

TeAM SUPOT MUTU



associació
EMILIA
bcn

TÈCNIC EN ACOMPANYAMENT I SUPORT MUTU CURS TeAM – PEER TO PEER

Data d'inici del curs, 3 de Maig a les 15,45

LLOC:	INSTITUT BONANOVA formació professional sanitària Av. Marquès de l'Argentera 8, Barcelona
DATES:	23 SESSIONS DE 3 HS. + 20 HS. DE PRÀCTIQUES Maig - juny ½ setembre – novembre
DIA DE LA SESSIÓ:	Dijous de 16 a 19 a confirmar.
DESTINATARIS:	Persones amb experiència pròpia en problemes de salut mental, diagnòstic o “discapacitat psíquica”
PREU:	El curs és gratuït, possiblement subvencionat 10,00€/mes en concepte de materials formatius.
CONTACTE CURS:	INSCRIPCIONS: formacioemilia@gmail.com

emiliaassociacio@gmail.com

CONTINGUTS DEL CURS

QUE ÉS EL PROJECTE SUPORT MUTU?

**PLA DIRECTOR DE SALUT MENTAL I ADDICCIONS.
GENERALITAT DE CATALUNY. ESTRATÈGIES 2017-2020**

QUE ÉS AQUEST CURS?

QUÍ POT PARTICIPAR?

QUÍ IMPARTEIX EL CURS?

ESTÀ ACREDITAT?

M'HABILITA PER EXERCIR UNA PROFESSION?

PRINCIPIS PEDAGÒGICS I D'AVALUACIÓ CONTINUADA

DURADA I CALENDARITZACIÓ DEL CURS

PRÀCTIQUES GUIADES

MATERIALS DIDACTICS PROJECTE SUPORT MUTU EMILIA

CONTINGUTS

TEMES COMUNS

1	Presentació del Curs: Valors i la metodologia. El Suport Mutu: un canvi de paradigma. Valors, motivació individual i creació de l'ambient de treball.
2	La Recuperació: Precedents i principis. L'estigma i l'autoestigma, la discriminació. Els moviments associatius, els drets i el Suport Mutu.
3	La Recuperació: Un procés individual. L'autodeterminació i l'empoderament. La utilitat de la pròpia història de vida i de recuperació.
4	El Suport Mutu: Relació amb la Recuperació. Què és i què no és Suport Mutu. La voluntarietat en la relació. Tipus de Suport Mutu.
5	Suport Mutu: Precedents. L'Acompanyament informal, els grups de voluntaris per l'Acompanyament i els Grups d'Ajuda Mutua
6	L'ús del llenguatge i la comunicació. Assertivitat, empatia, escolta activa
7	Continuem avançant: Simulacions per l'autoavaluació. On som? Integració dels aprenentatges.
8	Creació del Grup d'Acompanyament Emília. Projecte de pràctiques en el Suport Mutu, bases, sistematització i avaluació de casos. Inici de les pràctiques
9	Drets i ciutadania. Discriminació, drets humans i legislació
10	Ús de l'experiència i l'autoconeixement. La història de vida i les eines pròpies
11	El risc i els límits. Prevenició del suïcidi, principis ètics, confidencialitat
12	L'Autogestió i l' Autocura. Prevenició de recaigudes i d'estrès
13	El final de la relació entre iguals Eines de planificació del benestar
14	Continuem avançant: Simulacions per l'autoavaluació. On som? Integració dels aprenentatges.
15	Presentació dels temes complementaris i pràctiques Treball de recerca, estructuració i presentació. Recerca de pràctiques pel curs.

TEMES COMPLEMENTARIS DE RECERCA (A ESCOLLIR 2)

A	Tallers d'Expressió Emocional A partir de l'Art i Tallers de creixement personal i autoconeixement
B	El trauma Detecció i reconeixement, una eina cap a l'empatia. Superació de por i diàlegs interns negatius
C	Coneixements de llenguatge psiquiàtric i psicològic Pel treball en equips assistencials sanitaris, la utilització del llenguatge des del model de la recuperació
D	Contencions i l'ingrés involuntari. Voluntats anticipades Prevenició i drets, cap a l'autodeterminació en el tractament psiquiàtric
E	Àmbits d'actuació: Assistencial Socio-Sanitari, comunitari, habitatge Estratègies col·laboratives del treball en equips i àmbits. Suport a la família i al cuidador
F	Eines corporatives dels TeAMs Supervisió, Grups focals de casos, Agrupacions i Col·legi Professional, Deontologia
G	Diversitat cultural i perspectiva de gènere Consideracions de la pràctica del Suport Mutu des de la perspectiva de la diversitat i la no discriminació

QUÈ ÉS EL PROJECTE “SUPORT MUTU”?

