

ORIGINAL

TALLER DE ENCUADERNACIÓN EN SALUD MENTAL, LA COMPLEJIDAD DEL GRUPO DESDE TERAPIA OCUPACIONAL

BOOKBINDING WORKSHOP IN MENTAL HEALTH, THE COMPLEXITY OF THE GROUP FROM OCCUPATIONAL THERAPY



Patricia Borau Lacasa
 Terapeuta ocupacional en Servicio Aragonés de Salud. Máster en Gerontología Social, Máster en Relaciones de Género.
 E-mail de contacto: pborau@salud.aragon.es



Marta Marín Berges
 Terapeuta ocupacional en Centro de Día Romareda, Profesora Asociada Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza, Presidenta del Colegio Profesional de Terapeutas Ocupacionales de Aragón.
 E-mail de contacto: mmarinb@salud.aragon.es

Objetivos: conocer cómo influye un taller de encuadernación, llevado a cabo por terapeutas ocupacionales, en la conducta de pacientes con trastorno mental grave, desde la perspectiva del Modelo de Ocupación Humana de Gary Kielhofner y la terapia de grupos. **Método:** se realizó una investigación cualitativa basada en una encuesta de elaboración propia para todos los usuarios del taller de encuadernación. **Resultados:** desde las respuestas se evidencia que la participación de forma regular en el taller, es decir, tener una ocupación, implica el desarrollo de una rutina diaria, de unos hábitos, así como la formación de roles (amigos, compañeros) y favorece las relaciones tanto en el propio taller como fuera de él en algunos casos. Por otro lado, también se ponen de manifiesto las dificultades propias de la patología mental que hacen más complicado desarrollar todo lo anteriormente nombrado. **Conclusiones:** se puede definir el taller de encuadernación como un teatro o puesta en escena de la vida de la persona. Las dificultades y modos de actuar se repiten en ambos espacios ya sean propios de su personalidad o de la enfermedad. Es función del terapeuta analizarlos para facilitar al usuario su propia comprensión y, si este considera, el cambio de los mismos.

Objective: The aim is to know how a binding workshop, conducted by occupational therapists, influences the behaviour of patients with severe mental disorder, from the perspective of the Model of Human Occupation by Gary Kielhofner and group therapy. **Method:** A qualitative investigation was carried out based on a self-developed survey for all users of the bookbinding workshop. **Results:** The answers are shown an evidence that the regular participation in the workshop, is to say, to have an activity, imply the development of a daily routine, habits and the creation of roles (friends, mates) and, in many cases, it supports the relationships not only inside the workshops but also outside. On another hand, the own difficulties of a mental pathology brings to light making more complicated to develop all the goals named before. **Conclusions:** The binding workshop can be defined as a theatre or a staging of a person's life. The difficulties and the ways to act are repeated in both places either in their own personalities or diseases. The role of the therapist is to analyse in order to facilitate their own understanding to the user and if they consider it, the change of it.

DeCS Terapia Ocupacional; Trastornos Mentales; Ocupaciones; Estructura de Grupo; Narración.

MeSH Occupational Therapy; Mental Disorders; Occupations; Group Structure; Narration.

Texto recibido: 06/09/2019 Texto aceptado: 26/11/2019 Texto publicado: 30/11/2019

Derechos de autor



INTRODUCCIÓN

Desde terapia ocupacional, el trabajo con personas diagnosticadas de trastorno mental grave, se detecta la importancia de conocer la historia de vida de cada paciente, sus hábitos, roles, patrones en su vida diaria y motivaciones, así como las dificultades presentadas en las relaciones sociales, con el objetivo de restaurarlas o favorecer la aparición de unas nuevas.

A través de valoraciones y entrevistas personales se recopilan dichos datos para posteriormente pactar con ellos un plan de rehabilitación en el que trabajar las áreas de ocupación: autocuidado, productividad y ocio⁽¹⁾, así como los componentes de desempeño: cognitivo, físico y psicosocial en los diferentes espacios grupales. Por ello el presente artículo se enmarca desde el marco de referencia primario psicológico y dentro de este, en el psicoanalítico^(2,3), ya que para mejorar los componentes de cada persona, el terapeuta se vale de la ocupación como principal herramienta, pero el ser humano no realiza ésta de manera individual, sino en sociedad. Surge así la necesidad de profundizar en el grupo como una herramienta más que influye en la conducta de cada individuo.

