



Germanes
Hospitalàries

HOSPITAL SAGRAT COR

EXPERIÈNCIA GRUP D'INSERCIÓ COMUNITARIA , LA PARTICIPACIÓ DE L'AFECTAT EN LA RECUPERACIÓ EN SALUT MENTAL

Jornada tècnica La Unió
T. Mas, M^a J. Oliva i M. González

Novembre/ 2016



Experiencia grup d'inserció comunitaria, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

Principis de la rehabilitació

- Promoure i fomentar la participació activa de l'afectat en el control de la seva vida i en el procés de rehabilitació
- Promoure la integració de la persona en la seva comunitat
- Propiciar pautes de vida el més normalitzades possibles desenvolupant rols socials adients a les seves característiques personals
- Maximitzar l'autonomia i independència basant-se en les capacitats, competències i sistemes de suport de cada persona i del seu entorn



Experiencia grup d'inserció comunitaria, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

- **CONCEPTE DE RECUPERACIÓ "RECOVERY"**

Shepperd et al, 2008 defineixen que la base de la recuperació "resideix en un conjunt de valors sobre el dret d'una persona a construir per si mateixa una vida amb sentit, amb o sense la continua presència dels símptomes d'una malaltia mental. La recuperació es basa en els conceptes de l'autodeterminació i l'autocontrol. Emfatitza en la importància de l'esperança per a mantenir la motivació i recolzar les expectatives d'una vida plena."



Experiència grup d'inserció comunitària, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

- **DETECCIÓ DE NECESSITATS**

Aspectes a reconstruir quan apareix la malaltia mental:

- les relacions socials : moltes s'han perdut i cal tornar a restablir-les si és possible o crear-ne de noves
- definir un projecte de vida que doni sentit al dia a dia: fins llavors la persona desenvolupava un rol amb el qual es definia davant dels altres. Ara cal tornar-lo a crear o adaptar, evitant que la malaltia estigui en un primer pla
- tenir espai de lleure satisfactori com qualsevol altre ciutadà
- tenir una vida el més normalitzada possible,; estem a la societat de l'ocupació. Tenir una vida activa ens fa com els "altres".



Experiència grup d'inserció comunitària, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

Objectius del grup

- Vèncer l'aïllament
- Tenir xarxa social
- Facilitar la inserció comunitària de la persona
- Adquirir rol social



Experiència grup d'inserció comunitària, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

- **Metodología**

Grup de sessions quinzenals de 90 minuts.

Els conductors del grup són dos pacients experts del servei i la treballadora social.

S'utilitzen dinàmiques de grup, visita a recursos, entregar petit resum de la sessió.



Experiència grup d'inserció comunitària, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

Temari

- Tema 1: Que vol dir inserció comunitària?
- Tema 2: Capacitats i pors personals
- Tema 3: Interessos individuals
- Tema 4: Les relacions socials
- Tema 5: Noves tecnologies
- Tema 6: Coneixement de recursos
- Tema 7: Posada en pràctica i acompanyament
- Tema 8: Tancament i valoració final



Experiència grup d'inserció comunitària, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

Resultats

- Els tres usuaris participants han trobat espais comunitaris normalitzats on poder gaudir del seu oci.
- A l'estiu i vinculat en aquest grup es van crear trobades setmanals on organitzaven una sortida de lleure setmanal sense suport cap professional
- De cara al pròxim grup la idea és potenciar l'establiment de xarxa social entre els usuaris que participin.



Experiència grup d'inserció comunitària, la participació de l'afectat en la recuperació en salut mental

Reflexions finals

- Chus: "El fet d'anar superant obstacles durant molt de temps per arribar al lloc on estic ara que és on puc trobar temps de benestar m'ha ajudat a veure la meva vida amb esperança i és això el que jo volia transmetre en aquests grup."
- Tere:i "Al final, allò que feia tanta por havia desaparegut i s'havia convertit amb una meta. Personalment ha sigut una activitat gratificant perquè veus l'evolució des del principi fins el final."
- Mireia: "Treballem conjuntament per la milloria dels altres. Aprofitem les capacitats de tots per ajudar als altres"