

TÍTULO: CONECTANDO INTUICIÓN, PERCEPCIÓN, REFLEXIÓN Y SENTIDO COMÚN.

AUTORA: Ana SÁNCHEZ FUMANAL
TRABAJADORA SOCIAL
COORDINADORA DEL PROGRAMA CuidArte
INSTITUTO ARAGONÉS DE SERVICIOS SOCIALES.
GOBIERNO DE ARAGÓN.

RESUMEN: Reflexión sobre el papel que ha tenido la sistematización de la experiencia de intervención con grupos socioterapéuticos y de la formación de los profesionales en la planificación del Programa CuidArte.

PALABRAS CLAVE: grupos socioterapéuticos, grupos de cuidadores, CuidArte.

CONTEXTO

Desde hace unos meses coordino el Programa CuidArte, desde el que, setenta profesionales de distintos centros del Instituto Aragonés de Servicios Sociales, atendemos las necesidades emocionales de las personas que cuidan a sus familiares en situación de dependencia en Aragón.

Es un programa que se incluye en el Sistema Aragonés de Atención a la Dependencia (S.A.A.D.), como un cumplimiento del compromiso de la puesta en marcha de los programas de prevención, promoción de la autonomía personal y formación de las personas en situación de dependencia y sus cuidadores no profesionales en el marco de la Ley 39/2006 de Promoción de la Autonomía Personal y atención a las personas en situación de dependencia.

El actual marco normativo aborda la necesidad de atención de una forma integral e integrada a las personas en situación de dependencia, dando

relevancia al máximo desarrollo de su autonomía personal y a la permanencia en su entorno recibiendo un trato digno en todos los ámbitos de su vida. Desde una perspectiva sistémica, es estrictamente necesario atender al cuidador para lograr este objetivo.

Nuestro “modelo mediterráneo” ¹de cuidados, se caracteriza por el hecho de que los cuidados personales recaen mayoritariamente sobre la familia, y dentro de esta, sobre la mujer. Aunque son de prever cambios, es indudable que, a corto y medio plazo, van a seguir teniendo un papel fundamental en la prestación de los cuidados.

En la medida en que estos cuidadores mantengan su equilibrio personal y se cuiden será posible procurar a la persona en situación de dependencia unos cuidados que favorezcan su autonomía personal y su permanencia en el entorno cuando así lo decida.

Así, desde el Programa CuidArte, tratamos de dar respuesta a las necesidades emocionales que presentan los cuidadores.

NECESIDADES A LAS QUE DAR RESPUESTA PROFESIONAL

Cuidar a una persona dependiente implica un sobreesfuerzo físico y emocional que puede afectar a la salud del propio cuidador y de su entorno. La limitación de tiempo para sí mismo le exige un sobreesfuerzo para mantenerse integrado, tanto social como laboralmente. Implica muchas y variadas actividades y exige una constante adaptación ya que depende de cada situación particular, del deterioro de la salud y de las necesidades cambiantes de la persona cuidada. Esto exige al cuidador hacer frente a las necesidades de:

¹ RODRIGUEZ CABRERO, Gregorio, “Protección social de la dependencia en España”. Documento de trabajo 44/2004

- manejar sus sentimientos y darse cuenta de sus necesidades personales
- aceptar la dependencia de la persona cuidada
- afrontar de forma positiva los cambios en su vida y en la familia
- manejar satisfactoriamente los conflictos personales y con el entorno
- en ocasiones tomar decisiones que afectarán a la persona cuidada
- conocer la enfermedad y su proceso, afrontar la muerte
- mantener la propia salud y mejorar su nivel de autocuidados, mejorar su autoestima.

DESARROLLO DEL PROCESO

Previo a la planificación del Programa CuidArte, de ámbito autonómico, hemos tenido que recorrer un camino que ha durado más de diez años. El avance ha requerido de diferentes factores: unos políticos y económicos, otros profesionales.