El terapeuta ocupacional está acostumbrado a realizar el análisis de la actividad para tratar de conseguir los objetivos marcados, sin embargo, se olvida el grupo como propia terapia, siendo este, la forma en la que habitualmente trabajamos en salud mental.

Para los psiquiatras Sophia Vinogradov e Irvin Yalom, la terapia de grupo se utiliza para efectuar cambios en la conducta inadaptada de cada uno de los miembros del grupo tanto en la interacción paciente-paciente como en la interacción paciente-terapeuta^(4,5).

El grupo proporciona un extenso abanico de relaciones a través de las diferentes interacciones como las llevadas a cabo con los líderes del grupo, gente de diferente extracto social y otras variables como son el sexo, la edad o historia de vida. Es el escenario perfecto para experimentar y explicitar sus gustos, aversiones, similitudes, diferencias, envidias, timidez, agresión, miedo, atracción y competitividad⁽⁴⁾. Es decir, se pone de manifiesto tanto implícita como explícitamente su propio ser y las dificultades existentes en las diferentes áreas de su vida que son objeto de ser identificadas por el profesional y para el usuario como parte necesaria para su proceso de rehabilitación.

El grupo que se describe en este artículo es el taller de encuadernación cuya base es el movimiento de artes y oficios⁽⁶⁾, cuya concepción fue básica para la creación y desarrollo de la profesión y en el que se incluye la actividad artesanal como medio para recuperar la salud tanto física como mental. Además, en este caso, aparte de lo anteriormente citado, este taller consta de unas características específicas, en cuánto a su estructura y su función.

Por su estructura, se podría definir como grupo "corredor terapéutico", los cuales según Bauleo son aquellos instalados en un encuadre, que se mantiene por un tiempo prolongado, en este caso depende de las características y pronóstico de cada persona⁽⁷⁾.

En cuanto a la función, se encuadraría en grupos orientados a tareas⁽⁸⁾, son aquellos que proporcionan una oportunidad para la participación ocupacional activa en contextos naturales. Una tarea se define como una actividad o proceso que crea un producto final, en este caso, productos basados en la encuadernación: libretas, cajas, carpetas, álbumes... Los miembros del grupo trabajan juntos para llevar a cabo una tarea⁽⁹⁾. Después de determinar la importancia del grupo como forma de trabajo dentro del campo de salud mental, se toma como referencia el Modelo de Ocupación Humana de Gary Kielhofner, ya que su concepción holística de la persona permite el conocimiento de todos los aspectos de su ser.

La práctica basada en el Modelo de Ocupación Humana requiere una relación cliente-terapeuta en la que el terapeuta debe comprender, respetar y apoyar valores, sentido de capacidad y eficacia, hábitos, roles, experiencia de desempeño y ambiente personal del cliente. Conceptualiza el propio quehacer, pensar y sentir del cliente como la dinámica central de la terapia. Por lo tanto las elecciones, la acción y la experiencia del cliente debe ser central en el proceso de la terapia⁽¹⁰⁾.

Objetivos

El objetivo de dicho trabajo es el de conocer cómo influye un taller grupal, en este caso de encuadernación,



en la conducta y el día a día de cada paciente, analizando los diferentes subsistemas del Modelo de Ocupación Humana, sin olvidar cómo influye el grupo en las relaciones sociales de sus componentes.

MÉTODOS

Se desarrolló una investigación cualitativa enmarcada en el método de observación participante a través de la técnica de entrevista estructurada y observación participante.

