



CAFE- FORUM. Como sobrevivir al trabajo. Cuídate. FORO SERV-SOCIAL MADRID.

Se inicia la sesión con la presentación realizada por Olga Sánchez, miembro del Foro-SERV-SOCIAL, en la que contextualiza el motivo de la celebración de este café, y agradece la asistencia de los participantes:

El tema que se pone sobre la mesa creemos que es muy importante por la cantidad de desasosiego que produce, SOBREVIVIR AL TRABAJO. CUIDATE. La situación actual de los Servicios Sociales tiene que ver con los cambios sociales, el cambio de las estructuras familiares, dejando de ejercer su función protectora. La aparición de grupos muy numerosos de personas empobrecidas, con empleos precarios, no excluidos, aunque con problemas económicos (que ya es). Y los recortes de los distintos sistemas de protección, incluido por supuesto el de Servicios Sociales, que a su vez se convierte en el cajón de sastre, asumiendo necesidades que no son asumidas por otros sistemas, comedor escolar etc. Las soluciones a estas situaciones, excede a los Servicios Sociales y a nosotros, solo pueden ser de tipo político como una reforma laboral o fiscal. Aunque si se pueda incidir de distintas formas.

Por otro lado el modelo de Servicios Sociales está en crisis, está desbordado, muy burocratizado y es muy prestacional.

Todo esto hace que todos los profesionales de los Servicios Sociales, no solo los Trabajadores Sociales, nos encontremos desbordados. Siendo extrapolable a otras entidades o instituciones de lo social, aunque quizás no en igual intensidad. Agravándose en las profesiones de ayuda, en ocasiones, por aquello de ir de salvadores, nos provoca mayor malestar. Por ello es necesario analizarlo y buscar posibles alternativas de aquello que pueda depender de nosotros mismo, y nos pueda ayudar a encontrarnos mejor.

Comenzamos abordando conjuntamente los siguientes aspectos relacionados con la práctica diaria de nuestra profesión:

Situaciones a la que nos enfrentamos en nuestro trabajo:

- Atención a realidades multiproblemáticas, que requieren de una elevada intensidad de intervención.
- Las personas acuden a los servicios sociales como último recurso tras no poder superar la situación que atraviesan. Depositán en nosotros elevadas expectativas de resolución de sus problemáticas.

servsocialmad@gmail.com

www.foroservsocialmadrid.org



Foroservsocial



@ Foroservsocialm



- Las personas comparten con nosotros el sufrimiento que supone no poder satisfacer la cobertura de sus necesidades más básicas.
- Somos contenedores del deficitario funcionamiento de otros sistemas, empleo, sanidad,...etc. Existe además una desconexión entre sistemas, siendo generalizado el desconocimiento de los servicios sociales por otros profesionales.
- La indefinición de los servicios sociales favorece la ausencia de límites de las tareas que realmente deberíamos asumir. Abarcando el desarrollo de acciones más allá de nuestras competencias, con la sobrecarga que ello supone.
- Los dramas personales y familiares de los que somos testigos elevan la carga emocional de nuestra intervención.
- Priorizar entre cuestiones prioritarias, es una tarea constante que conlleva un desgaste emocional elevado, estando en juego el sufrimiento de las personas que atendemos.
- Falta de dotación de personal, ante un escenario generalizado de aumento de la demanda de atención en los últimos años. A lo que se suma la ausencia de cuidado y valoración de la carga del personal por parte de los responsables políticos.
- Los dirigentes políticos por norma general no suelen poner en valor al área de servicios sociales, su escaso compromiso nos fragiliza contribuyendo al desmantelamiento progresivo del Sistema de Servicios Sociales Público.
- Aplicaciones informáticas, grabación de datos, labores burocráticas en aumento, etc., que difuminan nuestro labor técnica a la que realmente estamos llamados de acompañamiento social

Sentimientos que nos producen estas situaciones:

- Transición desde la impotencia, a la omnipotencia y viceversa, entendida esta última como la auto exigencia de conseguir por todos los medios que se supere determinada situación. Se traduce en ocasiones en una sobre implicación nociva para nuestro equilibrio emocional.
- Enfado, rabia, frustración, pena, tristeza.
- Sentimiento constante de trabajo inacabado. La no culminación de trámites administrativos sujetos a plazo suelen producir más angustia, que la intervención técnica siendo esta la que debiera ser nuestro principal cometido.

servsocialmad@gmail.com

www.foroservsocialmadrid.org



Foroservsocial



@Foroservsocialm

- Sobrepasado/a, quemado/a, bloqueo, inseguridad, incomprensión, angustia
- Sentimiento de asedio, porque desde diferentes frentes nos exigen respuestas a realidades multidimensionales, depositando en los servicios sociales la capacidad de resolución.

