



6è Congrés Català de Salut Mental

MIGRACIONS, EXILI I REFUGI: DRETS HUMANS I SALUT MENTAL

Barcelona, 1 - 3 de juny de 2017

GRUP DE PENSADORS

Dolors Muñoz

Perquè Pensadors?

Som agosarats! No pensa tothom? Segur que si, però així ens vam definir en la primera sessió del grup.

La resposta al perquè seria que “Tots pensem però **cal aturar-nos per a fer-ho i posar paraules** a tot allò que sentim i pensem **per compartir-ho amb el Grup**”, i en aquest **Grup de Pensadors** així ho volem fer i així ho hem fet.

1) Història / cronologia.

A proposta d'un grup de professionals de la Fundació Congrés Català de Salut Mental, s'inicia al setembre del 2010 un grup format per – Persones afectades, Professionals i Familiars; *L'objectiu del Grup* és: compartir experiències i coneixements personals per així construir pensament crític per tal de generar idees que afavoreixin la millora de la salut i augmentin la qualitat de vida de les persones que formen part de l'àmbit de la salut mental.

La nostra eina: el diàleg, el qual a partir de la participació, la reflexió, el relat... facilita integrar totes les opinions i propostes i possibilita la construcció conjunta de nous conceptes.

La nostra voluntat: la perspectiva de projectar les aportacions més enllà del grup.

Actualment s'organitzen 2 edicions per any, cada edició consta de 6 sessions de grup, d'una hora i mitja de durada, amb una freqüència quinzenal, amb 12 – 16 integrants.

En iniciar cada bloc es consensua el tema d'abordatge sobre qüestions relatives a la salut mental.

Per l'experiència del grup han passat més de 80 pensadors, sense comptar els 25 que en el darrer congres varen participar en el Taller i van poder fer-ne un tast.

2) Característiques principals del grup.

No és un grup terapèutic. Tots els participants ens situem en un **plànol horitzontal** totalment desjerarquitzat i som considerats com **experts** des de la nostra pròpia vivència i experiència personal.

Aquest espai no està orientat a negar la necessitat de tractament (terapèutic i farmacològic), tot al contrari defensa la seva existència però així mateix defensa la necessitat d'integrar en ells el discurs i les aportacions dels propis implicats tal com es fa palesa en àmbits internacionals (declaració d'Hèlsinki i Pla d'acció de salut mental OMS 2005) *Mercedes Serrano

3) Temes tractats en els blocs

Des del començament, juliol 2010, hem realitzat 11 edicions, amb els següents temes:

“La relació”, “L'ingrés psiquiàtric”, “La responsabilitat”, “La família”, “I després què?”
“La comunicació”, “El discerniment”, “La indefensió”, “La identitat”, “La por”, “La gestió de les veus”, “La soledat”, “La recuperació” i el darrer “La integració de la diferència amb l'altre”.

4) Què representa pels components del grup?

Respostes més freqüents:

Ens sentim a gust, és un espai d'intercanvi d'experiències, vivències, pròpies i alienes on hi fem aprenentatge i utilitzem la paraula per expressar sentiments, reconeixem a l'altre i donem esperança.

És un espai de confort “creixem en un entorn tolerant, comprensiu, amorós i no dominat per les relacions de poder”.

Àngels Vives impulsora d'aquest grup diu referent a tot això que, aquest espai ens permet a tots assumir nous rols, també als professionals. En el grup sento que m'allibero de la responsabilitat de l'exercici de la cura. Per a mi aquest grup ens sana del nostre narcisisme, de les nostres pors, de les nostres inseguretats...

5) En el grup ens preguntem si la participació en el congrés pot ser donar a conèixer només l'experiència del grup o si bé es pot intentar pensar sobre el tema del congrés i presentar-ne el resultat.

Com a resposta a aquesta pregunta us llegiré les aportacions de dos companys, creiem que ambdues emmarquen les similituds de persones que pateixen per raons de salut o de migració...

Segons el meu sentir veig l'experiència del grup relacionada amb el tema del congrés doncs ens reunim per pensar sobre un fet que és el de la crisi que representa el que una persona emmalalteix i d'entrada no la sabem entendre, sens fa estranya, sembla que parli un altre idioma i la relació pot fins i tot prendre una dinàmica tensa, violenta. I és que, hi ha, en les dues situacions, un factor en comú i que és, per a mi, el fa que hi vegi un cert paral·lelisme. I penso que és el problema de la diferència, el problema de l'altre que mai es igual a mi, que no es jo i que no tolero. *Daniel.

Pensem que el fet de patir un trastorn mental sever i de viure'l personalment o com a familiar o com a professional és un "naufregi" de la mateixa vida i que aquest espai conjunt ens ajuda a entendre i acceptar millor les situacions, pensem que els migrats vénen d'un altre "naufregi" i que espais conjunts per pensar (migrats, professionals, societat civil) podrien ajudar a viure millor les situacions *Àngels S.

US CONVIDEM A PARTICIPAR EN EL NOSTRE GRUP per a PENSAR i cercar junts en COM TRANSFORMAR en positiu aquestes paraules:

*Incertesa,
*Desinformació
*Por
*Estigma, Rebuig
*Violència
*Diferència, Solitud
*Incomprensió del llenguatge
*Desprotecció de l'administració

*Seguretat
*Informació
*Benestar i refugi
*Reconeixement i Acceptació
*Serenor
*Respecte, Acompanyament
*Llenguatge comprensiu i proper
*Reconeixement de drets

CONCLUSIÓ: calen espais com aquests per a les persones que pateixen en l'entorn de la salut mental, així com per a l'acollida de les persones novingudes per tal **d'acompanyar-los i ajudar-los** en la seva nova situació i tanmateix potenciar el reconeixement dels seus **drets** i el coneixement dels seus **deures**.