Para que la experiencia que se inició en un único centro del Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) pudiera extenderse a otros centros del mismo, fue necesario mostrar unos resultados que convencieran a las personas que tienen la capacidad de impulsar cambios y facilitar la financiación de nuevos proyectos: las personas que ocupan puestos políticos.

En ese sentido quiero poner de manifiesto algunas ideas:

- la necesidad de hacer llegar a las personas en puestos de decisión los logros de nuestro trabajo diario, para ello es imprescindible reflexionar y escribir sobre la práctica diaria y dedicar tiempo y energía a la tarea,
- y cómo en el panorama político aragonés estamos viviendo un momento de cambios gracias a que en estos momentos las personas que lo conforman, no sólo son sensibles a las necesidades sociales, sino que son profesionales del ámbito social.

En la experiencia que presento fue necesario mostrar la sistematización de la experiencia y sus resultados, también encontrar un apoyo decidido de la persona que tenía la capacidad de impulsarla y permitir que se expandiera.

Aunque sea empezar por el final, diría que sistematizar la práctica nos ha llevado a dos líneas de acción importantes y básicas para el Programa CuidArte:

- Elaborar un modelo de intervención que garantice un servicio de calidad y homogéneo en el territorio aragonés.
- Dar formación, soporte técnico y supervisión a los profesionales que van a implementar el Programa aplicando el modelo de intervención elaborado.

Voy a hacer un recorrido desde el inicio.

Debo aclarar que, aunque mi ejercicio profesional se ha caracterizado por trabajar sola, en la intervención grupal no ha sido así.

Siempre he trabajado en equipo, la primera época con una compañera trabajadora social de un centro de salud de la zona, después con la enfermera de mi propio centro de trabajo, ubicado en una zona geográfica muy amplia y heterogénea de Zaragoza capital.

Empezamos la atención a los cuidadores porque la práctica diaria nos mostraba a personas cuidadoras que manifestaban sufrimiento, desborde emocional, dificultad para tomar decisiones,..., áreas de necesidad que se estaban atendiendo individualmente, desde diferentes servicios públicos.

Tras conocer otras experiencias de intervención grupal con este colectivo y conociendo algunas de las teorías que explican la utilidad de los grupos para el tratamiento de determinadas situaciones que viven las personas, valoramos,

por distintos hechos, que esta atención podía ser más eficaz con una metodología de intervención grupal.

Pusimos en marcha los primeros grupos socioterapéuticos. Las primeras intervenciones grupales requirieron todo el esfuerzo que exige una tarea nueva, afloraron miedos e inseguridades y fuimos conscientes de las limitaciones técnicas y teóricas. La intuición, entendida como percepción íntima e instantánea de una idea, y el sentido común, guaron algunos momentos de aquellos inicios.

Cuando la evaluación del trabajo realizado nos hizo sentir seguras, llegó el momento de sistematizar la experiencia, organizando los procesos y conectándolo con los referentes teóricos y los valores que habían impregnado nuestro quehacer profesional.

Cuando escribimos sobre nuestra experiencia práctica, organizamos y dimos estructura a unos hechos e ideas que de otro modo podían presentarse inconexos entre sí. Nos permitió clarificar y comprender la práctica, apoyándonos en un marco conceptual de referencia.

Así conseguimos dar a conocer nuestra actuación profesional y los resultados obtenidos, tanto en la institución para la que trabajamos como fuera de ella.

Partiendo de la sistematización de una práctica concreta que realizábamos, vimos la necesidad de mejorarla, para ello necesitábamos formación específica.

Difundir la experiencia fue el factor determinante para que la Institución manifestara su apoyo a la misma facilitando la formación que precisábamos.

Con el fin de rentabilizar la formación se ofreció a otros compañeros del IASS participar en la misma con el compromiso de iniciar experiencias similares en sus centros de trabajo.

