

El treball des del model de recuperació en salut mental

L'acompanyament del patiment mental des de la subjectivitat i el respecte

Gemma Gómez. Tècnica d'Atenció a Domicili. Servei Integral d'Atenció a Domicili.
 Sant Pere Claver - Fundació Serveis Socials.

El model de recuperació proposa la coexistència de la simptomatologia de la persona amb el desenvolupament d'una vida satisfactòria. Treballar des de la participació i el respecte determina la vivència subjectiva del benestar com a principal criteri d'avaluació.

L'anomenat *model de recuperació* defensa la coexistència de la simptomatologia de la persona amb un problema de salut mental i el desenvolupament d'una vida satisfactòria. En els darrers anys, el treball des d'aquest model ha esdevingut un principi clau en l'atenció comunitària de salut mental.

Aquest tipus de treball en salut mental sorgeix de la interpel·lació de les persones amb patiment mental cap als serveis on són ateses, vinculada a l'experiència de la vulneració dels drets humans i a la repercussió que té aquesta vivència sobre el propi procés de millora.

Aquesta aproximació s'emmarca en la Convenció Internacional de les Nacions Unides sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat del 2006, coneguda com a Convenció de New York (1), i suposa una alternativa als valors i perspectives existents en l'actualitat.

Actualment, ja disposem d'un recull de resultats empírics que demostren que els tractaments més eficaços són aquells "rics i densos en ingredients de recuperació" (2).

Dia a dia, aquest enfoc va prenent protagonisme, especialment en els espais en primera persona així com en els dispositius de suport a la vida independent.

Coexistència de la simptomatologia amb el desenvolupament d'una vida satisfactòria

En aquesta mirada, el concepte de recuperació no es refereix a la recuperació clínica o a tornar a la situació anterior d'haver tingut una problemàtica de patiment mental. Es tracta de centrar-nos en l'afrontament subjectiu de la pròpia vida i no en la simptomatologia.

Més enllà de si els símptomes persisteixen o no, es dona rellevància a la idea de gaudir d'una vida satisfactòria amb objectius i possibilitats vitals pròpies, focalitzant-nos en les capacitats preservades i els aspectes més sans.

Parlem d'una convivència amb els símptomes que permeti a la persona un nivell d'integració sociocomunitària per desenvolupar una vida prou satisfactòria.



"El model de recuperació se centra en la vivència subjectiva del benestar, no en la reducció de símptomes i nombre de recaigudes. L'objectiu és facilitar l'apoderament i la desestigmatització."

Un treball des de la participació i el respecte

Mitjançant un procés d'autodeterminació és el subjecte qui pren les decisions, facilitant-li els suports que ens requereixi, i d'aquesta manera anar dibuixant una vida amb sentit.

La persona és protagonista del seu procés vital i només ella podrà donar-li un nou significat recuperant el control actiu sobre la mateixa. Trobem millores genuïnes treballant des del respecte, és a dir, des de la percepció de que sóc jo (no el professional o la institució) qui decideix sobre les meves coses, el meu tractament i les meves relacions. En funció del meu entorn vital i cultural, els meus propis valors, entenent que el que em passa té a veure amb la meva trajectòria, amb la meva història de vida.

Fa molt temps que ho sabem; els humans només podem sentir i desenvolupar el respecte cap a nosaltres mateixos si hem pogut viure l'experiència de ser respectats.

No deixo la meua vida en *mans* dels altres, en *mans* dels professionals. Sinó que, amb el seu acompanyament, prenc les decisions que em semblen més adients a cada moment i afrontem plegats els èxits i fracassos que aniran apareixent. Es tracta de *col·laborar* enlloc de *pautar*, d'aquesta manera la relació no queda restringida en una relació de control d'un sobre l'altre, sinó en una relació d'horitzontalitat i respecte mutu.

Els dos, el qui parla des de la posició en primera persona i el qui parla des de la posició professional, ens centrem en el benestar i en la resistència enfront el dolor. Però, parlem tots dos.

