

# CÓMO ENTENDER Y AFRONTAR LA PSICOSIS

PROGRAMA PARA ADOLESCENTES Y SUS FAMILIARES



**PIENSA**  
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN  
EN PSICOSIS ADOLESCENTE

**Sesión 9:**  
*“Importancia de la  
comunicación en la  
familia”*

**Sección de Psiquiatría del Niño y del Adolescente**  
Dpto. Psiquiatría, Hospital General Universitario Gregorio Marañón  
Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, IISGM  
Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, CIBERSAM

# IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN



Relaciones familiares: No son causa de psicosis, pero ciertas formas de comunicación/relación pueden contribuir a las recaídas.

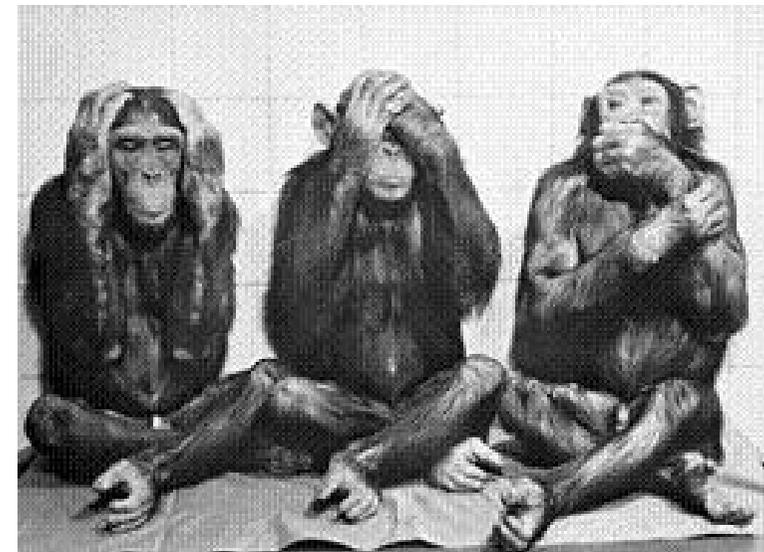


# TIPOS DE COMUNICACIÓN



VERBAL “lo que se dice”

NO VERBAL “lo que se hace”



PERMITE TRANSMITIR MENSAJES CLAROS

ES INDIRECTA Y TIENE QUE SER INTERPRETADA

Puede haber conflictos, por lo que la comunicación debe ser **CLARA, DIRECTA Y CONCRETA.**



# NIVELES DE COMUNICACIÓN



- COMUNICACIÓN INFORMATIVA → Sólo cuenta lo que ha sucedido
- COMUNICACIÓN RACIONAL → Introduce opiniones y reflexiones
- COMUNICACIÓN EMOTIVA Y PROFUNDA → Incluye sentimientos, afectos y emociones= EL IDEAL DE LA COMUNICACIÓN

SU AUSENCIA PUEDE  
HACERLES SENTIR SOLOS Y  
BUSCAR GRATIFICACIONES  
INADECUADAS

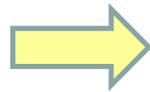


# COMUNICACIÓN DE ASPECTOS POSITIVOS



- REFUERZA EL VÍNCULO ENTRE LAS PERSONAS
- A veces nuestros hijos se sienten con una baja autoestima o rechazados

CLAVES



- Reforzar positivamente (sobre todo, de tipo social: sonrisa, halago, abrazo...)
- Evitar crítica constante y descalificación personal



## 6 CLAVES PARA MEJORAR LA COMUNICACIÓN

1. Evitar etiquetar negativamente a los demás

2. Ser específico

3. Discutir los temas de uno  
en uno

4. Elegir el lugar y el  
momento adecuados para  
cada conversación, en  
función de lo que  
queramos comunicar

5. Evitar los términos  
"siempre" y "nunca" pues  
raras veces son ciertos

6. No acumular emociones negativas, sino expresarlas





Sección de Psiquiatría del Niño y del Adolescente





## PIENSA: Programa de Intervención en Psicosis Adolescente





# PIENSA

<http://ua.hggm.es/>

## Sección de Psiquiatría del Niño y Adolescente

Dpto. Psiquiatría, Hospital General Universitario Gregorio Marañón

Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, IISGM

Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, CIBERSAM