En esos momentos veinte profesionales de los centros del IASS de la provincia de Zaragoza nos incorporamos a un programa de formación-supervisión con los objetivos:

1. Satisfacer las necesidades de formación teórica continuada en la conducción de grupos socioterapéuticos.
2. Aprender técnicas e instrumentos de intervención que permitan:
 - Encuadrar lo que está pasando en los grupos socioterapéuticos.
 - Observar de forma significativa la conducta individual y social de las personas.
 - Comprender la dinámica interna y relacional de esos comportamientos.
3. Recibir supervisión, apoyo y orientación de la puesta en práctica de la conducción de los grupos socioterapéuticos que permita:
 - Abordar lo que pase en los grupos de manera efectiva y ética.
4. Tratar las secuelas emocionales y cognitivas derivadas de las experiencias vividas en la práctica profesional o las ansiedades anticipatorias relacionadas con dicha práctica con el fin de:
 - Aumentar la seguridad y las competencias terapéuticas en la intervención.

Adquirimos una formación enmarcada en el análisis transaccional, el enfoque centrado en la persona, la teoría de los sistemas, desde un enfoque integrador de las mismas.

Identificamos los valores que impregnán nuestra intervención:

- ✓ Promover y fomentar la capacidad de autonomía de las personas
- ✓ La aceptación incondicional del otro
- ✓ La responsabilidad
- ✓ La solidaridad
- ✓ Las relaciones positivas y eficaces
- ✓ El empoderamiento de los individuos

- ✓ La participación
- ✓ La justicia social

Aprendimos diferentes técnicas grupales incluyendo aquellas que permiten trabajar desde la creatividad, lo simbólico,...

Todo ello a través de una metodología grupal.

Ello nos permitió vivir y experimentar un proceso de grupo en el que ha sido importante abordar las vivencias individuales, reflexionar acerca de las experiencias subjetivas y valorizar las capacidades personales y profesionales de los que participamos en la experiencia.

A trabajar en grupo se aprende viviendo el proceso del grupo, las mismas hipótesis que nos iniciaron en el trabajo grupal con personas cuidadoras han sido validadas en la preparación de los profesionales para la acción:

- Un grupo de supervisión es una experiencia vivencial, en donde los participantes entramos en comunicación profunda y realizamos nuestro proceso de afrontamiento personal/profesional en mejores condiciones.
- La pertenencia a un grupo cuyos miembros tenemos necesidades similares facilita la identificación y el apoyo mutuo.
- Nuestro rol como conductores de grupos de cuidadores se ha visto enriquecido por las aportaciones de un grupo de iguales y ha favorecido la introducción de cambios que han aportado mayor eficacia a la intervención.
- El grupo ha aliviado el aislamiento en el que trabajamos algunos profesionales y ha favorecido el sentimiento de pertenencia.
- Pertener a un grupo, y el ambiente contenedor que en él se crea, ha permitido la expresión de sentimientos y ha permitido que la carga emocional de los profesionales en relación con la intervención grupal fuera más llevadera.

- Los aprendizajes que se adquieren en el grupo son significativos, todo individuo ve modificada su conducta, aunque sea superficialmente, cuando se encuentra en grupo. Ha sido necesario vivir la experiencia, para aprender y comprender, los procesos que viven las personas cuidadoras en los grupos que participan.

En el grupo se produce un intercambio valioso, ya que posee un cúmulo de experiencias y conocimientos que una persona no tiene o posee por si sola. Podemos avalar este hecho ya que los propios profesionales hemos sido partícipes de nuestra propia experiencia de grupo facilitando nuestra formación y permitiendo nutrirnos en un foro de análisis y debate que revierte en un crecimiento permanente tanto en el ámbito profesional como en el crecimiento personal.

Nuevamente, sistematizar este proceso de formación y supervisión de los profesionales conductores de grupo, ha permitido planificar, como una acción prioritaria la formación y supervisión de los profesionales en esta etapa en la que se preparan para implementar el programa.