Para recoger la información de manera exhaustiva en cada entrevista, se elaboró una encuesta siguiendo los siguientes temas, siendo estos conceptos del Modelo de Ocupación Humana⁽¹⁰⁾:

- Volición: causalidad personal, valores e intereses. Elección ocupacional.
- Habitación: hábitos y roles.
- Capacidad de desempeño: componentes objetivos (físicos y mentales) y subjetivos (cuerpo vivido).
- Ambiente: físico y social (grupos sociales visto desde las relaciones sociales)
- Participación ocupacional: autocuidado, productividad y ocio.

Se consideró elaborar esta encuesta utilizando preguntas abiertas y directamente relacionadas con el taller, por el interés que generaba la propia experiencia del paciente, para no limitar su narrativa de ningún modo. La encuesta fue realizada por las dos terapeutas ocupacionales encargadas del taller, siendo una de ellas la responsable de aplicarla y la otra la encargada de categorizar los resultados.

El análisis constó de la codificación descriptiva e interrelacional, enfatizando la categorización resultante de las respuestas expresadas por los usuarios relacionándolas con la sintomatología propia de su patología. Ser terapeuta ocupacional y responsable del taller permite estar presente de manera activa en el campo de trabajo posteriormente explicado, tanto a nivel de desempeño grupal (taller de encuadernación) como desempeño individual.

Para poner en contexto esta información, pasaremos a presentar las características generales del centro de trabajo.

Centro de Día

El trabajo de campo se efectúa en el Centro de día Romareda, es el único centro de día público de la Comunidad de Aragón siendo todos los demás concertados con la Seguridad Social a través de diferentes asociaciones.

Un centro de día se define como un recurso sanitario de asistencia terciaria integrado en la red de salud mental que ofrece un marco estructurado, terapéuticamente orientado a promover la contención, la rehabilitación y la reinserción sociocomunitaria de personas adultas que padecen trastorno mental grave, teniendo en cuenta su situación psicosocial⁽¹¹⁾.

En el Centro de día Romareda, se atiende a una población amplia y heterogénea, tanto a nivel de diagnóstico (esquizofrenia, trastorno obsesivo compulsivo, trastorno dual, trastorno bipolar en el que en algunos casos se incluye un doble diagnóstico, retraso intelectual) como de edad que abarca desde los 18 hasta los 65 años en la teoría, pero en la práctica se traduce en desde los 21 hasta los 66.

De manera frecuente asisten 72 usuarios, de los cuales están incluidos en un programa de rehabilitación en el que se incluye la figura del terapeuta ocupacional 58 de ellos, esto se traduce en que los 14 restantes sólo asisten a citas puntuales o a programas enfocados a la psicoterapia. En cuanto a género, aunque según el Instituto Nacional de Estadística no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres e incidencia de enfermedad mental⁽¹²⁾, en la realidad del centro son 43 hombres y sólo 15 mujeres.

Taller de encuadernación

El taller de encuadernación es desarrollado por dos terapeutas ocupacionales. En él se elaboran diferentes objetos, cuya base es el papel y cartón, como libretas de diferentes cosidos (copto, americano, tortuga o japonés), carpetas, marcos o cubiletes por poner algún ejemplo. En el proceso se incluye la búsqueda y recogida de material donado por diferentes proveedores y promoviendo su reciclado; el diseño de los

productos; el aprendizaje de las diferentes técnicas, su ejecución, la toma de decisiones o consenso sobre los precios, su venta al público a través de mercadillos y la adquisición del rol de experto enseñando los conocimientos adquiridos a otros compañeros e incluso otros espacios o colectivos. Estos dos últimos aspectos son fundamentales para promover actividades en la comunidad y favorecer la relación con el otro más allá del ámbito sanitario.

Con el dinero obtenido en los diferentes mercadillos, se deja poder de decisión al grupo para elegir como invertirlo, siendo siempre el uso compartido del mismo a través de la celebración de comidas en diferentes restaurantes de la ciudad.

La elección del taller de encuadernación es debido a que es un taller propio de terapia ocupacional, con el fin de que el beneficio recaiga únicamente en el grupo, como refuerzo al trabajo realizado, y de manera igualitaria. De esta manera, potenciamos la identidad de grupo no solamente dentro del centro, sino con opciones de relacionarse con la comunidad. Además, es un taller donde acuden de manera regular y continuada en el tiempo (cuatro días a la semana con una duración de hora y media diaria a lo largo de todo el año) permitiendo una observación in situ de las capacidades y dificultades de las personas y facilitando la autoconcepción de pertenencia a un grupo.

