

ENTREVISTA A PROFESIONAL DE PISO TUTELADO **DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL**

1.- ¿Cuál es el objetivo fundamental que persigue el funcionamiento de un piso tutelado de rehabilitación psicosocial de personas adultas?

El más importante, a mi juicio, es el fomento de la autonomía de la persona. Lograr que a través de un plan de trabajo y de unas rutinas en su día a día, la persona pueda adquirir hábitos que le permitan reconstruir y reconducir su vida, de manera satisfactoria y ajustada a su situación real.

2.- ¿Cuáles son las funciones de la profesional que trabaja en un piso de rehabilitación psicosocial?

En relación a la persona, una de las funciones principales es aumentar la implicación y motivación de la persona que asiste al piso, fomentando la participación activa tanto en las actividades que se realizan en el alojamiento tutelado como fuera, en la comunidad.

También es prioritario ayudar a disminuir las restricciones y barreras, para permitir a la persona participar en las ocupaciones necesarias y deseadas por ella.

Asimismo, trabajar el empoderamiento es esencial en el proceso de recuperación. A medida que la persona ve sus objetivos cada vez más alcanzables a través de su trabajo diario y dedicación se va fortaleciendo su autoestima, la cual mejora considerablemente.

En cuanto a la organización del trabajo, la profesional del piso tutelado trabaja en coordinación con el resto de profesionales de los diferentes recursos de rehabilitación psicosocial, como Centro de Pedregales o Centro de Villaflora. Se realiza el registro o seguimiento semanal de la intervención realizada en el

piso e incidencias, si las hubiera, garantizando que la información llegue a los demás profesionales que intervienen.

3.- ¿Qué actividades se realizan en el piso?

Las actividades se podrían englobar, en tres áreas:

- a. **Las actividades propiamente para el mantenimiento y organización del piso:** Orden de las habitaciones, mantenimiento de las zonas comunes, reciclaje, respeto de los turnos de limpieza de la cocina, de fregar, de elaboración de las comidas, de tirar la basura, colaboración en la realización de la lista de la compra, lavadoras, etc. El profesional de forma consensuada con el grupo, realiza un planning de las tareas a cumplir, supervisando su cumplimiento.
- b. **Las actividades para la implementación del Plan Individual de Trabajo.** Se ha de tener en cuenta las necesidades, deseos y capacidad de cada persona para establecer metas y objetivos. Se eligen tareas que les llenen, motiven, que les gusten y les hagan sentir más realizados.

Así, por ejemplo, si la persona tiene especial habilidad para la pintura, no sólo se acuerda con ella un horario para dicha actividad sino que además se fomenta el que pueda presentar sus obras en una exposición, pues con ello, estaremos contribuyendo a que exista un reconocimiento por parte de la sociedad hacia el trabajo realizado y esto, repercute de forma muy favorable en la autoestima.

En el caso de personas que tengan interés en la cocina, se les propone talleres de cocina realizados en el piso una vez a la semana, donde además los que participan, almuerzan la comida elaborada por ellos mismos y comparten con todos/as los/as compañeros/as esa experiencia.

Para aquella persona que se decante por la asistencia a cursos, se le motiva para que asista, haciendo una organización previa y de forma consensuada con ella, con el fin de conciliar las tareas a ejecutar en el piso con el horario de formación que desee realizar.

Algunos residentes del piso están insertos en el Programa de Rehabilitación Laboral del Excmo. Cabildo Insular de la Palma en colaboración con diferentes ayuntamientos de la isla, y cursan formación teórica un día a la semana y cuatro días realizan prácticas en dichas dependencias municipales. Esta actividad está coordinada por la profesional del Centro de Rehabilitación Psicosocial de Pedregales y las personas que están integradas en este proyecto, lo valoran muy positivamente, pues no sólo tienen la mayor parte del tiempo ocupado sino que adquieren conocimientos y habilidades que le facilitan la búsqueda de empleo y la inserción laboral.

Las actividades individuales, incluyen obviamente, el cuidado y mantenimiento personal, así como el orden y limpieza de su ropa y enseres.

- c. **Actividades grupales.** Fomentan una adecuada convivencia y promueven habilidades sociales.

Algunos ejemplos de actividades grupales son los **talleres de lectura**, que da lugar a la tertulia u opiniones de los demás. Libros sobre nutrición saludable, o sobre buenos hábitos, o acerca del pensamiento positivo son algunos de los trabajados en los últimos meses.

Otra actividad que ha contado con la aceptación del grupo ha sido disfrutar de las instalaciones de la **piscina municipal** durante los meses de verano.

La realización de **ejercicios de estimulación cognitiva**, para ejercitar la memoria o fomentar el lenguaje, también se realizan en grupo.

Actividades grupales para mejorar la autoestima, donde cada compañero pone en una hoja cualidades de las personas con las que convive.

Dentro de las actividades para mejorar la autoestima, se incluye el cuidado personal de pintado de uñas y arreglo de cejas, una vez al mes. Entre las chicas (qué son mayoría) tiene mucha aceptación y se divierten con la actividad.

Cabe señalar que también se realizan paseos por el municipio y **caminatas** de forma asidua, así como visitas a museos o exposiciones.

Las celebraciones de **cumpleaños** de los residentes en el piso, son tardes diferentes donde se comparte merienda, charla, chistes, etc. qué fortalecen la amistad existente entre el grupo y crea un ambiente distendido.

4.- ¿Cómo es la convivencia en el día a día en el piso tutelado?

Cuando existe una convivencia entre personas que son diferentes, con distintas preferencias, aficiones, opiniones, es importante potenciar el respeto. La prevención de los conflictos es posible si existe una organización previa donde se ha consensuado con los residentes unos compromisos, unas tareas y una actitud basada en el respeto. Para evitar conflictos es importante, además crear un ambiente entre las personas de bienestar y de comprensión mutua. Poder hablar y expresar las emociones de una forma adecuada y pausada hace que la otra persona comprenda y las situaciones tengan una solución satisfactoria para todos y todas.

Básicamente, se trata de respetar los gustos, las opiniones del otro. Concienciar para que se considere la opinión y las emociones del otro/a tan válidas como la propia.

Cuando en el día a día, la persona comprende la importancia de sentirse bien cuando convive con otras personas, se esfuerzan en ayudar, en realizar las tareas que tienen asignadas y el comportamiento es adecuado porque entienden que el respeto hacia los demás es fundamental.

5.- ¿Cómo valoraría su experiencia profesional en estos cinco meses en el piso tutelado?

Es un lugar de trabajo que enriquece no sólo a nivel profesional sino a nivel personal, pues los residentes son personas que tienen mucho que decir a esta sociedad, mucho que aportar con sus experiencias y son un ejemplo de lucha por superarse y mejorar cada día.