

# Unidad de Hospitalización de los Adolescentes en Westview

1-800-528-6624



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>8:00 - 9:30 am</b>	Despertar/ADL's / Medicación & Desayuno	Despertar/ADL's / Medicación & Desayuno	Despertar/ADL's / Medicación & Desayuno	Despertar/ADL's / Medicación & Desayuno	Despertar/ADL's / Medicación & Desayuno	Despertar/ADL's /Chequeo de las habitaciones/ Medicación & Desayuno	Despertar/ADL's /Chequeo de las habitaciones / Medicación & Desayuno
<b>9:30 - 10:00 am</b>	Grupo Meta 30 minutos	Grupo Meta 30 minutos	Grupo Meta 30 minutos	Grupo Meta 30 minutos	Grupo Meta 30 minutos	Grupo Meta la habitación/limpiar 30 minutos	Grupo Meta 30 minutos
<b>10:00 - 10:30 am</b>	Relaciones saludables El niño/La chicas or de Orientación 30 minutos	Grupos de Habilidades de DBT El niño/La chicas or de Orientación 30 minutos	Grupos de Habilidades de DBT or de Orientación 30 minutos	Grupos de Habilidades de DBT or de Orientación 30 minutos	Grupo de Comentarios or de Orientación 30 minutos	<b>10:00-11:00 am</b> Grupo de Espiritualidad/ Activity 60 minutos	Grupo de enfermería El niño/La chicas 30 minute
<b>10:30-11:00 am</b>	La habitación/ limpieza de unidad 30 minutos	La habitación/ limpieza de unidad 30 minutos	La habitación/ limpieza de unidad 30 minutos	La habitación/ limpieza de unidad 30 minutos	La habitación/ limpieza de unidad 30 minutos		La habitación/ La ropa sucia 30 minutos
<b>10:30 - 11:00 am</b>	Bocadillo/Transitions Group 30 minutos	Bocadillo 30 minutos	Bocadillo 30 minutos	Bocadillo/Grupo de Transiciones 30 minutos	Bocadillo 30 minutos	Bocadillo 30 minutos	Bocadillo 30 minutos
<b>11:00 - 12:00 pm</b>	El Gimnasio 60 minutos	El Gimnasio (El niño) De Terapia Artística (Girls) 60 minutos	El Gimnasio 60 minutos	El Gimnasio 60 minutos	<b>11:00 -11:45 am</b> Activity 45 minutos	Activity 60 minutos	El Gimnasio/Arcada 60 minutos
<b>12:00- 12:15 pm</b>	Tiempo de silencio 15 minutos	Tiempo de silencio 15 minutos	Tiempo de silencio 15 minutos	Tiempo de silencio 15 minutos	<b>12:00 -12:30 pm</b> Nutrition Group	Tiempo de silencio 15 minutos	Tiempo de silencio 15 minutos
<b>12:15 - 12:45 pm</b>	Grupo de Habilidades Sociales 30 minutos	Grupo de Habilidades Sociales 30 minutos	Grupo de Habilidades Sociales 30 minutos	<b>12:00 -12:45 pm</b> Grupo el Abuso de Sustancias <b>12:15 -12:45 pm</b> Grupo de Habilidades Sociales	<b>12:00 -12:45 pm</b> Grupo el Abuso de Sustancias <b>12:30 -12:45 pm</b> Tiempo de silencio	Grupo de Habilidades Sociales 30 minutos	Grupo de Registrarse/ Reunión comunitaria 15 min.
<b>12:45 - 1:15 pm</b>	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
<b>1:25 - 3:50 pm</b>	La Escuela	La Escuela	La Escuela	La Escuela	La Escuela	<b>1:15 -2:00 pm</b> la Educación Sanitaria (La chicas) Atención Plena (El niño) 45 min.	<b>1:30-2:00 pm</b> la Educación Sanitaria (El niño) Atención Plena (La chicas)
<b>3:50 - 4:00 pm</b>	Bocadillo	Bocadillo	Bocadillo	Bocadillo	Bocadillo	<b>2:00 -3:50 pm</b> Movie	<b>2:00-3:30 pm</b> ocupaciones
<b>4:00 - 5:00 pm</b>	Grupo de Actividades 60 minutos	Grupo de Actividades - Partial Hospital Program 60 minutos	<b>4:00-5:15 pm</b> música/ sala de juego/El Gimnasio 60 minutos	Grupo de Actividad DBT 60 minutos	<b>4:00 -5:15 pm</b> música/ sala de juego/El Gimnasio Zumba (La chicas)	El Gimnasio 60 minutos	<b>3:45-4:00 pm</b> Bocadillo <b>4:00-5:00 pm</b> De Terapia Artística/juegos
<b>5:00 - 5:15 pm</b>	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	<b>5:15-5:30 pm</b> Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	<b>5:15 -5:30 pm</b> Tiempo de silencio	<b>5:00 -5:30 pm</b> Meds/teléfono/TV	<b>5:00-5:30 pm</b> Meds/teléfono/TV
<b>5:15 - 5:45 pm</b>	Meds/teléfono/TV 30 minutos	Meds/teléfono/TV 30 minutos	<b>5:15-5:45 pm</b> Meds/ teléfono/TV 30 minutos	Meds/teléfono/TV 30 minutos	<b>5:15-5:45 pm</b> Meds/ teléfono/TV 30 min	<b>5:30 -5:45 pm</b> Tiempo de silencio	<b>5:30 -5:45 pm</b> Tiempo de silencio
<b>5:45 - 6:20 pm</b>	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
<b>6:20 - 6:30 pm</b>	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio	Tiempo de silencio
<b>6:30 - 7:00 pm</b>	Grupo de Cierre 30 minutos	Grupo de Cierre 30 minutos	Grupo de Cierre 30 minutos	Grupo de Cierre 30 minutos	Grupo de Cierre 30 minutos	Grupo de Cierre 30 minutos	Grupo de Cierre 30 minutos
<b>7:00 - 8:00 pm</b>	Grupo de Actividades 60 minutos	De Terapia Artística (El niño)/Partial Hospital Program (La chicas) /AA 60 minutos	Music, El Gimnasio 60 minutos	El Gimnasio 60 minutos	El Gimnasio 60 minutos	Grupo de Actividades 60 minutos	El Gimnasio
<b>8:00 - 9:30 pm</b>	Meds/bocadillo/ADL's teléfono/TV 90 minutos	Meds/bocadillo/ADL's teléfono/TV 90 minutos	Meds/bocadilloADL's teléfono/TV 90 minutos	Meds/bocadillo/ADL's teléfono/TV 90 minutos	Meds/bocadillo/ADL's teléfono/TV 90 minutos	Meds/bocadillo/ADL's teléfono/TV 90 minutos	Meds/bocadilloADL's teléfono/TV 90 minutos
<b>9:30 - 10:00 pm</b>	La hora de acostarse	La hora de acostarse	La hora de acostarse	La hora de acostarse	La hora de acostarse	La hora de acostarse	La hora de acostarse

