



Intervención con grupos socioterapéuticos

ANA SÁNCHEZ FUMANAL
HOGAR "BALSAS DE EBRO VIEJO"
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

Resumen: Tras la formación específica para la coordinación de grupos, diferentes profesionales del IASS realizamos intervención con grupos socioterapéuticos dirigidos a cuidadores de personas mayores dependientes.

Esta intervención tiene como objetivos la mejora de la calidad de vida y la situación de las personas cuidadoras.

Palabras claves: Grupos socioterapéuticos, personas cuidadoras, grupo de formación.

Intervention with socio-therapeutic groups

Abstract: On completion of specific training on team coordination, several IASS professionals carry out interventions with socio-therapeutic groups invol-

ving carers of elderly dependent people. The aim of this intervention is the improvement of the carers' quality of life and situation.

Keywords: Socio-therapeutic groups, carers, training group.

Intervención con grupos socioterapéuticos



Ana Sánchez Fumanal

Introducción

El IASS es una entidad gestora de prestaciones y servicios sociales especializados dirigidos a varios sectores de población, entre ellos a las personas mayores. El Hogar "Balsas de Ebro Viejo" forma parte de dichos servicios y es dónde realizo mi tarea como trabajadora social. Está situado en la Margen Izquierda del río Ebro y se atiende a personas de diferentes barrios urbanos y rurales, con unas características muy heterogéneas (barrios envejecidos y barrios jóvenes, barrios rurales con dificultades para el acceso a determinados servicios sociales,...).

A través de la atención individualizada a las personas mayores dependientes y sus familias detectamos que existían una serie de necesidades sin atender en las personas cuidadoras que no se cubren aún cuando el mayor se incorpora a un servicio social (centro de día o residencia).

La forma más adecuada para atender dichas necesidades fue la intervención con grupos socioterapéuticos que paso a explicar.

- Dirigidos a:

Familiares cuidadores de personas mayores enfermas con demencia y/o Alzheimer.

- Porque:

La demencia es una enfermedad crónica invalidante caracterizada por déficit cognitivo y deterioro físico que implica

una dependencia progresiva del cuidador. Algunos procesos duran entre 5 y 10 años.

La comunicación con estos enfermos está gravemente alterada, creando dudas al cuidador acerca de la adecuación de los cuidados que presta en relación a las necesidades.

- Perfil de las personas que participan en los grupos de cuidadores:

Son mujeres con edades comprendidas entre los 45 y 64 años que cuidan a su esposo o padre/madre, desde hace más de cuatro años y además son cuidadoras únicas.

- Las cuidadoras son mujeres:

Colectivo con una problemática concreta y específica de rol de género, relacionado con su estilo de vida: aislamiento, depresión, ansiedad, cansancio, infelicidad, ...

Que al asumir el papel de cuidadora, ven alterados distintos ámbitos de su entorno: relaciones familiares, sociales, situación laboral,...

Los grupos socioterapéuticos

Se utilizan desde el Trabajo Social para tratar aquellos aspectos que conflictúan y producen sufrimiento a las personas, o les impide desarrollar sus capacidades, afectos, relaciones y responsabilidades sociales. La intervención socioterapéutica va dirigida a mejorar las vivencias y la participación social de una persona, lo cual implica un desarrollo de las capacidades personales para enfrentarse consigo mismo y con el entorno (...).¹

Objetivos del proyecto

- Generales:

1. Fomentar la mejora de la calidad de vida y la situación social de los cuidadores de los enfermos con demencia.

¹ Rossell, T. (1998). "Trabajo Social del grupo: grupos socioterapéuticos y socioeducativos". Cuadernos de Trabajo Social n.º 11 (pp. 103-122).

2. Potenciar y apoyar las capacidades individuales y familiares de los cuidadores y los enfermos con demencia.
3. Fomentar estilos de vida saludables.

- Específicos:

1. Ayudar al cuidador a afrontar la demencia del enfermo y los cambios que se producen en la familia.
2. Facilitar un espacio de comunicación que les permita un manejo mejor de sus conflictos.
3. Evitar el aislamiento social del cuidador.
4. Enseñar al cuidador distintas técnicas para su autocuidado y mejora de la autoestima.
5. Ayudar al cuidador a identificar formas constructivas de expresar sus sentimientos.

Metodología de la intervención

Se programan diez sesiones con una periodicidad semanal y dos horas de duración.

El grupo lo componen entre 8 y 15 cuidadores, es un grupo cerrado. Sólo se pueden incorporar nuevos miembros en las dos primeras sesiones.

En las sesiones grupales es importante que haya dos personas:

-*Coordinadora*, es quien mantiene y fomenta la comunicación y la participación, anuncia e introduce los temas, y la tarea a desarrollar. Establece las normas de funcionamiento del grupo, asegurando así la dinámica grupal.

-*Observadora*, registra todo lo que ocurre en el grupo, la dinámica que se establece entre los componentes de grupo, observa la intervención e interacción de la coordinadora y preparan la sesión conjuntamente.

Temas más frecuentes tratados en las sesiones de grupo

- Los sentimientos que les produce cuidar.
- Los cambios que se producen en la familia.
- Recursos sociales.

- Acerca de las demencias y la enfermedad de Alzheimer.
- La muerte y el duelo anticipado.

Estos temas se adaptan a las necesidades que el grupo va manifestando. Algunos grupos se muestran muy interesados en profundizar en los sentimientos y la mejor forma de manejarlos y otros desean centrarse en las relaciones familiares, la comunicación, cómo pedir ayuda,...

Conclusiones

En el citado artículo de Teresa Rossell encontramos una serie de hipótesis de trabajo que puedo afirmar que en la intervención con grupos socioterapéuticos se cumplen:

- Pertenecer a un grupo, cuyos miembros tienen necesidades similares, facilita la identificación y el apoyo mutuo.
- El grupo alivia el aislamiento y favorece el sentimiento de pertenencia, así como el desarrollo de relaciones sociales.
- El grupo permite expresar sentimientos que el individuo puede sentir como negativos y "normalizarlos" en relación con los demás.
- Los individuos modifican actitudes y comportamientos inducidos por otras personas en situación similar a la suya, estos cambios tienden a ser duraderos.

El grupo socioterapéutico es un instrumento eficaz para lograr los objetivos propuestos.

La intervención grupal se convierte en una respuesta a las necesidades de los cuidadores distinta a la oferta de recursos institucionales establecidos.

Grupos también para los profesionales

Desde el IASS se pone en marcha un programa de formación dirigido a los diferentes profesionales de los centros de día, residencias, hogares: médicos, enfermeras, terapeutas ocupacionales y trabajadores sociales.

La finalidad es una formación específica para que pongamos en marcha grupos socioterapéuticos dirigidos a personas cuidadoras.

La metodología de trabajo es grupal. Nos da la posibilidad de experimentar personalmente el funcionamiento del grupo viviéndolo como miembro del mismo. Permite vivir las ventajas y la riqueza del mismo, también las dificultades.

La formación y la supervisión han sido esenciales para que los profesionales pudiéramos en marcha diferentes grupos desde diferentes centros.

La intervención grupal se extiende

Los profesionales que participamos en la formación conducimos grupos de cuidadores desde enero de 2003 en:

- Hogares de personas mayores.
- Centros de Día.
- Residencias.

El recurso se va extendiendo y calando en el tejido social. Permite abordar la necesidad de elaborar los conflictos personales, familiares,... que viven los cuidadores aún cuando ya no se ocupen de los cuidados físicos de su anciano.