

# Se presenta **Familiando**, un recurso para ayudar a las familias a prevenir problemas de salud mental

- La psicóloga Patricia Gutiérrez Albaladejo pone a disposición de padres y madres, educadores, maestros, psicólogos/as... su metodología para desarrollar la identificación, elección y construcción de los valores.
- Estas herramientas servirán a la población para construir su identidad de manera férrea y les preparará para afrontar futuras dolencias en las diferentes etapas vitales de su desarrollo.
- La psicóloga Patricia Gutiérrez promueve con su metodología la posibilidad de desarrollar una "personalidad a la carta", cada persona, cada familia elegirá los valores como guía de comportamiento.

Madrid. 4 de diciembre de 2023. La psicóloga **Patricia Gutiérrez Albaladejo** presentará, el próximo miércoles, 13 de diciembre, en el Círculo de Bellas Artes de Madrid, el proyecto "Familiando". Se trata de un recurso que esta profesional, con más de 25 años de experiencia en la psicología clínica, la intervención social y la docencia, pone a disposición de las familias para ayudarles a prevenir posibles problemas de salud mental.

La autora ofrece a través del libro divulgativo **«Descubre (tus) valores: guía práctica para educar y proteger»** las herramientas del proyecto Familiando. Estas servirán a la población para construir su identidad de manera segura. Según Gutiérrez, además, la obra "busca transformar personas para generar cambios sociales de alto impacto a través de la identificación, elección y construcción de los valores".

"La idea es ayudar a las familias a que identifiquen los suyos, sus valores, y puedan generar así una estructura resistente con seguridad interna y una sana autoestima, a través de la adaptabilidad que nos proporcionan los valores cuando se conocen y se eligen", explica. "Gracias a esta guía, cada persona y cada familia, afectiva, social y/o laboral, podrá elegir conscientemente los valores que la definen, la protegen y la guiarán para alcanzar sus metas y retos vitales", añade.

El libro ofrece una serie de veintidós valores preseleccionados para quien lo lea encuentre una definición conceptual y visual de los mismos. El peso ilustrado del libro hace que su lectura sea atractiva y facilitadora. Los símbolos forman parte de la estrategia metodológica de la guía, encontrando en ella el lenguaje visual como facilitador de la comprensión y del aprendizaje significativo.

La autora ha desarrollado una metodología de aprendizaje específica para generar en la población, tanto infantil, como adulta, claves prácticas para forjar una sólida identidad y una alta percepción de protección y pertenencia que proporciona así un alto grado de bienestar.

Según explica "los valores son los responsables de articular la protección que buscamos como sociedad, ya que provienen de la reflexión, son consistentes y de ahí su valor predictivo sobre el bienestar poblacional. Los valores son la guía para alcanzar todo aquello que nos proponemos de manera adaptativa".

La reconocida **Editorial Octaedro** avala el libro con su sello de calidad y rigurosidad. Además, «Descubre (tus) valores: guía práctica para educar y proteger» cuenta con el prólogo de Mar Romera, referente en educación, infancia y familia. Para Romera "se trata de una construcción creativa, multisensorial y multidisciplinar; orientada hacia el amanecer de una sociedad más compasiva, generosa y amable, por tanto, una sociedad que me gustaría como escenario para el desarrollo de la obra de vida de mis nietos".

**La presentación tendrá lugar el próximo miércoles trece de diciembre en el Circulo de Bellas Artes de Madrid**, en la Sala María Zambrano a las 19h. Será un encuentro pensado para el debate y para el disfrute de los asistentes, se hablará de valores, de tipologías de familias, de promoción de la salud, de claves para la prevención del malestar, de inseguridades (autoestima) y de gestión emocional.

## Sobre la autora

---

Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid y posgrado con especialización clínica. Cuenta con una trayectoria profesional con más de veinticinco años de experiencia, siempre vinculada a la intervención social y sanitaria, así como a la docencia.

Además de fundar y codirigir Centro TAP. Tratamiento Avanzado Psicológico en el año 2009, Patricia Gutiérrez es profesora asociada en el Área de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico (Departamento de Psicología Biológica y de la Salud) de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid desde el año 2020, aunque está vinculada a esta institución desde el año 2004. Colabora como docente y tutora profesional en otras universidades de alto prestigio (Universidad Complutense de Madrid, Universidad Europea y Universidad Villanueva).

Apasionada por comprender los procesos de desarrollo y crecimiento que se establecen en las estructuras sociales y de familia. Esta característica le hace ser una buscadora incansable de soluciones, de recursos y de estrategias para aplicar cuando acompaña a las personas en la búsqueda de sus propósitos y estructuras de bienestar. La divulgación científica es otra de las líneas de desarrollo profesional en las que recae su actividad.

## Contacto

---

Patricia Gutiérrez Albaladejo  
(+34) 619 337 652  
info@familiando.es  
www.familiando.es

*Patricia Gutiérrez Albaladejo.*