El concepte de “Suport Mutu” engloba una serie de actuacions, programes formatius i de sensibilització que tenen com objecte complementar la visió actual del tracte dels problemes de salut mental basat en el diagnòstic i els símptomes cap a una visió integral basat en la recuperació.

Ja fa temps que es veu en el Suport Mutu una eina eficaç en els processos de recuperació. Des de l'experiència pròpia les persones son capaces de donar-se esperança, comprensió i ho fan des de la empatia i la validació emocional.

Grups d'Ajuda Mutua (GAM), Grups d'Acompanyament, Grups de sensibilització comunitària o espais com Xarxa Sense Gravetat son exemples de Suport Mutu ja arrelats a les nostres Associacions de Salut Mental en primera persona.

Aquest Suport Mutu pot donar-se des de la vocació i la experiència informal i des de la formació i capacitat pel reforçament i preparació de voluntaris i professionals en primera persona en el que s'anomena Peer to Peer o Tècnic en Acompanyament i Suport Mutu (TeAM) en Salut Mental.

Aquesta formació i professió te precedents a països anglosaxons i Europeus i ha estat provat de forma pilot en plans europeus de formació professional a diverses comunitats del Estat Espanyol des de l'any 2015 (Andalusia).

El tècnic d'Acompanyament i suport Mutu (TeAM) és un agent present en altres països, Peer to Peer (P2P). Des de la capacitat de persones amb experiència pròpia amb problemes de salut mental s'ha demostrat els beneficis en la recuperació d'altres persones.

Les polítiques de Salut de la Generalitat i l'Ajuntament de Barcelona ja preveuen en els seus plans pels propers anys la creació, formació i integració professional de la figura Tècnic en Acompanyament i Suport Mutu (TeAM) - Peer to Peer (P2P) en el sistema assistencial. Persones amb experiència pròpia en problemes de salut mental des de un projecte col·lectiu pilotat també des de les entitats en primera persona.

Dins d'aquesta politica de Suport Mutu podem veure el precedent del pla “Activa't per la salut mental”, un projecte promogut per la Generalitat de Catalunya i la Federació Salut Mental Catalunya, conjuntament amb la Federació Veus (Entitats Catalanes de Salut Mental en 1a Persona). Amb les formacions GAM i Prospect

Voluntaris d'Emilia han participat com a representants de Veus, tècnics de Veus o de INAD amb 5 persones dins del Grup de treball del pla director de Salut Mental i Adiccions de la Generalitat de Catalunya.

Volem fer una menció especial al nostre company **Josep Antón Llurba** que va ser un ferm impulsor d'aquest projecte i que ens va deixar el passat 11 de Novembre.

El Pla director de salut mental i addiccions. Estratègies 2017-2020
 Generalitat de Catalunya. Departament de Salut

“Des del departament de Salut s’han elaborat les Estratègies de Salut Mental i Addiccions pel període 2017-2020 (PDSMiA, 2017), alineades amb les Polítiques internacionals (The European Mental Health Action Plan 2013-2020 (WHO, 2015) de l’oficina de la OMS d’Europa i The Joint Action for Mental Health and Well-being (JA MH-WB, sense data) de la Unió Europea.

Les Estratègies en Salut Mental i Addiccions aposten pel desplegament d’un model d’atenció comunitària, orientat a la recuperació de la persona, a la seva inserció social i laboral, posant èmfasi en el desplegament dels serveis comunitaris i en la participació activa de les persones afectades i de les famílies.”

