

ACCIÓ FORMATIVA AGENTS DE SUPORT MUTU 2022 (1a edició)

Objectiu: Agents de suport mutu (*Peer2Peer*) permet que aquelles persones que han conviscut o conviuen amb problemes de salut mental es converteixin en agents de suport mutu per a qui està passant per una situació similar. És un curs innovador dissenyat per preparar a persones amb diagnòstic en salut mental per treballar com agents de suport mutu i afavorir les relacions horitzontals. D'aquesta manera, acompanyen directament altres persones amb patiment emocional en la seva recuperació.

Dirigit a persones que:

- Han passat per un procés de psiquiatriçació i es troben en un moment estable.
- Han complert els 18 anys
- Amb habilitats comunicatives i relacionals
- Amb capacitat de feina en equip
- Amb la voluntat d'acompanyar i donar suport a altres persones amb problemes de salut mental
- Amb disposició a participar amb responsabilitat i compromís
- Amb interès i voluntat de parlar de la seva pròpia vivència de recuperació
- Amb interès per treballar com a agent de suport mutu.

Modalitat: Presencial a Garrover Estació (C/ Pérez Galdós, 109, 1r pis, Inca)

Durada: 10 sessions formatives (Total: 55 hores)

Continguts:

- Sessió 1. Presentació i creació ambient de feina
- Sessió 2. Enfocament de recuperació
- Sessió 3. Recuperació, una experiència individual
- Sessió 4. Suport mutu
- Sessió 5. La relació de suport mutu
- Sessió 6. Ús del llenguatge i la comunicació
- Sessió 7. Ús de l'experiència de forma efectiva
- Sessió 8. El risc i els límits
- Sessió 9. Autogestió i autocura
- Sessió 10. Avaluació final

Metodologia:

A través de l'experiència i participació en el procés grupal s'aprendran habilitats, eines i tècniques per ser agents de suport mutu. Aquestes s'aniran posant en pràctica a través de les diferents dinàmiques, debats, posades en comú i espais per a la reflexió.

El *Peer2Peer* no és un grup terapèutic en si mateix, però el procés de pertinença al grup i compartir vivències ens farà recuperar la confiança en nosaltres mateixes/os i en els altres. S'aniran abordant temes que poden afectar a l'àmbit personal i, per això, és important tenir presents els sistemes propis de suport.

Resultats de l'aprenentatge

Aquells/es participants que completin el curs amb èxit seran capaços de:

- Entendre el procés de recuperació en salut mental
- Explicar el suport mutu i el seu paper en la recuperació
- Desenvolupar relacions basades en els valors de suport mutu
- Aplicar teories i conceptes com agent de suport mutu
- Establir una pràctica segura i efectiva en una relació de suport mutu.

Formadores:

Neus Serra, integradora social a Estel de Llevant, amb experiència com a persona psiquiatritzada, activista d'Obertament Balears i formada en Peer2peer.

Pilar Ponce Rigo, psicòloga i coordinadora de 3 Salut Mental.

Calendari i horari:

12, 13, 14, 15, 16, 26,27,28,29 i 30 de setembre 9.30 a 15 h.

Places: 12

Preinscripcions: Fins dia 30 de juny de 2022 a www.3salutmental.com

Selecció: Dins el mes de juliol 2022 es faran entrevistes.

Cost: La participació és gratuïta, però requereix constància i implicació.

Es lliurarà un diploma d'assistència expedit per 3 Salut Mental a totes aquelles persones que hagin assistit un 75% del total d'hores.

Peer2Peer permet que aquelles persones que han conviscut o conviuen amb problemes de salut mental es converteixin en agents de suport mutu per a aquelles persones que estan passant per una situació similar.

Aquesta acció formativa està basada en el Certificat de professionalitat de suport mutu en salut mental desenvolupat per la Xarxa Escocesa de recuperació i l'Autoritat de qualificacions escoceses. El material s'ha adaptat de la Fundació INTRAS.