# Programa de Westview

## Descripción de Actividades y Grupos

**Grupo de Actividades:** Puede incluir paseos por los terrenos, actividades al aire libre como voleibol y baloncesto, utilizando equipo de gimnasio/juegos para mejorar la salud y complementar otras intervenciones de tratamiento

**Alcohólicos Anónimos:** Grupos de Alcohólicos Anónimos dan a los pacientes 12 apoyo escalonado.

**Grupo de Terapia Artística** – Brinda una oportunidad para que cada paciente comparta, discuta e interprete el significado de su obra de arte con la orientación y el apoyo del terapeuta de arte.

**Grupo de Registrarse** – Los pacientes revisarán su día hasta este punto y discutirán los obstáculos/progresos realizados hacia los objetivos diarios.

**Grupo de Artes Creativo del Teatro** – Los pacientes usan juegos de teatro y escritura/grabación de canciones para desarrollar percepciones y soluciones a problemas individuales así como expresar emociones/preocupaciones en un medio menos dependiente de habilidades verbales.

**Grupo de Actividad DBT** – Los pacientes participarán en una actividad de pensamiento creativo que refuerza las destrezas aprendidas.

**Grupo de Tarea de DBT** – Los pacientes completarán las hojas de trabajo sobre las diferentes habilidades que están aprendiendo y discutiendo en un grupo pequeño.

### Grupos de Habilidades de DBT

- **Atención Plena:** Los pacientes aprenderán acerca de los tres estados mentales, así como las habilidades Qué y Cómo de Atención Plena.