Consecuencias de los sentimientos y emociones experimentados

- Enfermedad, física, mental, emocional. Un desgaste a todos los niveles. La asistencia a terapias individualizadas del personal de servicios sociales o tratamientos farmacológicos empieza a ser una realidad plausible en los equipos.
- Estrés, desmotivación, cansancio crónico, trastornos del sueño
- La ausencia de vitalidad, se traduce en aislamiento, soledad, y posible cronicidad del desánimo.

Alternativas de afrontamiento:

- Poner límites y comunicar a los cargos de responsabilidad que no puedes asumir más tarea. Incluso si fuera necesario por escrito, ya que numerosas gestiones que debe realizar el profesional suponen un menoscabo para el usuario/a de servicios sociales en caso de no ser posible su realización. La priorización de las prioridades conlleva un riesgo ya que hay cuestiones significativas que aplazamos.
- Desconectar del trabajo, conectando con otras actividades.
- Cuidar las relaciones personales, siendo un factor de protección ante el posible aislamiento.
- Deporte con la generación de sustancias químicas cerebrales que conlleva.
- Práctica de técnicas de meditación, yoga, Mindfulness, etc., que nos permitan mantener una adecuada higiene mental.
- Acercamiento a técnicas como el "Proceso Corporal Integrativo"
- Evitar hablar del trabajo en los momentos de descanso, utilizar el humor.
- Evitar instalarnos en la queja y analizar lo que podemos hacer cada uno/a de nosotros/as desde nuestro margen de acción o influencia.



- Supervisión de nuestra práctica profesional, apoyándonos en el trabajo en equipo como espacio en el que compartir
- Participación en espacios donde puedas expresar libremente tus opiniones desde una perspectiva crítica sin el condicionante de la institución en la que trabajas, y con la intención de mejorar lo establecido. Ejemplo de ello es la participación en Foro SERV-SOCIAL Madrid.

A MODO DE CONCLUSIONES:

1. El debate del que disfrutamos los asistentes evidenció el alto componente vocacional presente en el encuentro, el cual nos impulsa a intentar superar las dificultades que nos encontramos durante nuestra práctica profesional.
2. El número de participantes fue inferior al esperado, pero la calidad de los contenidos abordados y la claridad expositiva fueron indicadores de una competencia profesional admirable.
3. Destacó la idea compartida de escucharnos, y poner los cinco sentidos en cómo nos encontramos, ya que esa toma de conciencia personal, acompañada de sensaciones de equilibrio nos permitirá afrontar los desafíos que se nos presentan.
4. El intercambio de criterios y opiniones desde las vivencias personales, hasta alternativas de abordaje ante las dificultades en nuestro desempeño laboral, provocó un debate que atravesó momentos acalorados, especialmente en lo relativo a la crítica a la institución. Aunque se consiguió un tránsito positivo. Consensuando que cuando superamos el estar instalados en la inmovilidad en la queja y optamos por una postura reactiva, podemos mantener la actitud crítica intrínseca a nuestra profesión y aportar propuestas de mejora.
5. La indefinición de los servicios sociales, provoca en numerosas ocasiones el que los profesionales nos apropiemos de tareas y cometidos que no nos corresponden, ya que simplemente son consecuencia de la falta de respuesta de otros sistemas. Ello nos provoca un aumento de la carga asistencial, gestiones, y energías en trasladar cuales son nuestras competencias a otros profesionales. Al mismo tiempo se combina la situación descrita con la inquietud por el temor a que esta indefinición se pueda aprovechar para vaciarnos de cometidos, y en ocasiones adoptamos una actitud de “salvadores” apropiándonos en su totalidad de la intervención sobre una determinada situación. El trabajo real en red puede ser un antídoto fundamental para ir creando pedagogía de lo que es realmente nuestras competencias como Servicios Sociales.





En definitiva se va desvirtuando la esencia de nuestro trabajo, a fuerza de asunción de tareas impropias de nuestra disciplina, como certificación de la pobreza. Cuya principal consecuencia es la fragilidad del sistema de Servicios Sociales.

6. El compartir experiencias, vivencias, y realidades, a través de espacios como el CAFÉ-FORUM potencia el músculo de los servicios sociales, y por lo tanto incrementa nuestra capacidad de resistencia y actitud proactiva para el desarrollo de nuestra profesión.

