del manifiesto para la prevención del suicidio y un encendido de velas, como símbolo de las personas que este año han perdido la vida por esta causa.

### El espectro bipolar: ¿Diagnóstico o moda?



Los límites y los criterios exactos para definir el espectro bipolar nunca fueron del todo claros ni científicamente probados. Joel Paris, con una combinación excelente de experiencia médica, investigación académica y reflexión social, documenta en este estudio claro y riguroso el pernicioso impacto de las inercias y el sobrediagnóstico y explora tratamientos alternativos y menos lesivos para los pacientes que habitan esa región de confines ambiguos que es el espectro bipolar. Además, el autor explica las diferencias entre trastorno bipolar y depresión sin manía, trastornos de la personalidad caracterizados por comportamiento inestable, y trastornos impulsivos a través de examinar la historia y la crítica sobre la medicamentación excesiva de las enfermedades mentales.

**Autor: Joel Paris. Ed. Nuevos Emprendimientos Editoriales. 2021**

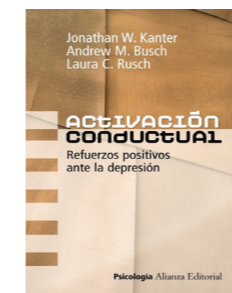
### El niño que no sonríe: Estrategias para superar la tristeza y la depresión infantil



La tristeza es una emoción que los niños experimentan durante su desarrollo ante situaciones difíciles y negativas como el divorcio de los padres, el fracaso en la escuela o la falta de amigos. El bajo estado de ánimo de algunos niños puede ser tan intenso, frecuente y duradero, que al menor contratiempo arrojan la toalla y se derrumban o pierden la ilusión incluso por las cosas y actividades más divertidas y placenteras. Desafortunadamente, la depresión no es sólo problema de adultos.

**Autor: Francisco Xavier Méndez Carrillo. Ed. Pirámide. 2011**

### Activación conductual: Refuerzos positivos ante la depresión

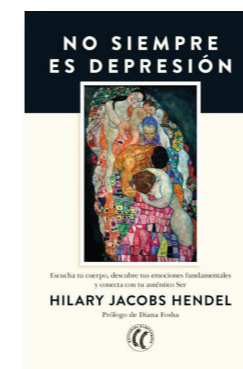


La teoría de activación conductual señala que gran parte del comportamiento humano clínicamente relevante está basado en el refuerzo positivo, y que cuando este refuerzo positivo se reduce, se pierde o disminuye de manera crónica, aparece la depresión. La activación conductual anima a los pacientes a conseguir y desarrollar habilidades que les permitan establecer y mantener contacto con fuentes de refuerzo positivo diferentes y estables.

**Autores: Jonathan W. Kanter, Andrew E. Busch, Laura C. Rusch. Ed. Alianza Editorial. 2011**

Espacio elaborado con la colaboración de Beatriz Navarro Bravo.  
Vicesecretaria de la Junta de Gobierno del Colegio Oficial de la Psicología de Castilla-La Mancha.

### No siempre es depresión

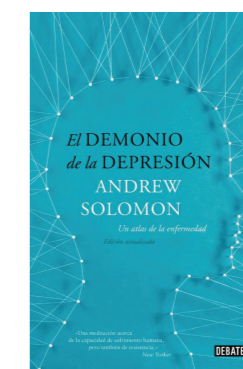


Trabajar el triángulo del cambio para escuchar el cuerpo, descubrir las emociones fundamentales y conectar con nuestro auténtico Ser. Sara sufría un miedo debilitante a afirmarse a sí misma.

Spencer experimentaba una ansiedad social paralizante. Bonnie estaba cerrada, desconectada de sus sentimientos.

