

Psicoeducación

El mayor avance del S. XX ha sido la declaración universal de los DERECHOS DEL HOMBRE (Juan Pablo II en su mensaje de Año Nuevo 1999). Dentro de estos derechos, indisolublemente unida a nuestra condición HUMANA, se encuentra el DERECHO A LA SALUD y unida a ésta el DERECHO A LA EDUCACION y ambos estrechamente involucrados, enlazados, potenciándose entre sí, realimentándose mutuamente con la VIDA.

En **SALUD y EDUCACION** lo primero que cuenta es la **PREVENCION**, y esto, como su nombre lo indica es prevenir, y prevenir es PREVER. Prever es antes que nada un VALOR y aprender a VALORAR es un hábito que se aprende si lo tenemos en cuenta como un VALOR=VALIOSO que puede formar parte de lo que tenemos de valioso los humanos, por el solo hecho de ser PERSONA.

El VALORAR es INHERENTE al SER HUMANO, a su jerarquía intelectual, a su comprensión global, a la evaluación en libertad que hace del mundo y de sus circunstancias (Ortega y Gasset), el valorar adecuadamente es tan importante como otros aspectos de la PERSONALIDAD, como lo es la inteligencia en términos de C.I. (Cociente Intelectual), la inteligencia emocional ("La Inteligencia Emocional" de Daniel Goleman), el afecto, la motilidad, el humor, la salud física, mental, emocional, social y espiritual. El integrar todo esto nos concierne a nosotros mismos, está implícito en nuestras obligaciones frente a uno mismo y frente a todos como comunidad.

Debemos expresar que la **SALUD y la EDUCACION** son valores que debemos ubicar en lo más alto de nuestras escalas conceptuales, única forma de REPLANTEAR, de RECONTEXTUALIZAR el mundo presente y sus circunstancias. Entendiendo que EDUCAR es también CREAR SALUD.

Como aporte a la dinámica de la **CONDUCTA HUMANA** entendemos **IMPRESINDIBLE, una PSICOEDUCACION GLOBAL, FORMADORA DE CONCEPTOS** y valores que integren lo humano y sus circunstancias, agregando que la **VERDADERA PROMOCION DE LA SALUD** pasa por ejes como los anteriormente expuestos, incorporando en la enfermedad y de acuerdo al caso, otros instrumentos como la **RELAJACION, la REESTRUCTURACION COGNITIVA, la PSICOTERAPIA INDIVIDUAL y/o GRUPAL, la EXPOSICION LIBRE**, sin pasar por alto en caso de ser necesario, la **MEDICACION ESPECIALIZADA**.