



RCP Emocional

Objetivo: capacitar a las personas para que puedan asistir a otras personas durante crisis emocionales y hacer esta práctica accesible a las personas del mundo.

Qué es RCP emocional

RCPe es un programa educativo diseñado para capacitar a cualquier individuo para que pueda ayudar a las personas que estén atravesando una crisis emocional, siguiendo tres pasos sencillos: C = Conectando, P = emPoderando y R = Revitalizando. La fase de Conexión de RCPe involucra profundizar la habilidad de escuchar. La fase de emPoderamiento ayuda a las personas a comprender mejor cómo sentirse ellas mismas empoderadas, así como a asistir a otras personas para que se sientan más esperanzadas y comprometidas con la vida. En la fase de Revitalización las personas se involucran nuevamente en relaciones con sus seres queridos o con su sistema de sostén emocional y retoman o comienzan rutinas que promueven la salud y el bienestar. Esto refuerza en la persona el sentido de dominio y logro, vigorizando aún más el proceso sanador. RCPe se basa en principios compartidos por varios abordajes del sostén emocional: cuidado informado del trauma, intervención después de desastres naturales, ayuda mutua entre pares para evitar la angustia emocional continua, inteligencia emocional, prevención del suicidio y adaptación cultural. Fue desarrollado con el aporte de un grupo diverso de reconocidos líderes de distintos lugares de los Estados Unidos, quienes ellos mismos han aprendido a crecer y a recuperar sus vidas luego de una crisis emocional. Ellos tienen sabiduría por la gracia de sus propias experiencias.

Crisis como experiencia universal

La crisis emocional es una experiencia universal. Puede sucederle a cualquiera, en cualquier momento. Cuando somos expuestos a esta situación extraordinaria, desarrollamos maneras sorprendentes y creativas de protegernos. Para los espectadores, estos mecanismos protectores pueden parecer extraños, incluso "locos". Para nosotros, tienen sentido. Utilizando RCPe podemos comprender mejor y superar nuestro temor a los comportamientos aparentemente extraños causados por una crisis emocional. A través de RCPe aprendemos a formar conexiones de sostén emocional que empoderan a las personas para que sean capaces de sentirse revitalizadas y para que puedan rápidamente retomar roles significativos en sus comunidades.

Un enfoque holístico de esperanza y de empoderamiento

A través de RCPe aprendemos que las personas en crisis emocional expresan sus sentimientos como una forma de comunicación que debe ser entendida, y nuestro abordaje asume que la persona está haciendo su mejor esfuerzo para enfrentar una experiencia que está más allá de su capacidad de manejarla efectivamente. Cuanto más pronto es iniciado el sostén de una persona en crisis emocional, más probable será que la persona hará un completo, rápido retorno a su vida en la comunidad. En esencia, RCPe ayuda a las personas a aprender las habilidades necesarias para actuar como puente entre la persona que se encuentra en una crisis emocional y la comunidad en general, asegurando que la persona en crisis no pierda roles importantes y que se reintegre rápidamente a la rutina diaria de su vida cotidiana. Nuestro enfoque es holístico, de corazón a corazón y está sumergido en la creencia esperanzadora de que, usando nuestra experiencia interior, podemos ayudar a otras persona a recuperar sus vidas luego de una crisis emocional. Utilizando RCPe, la mayoría de las crisis emocionales pueden ser trabajadas y superadas, pero en algunas instancias, las personas aún pueden necesitar ayuda profesional.

Por favor vea el reverso para leer información adicional sobre las próximas capacitaciones y sobre los capacitadores.

RCP Emocional: Un Programa de National Coalition for Mental Health Recovery

Página web: www.ncmhcs.org ; correo electrónico: info@ncmhcs.org ; teléfono 877-246-9058

Programas Vigentes

RCPe para Agencias del Orden Público. Una versión de RCPe LE (o Law Enforcement por sus siglas en inglés) está disponible para atender las necesidades especiales de los encargados del cumplimiento de la ley. Contactar a NCMHR para obtener más información.

Programa de Certificación y Programa de Capacitación-de-Capacitadores. Estos programas extenderán las habilidades de RCPe al mayor número de personas posible. Las personas que hayan completado el Programa de Certificación en RCPe serán elegibles para el Programa de Capacitación-de-Capacitadores. Para más información, enviar un correo electrónico a info@emotional-cpr.org o llamar al teléfono 877-246-9058.

Para programar un taller introductorio o un Programa de Certificación en RCPe o si deseas ser Embajador de RCPe y ayudar a difundir la palabra acerca de este interesante programa, envía un correo electrónico a info@ncmhcs.org o llama al 877-246-9058. Por favor, visita nuestra página web www.ncmhc.org para leer novedades y materiales educativos sobre RCPe.

Capacitadores en RCPe



Daniel Fisher, MD, PhD: El propósito en la vida de Dan viene de su experiencia personal de recuperación de la esquizofrenia, que lo inspiró a dedicarse a ayudar a otros a encontrar su voz y a recuperarse. Dan obtuvo un MD y completó su residencia en psiquiatría en la Facultad de Medicina de Harvard y desde hace 25 años ejerce como psiquiatra comunitario certificado por el American Board of Medical Specialties . En 1992, Dan co-fundó el National Empowerment Center y desde entonces ha servido como su Director Ejecutivo. Dan fue Comisionado en la Comisión Presidencial Nueva Libertad para la Salud Mental, 2002-03.



Tracy Love: Tracy trabaja en California como educadora y consultora en salud mental/bienestar. Actualmente, se desempeña en el Comité de Liderazgo del Cliente y la Familia. Desde su propia experiencia personal con el sistema de justicia penal, Tracy ha trabajado apasionadamente para educar al personal policial sobre la adaptación y sensibilidad cultural, particularmente al interactuar con personas que están experimentando una crisis emocional. Tracy proporciona capacitación al personal de las agencias del orden público en intervenciones de crisis y está a cargo de programas de recuperación del bienestar en el condado de Alameda, CA.



Ann Rider, MSW, CPRP: Ann es asistente social y mediadora por entrenamiento, y escritora y jardinera por vocación. Usando su propia historia psiquiátrica y de adicción, Ann desarrolló e implementó programas de capacitación entre pares para dos agencias y para el estado de Arizona. Ann trabajó para el Sistema de Protección y Defensa de Arizona como defensora en el área de salud mental y ha dado clases de ayuda entre pares y de recuperación en Arizona, Arkansas, Canadá y Nueva Zelanda. Ann es la Directora Ejecutiva de Recovery Empowerment Network en Arizona.



Lauren Spiro, MA: Lauren ha dedicado su vida a transformar la atención en salud mental. Etiquetada con esquizofrenia crónica en su adolescencia, su viaje al bienestar impregna todo su trabajo. Lauren cofundó dos organizaciones sin fines de lucro y como directora de National Coalition of Mental Health Consumer/Survivor Organizations, Lauren defiende los valores, la visión, las políticas y las prioridades legislativas de los usuarios del sistema de salud mental en Washington D.C. y en todo los Estados Unidos. Lauren es artista y tiene una maestría en psicología clínica/comunitaria.