Programa SUPORT ENTRE IGUALS

PRINCIPIS I VALORS BÀSICS DEL SUPORT ENTRE IGUALS A LES EXPERIÈNCIES INTERNACIONALS	AUTODETERMINACIÓ	ESPERANÇA	RESPECTE
	IGUALTAT	DIGNITAT	INCLUSIÓ SOCIAL
	RECIPROCIAT	CREIXEMENT PERSONAL	SALUT
	EMPATIA	BENESTAR	RECUPERACIÓ
	APRENTATGE AL LLARG DE TOTA LA VIDA		

SERVEIS ENTRE IGUALS A LES EXPERIÈNCIES INTERNACIONALS	En CRISI: urgències, aguts, altres serveis de crisi, prevenció de sobredosi...
	Educació, Habitatge i Ocupació.
	Subministrament i adequació de roba, alimentació, internet, transport...
	Acompanyaments en el sistema sanitari.
	Activitats artístiques, culturals, socials i recreatives.
	Educació per a la recuperació.
	Emprenedoria en petites empreses conformades per iguals.
	Educació comunitària en la lluita contra l’estigma.

L’ AGENT de suport entre iguals.

L’agent de suport entre iguals ha d’estar present en els àmbits d’actuació de la xarxa d’atenció primària de salut i la xarxa de salut mental i addiccions, essent una part important de la cadena de transmissió entre les persones afectades, les seves famílies i els professionals.

La tasca de l’agent de suport entre iguals s’ha de desenvolupar entorn de cinc eixos principals:

1. Suport d’escolta en les activitats de la vida diària.
2. Acompanyament en els àmbits sanitari, social, laboral i d’oci.
3. Educador. Aportar a la formació de iguals, famílies i professionals la visió de la persona afectada en primera persona. Contribueix a la educació en la lluita contra l’estigma.
4. Mediator. Entre persones afectades i professionals/serveis.

QUÈ ÉS AQUEST CURS?

- Formació i capacitació específica per l'Acompanyament i el Suport Mutu (TeAM)
- Pràctiques de Suport Mutu amb vocació de continuïtat temporal.
 - Creació d'un Grup d'Acompanyament per l'àmbit sanitari i comunitari de persones amb problemes de salut mental
 - Tallers artístics i d'expressió emocional impartits per i per a persones amb problemes de Salut Mental
 - Sensibilització comunitaria i a professionals

Així, el Suport Mutu es basa en compartir de manera intencionada i apropiada l'experiència personal per a transmetre esperança, desenvolupar relacions que enforteixin als dos membres i oferir ajuda i suport des de la perspectiva d'una persona que ha passat pel mateix.

Una de les finalitats últimes és la incorporació dins el Sistema Sanitari Català de la figura dels i les TeAM- o Agent d' Acompanyament i Suport Mutu.

Per tal de professionalitzar aquesta figura i dotar-la d'habilitats, competències i eines adequades, els i les TeAM hauran de fer un Cours de Formació específicament dissenyat per a desenvolupar aquesta funció amb continguts creats a partir del model Europeu "Projecte Leonardo Davinci, P2P, curs de formació professional, "Drets i Ciutadania" (Federació Veus) i "Formació de facilitadors pels cursos P2P-TeAM" (Fed. Veus-Universitat de Barcelona) amb la seva proposta de temari.

Comtem amb la col.laboració de Salut Mental Catalunya per treballar de forma transversal amb familiars i professionals en la recerca dels temes complementaris.

Federació Veus-Entitats catalanes de Salut Mental en 1ª persona ha facilitat durant l'any 2017 i encara durant el gener del 2018 la formació de facilitadors pels cursos. Emilia ha participat de forma molt activa amb 7 dels seus associats tant al equip tècnic com rebent la formació.

Dins d'aquest primer curs de facilitadors es van estudiar els continguts que des de Federació Veus i la primera persona es volien promoure.

Seguint amb els principis del model Canadenc i el model del Projecte Leonardo Davinci de la U.E., així com el fort arralament dels models de EEUU en quant a dret i història del moviment associatiu en primera persona, el model de Veus esdeve un model adaptat a la nostra realitat socio-cultura.

Es proposa així mateix que els estudiants puguin implementar els seus coneixements amb la recerca o aprofundiment d'alguns temes que s'els hi proposa com a optatius. Aquesta recerca serà compartida entre els distints equips per acomplertar una visió més integral

A Emilia configurem així un Cours amb unes Sessions de coneixements Bàsics i unes Sessions d'Ampliació de Coneixements o Optatives amb format de treball de recerca.