Para plasmar cómo influye el taller de encuadernación en los planes de rehabilitación individual de los usuarios y las dificultades a las que se enfrentan los terapeutas ocupacionales, se ha elaborado un cuestionario (Anexo 1) considerando el Modelo de Ocupación Humana, teniendo como objetivo determinar cómo influye, si lo hace, dicha actividad en su vida diaria.

Participantes

De las 17 personas que acuden al taller, tras los criterios de inclusión y exclusión (Tabla 1) el número de participantes es de 11.

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:	Criterios de exclusión:
Estar incluidos en el taller de encuadernación.	Ingreso en la Unidad de Agudos en los últimos 6 meses. Asistencia discontinua en la asistencia general
Acudir al taller desde hace más de 6 meses.	la asistencia general al centro.
Acudir al taller de manera regular, 2 días a la semana o más.	

Elaboración propia 2019.

Se eligen estos criterios ya que se considera que es importante llevar un tiempo significativo acudiendo al taller, en este caso seis meses, para poder percibir algún cambio, así como la participación de manera regular,

no sólo al taller sino en todas las actividades que marque el plan individual de tratamiento del centro de día. La inclusión en el taller viene determinada por la opinión del equipo multidisciplinar del centro y el interés personal del propio paciente por la actividad, ya que además del taller de encuadernación existen otros, por ejemplo, bricolaje. Para poder participar es necesario estar en una fase no aguda de la enfermedad.

Como anteriormente se nombraba, el taller se imparte cuatro días a la semana, pero se marca una asistencia mínima de dos días, ya que el horario de cada paciente se pacta de manera individualizada y conforme se observa una mejora del mismo, se va reduciendo la asistencia al centro de manera progresiva para evitar una dependencia, por ello es difícil que coincidan las 17 personas incluidas en el taller el mismo día.

En las sesiones se trabaja con el objetivo de llegar a crear el objeto elegido (carpetas, libretas, cajas). Se reparten las tareas para llegar a ello: unos ocupan las máquinas cortadoras, otros pegan, cosen u organizan el material. Mientras, se van dando conversaciones entre ellos de manera espontánea. A veces, cada uno crea su objeto desde el primer paso al último u otras veces se trabaja en cadena. Los pacientes que llevan más tiempo en el taller ayudan a los nuevos. El papel del terapeuta es guiar el proceso. De los 11 participantes, 9 están diagnosticados de esquizofrenia paranoide; 1, E. I con diagnóstico de Trastorno obsesivo compulsivo y retraso intelectual y 1, M.P.S con diagnóstico de anorexia nerviosa.

Aspectos éticos

Este trabajo de investigación no tiene informe de comité de ética, pero se siguieron las recomendaciones de los principios éticos de la declaración de Helsinki. En esta misma línea se ha respetado el anonimato y confidencialidad de todos los participantes en el estudio, atendiendo a la ley orgánica 15/1999 de protección de datos de carácter personal. Además se les ha explicado la función de las preguntas y que su último fin será la publicación de los resultados.

RESULTADOS

La encuesta realizada a los once componentes del grupo consta de 22 preguntas, que se exponen a continuación, clasificadas en relación a los conceptos básicos del Modelo de Ocupación Humana. En cada apartado se especifican las preguntas y respuestas correspondientes, así como una contabilización de las mismas para poder observar el efecto del taller. Los participantes fueron informados de que sus respuestas eran confidenciales y el objetivo de las mismas era el profundizar sobre el significado del taller y sus consecuencias en su vida tanto dentro como fuera del centro.

Volición

Definida como el patrón de los pensamientos y los sentimientos acerca de uno mismo como actor en el mundo propio, los cuales ocurren cuando uno anticipa, elige, experimenta e interpreta lo que uno hace⁽¹⁰⁾. Relacionada con la pregunta ¿te sientes satisfecho? ¿Por qué?, contestaron:

"Sí, porque aquí valoran mi opinión." (F.C).