- **Tolerancia a la Angustia:** Los pacientes aprenderán habilidades específicas de Tolerancia de angustia para usar en Mente Sabia. Estas habilidades serán: Mente Sabia Acepta, 3,2,1, Autosaliente y MEJORAR el momento.

- **Habilidades Interpersonales** : Los pacientes aprenderán habilidades para construir y mantener relaciones positivas. Estas habilidades serán: las cinco cosas que le impiden lograr los objetivos de relación, DAR, QUERIDO HOMBRE, y RÁPIDO.

- **Regulación Emocional:** Los pacientes aprenderán habilidades para aumentar las emociones positivas y reducir la vulnerabilidad emocional. Estas habilidades serán: ABC POR FAVOR, ACCIÓN OPUESTA, la habilidad WAVE.

- **Caminando El Medio Camino:** Los pacientes aprenderán habilidades para manejar los problemas de la familia adolescente. Estas habilidades serán: Pensar dialécticamente, validación y maneras de aumentar/disminuir comportamientos.

- **Grupo de Práctica de Habilidades:** Los pacientes discutirán las habilidades de DBT que han estado aprendiendo en un grupo pequeño.

**Desarrollo de Relaciones saludables:** Los pacientes aprenderán y discutirán maneras de tomar decisiones interpersonales saludables. También explorarán los riesgos y las consecuencias de participar en comportamientos peligrosos.

**Grupo de Comentarios:** Los pacientes reciben comentarios sobre su progreso hacia los objetivos del tratamiento de sus compañeros y del personal.

**Grupo de Educación para la Salud:** Los pacientes discutirán diferentes temas relacionados con vivir una vida sana, tanto física como emocionalmente.

**Objetivo del Grupo:** Los pacientes establecen metas diarias relacionadas con su Comportamiento Objetivo Individualizado establecido en las admisiones.

**Grupo de Comentarios de Niveles:** Los pacientes presentan solicitudes de cambio de nivel a sus compañeros. Reciben comentarios sobre su progreso hacia los objetivos de tratamiento de sus compañeros y personal.

**Grupo de Educación Sobre Medicamentos:** Los pacientes aprenderán sobre medicamentos que están tomando y podrán hacer preguntas específicas a la enfermera que está recetando su medicación.

**Narcóticos Anónimos:** Los grupos de Narcóticos Anónimos dan a los pacientes 12 pasos de apoyo.

**Nuevo Grupo de Orientación al Paciente:** Los pacientes se reúnen con el personal para revisar la seguridad, discutir las expectativas en el medio y preguntar al personal cualquier pregunta que pueden tener. (Westview no utiliza los paquetes de DBT mientras que practicamos un diverso modelo, sin embargo, incorporamos algún DBT durante el grupo de habilidades).

**Grupo de Nutrición:** Los pacientes aprenderán información sobre patrones de alimentación saludable y el efecto que la mala alimentación puede tener sobre el estado de ánimo y el comportamiento.

**Grupo de Espiritualidad:** Reunión Espiritual voluntaria no-denominacional que se enfoca en opciones positivas de vida, estímulo y tranquilidad.

**Grupo de Habilidades Sociales:** Los pacientes reciben instrucción sobre temas como tratar con relaciones desafiantes, reconocer los niveles de ira y angustia y encontrar maneras de mejorar la autoestima a través de experiencias positivas y hacer un inventario de fortalezas personales.

**Grupo de Educación sobre el Abuso de Sustancias:** Los pacientes reciben información sobre diversas sustancias de abuso y el impacto negativo, psicológicamente y físicamente. También aprenden a formular un diseño para vivir en recuperación a través de la integración de las estrategias cognitivas y conductuales necesarias para prevenir el retorno al abuso de sustancias.

**Grupo de Transiciones:** Los pacientes discutirán sus planes para el cuidado de seguimiento con el planificador de descarga. El compromiso con el tratamiento continuo se buscará con cualquier pregunta o preocupación remitida al terapeuta. Los pacientes también identificarán las destrezas DBT que consideren útiles después del alta.

**Grupo de Cierre:** Los pacientes del Grupo de Cierre revisan su objetivo diario y discuten las habilidades utilizadas y/o los obstáculos para alcanzar la meta.