INST. Bonanova de Formació Professional Sanitària donarà suport pedagògic, aules i recursos docents així com donarà la certificació de la formació com a mòdul formatiu sanitari.

Emilia esta cercant pràctiques dels Tècnics a formar.

Esperem la participació d'altres institucions públiques com l'Ajuntament de Barcelona, la Generalitat de Catalunya, la Diputació de Barcelona i d'altres de privades.

Associació Emilia Barcelona, com a pionera en el "pacient expert" i en estreta col.laboració amb Federació Veus i Federació Salut Mental Catalunya, s'implica en aquest curs pilot en el desenvolupament de la figura del Agent de Suport Mutu, Peer to Peer-Tècnic en Acompanyament i Suport Mutu.

Volem esdevenir un pilotatge cap al model de recuperació en Salut Mental des de la participació dels propis usuaris .

QUI POT PARTICIPAR?

Aquest curs va adreçat a **persones amb experiència pròpia en problemes de Salut Mental** (disfuncions mentals i/o emocionals, "discapacitat psíquica",...) que volen formar-se i habilitar-se per tal d'oferir Acompanyament i Suport Mutu entre iguals.

En cas de una demanda superior a les places es valorarà pertànyer a alguna Associació de Salut Mental i/o haver participat a formacions de Salut Mental

Cal ser d' Associació Emilia? En absolut. A Emilia volem compartir experiències i coneixements, els qual a l'hora son fruit d'experiències, tant en primera persona com transversals, en àmbits tan diversos com:

Pacient Expert

Associació Emilia BCN - Institut Bonanova FP Sanitària

Grup Mixt Peer to Peer

Emilia-VEUS-INAD-PSMAR

Curs de pedagogia per facilitadors del Curs de Suport Mutu.

Projecte Suport Mutu 2017-2018 **Federació VEUS**

Amb Experiència Pròpia

Salut Mental Catalunya

Grup de Treball Pla director de salut mental i addiccions. Estratègies 2017-2020 Programa Suport entre iguals.

Generalitat de Catalunya

Històries de vida en 1era persona **Obertament**

QUI IMPARTEIX EL CURS?

Facilitadors del Curs:

Persones amb experiència pròpia formades al **Curs de facilitadors de Federació Veus- U.B.** portaran la formació al llarg de tot el curs.

El Curs compta amb Assessors pedagògics i col.laboradors per temes específics:

Persones amb experiència pròpia, familiars i professionals d' Associació Emilia, Federació Veus i Salut Mental Catalunya, Institut Bonanova FP Sanitari -PSMAR i de l'àmbit universitari.

Els responsables de continguts docents, facilitació i línies pedagògiques del Curs han participat en el Grup de Treball Pla director de salut mental i addiccions. Estratègies 2017-2020 Programa Suport entre iguals. Generalitat de Catalunya, dept. De Salut i en el Curs de pedagogia per facilitadors del Curs de Suport Mutu

ESTÀ ACREDITAT?

Institut Bonanova FP Sanitaria -PSMAR: Acredita la participació en aquesta formació.

Estem estudiant la possibilitat d'acreditat la formació com a Mòdul formatiu per part

de Institut FP Bonanova: *Suport Psicosocial atenció relacional i comunicativa en l'àmbit sanitari i comunitari (modalitat Salut Mental)*

Emilia esta cercant el reconeixement o acreditació "Peer to Peer" en l'àmbit Europeu dins del *Proyecto «PEER2PEER: UNA RUTA HACIA LA RECUPERACIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL A TRAVÉS DEL APOYO MUTUO Y EL EMPLEO»*

M'HABILITA PER EXERCIR UNA PROFESSIONÓ?

Destacar la importància que com a sortida professional pot suposar **en un futur pròxim** el Suport Mutu per un col·lectiu amb moltes dificultats.

No obstant en aquest moment **no està regulat com a professió en l'Àmbit Català ni Estatal** a on els Peer to Peer formats han participat en proves pilots d'ocupació d'àmbit Europeu.

L'acreditació de la formació equival a la formació Peer to Peer, que ara per ara encara no està reconeguda a Catalunya. En cas de poder acreditar-la com a un mòdul no es correspondrà ara per ara amb un títol.