**Hilary Jacobs Hendel. Ed. Eleftheria. 2020**

### El demonio de la depresión



El demonio de la depresión, que aparece ahora en una versión aumentada y revisada, es una obra fundamental que obtuvo el National Book Award y fue finalista del Premio Pulitzer. Solomon explora el fenómeno de la depresión a partir de su propia lucha contra la enfermedad y de entrevistas con otros enfermos, médicos y científicos, responsables políticos, investigadores farmacológicos y filósofos.

**Andrew Solomon. Ed. Debate. 2022**

**REQUISITOS DE REINCORPORACIÓN AL COP-CLM PARA ANTIGUOS COLEGIADOS QUE DESEEN UNA NUEVA COLEGIACIÓN:**

- Solicitar por escrito su reincorporación al Colegio.
- Quedan exentos de volver a abonar la derrama del local al haberla abonado en su día.

**Los ex colegiados que causaron baja por impago de cuotas:**

- Solicitar por escrito su reincorporación al Colegio.
- Quedarán igualmente exentos del pago de la derrama al haberla abonado en su día.
- Deberán liquidar el 75% de la deuda pendiente por la que causaron baja.
- Se puede solicitar el pago a 4 plazos de la citada deuda.

**REVISTAS PROFESIONALES RECIBIDAS**

El Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla-La Mancha ofrece a sus colegiados la posibilidad de visitar su completa biblioteca, que cuenta con muchas referencias bibliográficas de sumo interés para el profesional de la Psicología y que pueden ser objeto de préstamo o de consulta en las propias instalaciones del COPCLM.

**RECORDAMOS:**

- \* **Facilitar o actualizar un e-mail de contacto para agilizar los envíos de información.**
- \* **Enviar copia del Título de Especialista en Psicología Clínica para actualizar el censo.**
- \* **Informe Psicológico: Es imprescindible incluir nombre, firma y nº de Colegiado.**

**VISITA WWW.COPCLM.COM**

El Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla-La Mancha mantiene plenamente operativa su página web, que ha sido recientemente renovada. Una herramienta de comunicación más completa y accesible que pretende incrementar el caudal de información y de interactividad con los colegiados y la sociedad en general. A través de nuevos contenidos y posibilidades, el COPCLM pretende poner de relevancia el papel que juega la Psicología en muchos ámbitos de la vida. De igual forma, el Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla-La Mancha cuenta con un perfil en Facebook y una cuenta en Twitter que pretenden constituir un nexo más de unión entre la institución y la sociedad.

**BOLSA DE TRABAJO**

Para los colegiados que buscan empleo o quieren cambiar o mejorar su situación laboral.

Para que podáis recibir información de las ofertas de trabajo que llegan al colegio es imprescindible que:

1. Nos remitáis cumplimentado la FICHA DE BOLSA DE TRABAJO.
2. Nos proporcionéis un teléfono y una dirección de correo electrónico para que os lleguen a tiempo las ofertas que han de cubrirse de forma urgente. Ante cualquier duda o aclaración han de dirigirse a la secretaría del colegio.

**HORARIO DE SECRETARÍA**

De lunes a viernes: Mañanas 9.30 a 13.30 h.  
Tarde 16.00 a 20.00 h.  
Horario de verano:  
De lunes a viernes 9.00 a 14.00 h.  
Horario Atención al Colegiado:  
Martes 18-20 h. Viernes 9.30-13.30 h.

**WEB Y CORREO ELECTRÓNICO**

www.copclm.com • copclm@copclm.com

**ALQUILER DE AULAS**

Las aulas de la sede del Colegio están a vuestra disposición, con las siguientes tarifas:

Jornada completa. . . . .200 €  
½ Jornada. . . . .100 €

El horario está sujeto al de la apertura de la sede del COP-CLM.

**SERVICIO DE BIBLIOTECA**

El servicio de préstamo, consulta y lectura en la Biblioteca es permanente por lo que puedes acceder al mismo siempre que lo desees y en el horario estipulado de apertura de la sede del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla-La Mancha.

**HORARIO DE LA ASESORÍA JURÍDICA**

Todos los martes de 19.00 a 20.00 horas.

