

¿Qué es el Proyecto Mind?



¿Qué es el Proyecto Mind?

Actualmente estamos realizando una serie de estudios de investigación, sobre que mantiene a las personas en riesgo persistente frente a la depresión, y cómo podemos ayudar también padecen: stress crónico y trastornos mentales . El estudio está dirigido por Estudios Contemplativos, siguiendo la metodología del Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Toronto.

¿Cual es el propósito?

El proyecto pretende mejorar la comprensión profunda a nivel científico de que es lo que hace que la gente se mantenga en ese umbral de riesgo persistente, frente al suicidio, depresión y otros trastornos; considerando cómo podemos ayudarles.

Buscamos personas que tengan un historial clínico de depresión, estrés crónico, ansiedad, suicidio, y trastornos mentales diagnosticados

Nuestro objetivo es alcanzar la cifra de 200 personas. Nuestros hallazgos tienen el potencial de ayudar a desarrollar, más instrumentos para las intervenciones clínicas basadas en MBCT (Mindfulness Based Cognitive Therapy)

¿Cómo puedo participar?

El proyecto comprende varios estudios dirigidos a las personas que tengan antecedentes, anteriormente descritos y que actualmente se encuentren bien o no. La propuesta puede ser realizada : a distancia y en presencia (Barcelona o Girona) en nuestros centros de investigación.

Si crees que cumples con los criterios y estás interesado en participar en la investigación, puedes formar parte de nuestro estudio

bajo las siguientes condiciones, si:

- Has estado o estás deprimido
- Has tenido tendencias suicidas u autodestructivas ahora o en el pasado
- Sufres de ansiedad crónica, estrés traumático o postraumático
- Tienes un trastorno mental diagnosticado, incluido en la siguiente lista:

Trastornos de ansiedad, trastorno de pánico, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno de estrés post-traumático y fobias

Trastorno bipolar

Depresión

Trastornos del estado de ánimo

Trastornos de la personalidad

Trastornos psicóticos, como la esquizofrenia

- Tienes entre 18 y 70 años de edad
- Tienes el español como lengua fluida
- Puedes dedicar 20 minutos diarios al estudio
- Puedes dedicar 2 horas semanales a la clase y al seguimiento psicológico (sea por teléfono o en presencia en Barcelona o Girona)
- Puedes contribuir con 60 euros (para gastos de materiales)

Entonces puedes ser elegible para participar en este estudio que se inicia el : 29 de Abril de 2015 y hasta el 18 de Junio de 2015.

Si resides en Barcelona o Girona, o quieres participar a distancia, escríbenos a info@estudioscontemplativos.com. y te daremos más detalles.

Gracias por tu atención, si consideras que este mail puede ser útil a alguien más, compártelo.

Un abrazo cordial

Koncha Pinós- Pey Ph.D

University Teacher & Senior Research in Compassion and Altruism, IM

Director of Estudios Contemplativos

www.estudioscontemplativos.com

kpp@estudioscontemplativos.com