

**E**lena no existe, pero si existiera podría ser una usuaria tipo del SAP. Al llegar al último curso también podría encontrar apoyo para afrontar la angustia vital que produce la incertidumbre frente al futuro laboral o para vencer el miedo a hablar en público y avanzar en el camino de la asertividad. Elena podría haber sido uno de los 206 miembros de la comunidad universitaria que buscaron atención psicológica en los campus durante 2010. La mayoría, casi un 80 por ciento, fueron estudiantes.

“En algunos campus, principalmente en Ciudad Real y en Talavera de la Reina, el número de usuarios ha crecido considerablemente”, explica la coordinadora del SAP, Ana Isabel Callejas. Esta especialista atribuye el incremento a la incertidumbre que provocan ciertos determinantes para el ajuste de la vida universitaria al nuevo ritmo que marca el Espacio Europeo de Educación Superior. “Muchos estudiantes sufren angustia debido a la transformación en grados de las titulaciones, ya que no se ven con seguridad en la decisión tomada; además se replantean la organización del tiempo para marcar nuevo ritmo en los hábitos de estudio. También tienen que defender trabajos oralmente, para lo que no se sienten preparados e intuyen dificultades”, señala. La mayor difusión del servicio tanto en los centros como a través de la web institucional también ha contribuido al aumento en el número de usuarios según la profesora, para quien el “boca a boca” y la recomendación entre compañeros es la mejor técnica publicitaria.

### Talleres

Muchos de los usuarios acceden por primera vez al SAP a través de su carta de talleres. De hecho, en 2010 todos completaron el número máximo de asistentes, y en algunos casos hubo que duplicar el

grupo debido a la alta demanda. Los profesores también recurren al SAP, principalmente con dificultades en su relación de pareja o estrés laboral, al igual que el personal de administración y servicios, o en busca de asesoramiento para tratar con estudiantes que padecen esquizofrenia, síndrome de Asperger, conductas obsesivo-compulsivas y otros trastornos. Aunque también se ha producido, es menos habitual la admisión de problemas con el abuso de estupefacientes o alcohol.

El SAP no es un gabinete de atención psicológica, en ningún caso practica el intrusismo profesional y no deriva usuarios hacia profesionales concretos. Sí ofrece, en cambio, atención o asesoramiento en un momento determinado de la trayectoria de una persona en su vínculo a la Universidad, los llamados “bajones” de carácter transitorio. “Se descartan el diagnóstico y el tratamiento, aunque en determinados casos se procesan pruebas para reconducir hacia especialistas para el tratamiento”, asegura Ana Isabel Callejas. Ocurre con depresiones, trastornos alimentarios y todos los que precisen terapias con fármacos o de un seguimiento más exhaustivo.

El 80% de los usuarios del Servicio de Atención Psicológica son estudiantes

### La preocupación por la estabilidad personal

El principio fundamental de la labor del SAP es “generar estrategias en el sujeto para afrontar los momentos de vacilación y que puedan ser perdurables en el tiempo”, explica Ana Isabel Callejas. Atención individualizada y confidencial para compensar el “acertado pero no siempre eficaz” recurso de apoyarnos en personas de nuestro entorno cuando debemos afrontar hechos y situaciones que alteran nuestro concepto de bienestar. “Los profesionales no establecen lazos afectivos y ofrecen una oportunidad autónoma de regulación de esas carencias para el crecimiento personal de las personas, suponiendo en el sujeto un incremento de la autoestima”, indica. En definitiva, los usuarios del SAP han comprendido que la demanda de atención psicológica no antecede al diagnóstico de un trastorno. Sólo implica, “la preocupación del sujeto por su estabilidad personal y no el temor por el descubrimiento de una anomalía que condicionaría el resto de su vida”.

### + info

El Servicio de Atención Psicológica atiende gratuitamente en todos los campus solicitando cita previa por teléfono o a través del correo electrónico.

Teléfono: 902 204 110

Correo electrónico:

Campus de Albacete: [sap.ab@uclm.es](mailto:sap.ab@uclm.es)

Campus de Cuenca: [sap.cu@uclm.es](mailto:sap.cu@uclm.es)

Campus de Ciudad Real: [sap.cr@uclm.es](mailto:sap.cr@uclm.es)

Campus de Talavera: [sap.ta@uclm.es](mailto:sap.ta@uclm.es)

Campus de Toledo: [sap.to@uclm.es](mailto:sap.to@uclm.es)