

GRUPOS DE AUTOAYUDA PARA PERSONAS CON SOLEDAD NO ELEGIDA

Patricia Terrés Martínez-Aedo

Eje 1 - Comarca Central de Zaragoza

Jornadas Técnicas Centros de SS.SS.

Orihuela, octubre 2022

Destinatarios del recurso

- Personas entre 72 años y 92 años.
- Con escasa red familiar o habiéndola, no le presta suficiente apoyo, ni material ni emocional.
- Todos viven solos por circunstancias vitales variadas, no por elección personal.
- Personas que manifiestan malestar y sentimiento de soledad y aislamiento, agravados por el confinamiento provocado por pandemia COVID.
- Usuarios del Servicio de Ayuda a Domicilio, tanto esencial como complementario, ofrecido por el centro de servicios sociales del Eje 1 de la C. Central.

El SAD como PRESTACIÓN

.ORDEN 29 de abril de 2013, Desarrollo del Servicio de Ayuda a Domicilio y del Servicio de Teleasistencia, define el SAD + Reglamento SAD de Comarca Central:

- Prestación de servicio de los servicios sociales generales.
- Su objetivo es proporcionar una serie de atenciones a las personas en su domicilio
- Facilitando un entorno de convivencia adecuado y evitando o retrasando su ingreso en centros de carácter residencial.

Destinatarios del SAD en SS.SS.

Grales

.Personas que

- presentan limitaciones para la realización de ABVD.
- **VIVEN SOLAS SIN RED DE APOYO O CON SITUACION DE RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL**, presentando deterioro personal que limita su capacidad y autonomía.

SAD como HERRAMIENTA DE DETECCIÓN

Teniendo en cuenta que entre los usuarios de SAD de Eje 1, casi un 75% viven solos

- FUNDAMENTAL para CONOCER SITUACIONES DE VULNERABILIDAD
- Grado de AISLAMIENTO Y SOLEDAD durante y después del CONFINAMIENTO
- HERRAMIENTA DE DETECCIÓN útil porque aporta INFORMACIÓN DE CERCANA Y DIRECTA acerca de los usuarios.

¿Cómo actuamos desde los SS.SS.?

- Desde lo individual → Entrevistas personales, contrastando la información, valoración y diagnóstico individual y diferenciado, seguimos prestando SAD (... insuficiente ...!!!)

PASAMOS A LA ACCIÓN

- Desde el grupo → personas con las mismas necesidades sentidas, que comparten y crean redes de autoayuda; desahogo, resiliencia, empoderamiento personal.

- FIN → RECUPERAR Y FORTALECER LAS CAPACIDADES SOCIALES DE LOS PARTICIPANTES MEDIANTE LA INTERACCIÓN SOCIAL

EL GRUPO COMO RECURSO

METODOLOGÍA DEL PROGRAMA “CUIDARTE”.

Formación proporcionada por el IASS a profesionales de diferentes perfiles del ámbito de los SS. SS. Generales

Conducción de grupos de apoyo entre iguales → personas que viven situaciones de cambio personal y que han empezado a perder autonomía facilitando:

- *La expresión de sentimientos y necesidades compartidas*
- *La comprensión y la aceptación de su situación vital*
- *= Creación de nuevas redes de apoyo y el aumento del bienestar emocional y la capacidad de autocuidado de los participantes.*

FUNCIONAMIENTO GRUPO

• 8/9 participantes en situación personal y social similar.

• 8 sesiones de 2 horas

• Temas trabajados:

- La EMPATIA, nos ponemos en los zapatos del otro
- La ESCUCHA ACTIVA, aprender a escuchar a nosotros y a los otros
- EL VALOR DE LOS RECUERDOS
- La RESILIENCIA, la fortaleza que reside en cada uno
- Las NECESIDADES PERSONALES, saber identificarlas y expresarlas.
- PEDIR AYUDA, cómo hacerlo, en qué momento y a quién
- Las EMOCIONES y los SENTIMIENTOS, conocerlos e identificarlos.
- La AUTOESTIMA, querernos como somos.

Grupo se convierte en herramienta de intervención

• Trabajo individual y grupal de estos temas (la tarea) y de lo que surgía al trabajarlos (lo relacional).

• Al final ...

- “Desahogo”, “Quitarse pesos de encima”, “Nos vamos más ligeras...”, “...estoy más contenta...”
- No avergonzarse por lo que sienten, reconocerse en el otro
- Nuevas personas de referencia, nueva red de apoyo
- Más tranquilidad, menor sentimiento de soledad
- Empoderadas, reconocimiento de necesidades, aprender a pedir ayuda, apoyarse mutuamente

¿QUÉ nos aportó el grupo?

- ALTO NIVEL DE RESILIENCIA de las participantes
- ROL DE CUIDADORAS (*fueron cuidadoras de sus familiares y ahora siguen siéndolo de las compañeras del grupo*)
- FUERZA DEL GRUPO Y DE LA COMUNIDAD (*el grupo es mucho más poderoso que el individuo; la comunidad es capaz de prevenir y de dar respuesta a los problemas de los individuos que la componen si cuenta con las herramientas adecuadas → grupo*)

CONCLUSIONES

• En SS.SS. Generales hemos de ser imaginativos:

- Detectamos necesidades y situaciones de riesgo de exclusión de primera mano.
- Debemos responder de manera inmediata para prevenir y evitar empeoramiento de la comunidad.
- No siempre contamos con los recursos adecuados en nuestro territorio (falta de centros de día, ausencia de actividades adecuadas para ciertos colectivos...)

EN DEFINITIVA.....

Como profesional de los SS.SS. Generales:

HEMOS DE PODER ATENDER a nuestra población sean cuales sean sus características/necesidades; adaptándonos a la realidad del momento.

GARANTIZAREMOS el derecho de acceso a las prestaciones para dar la mejor respuesta posible a las necesidades de nuestros usuarios.

MOVILIZAREMOS TODOS NUESTROS RECURSOS personales y materiales para conseguirlo.

Y para promover cambios en la nuestra comunidad ...

ABORDAREMOS la realidad teniendo en cuenta los objetivos de las políticas sociales consignadas en nuestra Ley de SS.SS. ... *y en concreto* ...

- Promoción de la autonomía personal y de los grupos a través del desarrollo de sus capacidades
- Asegurar el derecho de los ciudadanos a vivir dignamente todas las etapas de su vida
- El fomento de la cohesión social

GRACIAS POR VUESTRA ATENCION

pterres@comarcacentral.es

Patricia Terrés

Trabajadora Social SAD

Eje 1 – Comarca Central de Zaragoza

