

# **LA PREVENCIÓ EN SALUT MENTAL**

**UNA REALITAT DELS SERVEIS  
SOCIALS**

***"La salut no és l'absència de malaltia; sempre podrem viure saludablement els sotrats de la vida; el patiment mental es pot disminuir i fer suportable si hi ha algú que ESCOLTA"***

- *Bon dia, sóc la psicòloga de l'equip, em dic Melanie. Vostè és Marila?*
- *Sí, sí.. (espantada, neguitosa, plorosa...)*

He arribat a les 9 h. Com cada matí, entro ràpida i veloç al despatx que em toca aquell matí al centre de serveis socials on treballo. Obro l'ordinador i surto a buscar a la sala d'espera la primera visita.

Li explico a la Marila que la seva treballadora social ha pensat que podríem treballar plegades per tal d'ajudar-la a encarar la situació en la qual es troba ella i la seva filla, ja que recentment han estat vivint un temps en una casa d'acollida en haver denunciat al seu marit per maltractament –violència de gènere- .

- *Vam sortir la setmana passada i estem vivint en una habitació, aquí al barri. La treballadora social m'ha dit que m'ajudarà a buscar una feina. Tinc aquestes citacions del jutjat (treu de la bossa un munt de papers). Només de pensar que el veuré ....i portar la nena...*

Fa una cara d'espant i d'angoixa fregant-se les mans.

Hem treballat durant uns mesos com comportar-se al jutjat sense esfondrar-se, controlant la seva ràbia i angoixa. Les dues sabem que si ella es presentés dubtosa, confosa, amb un relat dels fets amb poca coherència, el seu testimoni perdria força.

A poc a poc, la Marila m'explica com era la relació amb el pare de la seva filla.

- *Jo era molt innocent, el coneixia del poble del costat (situat en un país centreamericà). Els meus pares m'havien educat per*



La Francina ve cada dilluns a les 10 h. Pateix fibromiàlgia i està molt deprimida. Cuida la mare malalta, està casada i té una filla adolescent. La seva situació socioeconòmica és delicada: no tenen habitatge, ja que els han fet fora per no pagar el lloguer. A més, el marit es troba a l'atur i ella no pot treballar.

En una sessió, ella m'explica que ocuparan un pis que pertany a un banc. Per a moblar-lo, busca per les escombraries mobles vells i els recupera per la que serà la seva nova llar.

En aquesta època, els dolors són permanents i es passa els caps de setmana ajaguda al llit. La filla surt amb les amigues i tots plegats fan poques coses en família. Sens dubte, això fa que la Francina se senti encara més sola.

Treballem juntes com ella pot individualitzar-se en la relació amb els altres i pensar en allò que voldria fer amb la seva vida.

Comença per agafar-se temps lliure per fer coses que li agraden: passejar, nedar, sortir amb amigues, tornar a estudiar...

La Francina és la filla gran d'una família nombrosa de nois, ella volia estudiar dret, però el pare no la va deixar i l'obligaren a cuidar els germans des de que era ben petita.

Va sortir de casa directament per anar a viure amb el Josep. Tanmateix, la relació de parella s'ha anat deteriorant i només segueixen junts perquè no poden separar-se econòmicament.

En el transcurs de la teràpia, de mica en mica, els seus dolors han anat millorant i li comencen a retirar la medicació. Se la veu més saludable: s'ha aprimat i el seu aspecte ha millorat notablement.

La filla adolescent li diu a la mare que vol parlar amb la seva psicòloga. La família i l'escola estan preocupats perquè ha baixat el seu rendiment escolar i era una alumna brillant.

Accepto veure a la noia fent dues entrevistes. Veig que és molt trempada; m'explica que voldria anar a la Universitat per estudiar neurologia, perquè li sembla fascinant l'estudi del cervell. Quan li pregunto què li preocupa, em diu: "*Em fa vergonya que els pares no treballin i no tinguin diners... Jo procuro treure bones notes...*"

Li assenyalo que sembla que últimament està tenint problemes per mantenir les bones notes... coincidint amb el trasllat al pis ocupat.

- *És que no puc dir-ho a les amigues, em fa vergonya.*

Treballo amb ella el fet que la seva família es troba en una situació provisional, però no per això menys complicada. Els pares no voldrien viure en una casa ocupada, però la situació de crisi social i econòmica actual els ha forçat a fer-ho. Tot i així, els seus pares estan lluitant per tenir una situació millor en el futur. Li remarco que ella no ha de preocupar-se, ja que és cosa dels pares ocupar-se d'aquesta situació.

Paral·lelament, transmeto als pares la preocupació de la seva filla i que són ells els que li han de donar seguretat i tranquil·litat. Una cosa és clara: la família són ells tres, independentment d'on visquin.

La convivència familiar millora, surten de tant en tant plegats per fer coses junts com dinar, anar a la platja...

Amb la Francina, continuem treballant la seguretat i la confiança en ella mateixa, tot valorant els avenços que ha anat assolint durant el procés.

El marit ha començat a treballar en un pla d'ocupació de l'Ajuntament i estan buscant pis en un altre barri.

El treball psicològic d'acompanyament i suport ha col·laborat que la fibromiàlgia de la Francina remeti, per la qual cosa el seu metge l'ha donat l'alta. La família s'ha traslladat a una casa pròpia i està en disposició de buscar feina.





en què es troben les persones demandants d'ajuda: violència de gènere, manca d'habitatge, pèrdua de feina, d'éssers estimats...

El nostre rol ens permet d'acostar-nos des de l'empatia, la proximitat i la professionalitat. És un lloc privilegiat, el de la comprensió psicològica de les emocions, dels sentiments que viuen els humans al llarg del procés vital per on ens porta la vida. L'ajuda psicològica és real i vital, possible gràcies a la tasca conjunta de l'equip de serveis socials.