**PUBLICIDAD EN REVISTA**

Información en la Sede del COP-CLM.

**CONVENIOS DE COLABORACIÓN**

- Seguro de hospitalización Covid-19 de Brokers88 para profesionales de la Psicología.*
- Convenio de colaboración entre el COPCLM y la Clínica Baviera.*
- GLOBALCAJA - Programa Avenajados.*
- ALIANTF - Vodafone. Descuentos en telefonía.*
- SYLEM. Asesoramiento en servicios y logística empresarial.*
- GESTIONES TOLEDO S.L. Servicio integral de Asesoramiento Profesional fiscal, laboral y contable.*
- Códex Abogados. Reclamación de la nulidad de cláusulas suelo en préstamos hipotecarios.*
- Consulting Orber. ofertas para la adecuación a las exigencias de la Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter personal (LOPD).*
- CONVENIOS CON SANITAS, BANCO SANTANDER, AUDIDAT y BANCO SABADELL.*
- LA CAIXA. Ofrece una serie de servicios en condiciones ventajosas.*
- ACADEMIA CENTRAL IDIOMAS - ALBACETE. Descuento del doce por ciento (12%) en el precio de todas sus prestaciones respecto del precio que se cobra habitualmente.*
- CENTRO MÉDICO ATENEA - CUENCA. Renovación carné de conducir: 35 €. Licencias de armas, seguridad, patrón embarcaciones de recreo, tenencias de perros peligrosos, buceo y certificados médicos oficiales: 39 €.*
- GLOBALCAJA. Ofrece una serie de servicios en condiciones ventajosas.*
- CORREDURÍA DE SEGUROS BROKER'S 88 Ofrece un amplio abanico de seguros especialmente diseñados para el psicólogo. Para ampliar información: Tfno: 91 597 30 35 / 902 20 00 40 e-mail:madrid@brokers88.es. Broker's 88, la correduría del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla La Mancha ofrece a los colegiados: Seguro Obligatorio de Responsabilidad Civil Profesional y de Sociedades Profesionales Máxima protección. Para ejercer con total tranquilidad el Colegio le presenta esta póliza que ofrece una respuesta específica a las necesidades de cobertura de nuestra profesión. Máximas garantías. Esta póliza cuenta con la garantía de ZURICH, uno de los principales grupos aseguradores del mundo.*
- ASISTENCIA OFTALMOLÓGICA A COLEGIADOS Y FAMILIARES EN VISSUM. Ventajas preferenciales y tarifas más económicas para nuestro colegiados en el Instituto Oftalmológico de Albacete, Alicante y Madrid.*
- SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL. El COP de CLM ha negociado con la aseguradora ZURICH un nuevo seguro colectivo de responsabilidad civil profesional para el psicólogo. Su precio es un 75% inferior que otros seguros.*
- NESSIE ENGLISH CENTRE. Los colegiados que lo deseéis os podéis acoger a precios ventajosos en los cursos de inglés impartidos por esta academia gracias al convenio de colaboración suscrito por el COP-CLM.*
- PREVISIÓN SANITARIA NACIONAL. Otro convenio que tiene suscrito nuestra institución es el que hace unos meses se firmó con Previsión Sanitaria Nacional. El mismo ofrece grandes ventajas en una serie de productos que podéis ver en nuestro boletín nº 15. Para más información existe un teléfono de contacto, 967 24 28 61. Preguntar por Llanos Merin García García.*
- FEDERACIÓN PROVINCIAL DE ASOCIACIONES DE COMERCIO Y SERVICIOS DE GUADALAJARA (FCG). En virtud del acuerdo alcanzado, los colegiados de Guadalajara podrán participar en la Campaña de Tarjetas de Fidelización de Clientes. El listado de participantes está colgado en la web de FCG, www.fcguadalajara.es, en el apartado de campañas. Las bases también. De igual forma, habrá formación bonificada para empresas, que tengan al menos un trabajador/a en régimen general.*
- RESIDENCIA VIRGEN DE LA OLIVA. Los colegiados y los empleados del COLEGIO DE PSICÓLOGOS DE CASTILLA-LA MANCHA, así como con sus cónyuges y familiares de primer y segundo grado, se beneficiarán de diversas bonificaciones durante toda la vigencia del contrato con el residente en la Residencia Virgen de la Oliva, ubicada en Pantoja (Toledo).*