De manera que el Programa CuidArte se fundamenta en la sistematización de dos procesos:

1. la práctica de la intervención grupal
2. el proceso de acompañamiento, formación y supervisión de los profesionales implicados en la práctica de la intervención grupal.

EL TRABAJO SOCIAL Y EL ARTE

Ha habido un factor que ha apoyado de manera decisiva el desarrollo del Programa CuidArte y que me parece importante reseñar ya que estamos explorando el sexto sentido en Trabajo Social.

Los trabajadores sociales mostramos nuestro trabajo desde la técnica, la reflexión, el marco conceptual, ... Y entre nosotros esto es suficiente para valorar los resultados que se exponen.

Sin embargo solemos tener que explicar, convencer, a aquellos que toman decisiones, de la utilidad de nuestro trabajo y, en mi experiencia, a pesar de todo el rigor en la exposición cuesta mostrar los cambios que realizan las personas, la mejoría tras la intervención.

Pusimos en manos de personas que se dedican al arte cinematográfico nuestra experiencia. Mostramos nuestra práctica a personas ajenas al mundo de los servicios sociales pero con gran sensibilidad humana.

Contamos con la generosidad de las personas cuidadoras que habían participado en grupos socioterapéuticos que pusieron su rostro y sus palabras a un documento audiovisual que llamamos “Cuidadores”. En él explican los cuidadores porqué lo son, cual es su situación, sus necesidades y qué encuentran en los grupos.

Este documento ha posibilitado:

- o transmitir, dentro de la propia institución, los resultados de la intervención que realizamos los profesionales en los grupos con personas cuidadoras de una manera clara y directa, como sólo puede hacerlo una imagen y la voz de las personas que obtienen los beneficios de la intervención.
- o mostrar en foros no profesionales nuestro trabajo, reflejando los resultados del mismo de forma precisa
- o también ha permitido la identificación de algunas personas con su rol de cuidadores y percibirse como personas valiosas, con un papel personal, familiar y social importante.

Vencido el pudor a mostrar un trabajo en el que me implico profesional y personalmente, encontré reflejado en él curiosidad, imaginación, sensibilidad, entusiasmo, humor, capacidad de improvisación, flexibilidad. Ello me fue mostrado a través de los ojos de los artistas que miraban nuestro trabajo para mostrarlo al exterior, y en este espacio encontramos nuestro territorio común.

Han sido buenos aliados, nos han ayudado a mostrar lo mejor de nuestro trabajo y el documento “Cuidadores” ha resultado ser una herramienta poderosa para ayudarnos a conseguir nuestros objetivos.

CONCLUSIONES

Una mezcla de reflexión, intuición y sentido común nos llevó a iniciar la experiencia que expongo. ¿Quizás esta combinación constituya el sexto sentido del Trabajo Social?

Sistematizar la intervención con grupos socioterapéuticos ha permitido:

1. mejorar la intervención profesional en los grupos socioterapéuticos, consiguiendo encontrar la coherencia entre lo que pretendemos y hacemos, adecuando el método al objetivo
2. trazar un mapa que guía la acción del profesional que interviene con grupos socioterapéuticos de personas cuidadoras en los centros propios del IASS, lo que da homogeneidad al servicio que se ofrece en todo el territorio, garantizando la igualdad a los ciudadanos
3. conocer los límites de nuestra intervención, consiguiendo que el profesional gestione sus responsabilidades en la intervención y no otras.
4. extraer las enseñanzas que la práctica de la intervención grupal nos ha brindado
5. darnos cuenta de los logros conseguidos, reforzando la autoestima profesional

Sistematizar la formación, supervisión y el acompañamiento de los profesionales ha permitido:

1. diseñar un programa de formación/supervisión en el que:
 - a. se imparten conocimientos teóricos
 - b. se acompaña al profesional en el rol de conductor de grupos socioterapéuticos
 - c. permite la reflexión acerca de las experiencias y vivencias del profesional y le enseña a trabajar con ellas en su rol de conductor de grupo
 - d. prepara al profesional para el abordaje de distintos temas que surgen en los grupos y que el profesional puede percibir como difíciles o dolorosos para sí mismo
 - e. permite al profesional adiestrarse en el trabajo con grupos y le dota de unas herramientas que le permitirán abordar en el futuro otras necesidades con esta metodología de trabajo

En la Institución para la que trabajamos también ha habido transformaciones:

1. el IASS ha recibido y aceptado el reto de planificar nuevas funciones a los profesionales, modificando la tendencia de los últimos años de dar un contenido burocrático a las funciones de los trabajadores sociales del instituto.
2. Proponer a los ciudadanos un servicio como es el grupo de apoyo para personas cuidadoras, supone considerar al trabajador social como un recurso en sí mismo, no como instrumento para conseguir otros recursos.

Para mí ha supuesto:

1. un enriquecimiento profesional y personal, porque no concibo una separación entre los dos, afronto las situaciones en el trabajo con mi técnica y saber profesionales y, sobre todo, como persona.
2. el reconocimiento en diferentes foros profesionales en los que hemos compartido nuestra experiencia, desde aquel pequeño premio que provocó que la institución decidiera incorporar a su cartera de servicios la intervención grupal dirigida a las personas que cuidan a sus familiares en situación de dependencia, hasta el momento actual en el que tenemos una importante demanda de formación de profesionales de las Comarcas aragonesas que quieren prepararse para trabajar con esta metodología.
3. el reconocimiento profesional en la institución en la que trabajo que me ha confiado el reto de poner en marcha el Programa que permitirá dar atención emocional a los cuidadores no profesionales y me da la posibilidad de crecer profesionalmente y desarrollar mis capacidades.

Espero, en el momento de poner fin a estas reflexiones, haber transmitido la importancia de dedicar tiempo a sistematizar las experiencias de trabajo. Cuando se da la conjunción de circunstancias adecuadas permite avanzar y crear nuevas realidades. Esto sólo es posible cuando hemos conseguido extraer las enseñanzas que toda práctica profesional muestra.

Zaragoza a 1 de marzo de 2009

BIBLIOGRAFÍA

- BAÑEZ TELLO, T., PEÑA RODRIGO, J. (2000) “La formalización de conocimientos en el Trabajo social, a partir de la evaluación de una experiencia de intervención social” *III Congreso Estatal de Escuelas de Trabajo social*. Barcelona
- BERTALANFFY, L.(1971) *Teoría General Sistémica* Milán, Isedí...
- CAPANINI, A. y LUPPI, F., (1991) *Servicio Social y Modelo Sistémico, una nueva perspectiva para la práctica cotidiana*. Barcelona, Paidos Ibérica.
- HEAP, K. (1981) *Psicoterapia de grupo proceso y acción*, Madrid, Paraninfo S.A..
- KISNERMAN, N. (1978) *Servicio Social de Grupo* Editorial Humánitas.
- KONOPKA, G.(1976.) *El Trabajo Social de Grupo*, Madrid, Euroamericana.
- RODRIGUEZ CABRERO, G.,(2004) “Protección social de la dependencia en España”. Documento de trabajo 44/2004
- ROSSELL POCH, T. , “Trabajo Social de grupo: grupos socioterapéuticos y socioeducativos”, *Cuadernos de Trabajo Social*, número 11 (1998), Págs. 103 a 122, Ed. Universidad Complutense. Madrid.
- SANDOVAL AVILA, A., (2001) *Propuesta metodológica para sistematizar la práctica profesional del Trabajo social*”, Buenos Aires, Ed. Espacio Editorial,
- ZAMANILLO PERAL, T. “La investigación-acción en la formación de equipos de trabajo” *Revista Trabajo social hoy*, segundo semestre 2004, Págs. 45-62. Ed. Colegio Oficial de Diplomados en Trabajo Social y Asistentes Sociales de Madrid.