

Com fomentar la resiliència en fills de famílies que pateixen un trastorn mental sever?

El programa Kidstime realitza prevenció en problemes de salut mental a través del j

Dra. Ariadna Pérez-Domingo. Psicòloga. Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil de Sants-Montju.
 Sant Pere Claver - Fundaci

Aquest curs 2017-2018 hem posat en marxa la segona edició del taller Kidstime a Sant Pere Claver – Fundació Sanitària, un programa innovador importat d'Anglaterra dirigit a famílies on un dels progenitors pateix problemes greus de salut mental i que té per objectiu fomentar les capacitats parentals i la resiliència dels infants.

Diversos estudis apunten que **tenir un pare o una mare amb p de salut mental augmenta el risc en els fills de patir dificul infància** de caire social, de conducta, de salut mental i conducció legal a l'adolescència (Cárdenas et al., 2015). També cal destacar les dificultats associades al fet d'esdevenir els cuidadors dels propis fills: estrès, canvi en els rols pare-fill, responsabilitats i tasques domèstiques que corresponen a l'edat... (Huntsman, 2008).

Sovint aquests infants **no demanen ajuda per por, vergonya o culpa i creix sentint-se diferents i amb responsabilitats i preocupacions** que generen riu i malestar. Si a més hi afegim els riscos genètics, la vulnerabilitat al tractament i conductes parentals relacionades amb la falta de salut mental dels pares, el risc és més gran, ja que un infant, adolescent o adult que desenvolupi també un trastorn mental.

Per tal d'intentar mitigar aquests efectes negatius i fer prevenció potenciant la capacitat dels pares, a Anglaterra es va crear un programa d'atenció a les famílies anomenat Kidstime (el temps dels nens) el qual ha estat importat a Catalunya darrers anys. Aquest programa està dirigit a infants i als seus pares, **psicòlegs i terapeutes grupal-gent-gran** els quals pateixen algun problema greu de salut mental, i el seu objectiu principal **fomentar la resiliència dels nens i nenes proporcionant un espai segur on poden divertir-se, entendre la problemàtica dels seus pares, i compartir les seves experiències** amb altres infants en la mateixa situació i trobar ajuda de professionals que entenen quins són els problemes del seu

trastorn relacionats amb el trastorn mental que pateixen els seus pares. A la vegada, els pares també troben un espai on poder parlar dels seus problemes de cria i de com el trastorn que pateixen afecta a la paternitat.

Com es desenvolupa el taller Kidstime?

Les famílies (de 6 a 9 per taller) es reuneixen una tarda al mes en un equipament que no pertany a la xarxa de salut mental. En el nostre cas, fem servir les instal·lacions d'un centre cívic del barri de Poble Sec. Els tallers són conduïts per un **equip multidisciplinar** de professionals del CSMA i el CSMIJ i tenen una durada de 2 hores i 30 minuts. Cada sessió es desenvolupa a través d'un tema relacionat amb la família i la salut mental i es divideix en tres parts:

- **Grup multifamiliar**

Pares, infants i professionals ens retrobem, anunciem el tema de la sessió i juguem plegats a algun joc per trencar el gel.

- **Grup de pares i grup d'infants per separat**

Per una banda, els progenitors parlen sobre temes referents a la paternitat i les dificultats que es troben com a pares relacionades amb el problema de salut mental que pateixen. Cal destacar que aquests grups no són un grup terapèutic que es poden crear al CSMA on parlen de la seva malaltia, aquí el tema principal no és el trastorn mental sinó com aquell afecta al seu dia a dia amb els fills. Paral·lelament, els infants treballen el tema de la sessió mitjançant el teatre i la filmació de petits curts.

- **Retrobament i berenar**

*"Tenir un proge
 amb un trastorn
 mental augmen
 risc en els fills
 presentar probl
 en la infànci*

En la última part del taller ens retrobem tots i ens expliquem mútuament què hem fet o de què hem parlat als nostres g. Després arriba el moment més esperat pels més petits i també pels adults: la pizza! Mentre berenem-sopem, aprofitem projectar els vídeos que els nens i nenes han gravat i per parlar informalment entre famílies i professionals.



Actualment està en curs la segona edició d'aquest taller i com a professional que hi participa m'agradaria destacar l'a companyerisme i proximitat que s'hi respira, així com el canvi de rol dels professionals que el duem a terme, més prop participem en totes les activitats com un més jugant, ballant, actuant, gravant... En aquest segon any de taller, on **algures famílies són repetidores i ajuden als nous a sentir-se còmodes i a participar**, se'ns fa cada cop més present la utilitat d'espais com aquest, on les famílies poden trencar el tabú i l'aïllament que l'estigma imposa i on els nens poden **sentir-se lliures de compartir les seves preocupacions en un clima càlid, acollidor i lúdic**.

Equip Kidstime Sant Pere Claver – Fundació Sanitària:

Dèlia Escarmis, Assumpció Díez, Marina Torelló, Laia Maldonado, Anna Oriol, Marta Montaner i Ariadna Pérez.

Referències

- Cardenas, M., Coromina, M., Saltó, C., Pérez, O., Acevedo, A., Fuentes, M., Sánchez, T., García, A., Ardevolc, I. i Peris (2015). Fomentando la resiliencia en las familias con enfermedad mental parental: Los talleres Kidstime. *Psicopatología Mental*. 25: 37-41.
- Huntsman, L. (2008). Parents with mental health issues: Consequences for children and effectiveness of interventions to assist children and their families. Australia: Centre for Parenting & Research Service System Development Division Department of Community Services.

Altres enllaços d'interès

- Visita el web [Kidstime](#)
- Visita el web [CSMIJ](#)
- Llegeix més articles a ["la càpsula"](#)
- Visita el web de [Sant Pere Claver - Fundació Sanitària](#)

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