- BOBADAS (Albacete). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del veinte por ciento (20%) en ropa de señora.*
- CLÍNICA VETERINARIA TUCÁN (Toledo). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en todos sus servicios.*
- DEPORTES LEO (Albacete). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en material y prendas deportivas, salvo en todo lo que ya estuviera en oferta.*
- FARMACIA MARTÍN BAENA JIMENEZ (Albacete). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en todos sus productos de parafarmacia.*
- ÓPTICA IRIS (Albacete). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM los siguientes descuentos: 20% en gafas graduadas, monturas y cristales, 20% en gafas de sol y 20% en lentes de contacto, productos para su limpieza, o tres por dos. La graduación de la vista, comprobación de la tensión ocular, revisión y limpieza de lentes de contacto son totalmente gratuitos.*
- PELOSTOP (Guadalajara). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM descuentos del 20 por ciento e incluso del 50 por ciento al tratarse de la primera sesión.*
- TALLERES R. AGUILERA PERALTA, S.L (Guadalajara). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del veinte por ciento (20%) en aceites, y del diez por ciento (10%) en piezas, estableciendo un precio de 38,00 € por mano de obra, respecto del precio de 41,00 € que se cobra habitualmente.*
- MODAS PETERANNE (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en la venta de material textil.*
- BBC ESTUDIO (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en reformas, edificación y servicios en todas Castilla –La Mancha.*
- FUNERARIA J.CAÑAS (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en productos y servicios funerarios.*
- LIBRERÍA EL TORO IBÉRICO (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en la venta de material y libros.*
- NO+VELLO (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del cincuenta por ciento (50%) en la primera sesión de los diferentes servicios.*
- OFFISER SERVICIO TÉCNICO (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en la venta de cartuchos y accesorios, del tres por ciento (3%) en material informático, y del diecisiete por ciento (17%) en reparación de equipos informáticos.*
- PAPELERÍA LA REPRO (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del diez por ciento (10%) en material de papelería.*
- PELUQUERÍA JENNIFER Y VANESSA (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del veinte por ciento (20%) en promociones especiales.*
- TINTORERÍA PERGÓN (Cuenca). Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del quince por ciento (15%) en servicios de lavandería y tintorería.*
- TUSCASASRURALES.COM. Se compromete a ofrecer a todos los trabajadores y psicólogos colegiados del COPCLM un descuento del 10% en alojamientos rurales.*
- FG ASESORAMIENTO PROFESIONAL INTEGRAL, S.L. se compromete a ofrecer a los colegiados un servicio integral de Asesoramiento Profesional FISCAL, LABORAL Y CONTABLE por 30 euros al mes.*

*Poder elegir  
quien cuida mejor  
tu salud,*  
**SÍ IMPORTA**

Con **SALUD PROFESIONAL REEMBOLSO**  
podrás acudir al especialista que tú quieras, esté o no  
concertado en el cuadro médico, ya sea en España  
o en cualquier otra parte del mundo.

Y además de sentir que estás en buenas manos,  
también podrás elegir la modalidad que mejor se adapte  
a la cobertura que necesitas:

**Salud Profesional 150**

Reembolso del 80% en España y  
70% en el extranjero. Límite anual  
por asegurado de 150.000 €.

**Salud Profesional 400**

Reembolso del 90% en España y  
80% en el extranjero. Límite anual  
por asegurado de 400.000 €.



**¡ELIGE REEMBOLSO!**