D'aquesta manera, les intervencions professionals orientades des de la recuperació es focalitzaran en la col·laboració i participació activa per un manteniment de la qualitat de vida i de l'esperança. Així com en la recerca compartida dels suports necessaris per poder gaudir una vida autogestionada, del tipus de tractament que resulta més útil, del desenvolupament de l'autocura i dels propis objectius. Desenvolupant rols socialment valuosos, mantenint relacions socioafectives que siguin significatives, vivint una vida independent sense una permanent supervisió dels altres, "que no té la forma que jo crec que necessito i desitjo". Per administrar els meus diners, fer la compra, preparar el dinar, la meua higiene personal o unes activitats de lleure no estructurades.

"La persona pren decisions amb l'acompanyament del professional i tots dos afronten plegats èxits i fracassos. La seva relació es basa en 'col·laborar', enlloc de 'pautar'"

La vivència subjectiva del benestar com a criteri d'avaluació

Tot això comporta canvis en l'organització dels propis serveis de salut mental i en les aptituds i característiques que es requereixen en els professionals.

També ens convida a reconsiderar aspectes de la psicopatologia al concedir màxima rellevància a la subjectivitat enfront la tradicional hegemonia de l'objectivitat, en la importància essencial de l'elaboració del dol i en el concepte mateix de malaltia.

Els resultats són ja visibles en l'augment de la participació i implicació de les persones en els serveis d'atenció. Apareix l'apoderament i la desestigmatització. Un exemple, entre d'altres, impulsat per la Fundació Serveis Socials del Grup Sant Pere Claver, són els "TRIÀLEGS", uns espais de reflexió a tres bandes per a familiars, persones ateses i professionals.

Donant un paper preponderant a la intervenció des de l'àmbit comunitari i amb ressonància de canvis en la concepció filosòfica de la vida, en la manera de concebre la vida mateixa.

Els criteris de millora en patiment mental ja no son la reducció de símptomes, la disminució del nombre de recaigudes o ingressos. Ara tenim en compte principalment, la vivència subjectiva del benestar.

"L'objectiu de la recuperació no és arribar a ser normal. L'objectiu és abraçar la nostra vocació humana d'arribar a ser més profundament humà, malgrat les limitacions funcionals" (3).

Referències bibliogràfiques

- (1) **Convención Internacional de Naciones Unidas sobre Derechos de las Personas con Discapacidad**, Nueva York, 2006
- (2) Slade, M. **Personal Recovery and Mental Illness. A guide for mental health professionals**. Cambridge University Press, 2009
- (3) Copeland, M. **WRAP: Wellness Recovery Action Plan**. Brattleboro, Vt.: Peach Press, 1997
- Sennett, R. **El Respeto. Sobre la dignidad del hombre en un mundo de desigualdad**. Anagrama, 2018
- J.M.Esquirol. **La Resistència íntima: Assaig d'una filosofia de la proximitat**. Quaderns Crstronga, Assaig, 2015
- Páez Cot, C. **Ales de Paper. Una mirada cap a les persones que pateixen trastorn mental**. Espai Literari, 2017
- Martín L., Colina F. **Manual de psicopatología**. AEN, 2018
- Colina, F. **Sobre la locura**. Cuatroediciones, 2014
- Planella, J. **Fonaments per a una pedagogia de l'acompanyament en la praxi de l'educació social**. Rev. Catalana de Pedagogia, 2003
- Leal Rubio, J. **Los cuidados en el marco de una ciudadanía inclusiva**. Rev. AEN, 2018
- Relaño, J. **Veus en primera persona, canvi de model en salut mental**. La Directa, 463

- Rosillo, M., Hernández, M., Peter K, S. **La recuperació: servicios que ponen a las personas en primer lugar**. Rev. AEN, 2013
 - Guia de [drets en Salut Mental](#)
 - Nou manual de [recuperació i autogestió del benestar](#)
-

Veure la pàgina del [Programa PAC](#)

Veure la pàgina de [Salut Mental](#)

Veure la càpsula: [Viure amb autonomia malgrat el patiment mental](#)

Llegeix més articles a "[la càpsula](#)"

Visita el web de [Sant Pere Claver - Fundació Serveis Socials](#)

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spsocial.org | www.spsocial.org