"Sí porque cada vez hago las cosas mejor." (M.P.S).

"Sí, porque aprendo cosas nuevas." (M.J.S). Vemos como se pone de manifiesto pensamientos sobre uno mismo y como el resto del grupo los valora.

De los 11 usuarios, 4 contestaron que no estaban satisfechos o no del todo consigo mismos.

"Satisfecho a veces porque me falta fuerza y motivación algunos días para empezar el taller." (M.B.G).

"No, porque me siento insegura." (E.I).

"No del todo. Soy poco constante. Me desanimo y me siento frustrada si no consigo mis metas." (M.A.E).

"Me siento regular. Me gustaría estar más satisfecho." (O.P).

Salen a relucir pensamientos negativos sobre ellos mismos, o tal vez los propios al comenzar con una tarea nueva, como la inseguridad. Incluso en un caso, no sabe por qué pero reconoce no sentirse satisfecho.

Causalidad personal

Definida como el propio sentido de la capacidad y eficiencia⁽¹⁰⁾. A la pregunta ¿Te sientes útil? 7 usuarios dijeron sí por diferentes motivos entre ellos:

"Sí, hago cosas prácticas. He de trabajar mi memoria, paciencia, respeto, etc." (M.A.E).

"Sí, porque me gusta ayudar a los demás." (M.J.S).

"Sí, cada día más porque voy cogiendo fuerzas." (M.B.G).

"Sí, porque colaboro con los compañeros y aprendemos entre todos y estoy moviéndome más que antes por la calle." (F.C).

Destaca que cada usuario valora un aspecto diferente, pero todos ellos promovidos por la idea de llevar a cabo una ocupación, desde desarrollar capacidades cognitivas, hasta las sociales relacionándose con los compañeros, o el hecho de tener asignada una tarea que cumplir que te hace salir de casa.

Dos usuarios dijeron sentirse útiles a veces, uno no se ciñó al taller y sólo uno especificó que no.

"Realmente no, no hago nada que sirva a los demás. Si dejase de hacerlo sería igual. Respecto a mí, me enseña que soy capaz de hacer algo que veo." (M.P.Sa).

Al hablar sobre el ritmo de trabajo, seis de los once manifiestan sentirse bien.

"Sí, pues nadie te da prisa, ya que es todo artesanal." (M.J.S).

Mientras que los otros cinco se ven directamente por debajo de sus compañeros o creen que deberían ser más rápidos por su propia percepción.

"No, porque es lento. No, van muy seguros." (E.I).

Refiriéndose a sus compañeros.



"Sí, aunque creo que debería aumentarlo algo más. Otra cosa es que luego no me sienta capaz y me produzca un cansancio e inquietud difícil de manejar." (M.P.Sa).

Interés

Se dice de lo que uno encuentra placentero o satisfactorio de hacer⁽¹⁰⁾. Respecto a la pregunta te gusta estar en el taller, de los 11 usuarios, todos han contestado que sí y que no cambiarían nada, por diferentes motivos.

"Sí. Me siento relajada. Me gusta aprender a hacer cosas nuevas." (M.P.Sa).

"Sí, porque veo que tengo capacidad para aprender cosas nuevas y me siento bien. No cambiaría nada, porque cada vez que tengo una duda pregunto y se me responde." (F.C).

"Sí, estoy ocupada. Hago cosas útiles y trabajo cosas mentales." (M.A.E).

"Sí, porque me gusta hacer actividad de encuadernación, aunque a veces, me cuesta concentrarme, por falta de eso, de concentración." (M.B.G).

En la siguiente pregunta, te sientes más tranquilo cuando estas en el taller, se ha producido una diversidad de opiniones, por lo que no se puede generalizar una tendencia:

"No, porque me pongo nerviosa." (M.B.G).

"Tener esta ocupación, me ayuda a sentirme útil. Más tranquila no. Si no sale bien, duele y frustra." (M.A.E).

"Sí, porque estoy con los compañeros." (E.I).

