



6è Congrés Català de Salut Mental

MIGRACIONS, EXILI I REFUGI: DRETS HUMANS I SALUT MENTAL

Barcelona, 1 - 3 de juny de 2017

COMUNICACIÓ

LA SALUT MENTAL EN LA CRUILLA VOLUNTARIAT I REFUGI

Núria Pi Borralleras
Voluntaria en Converses Refugiats
Psicòloga i Terapeuta Familiar

Reflexions fruit de la participació en el grup Converses Refugiats

Característiques

Refugiats: joves, procedents de molts països, amb grans diferències culturals, mantenen contacte amb les seves famílies, estan en la primera i segona fase d'acollida en les ONG'S. Nombre participants variable.

Voluntaris: major variabilitat d'edat, treball i expectatives. Vivència col·lectiva dels èxits. Nombre participants variable.

Grup com potenciador de xarxa relacional, d'ajut, d'arrels i d'ales amb una trobada mensual.

Objectius dins del marc de l'ONG:

- Crear parelles lingüístiques amb una freqüència setmanal.
- Vincular les persones amb la ciutat.
- Acompanyar en gestions: visites mèdiques, tràmits..

Metodologia i resultats qualitatius:

Amb el pas del temps, es van teixint uns vincles on les trobades prenen diferents sentits i comporten, la clarificació de rols i aparició de nous relats, conflictes i solucions, singulars segons cada parella. I situats en una cruïlla relacional al mig d'una dansa en moviment constant, travessada per moltes variables:

De l'acomodació relacional a la confrontació, alguna vegada.

De l'omnipotència, al desànim, vulnerabilitat i l'acceptació dels límits.

De les carències de papers, habitatge, treball o solitud, sumat a les carències i descoordinació de les polítiques internacionals, estatals i locals d'acollir...cap els recursos que ens puguin permetre construir un nou relat, més resilient, en parella i en grup, animats en un fort intent, de deixar de banda les limitacions i treballar per les possibilitats.

Cruïlla, on s'aprèn a aprendre de l'altre, i per tant, permet entre d'altres, expressar i controlar les emocions, discernir entre comportaments que ens igualen, que ens diferencien i d'altres, com els prejudicis, que ens separen. Mentre en aquesta ruta, un busca ser considerat ciutadà de ple dret i l'altre aprèn a ser ciutadà d'un món molt més global.

Tot un "exercici" de salut mental, compartida i diferenciada.