El fet que aquesta formació tingui una acreditació dels seus continguts i metodologia per part d'Institut de F.P. Sanitaria Binanova **pot suposar en el futur la convalidació parcial o total d'aquesta futura figura professional** per la que Associació Emilia BCN, arribat el moment, lluitarem per aquesta convalidació juntament amb les federacions a les que pertanyem.

PER QUÈ HABILITAR-ME ARA EN UNA FORMACIÓ QUE NO TE UN RECONeixEMENT OFICIAL COM A PROFESSIONÓ?

En el món de la salut mental molts dels professionals actualment integrats en el sistema s'han incorporat històricament a mida que ha evolucionat el model assistencial de un model sanitari a un model psicosocial. Molt sovint ho han fet des de la evidència previa al reconeixement.

La incorporació del usuari dins dels serveis assistencials és una realitat imparabile que sovint ha surgit per la seva implicació en els nous models de recuperació des de el Suport Mutu i els drets. Usuaris i familiars, Associacions i Federacions han pilotat canvis cap al nou model de la recuperació. Campanyes contra l'estigma com la d'Obertament han estimulat l'activisme i la disminució de l'autoestigma de molts dels participants.

A Emilia aposte'm i hem apostat sempre en empenyer i fer de punta de llança al nostre país de forma que quan les necessitats i les polítiques conflueixin poguem presentar-nos com

actors preparats i dispossats al treball en equip tal i com hem fet fins ara, tant de forma transversal amb famílies i professionals, com des de el col·lectiu de la primera persona. Pensem que no trigarem gaire temps a què, amb l'esforç i la voluntat de tots, veurem el reconeixement d'aquesta nova sortida professional a on l'experiència pròpia en problemes de Salut Mental i la capacitat serà imprescindible.

ES COMPATIBLE AQUESTA FUTURA PROFESSIÓ AMB PERCEPCIONS DE PENSIONS?

Aquelles feines a temps parcial que beneficien directament la nostra salut mental i son relacionades amb ella poden ser, per llei, compatibles amb percepció de pensions*.

Depenent del tipus de pensió **cal però ser molt curosos, cal estudiar cada cas i acomplir els requeriments normatius**, dons cal fer consulta a la delegació provincial de la seguretat social per conèixer els criteris d'aplicació, fer comunicació prèvia a la seguretat social i indicar en annex del contracte algun document que acrediti aquest benefici. Encara que la norma és comuna a totes les províncies, el seu criteri d'aplicació pot tenir distintes interpretacions. El cert és que ja tenim dos precedents d'Associació Emília en el mon del Suport Mutu en salut mental que han pogut compatibilitzar feina a temps parcial i la pensió absoluta.

PRINCIPIS PEDAGÒGICS I D' AVALUACIÓ CONTINUADA

El model pedagògic utilitzat és la pedagogia inversa participativa.

Els participants reben uns conceptes basics i objectius d'aprenentatge per desenvolupar de forma que arriben a ells de forma activa, des de la reflexió, experiència, la simulació, l'avaluació de cassos i la pràctica real. L'efecte grup aporta una ampliació dels coneixements compartits. De forma continuada els participants van adquirint de conscientment les habilitats pròpies per exercir de forma eficaç els principis de la Recuperació i el Suport entre Iguals.

- **Compartir metes d'aprenentatge**
- **Recollir evidències d'aprenentatge**
- **Retroalimentar als participants**
- **Rol Actiu dels participants**
- **Pràctica efectiva i anàlisi de la mateixa**
- **Autoavaluació i avaluació entre estudiants**
- **Retroalimentar les pràctiques en les habilitats**

DURACIÓ DE LA FORMACIÓ I CALENDARI

TEMES COMUNS	MAIG JUNY		
15 sessions de 3 hs	45 hs		
Preparació de les sessions 1 h.	15 hs		
TEMES COMPLEMENTARIS - RECERQUES	SETEMBRE NOVENBRE		
8 sessions de 3 hs	24 hs		
S' estima una preparació fora de l'aula d'unes	8 hs		
PRÀCTIQUES I PARTICIPACIÓ EN GRUPS FOCALS I SENSIBILITZACIÓ	JULIOL NOVENBRE		
	20 hs		
POSTA EN COMÚ PRÀCTIQUES I AUTOAVALUACIÓ DE LES PRÀCTIQUES	SETEMBRE DECEMBRE		
4 sessions de 3 hs	12 hs		
Hores presencials a les aules	81 hs		
Hores preparació i recerca fora de les aules	23 hs		
Hores pràctiques	20 hs	Total	124 hs

PRÀCTIQUES GUIADES

Les pràctiques guiades amb casos reals reforça'n l'aprenentatge i esdevenen eines de reflexió i anàlisi per analitzar dificultats.

