

INSTITUT DE TREBALL SOCIAL I DE SERVEIS SOCIALS INTRESS

Acompañamiento Solidario

Apoyo psicológico para profesionales de Intress



¿En qué podemos ayudarnos?

- ¿Te sientes con una sensación de servitud, ansiedad, desánimo, tristeza?
- ¿Te cuesta organizar tu rutina, dormir bien, etc.?
- ¿El sentimiento de soledad está empezando a ser demasiado cotidiano?
- ¿Estás perdiendo la paciencia con las personas que tienes alrededor?
- ¿Crees que te vendría muy bien hablar un poco con alguna persona especializada en el manejo de las emociones?
- ¿Algunos trabajos en servicios sociales te dan de pensar la vida, ¿crees que te está costando gestionar? ¿Te sientes a veces con sensación de ruido o desorientación?

¿Cómo funciona el Acompañamiento Solidario?

Selecciona a un/una profesional de Intress, psicólogo/a con experiencia en la práctica clínica, y te podrá apoyar y asesorar en cómo mejorar el malestar asociado a la situación de pandemia que vivimos.



1 Mira las personas que conforman este equipo y escoge a la que creas oportuno.



2 Reserva una cita con ella dando al botón de "reservar cita", que te abrirá un correo electrónico para contactar.



3 Acuerda con él/la profesional la forma de llevar a cabo las entrevistas y su frecuencia.



4 Ya dispone de apoyo.

Seu social: Barcelona

Àmbit geogràfic: estatal

Forma jurídica: associació

1.501 persones treballadores

108 persones treballadores pertanyents a col·lectius en risc d'exclusió social

105 persones voluntàries

90 persones sòcies

Persones ateses

- 3.682 a serveis a la infància i la joventut
- 835 a serveis a la gent gran
- 190 a serveis a persones dependents o amb discapacitat
- 2.007 a serveis a persones amb problemàtica de salut mental
- 2.009 a serveis específics vinculats a l'àmbit penitenciari
- 1.205 a serveis a d'altres col·lectius en situació d'exclusió social
- 3.402 a usuàries a altres col·lectius (joves en la comunitat)

www.intress.org/ca

Breu història de l'organització

Organització de professionals experts en l'àmbit social que detecta necessitats, dissenya projectes i gestiona serveis amb un model d'atenció propi centrat en la persona i en la comunitat com a motors de la transformació social, treballant en aliança amb altres agents socials per impulsar un sistema social just i equitatiu. Van néixer a Barcelona fa 35 anys.

Treballen perquè les persones puguin exercir els seus drets i escollir com volen viure. Intress està formada per l'Associació Intress, la Fundació Intress i l'Associació Gira-sol.

Està declarada entitat d'Utilitat Pública. Una entitat que cada any atén més de 30.000 persones a tot el país.

Són pioneres en el disseny i la implementació dels programes d'intervenció social més innovadors. La seva capacitat de gestió va lligada al coneixement, que evoluciona constantment: comparteixen i difonen. Treballen amb un model d'atenció centrat en la persona i en la promoció de la seva autonomia i sempre que és necessari, creen aliances amb altres entitats o actors socials per treballar en xarxa.

Missió

Atendre millor i més eficaçment les persones que estan en situació de vulnerabilitat. Per aconseguir-ho, la seva filosofia i la de totes i tots els nostres professionals és treballar per aconseguir persones autònomes i participatives, una comunitat inclusiva, equitativa i participativa com a col·lectiu.

Creuen que tant les persones com la comunitat seran claus d'un canvi cap a una societat més justa i més inclusiva. Per això aposten per un model d'atenció que els permeti incidir en els processos de transformació social, com a professionals i com a entitat.

Descripció activitat

La desenvolupen a través de 5 grans àrees: Infància i Família, Discapacitat i Gent Gran, Igualtat i Gènere, Justícia i Comunitat, Salut Mental.

Treballen en la creació i la gestió de serveis i programes d'atenció a les persones amb l'objectiu, no només d'individualitzar l'atenció, sinó per apoderar la persona perquè pugui seguir amb les seves capacitats i desitjos, gestionant la seva vida i prenent les decisions.

Reconeixen la comunitat, no només com a receptora de persones, sinó com a generadora de recursos que han d'aliar-se per configurar una xarxa, per incorporar nous instruments i nocions als grups vulnerables i/o discriminats.

Potencien la incidència social a través de la sensibilització, la formació i la consultoria per participar de la transformació dels patrons culturals existents.

La incidència política com a forma de participació de la ciutadania, en la detecció de necessitats i d'accions prepositives.

La investigació per a la millora de l'atenció a través de la generació i incorporació del coneixement i les bones pràctiques pròpies i alienes.

DESCRIPCIÓ DE L'EXPERIÈNCIA**“Acompanyament solidari”: suport psicològic voluntari a les persones treballadores d'Intress****Breu descripció**

En el marc de la iniciativa corporativa #AvancemPlegades. Es tracta d'un nou recurs de persones treballadores que donen suport a altres persones treballadores de l'organització en el marc de la resposta conjunta a la COVID-19. Iniciativa sorgida el 2020 i que es canalitza mitjançant una pàgina web específica i el suport de WhatsApp per les i els professionals.

