

Editorial convidat

L'RTS, espai de cura professional

Rosa M. Carrasco Coria

Membre del Consell Assessor Editorial de l'RTS

Vull començar aquest editorial agraint al nou equip de redacció de l'RTS la seva generositat i el seu compromís envers la professió per haver assumit el repte de liderar aquesta publicació emblemàtica i significativa per a tantes generacions de treballadores socials.

Els projectes com l'RTS tenen història, tenen present i tenen futur perquè algú hi creu, perquè algú se'ls estima i n'entén la importància, perquè els cuida i els fa créixer. Aquest algú són les companyes dels successius equips de redacció, també les membres de les juntes del Col·legi, però no soles sinó amb l'ajuda de tots i totes nosaltres, professionals, acadèmiques, estudiants, investigadores, lectors.

L'RTS necessita la nostra implicació però, és possible que nosaltres també la necessitem? Podríem dir que l'RTS té cura de les professionals? Seguint aquesta idea, des d'aquest editorial em reafirmo en la convicció que els espais de recerca, de reflexió i de compartir coneixement ofereixen una forma de benestar per a les professionals del treball social i de les relacions d'ajuda en general.

En aquests temps la desmoralització, l'alienació i la pèrdua de sentit disciplinari estan guanyant terreny. Els motius són diversos i van des del canvi dels paradigmes que fins ara orientaven l'acció professional fins a les decebedores polítiques socials, passant per la manca de referències teòriques on sustentar la pràctica i l'esgotament de les professionals. Qualsevol d'aquests factors, i d'altres als quals no faig esment, requereixen una anàlisi profunda, però en les properes línies faré especial èmfasi en el patiment emocional de les treballadores socials.

Des de l'inici de la formació d'una treballadora social es remarca la importància d'establir un vincle adequat entre professional i usuària per tal de facilitar la relació d'ajuda.

La comprensió de l'altre, l'acompanyament, la identificació dels sentiments que emergeixen en cada moment, la comunicació sincera, l'empatia, ens acosten a la persona atesa i ens faciliten les referències indispensables per ajustar una intervenció adient, personalitzada i ètica. Semblaria que la capacitat per establir aquesta aliança està directament relacionada amb l'èxit de la intervenció professional.

Però la proximitat quotidiana amb històries de desesperança, amb la part més crua i, sovint, injusta de la nostra societat, no és innòcua per a les professionals de la relació d'ajuda. Empatitzar amb persones que pateixen malalties greus i pèrdua d'autonomia, amb víctimes de situacions de violència, amb infància desprotegida, amb persones que malviuen sense

els mínims indispensables, persones sense llar, soles... posar-se al seu lloc pot generar en les professionals sentiments de patiment assimilats als de les persones ateses. Malgrat la capacitat professional i els coneixements aplicats a la relació assistencial, cada vegada és més freqüent identificar símptomes d'esgotament emocional, fins i tot físic, en les companyes. Parlem de fatiga per compassió o en les seves formes més greus *burn out* i trauma secundari.

Prendre consciència de les pròpies emocions i dels sentiments que ens provoca la intervenció professional, especialment en el treball de casos, és el primer pas per intentar fer una gestió conscient de les reaccions que ens genera el contacte, el diàleg i la comprensió de l'altre. Ajustar el grau d'implicació emocional en la relació d'ajuda és tan important com mantenir una actitud empàtica; en una bona pràctica professional ambdues capacitats s'integren i es complementen.

Escoltem-nos, mirem-nos, centrem l'atenció també en nosaltres, posem límits al risc d'emmalaltir a causa de l'exposició continuada a l'expressió de patiment de les persones que atenem.

El treball social va néixer com a disciplina amb la convicció de poder reduir les desigualtats socials, és clar que aquest objectiu, aquesta missió fundacional, porta forçosament a la frustració col·lectiva. Les treballadores socials som un recurs en nosaltres mateixes, però no podem carregar sobre les espatlles (ni sobre el cor) la reiterada vulneració de drets humans que evidenciem diàriament i que és el resultat de la manca de pressupostos i polítiques socials valentes i coherents amb les necessitats de les persones.

Les organitzacions també haurien de vetllar per minimitzar l'exposició de les seves treballadores als riscos psicosocials derivats de la pràctica professional. La prevenció del desgast emocional passa per: repensar l'organització del treball i els temps de descans, afavorir les propostes innovadores, facilitar itineraris de desenvolupament professional, garantir una formació individualitzada, oferir espais grupals per a la reflexió, promoure trobades per compartir experiències i coneixements, participar en activitats de supervisió, llegir, recuperar i reubicar-se en els models teòrics d'intervenció, fer recerca i escriure per endreçar la pràctica i per socialitzar-la.

Entre aquestes alternatives, l'RTS suma i se'ns revela com un espai de cura professional que no sempre tenim present.