

PROGRAMA EMPRESARIAL



contigo

The word 'contigo' is written in a teal, cursive font. Below the text, there is a stylized graphic consisting of two teal hands reaching up towards a red heart, all enclosed within a teal, curved line that forms a partial smile or arc.

FUNDACIÓN

CÁLMA

The logo for Fundación CÁLMA features the word 'CÁLMA' in a bold, blue, sans-serif font. A small green leaf is positioned above the letter 'A'. Below the word, there is a stylized blue figure of a person with arms raised, and a thin blue line underneath.



¿QUIENES SOMOS?

Fundación Calma ha desarrollado el programa "Contigo" con la finalidad de que profesionales en Salud Mental puedan brindar soporte y orientación a colaboradores que requieran soporte emocional, de esta manera no sólo se logrará el bienestar personal si no también se reforzará la importancia del cuidado de la Salud Mental. Según Decreto Supremo.

FUNDACIÓN

CÁLMA

contigo



OBJETIVO GENERAL

Brindar soporte y orientación en acompañamiento psicológico para el cuidado de la salud mental a los colaboradores del programa "Contigo" a través de medios remotos.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar acompañamiento psicológico a colaboradores.
- Brindar herramientas y técnicas para afrontar las diversas problemáticas, logrando un mejoramiento de salud mental.
- Realizar terapias psicológicas mediante la escucha activa.
- Ayudar a reducir miedo y estrés causados por el COVID - 19, entre otros.



SERVICIOS

01

CUESTIONARIO DE EXPLORACIÓN

Este cuestionario arrojará variables de factores en Salud Mental como depresión, ansiedad, entre otros factores de riesgos que pueden influir en los colaboradores, más aún en este estado de emergencia.



Se enviará el cuestionario de exploración a cada colaborador, por medio de sus teléfonos móviles o por correo corporativo. Tendrán que resolverlo en un lapso de tiempo.



En el cuestionario habrá tres secciones:

1

Cuestionario de depresión (medirá la escala de depresión del individuo).

2

Cuestionario de ansiedad (medirá la escala de ansiedad del individuo).

3

Sintomatología general en Salud Mental y otros factores.



Posteriormente, se hará un informe por cada trabajador para saber cómo se encuentra sus factores de Salud Mental.



De esta manera, explorando los valores se podrá saber un conocimiento más amplio de que el colaborador necesita de acompañamiento psicológico para la mejora de su desempeño en su medio laboral.





Diagnóstico de trastorno psicótico para los colaboradores de la empresa.



✓ **Transtorno Psicótico**



Probabilidad de sufrir enfermedades mentales para los colaboradores de la empresa.



✓ **Ninguno**



Diagnóstico de riesgo de sufrir alcoholismo para los colaboradores de la empresa.



✓ **Ninguno**



Diagnóstico de depresión para los colaboradores de la empresa.



✓ **No hay depresión presente**



Diagnóstico de ansiedad para los colaboradores de la empresa.



✓ **Ansiedad mínima a moderada**



Diagnóstico de trastorno convulsivo para los colaboradores de la empresa.



✓ **Ninguno**



SERVICIOS

02

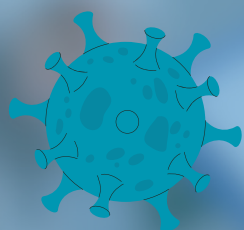
ACOMPañAMIENTO PSICOLÓGICO



ACOMPañAMIENTO PSICOLÓGICO

1

Los psicólogos brindarán acompañamiento psicológico de forma remota a cada colaborador (WhatsApp, videollamada, mensaje de texto y llamadas).



2

Acompañamiento Covid - 19 (para pacientes Covid-19, familiares, duelos).

3

Elaborarán un plan de prevención e intervención individual y grupal de los pacientes (los casos que requieran).



ACTIVIDADES ESTRATÉGICAS

1

Realizarán seguimiento de cada uno de los colaboradores asignados y elaborarán exposiciones de los casos.

2

Presentarán informes psicológicos

3

Realizarán un Excel de manera individual sobre el registro de atenciones brindadas.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Charlas informativas , talleres o capacitaciones sobre los diversos temas psicológicos.



BENEFICIOS PARA LA EMPRESA



**Retención de
talentos**



**Aumento de
productividad**



**Reducción de
rotación del personal**



**Mejora el clima
organizacional**



Ceñirse a lo dispuesto en Decreto Supremo para el mejoramiento de la salud mental de los trabajadores de entidades públicas y privadas a nivel nacional.