Impacta sobre la qualitat de vida de les persones treballadores i fomenta la resiliència, i impacta de forma clara en el benestar dels equips i la qualitat en l'acompanyament als i les usuàries.

Apoderen aquelles psicòlogues i coach dels equips perquè siguin agents de suport i suport a les companyes en situació d'estrès, risc de burn-out, càrrega professional aguditzada per la situació COVID-19, desconexió o desequilibri de les esferes personals, angoixa, i d'altres vivències anàlogues.

Aportació de valor de la iniciativa

La iniciativa és sostenible des dels recursos propis i la idea de voluntariat. És replicable a diferents nivells i en altres tipus d'entitat o organització.

El projecte de suport psicològic ha demostrat que és factible per mitjans telemàtics, i que facilita el suport de persona a persona en el moment exacte en què cal, ja que assegura l'accessibilitat.

Han estat 39 persones ateses que han fet una mitja de 4 sessions o trobades i que en el futur faran un recull i avaluació de l'experiència com a usuàries. S'ha produït també un reconeixement específic al grup de 6 voluntàries participants en la iniciativa.

Principals objectius assolits

Atenció directa a les necessitats de les persones que han volgut fer ús del servei. Dues sessions de reconeixement del grup motor de participants. Primers efectes recollits per les enquestes a persones treballadores de l'estiu de 2020 sobre el seu estat d'ànim i necessitats. Enllaç amb el departament de Prevenció de Riscos Laborals per harmonitzar mesures de cura dels i les treballadores, especialment davant riscos psicosocials.

Principals resultats obtinguts

39 persones ateses. Dues sessions de reconeixement del grup motor de participants. Primers efectes recollits per les enquestes a persones treballadores de l'estiu de 2020 sobre el seu estat d'ànim i necessitats.

Abast de l'experiència

Trastorns, alteracions i problemes de la salut mental són la segona causa de baixa laboral temporal i permanent a l'estat espanyol. En el tercer sector social d'atenció a les persones és freqüent que el desgast de les professions que atenen d'altres persones en situacions de vulnerabilitat suportin elevades cotes de risc per a la salut psicosocial, donat que el propòsit de la tasca i la motivació personal són un factor en primera instància protector. Però en l'experiència d'Acompanyament Solidari duta a terme a Intress s'ha vist com les necessitats eren creixents, i en les sessions o visites virtuals successives, els i les professionals manifestaven la utilitat del servei. En el cas de les dones s'ha posat en relleu que suportaven una doble càrrega en haver de mantenir horaris de teletreball des de la llar, mentre que les tasques de cura i les pròpies de la convivència amb fills/es o parelles requereien també en elles.

Persones implicades en l'experiència:

Treballadores: 13

Membres equips directius: 3

Sòcies: 1

Ateses: 39

Voluntàries: 6

Altres: 1 (Suport extern)

**Principals factors clau d'èxit**

Oportunitat, accessibilitat mitjançant la tecnologia. I un factor fonamental: persones de l'equip atenien a altres persones / companyes que de la seva part eren integrants d'altres equips de l'entitat, en àrees diverses d'intervenció.

Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa

La preocupació inicial per la confidencialitat es va salvar sense més dificultats. La persona atesa rebia detalls de la terapeuta assignada, i es garantia que sempre fossin d'àrees diferents d'intervenció de l'entitat.

Tecnològicament, l'adaptació va ser immediata, ja que l'entitat disposava d'equips i xarxes per al treball en remot dels equips o les persones individuals.

La demanda va ser alta en les primeres dues setmanes i va decaure en les següents. Es va posar de manifest la importància de recordar i fer avinent a les 1.500 persones treballadores l'existència d'aquesta oferta.

Elements innovadors que aporta l'experiència

Psicòlogues i terapeutes de l'entitat atenen i acompanyen de forma solidària altres treballadores.

Es realitza en el marc d'un seguit d'accions de suport i reforç als equips sota el lema: #AvancemPlegades, molt necessàries en el marc de la crisi COVID-19, que ha exigint una gran capacitat de resposta i de forma molt aguda a tots els equips.

Es fan servir metodologies del Counselling així com de l'abordatge cognitiu-conductual, incloent-hi també elements de coaching i recursos ja disponibles a l'entitat (grup de mindfulness, grups de suport als barris, materials de prevenció PRL, i d'altres)

Web específica: <https://sites.google.com/view/acompanamientosolidario/inicio?authuser=0>

Missatges de WhatsApp pel seguiment.

Principals factors que permeten la transferència i replicabilitat

Baix cost econòmic.

Basat en plataformes en línia de videotrucades, així com en una web de fàcil creació i manteniment.

(<https://sites.google.com/view/acompanamientosolidario/inicio?authuser=0>)

Presència habitual de persones amb habilitats pel suport psicològic a les organitzacions del tercer sector. Efecte multiplicador i del boca-orella entre els equips.