A la pregunta te gusta estar en el centro de día, dijeron que sí de manera unánime.

"Sí, así dedico mi tiempo en algo útil, y con una finalidad, me cuesta un poco, eso sí." (M.B.G).

"Sí, porque así no me paso las mañanas muertas en casa." (A.M.V).

"Sí, porque hago amigos y me atienden bien los terapeutas, enfermeras y médicos." (M.J.S).

"Sí, porque estoy más activo y se portan bien conmigo y me atienden bien los profesionales." (F.C).

"Sí, porque es un medio con el que me uno." (M.P.Su)

Hábitos

Definido como la tendencia definida y adquirida para responder y desempeñarse de maneras específicas y constantes en ambientes o situaciones conocidos. Para que los hábitos existan debemos repetir la acción lo suficiente como para establecer un patrón y deben existir circunstancias ambientales habituales⁽¹⁰⁾.

En la pregunta, ¿Crees que venir al taller te ayuda a organizarte en tu día a día? diez de los once usuarios están de acuerdo en que el taller supone una ocupación con la que tienen una responsabilidad que supone madrugar, llegar puntual y tener que controlar el tiempo para organizar las diferentes actividades que llevan a cabo en el día a día. La diferencia es los sentimientos que provoca el conseguir controlar el tiempo o no hacerlo.

"Sí, porque me organizo el tiempo." (M.A.V).

"Porque me hace levantar más temprano." (M.P.Su).

"Sí, expone tiempos." (R.G).

"No mucho. Intento ajustar horarios y no siempre me sale bien." (M.A.E).

Roles

Kielhofner los define como la incorporación de un status definido socialmente o en forma personal y el conjunto de actitudes y comportamientos relacionados⁽¹⁰⁾. Respecto a la pregunta ¿Has hecho algún amigo en el taller? 6 de los 11 usuarios dicen que sí han hecho amigos, aunque no especifican en ningún caso. Otros 4 califican al resto como compañeros, o personas con las que hablan o se llevan bien y una persona directamente contesta que no. Las respuestas más descriptivas son:

"Para mí todos son mis amigos, pero no sé lo que seré yo para ellos porque no estoy en su pensamiento y no sé lo que opinan de mí, intuyo un poco lo que piensan, pero no lo sé." (F.C).

"Sí que he hecho buenos amigos." (O.P).
 "Conozco a la gente y hablo." (M.B.G).

Respecto a si han adquirido un nuevo rol, ¿el taller te ha aportado un nuevo rol en tu vida? sale a relucir la dificultad del concepto en sí, lo que genera diferentes respuestas. Una persona no contesta. Dos dicen que no, sin ningún tipo de explicación. Dos se lo plantean, pero no lo saben. Las 6 personas restantes, dan ideas, refiriéndose a un cambio de estilo en su vida, podríamos definirlo en roles como "personas más activas", o disminuyendo el rol de enferma.

"Sí, uno que no había preparado, aunque ya está." (R.G).
 "Sí, el rol de activa." (M.B.G).

Capacidad de desempeño física y cognitiva

Es la capacidad de hacer cosas que proviene de la condición de los componentes físicos y mentales subyacentes de la experiencia subjetiva correspondiente. Este concepto también ofrece nuevas formas de comprender cómo la enfermedad o el daño se experimentan e impactan en el desempeño⁽¹⁰⁾.

A la pregunta te sientes mejor físicamente, la mayoría han contestado que sí, aunque en esta cuestión ha sido imposible centrarse únicamente en el taller de encuadernación, ya que en el centro se trabaja este aspecto desde diferentes talleres como deporte, relajación o alimentación saludable, por lo que las respuestas son un compendio de todas estas circunstancias y también, de la propia enfermedad mental.

