



GAMA HEALTH PROJECT

FREE

CONNECTING PEOPLE FOR CREATING FUTURE

Prezentarea proiectului

GAMMA Health Project este un proiect inițiat și implementat de **Asociația Institutul de Cercetare și Studiul Conștiinței Cuantice – GAMMA Institute din Iași**, prin care oferim sprijin psihologic gratuit populației, pentru adaptarea și gestionarea problemelor și provocărilor, în contextul pandemiei de Covid-19.

Acest proiect a pornit ca un răspuns la nevoia urgentă a oamenilor de a găsi modalități prin care să facă față presiunilor actuale, de a-și menține o stare de echilibru și de a-și reconstrui viața, după trecerea stării de urgență.

Scopul proiectului GAMMA Health Project este cooperarea multidisciplinară în vederea reconstrucției societății și adaptării populației la un nou stil de viață, în care menținerea sănătății fizice, mentale, emoționale și relaționale să fie prioritară.

Obiectivele specifice ale proiectului:

Obiectivul 1

Dezvoltarea abilităților populației românești (din România și din diaspora) de a gestiona presiunea situațiilor de urgență, de a integra noi modalități de coping (eficiente în astfel de situații și de a-și reorganiza viața după trecerea "cutremurului" socio-psiho-economic cu care ne confruntăm.

Obiectivul 2

Creșterea capacității specialiștilor din domeniul psihologiei, psihoterapiei, consilierii și educației, de a oferi sprijin psihologic centrat pe nevoile oamenilor în situații de urgență (respectiv pandemie), astfel încât:



- Să prevină riscul apariției depresiei, anxietății sau a altor patologii, atât pe perioada crizei, cât și după trecerea acesteia (ca și post-reacție);
- Să-și dezvolte mecanisme de coping adaptate situației actuale, dar și stilului și contextului de viață
- Să-și dezvolte gândirea critică, flexibilitatea și abilitatea de luare a deciziilor, astfel încât să-și poată reconstrui viața personală, familială și profesională pe termen lung;
- Să-și dezvolte abilități de prevenție pentru preîntâmpinarea următoarelor valuri de pandemie sau a altor situații de criză.

Toate acestea vor fi incluse într-un know-how, într-un pachet cu informații, proceduri, recomandări și tehnici de intervenție, pe care îl vom dezvolta și apoi îl vom adapta la situațiile neprevăzute care apar în societate.

Obiectivul 3

Creșterea capacității organizațiilor și instituțiilor din mediul public și privat de a oferi sprijin psihologic la nivel extins întregii populații, în situații de criză. În acest mod avem în vedere creșterea accesibilității oamenilor la servicii psihologice, dar și creșterea încrederii lor în astfel de servicii, ca fiind unele de prevenție și suport și nu neapărat de "tratament" a unor tulburări psihice mai grave.

Activități

A1. Suport psihologic gratuit, populației și profesioniștilor din domeniul sănătății și din alte arii profesionale, în lupta COVID-19.

Această activitate va fi realizată de o echipă de **65 de voluntari** (psihologi, psihoterapeuți practicanți, consilieri, coach, psihoterapeuți în formare), ce vor răspunde solicitărilor venite din partea celor care au nevoie, sub forma unor discuții (telefonice sau de videocall Whatsapp) de 20-30 de minute.

Cei care doresc să ne solicite ajutorul, pot suna la numărul de telefon **0741 093 131** (recepția Institutului) sau pot completa formularul online pe site-ul <https://www.gammaclinic-psychology.ro/gammahealthproject>, începând cu data de **22 aprilie 2020**.

Aceste servicii vor fi disponibile pe toată perioada stării de urgență, dar și timp de 6 luni de la finalizarea acesteia (pentru a ajuta la reconstrucție și adaptarea stilului de viață la schimbările survenite în urma confruntării cu această pandemie).



A2. Dezvoltarea unui Ghid de intervenție psihologică pentru situații de urgență, adaptat la populația românească și la contextul socio-economic și cultural, ghid ce va cuprinde o analiză a problemelor apărute și a efectelor în plan psihologic asupra populației și tehnici de intervenție pentru diferite topici (pentru persoanele care lucrează în prima linie – personal medical, personal în alte instituții implicate în lupta împotriva virusului, pentru persoanele singure, pentru persoanele vârstnice, pentru familiile cu copii și pentru toate celelalte nișe și topici pe care le vom descoperi în practică, pe parcursul proiectului).