Molts dels participants en la formació poden haver exercit l'acompanyament informal, tan de forma individual com en grup.

La formació i l'anàlisi del Grup fomentarà el sentiment de pertinença i facilitarà la continuïtat del grup.

En cada àmbit d'actuació de les pràctiques (Hospitalari, Associacions, Centre de Sub-aguts, CSMA) comptarem amb supervisors externs dels serveis.

Dins dels nostres associats comptem amb professionals i familiars. Psicòlegs, psiquiatres, assistents socials, infermeres, terapeutes ocupacionals disposats, no només en col·laboracions puntuals de la formació, sinó també en la supervisió de les practiques. També contarem amb la col·laboració de persones vinculades a les federacions i associacions de Salut Mental tan de usuaris com de familiars i usuaris.

D'aquesta manera no només ens iniciem en la pràctica eficaç en el suport Mutu sinó també en el treball col·laboratiu amb el resta d'actors dins el model de la recuperació

MATERIALS DIDÀCTICS PEL PROJECTE SUPORT MUTU EMILIA 2018

PROJECTE SUPORT MUTU EN SALUT MENTAL

TeAM TÈCNIC en ACOMPANYAMENT i SUPORT MUTU

01 GUIA CURS TÈCNIC en ACOMPANYAMENT i SUPORT MUTU en SALUT MENTAL

objectius del curs

temari

autoavaluació formativa

objectius de les sessions

estructura de les sessions

02 CURS TÈCNIC en ACOMPANYAMENT i SUPORT MUTU en SALUT MENTAL

Part I Recuperació i Suport Mutu. L'Estigma

manual facilitador

diapositives

exercicis

03 CURS TÈCNIC en ACOMPANYAMENT i SUPORT MUTU en SALUT MENTAL

Part II Drets, límits i autocura

manual facilitador

diapositives

exercicis

04 CURS TÈCNIC en ACOMPANYAMENT i SUPORT MUTU en SALUT MENTAL

Part III Recerques i temes complementaris

Objectius

orientació per les recerques

treballs finals de curs

ga GRUPS D'ACOMPANYAMENT

05 GUIA GRUPS D'ACOMPANYAMENT EN SALUT MENTAL-EMILIA

objectius del curs

temari

autoavaluació formativa

objectius de les sessions

estructura de les sessions

06 FORMACIÓ GRUPS D'ACOMPANYAMENT EN SALUT MENTAL-EMILIA,

manual facilitador

diapositives

exercicis

Basats en:

peer2peer curso de formación profesional Proyecto «PEER2PEER: UNA RUTA HACIA LA RECUPERACIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL A TRAVÉS DEL APOYO MUTUO Y EL EMPLEO»

SRN (Escocia). Louise Christie Lesley Smith and Simon Bradstreet. Fundación INTRAS (España). Teresa Orihuela, Henar Conde y Sara Marcos.EASP (España). Águila Bono y Bibiana Navarro. En Primera Persona (España). Martín Tellez. Pro mente Oberösterreich (Austria). Michaela Keita-Komferhl y Erwin Kargl.LRPSM (Rumania). Raluca Nica y Loredana Tascu. Traducción del inglés al castellano: Beatriz Arias y Mario Clavero ISBN: 978-84-941572-4-0

1er del curs "Facilitadors en Acompanyament i Suport Mutu"

materials docents **Projecte Suport Mutu de Federació Veus - Universitat de Barcelona**

Àngels Bardají, Santi Casacuberta, Gemma Delgado, Francisco Eiroa, Laura Limiñana, M^a Àngels Porxes, Montserrat Soro

<http://www.salutmental.org/salut-mental/mapa-de-recursos-i-serveis>