"Sí, no me duele tanto el cuerpo y la cabeza estoy mejor." (M.B.G).
 "Sí, porque estoy con el pensamiento mejor, más abierta la mente y estoy perdiendo peso y me canso menos." (F.C).
 "Sí, pues me motiva y salgo más de mi casa y me encuentro en compañía." (M.J.S).
 "En que las cosas las hago con más tacto y en las demás cosas yo creo que se me nota, aunque sólo sea un poco." (M.P.Su).
 "Sí. Aquí hay que moverse, encolar, buscar los materiales." (M.A.H).
 "No. Me siento horrible. Me molesta y pesa el cuerpo muchísimo, me avergüenzo. Ello me encierra más en casa y así es como vuelve a realimentarse la rueda." (M.P.Sa).

Especificando sobre la pregunta ¿has notado mejoría en tus habilidades manuales?, tres usuarios no lo saben y el resto responden que sí.

"Sí, en la perfección de los trabajos." (J. H).
 "Sí, por lo menos eso me dicen, que estoy mejor que al principio." (O.P).
 "Sí, voy un poco más rápida, a veces me cuesta." (M.B.G).
 "Sí, lo noto en que haciendo varias veces lo mismo me encuentro más suelta." (M.J.S).
 "Sí, trato de ser cuidadosa. Pero cuando estoy más nerviosa, en la vida habitual no lo noto (se me suelen caer las cosas, lo rompo o estropeo)." (M.P.Sa).

Respecto a las habilidades cognitivas tres personas refieren estar igual que al comenzar el taller y el resto dicen notar mejoría siendo lo más nombrado la atención y memoria.

"La memoria siempre la he tenido mal." (R.G).
 "Sí, veo que retengo las cosas que me enseñan en el taller, pero no retengo las letras de las canciones en general y lo que leo en los libros no lo retengo." (F.C).
 "Una mayor agilidad." (M.B.G).
 "Estoy más atenta." (E.I).

Experiencia

Se define como los pensamientos y sentimientos inmediatos que emergen desde lo íntimo del desempeño y en respuesta al desempeño⁽¹⁰⁾. Respecto a te sientes mejor contigo mismo 7 de los 11 usuarios respondieron que sí enfatizando el sentirse útil gracias a la ocupación y como consecuencia de ésta, estar desarrollando habilidades físicas y motoras, así como poder relacionarse con el resto de compañeros, lo que en definitiva supone un cambio de percepción de sí mismos. Por el contrario 4 personas, no lo sentían así ya que la ocupación les genera sentimientos de inseguridad o cansancio.

"Sí, porque hago los trabajos perfectos." (J.H).

"Sí, porque me encuentro más realizada." (M.J.S).

"Sí, porque yo soy tranquilo de por sí y aquí se está sin estrés y veo que aún sirvo para algo." (F.C).

"Se siente uno útil y siempre se aprende algo. Charlar con las compañeras me gusta." (M.A.E).

"No, he aprendido cómo ir manejando algunas situaciones. Pero pago un alto precio personal. Pasa el tiempo y me canso. Yo no tengo tantas fuerzas ni ilusiones." (M.P.Sa).

Esta pregunta estaba muy relacionada con la siguiente, sobre si habían notado algún cambio en la percepción de sí mismos. Sobre este concepto un usuario no lo comprendía, 4 contestaron que no, saliendo a relucir otra vez el término inseguridad, uno no estaba seguro y el resto contestaron que sí, aunque tanto en un caso como en otro, no han ofrecido mucha información, parece que el concepto "percepción" y relacionados con ellos mismos les supone dificultad, tal vez es un indicio de que se podría reforzar en el taller o crear uno específico.

"No, en la inseguridad." (E.I).

"Me veo más fofo, tengo mucho trabajo que hacer conmigo." (M.A.E).

"En que me siento más hábil." (M.P.Su).

"Voy buscando el equilibrio y, a veces, pocas, lo consigo." (M.B.G).

"Sí, puedo aceptar más situaciones o hacerlo con aparente más tranquilidad. Lo que ocurre es que soy a la vez como alguien a quién no domino muchas veces y la persona en la que me he convertido, la detesto." (M.P.Sa).

Para terminar esta parte, hablamos de si el taller aportaba algo de sentido en su vida:

Sobre esta cuestión, las respuestas han sido muy variadas, cada usuario identifica el sentido en su vida en un aspecto diferente: motivación, habilidades, relaciones...sale a relucir la enfermedad como una etapa dura, aunque nadie especifica nada más.

