

OPINIÓ

El grup

Un documental mostra què passa quan un col·lectiu d'aturats de llarga durada aconsegueix trencar el cercle de depressió i aïllament per constituir un grup d'ajuda mútua

MILAGROS PÉREZ OLIVA

20 MAR 2016 - 00:51 CET

A mesura que passen els dies, l'autoestima es va enfonsant. Estar en una situació d'atur prolongada, especialment a partir de certa edat, acaba deixant empremta no només en la salut física, com comproven els metges de família cada dia, sinó també en el pla psicològic. Això és quelcom que Josep Moya, fundador de l'Observatori de Salut Mental de Catalunya ha pogut constatar en la seva llarga trajectòria com a psiquiatra. Aquesta experiència, i l'evidència empírica de l'estudi que va dirigir sobre l'impacte de la crisi en la salut mental de la població, el van portar a impulsar una iniciativa que ha permès demostrar que compartir, sortir de l'aïllament i participar en la vida col·lectiva millora la salut de les persones en situació d'atur.

L'experiència ha tingut recorregut i n'ha sorgit un documental dirigit per Gustavo Vizoso. Es titula *El grup* i té com a protagonistes els aturats del barri de Sant Antoni de Barcelona que van acudir a la crida dels serveis socials per participar en l'experiència grupal impulsada per Josep Moya. Després de les cinc sessions previstes, es van establir uns vincles tan forts entre ells que van decidir formar un grup d'ajuda mútua sota el paraigua de l'associació de veïns. La llavor ha germinat i ara hi ha iniciatives semblants en altres barris.

Les sessions del grup recorden molt aquelles experiències alfabetitzadores del pedagog brasiler Paulo Freire, que quan ensenyava a llegir també ensenyava a pensar i a observar el món a partir de la pròpia realitat. Basat en un mètode de discussió grupal, la pedagogia de l'oprimit de Paulo Freire es va convertir en la pedagogia de l'esperança, perquè els qui aprenien amb aquest mètode, no només recuperaven la dignitat sinó la força per transformar aquesta mateixa realitat.

La feina és molt més que el mitjà per guanyar-se la vida. És el lligam principal amb la col·lectivitat. De la feina, en penja gairebé tota la resta. En aquest context, perdre l'ocupació suposa una pèrdua que, com expliquen els qui la pateixen, deixa ferides molt profundes. I no és només per les conseqüències materials, sinó per l'efecte devastador que té sobre la percepció de la pròpia vàlua. Al principi és relativament fàcil mantenir l'esperança, però quan passen els mesos, els anys, sense trobar un nova feina, tot canvia de sentit.

A poc a poc, la falta d'activitat o el que és pitjor, la hiperactivitat inútil que consisteix a passejar deixant currículums que aniran a la paperera, va deixant empremta. Es converteixen en apatia o en frustració. La sensació d'inutilitat, de fracàs, s'obre pas, fins a acabar incubant un estat crònic de desesperança. Aquest és el cercle viciós que els protagonistes descriuen i que es va empassant les relacions socials. Trencar aquesta dinàmica exigeix, en primer lloc, trencar l'aïllament. Aquest va ser el primer assoliment del grup, a partir del qual van aconseguir forces per abordar els altres. Es van reforçar mútuament, alguns van poder deixar els antidepressius, d'altres

prosseguir els estudis i alguns fins i tot trobar feina. Precària, però feina.

Van recuperar l'esperança. Almenys els que apareixen en el documental, perquè caure en l'atur perllongat és com enfonsar-se en una cisterna d'aigua, de manera que com més avall es cau, més força es necessita per tornar a la superfície. I no tots estan en condicions ni d'intentar-ho, com explica l'assistent social, la lluminosa figura de la qual ens fa adonar de com n'és d'important el paper que tenen en la vida dels altres aquests professionals que no es limiten a exercir la seva feina de forma rutinària, sinó que es comprometen a fons amb el que fan. Explica que per formar el grup d'ajuda mútua es va fer una selecció prèvia. Alguns aturats van ser descartats per a aquesta experiència perquè la seva situació mental era en aquest moment tan devastadora, que ni tan sols podien beneficiar-se de la dinàmica de grup.

No és casualitat que durant la crisi s'hagi disparat la venda d'antidepressius i ansiolítics. La por a no tenir un futur es paga amb crisi d'angoixa i depressions. La falta crònica d'esperança porta a l'aïllament, la incapacitat per gaudir i la passivitat. Compartir el dolor és el primer pas per desprendre's del sentiment de culpa i recuperar la iniciativa. Compartir amb altres persones les pors, els dubtes, les frustracions, permet reforçar-se mútuament i mirar d'una altra manera la realitat. En grup és més fàcil abordar el perquè de les coses i identificar millor les causes i els veritables culpables d'una crisi que ha privat tanta gent del dret al treball.

ARXIVAT A:

Opinió · Catalunya · Espanya

CONTINGUT PATROCINAT

¿Por qué las gafas graduadas cuestan tanto?

(CADENA SER)



La nueva novia de Fernando Alonso presume de Kawasaki H2

(AUTOBILD.ES)



¿Qué melena la de aquellos tiempos!

(VICTORIA50)



Las 5 mujeres más bellas de España

(TOPCINCO.ES)

recomendado por

© EDICIONES EL PAÍS S.L. | [Contacte](#) | [Venda](#) | [Publicitat](#) | [Avis legal](#) | [Política cookies](#) | [Mapa](#) | [EL PAÍS a KIOSKO y MÁS](#) | [Índex](#) | [RSS](#) |