A3. Crearea unui parteneriat strategic între diferite instituții care oferă servicii de psihologie și educare a populației, astfel încât să avem un demers coerent, unitar în reconstrucția vieții după terminarea perioadei de criză.

Astfel, în urma derulării acestui proiect, ne dorim să:

- Să oferim zilnic, pe perioada stării de urgență, sprijin psihologic, unui număr cât mai mare de persoane;
- Să dezvoltăm o structură de asistență psihologică în caz de stare de urgență, bazată pe voluntariat, care să se prelungească și în perioada post-criză;
- Să crească nivelul de încredere al populației în accesarea serviciilor psihologice și de prevenție în domeniul sănătății fizice, mentale, emoționale și relaționale
- Să construim, împreună cu partenerii care se vor alătura proiectului nostru, o platformă unitară de ajutor psihologic în situații de criză, cu informații atât pentru publicul larg, cât și pentru specialiștii din domeniu.



Cine suntem noi?

Asociația Institutul de Cercetare și Studiul Conștiinței Cuantice (Institutul de Psihologie GAMMA) este o organizație non-guvernamentală din Iași, fondată în 2011, a cărei scop este:

- Promovarea, dezvoltarea, cercetarea și inițierea de activități în domeniul psihologiei, psihoterapiei și sănătății mintale;
- Informarea și educarea publicului larg cu privire la beneficiile serviciilor psihologice și furnizarea de asistență psihologică, consiliere și psihoterapie;
- Formarea specialiștilor pe diverse ramuri ale psihoterapiei și a intervențiilor de tip psihologic;
- Facilitarea colaborărilor dintre specialiștii români din domeniile menționate și specialiștii din spațiul internațional.

Departamente

1. Departamentul de Educație – GAMMA TRAINING – conține 2 școli: **Școala Sistemică de Formare** (acreditată de Colegiul Psihologilor din România pentru a furniza formare de bază și formare continuă în specializarea Psihoterapie Sistemică de Familie și Cuplu) și **Școala de Activare a Sinelui** (cursuri de dezvoltare personală ce integrează cele mai noi cercetări din domeniul neuroștiințelor și a paradigmei cuantice).

2. Departamentul de Sănătate și Intervenție – GAMMA CLINIC PSYCHOLOGY – este o clinică de psihologie și psihoterapie, ce oferă servicii tuturor categoriilor de vârstă (copii, adolescenți, tineri, adulți, vârstnici) și pentru diferite nișe: dificultăți psihologice, anxietate, depresie, tulburări psihosomatice, probleme de relaționare în cuplu și în familie, consiliere psihoprofesională, dificultăți de adaptare etc;



3. Departamentul de Cercetare – GAMMA PROJECTS & RESEARCH – dezvoltă proiecte proprii sau finanțate din fonduri europene, proiecte de cercetare în domeniul psihologiei, cu scopul de a conștientiza publicul larg cu privire la beneficiile dezvoltării personale asupra stării de bine individuale și familiale. În cadrul acestui departament, sunt elaborate instrumente inovative de intervenție în psihologie și educație non-formală, iar specialiștii din cadrul tuturor departamentelor participă la schimburi de experiență și lucru în echipe multidisciplinare și internaționale pentru îmbunătățirea continuă a practicii psihologice și psihoterapeutice.

Echipa Institutului de Psihologie GAMMA din Iași este formată din psihologi, psihoterapeuți și alți specialiști din domeniul sănătății mintale și este coordonată de către președintele organizației, **psiholog principal Diana Laura Ciubotaru** – psihoterapeut sistemic de familie și cuplu, formator și supervisor, cu experiență de peste 20 de ani în domeniul psihologiei, activității academice și a managementului organizațional.

Contact

Institutul de Psihologie GAMMA

Iași, Sos. Nicolina nr. 1 bl. 928B sc. A, ap. 1, interfon 01

www.gammaclinic-psychology.ro

www.gamma-conference.com

www.gammainstitute.ro

contact@gammainstitute.ro

+40 741 093 131