"Sí, porque aprendes actividades y estás con los compañeros." (E.I).

"Sí, paso una etapa dura de mi vida." (R.G).

"Sí, porque es una manera de curarme." (M.P.Su).

"Para mí, aún estoy en un comienzo." (M.B.G).

"Sí, porque es el único lugar donde puedo hacer algo material y concreto que soy capaz de hacer en mi vida." (M.P.Sa).

Ambiente físico y sociocultural

La ocupación se encuentra siempre en el ambiente, es influenciada por el ambiente y toma significado a través de su contexto físico y sociocultural (...). La oportunidad, el apoyo, la demanda y las limitaciones que los aspectos físicos y sociales del ambiente ejercen sobre una persona en particular se denominan impacto ambiental. Este impacto puede capacitar o incapacitar a un individuo. A menudo, el ambiente es la dimensión crítica que apoya o interfiere con la ocupación de un individuo⁽¹⁰⁾.

Sientes que formas parte del grupo, se podría encuadrar dentro del ambiente social. Destaca la percepción que la mayoría de ellos tiene del taller como grupo, como equipo, excepto 3 personas que manifiestan dudas.

"No lo sé, no sé si me integro. Me siento un bicho raro." (M.A.E).

"Sí. Formamos un buen conjunto." (R.G).

"Sí, porque procuro integrarme." (M.J.S).

"Sí, porque te ayudan." (E.I).

Continuando con la pregunta ¿la encuadernación te permite estar en contacto con los demás?, excepto una persona que no contesta, el resto opina que el taller favorece el contacto con los demás:

"Sí, compañerismo." (M.A.E).

"Porque trabajamos en equipo en lo mismo algunas veces." (M.J.S).

"Sí. Trabajamos juntos, la ayuda puede ser mutua, así como los objetivos y en el taller puedo conocerlos algo más." (M.P.Sa).

Elección ocupacional

Definida como los compromisos deliberados para entrar en un rol ocupacional, adquirir un hábito nuevo o llevar a cabo un proyecto personal⁽¹⁰⁾. Así a la pregunta, ¿has aprendido encuadernación? como una elección ocupacional, todos opinan que sí y salen a luz diferentes dificultades:

"Aún tengo que aprender más." (O.P).

"Sí, pero todavía me falta." (A.M.V).

"Estoy en ello." (F.C).

"Sí, he aprendido a hacer objetos útiles." (E.I).

Participación ocupacional: Actividades de la vida diaria, productividad y ocio

El concepto de ocupación humana se refiere a la realización de trabajo, juego o actividades de la vida diaria dentro de un contexto temporal, físico y sociocultural, que caracterizan la mayor parte de la vida del ser humano⁽¹⁰⁾.

Las actividades de la vida diaria son las tareas típicas de la vida que se requieren para el autocuidado y el automantenimiento, tales como, aseo personal, tomar un baño, comer, limpiar la casa y lavar la ropa⁽¹⁰⁾.

Mary Really, en palabras de Kielhofner⁽¹⁰⁾ define el juego como actividades elegidas libremente, por sus características intrínsecas, e incluyen la exploración, pretender hacer algo, celebraciones, participación en juegos o deportes, o participación en aficiones.

La productividad se refiere a las actividades (tanto remuneradas como no remuneradas) que entregan servicios o productos a otros, tales como ideas, conocimiento, ayuda, información, entretenimiento, objetos artísticos o utilitarios, protección⁽¹⁰⁾ (Shannon, 1970.).

La productividad incluye las actividades desempeñadas por el rol de estudiante, empleado, voluntario, padre o madre, aficionado comprometido y amateur⁽¹⁰⁾.

Respecto a la pregunta sobre si sienten el taller como parte de su ocio, productividad y/o autocuidado, menos una persona que ha contestado que no y otra que no contesta, el resto están de acuerdo en que sí que lo sienten dentro de estas áreas, cada uno de ellos lo encuadra en una de ellas, según le influye el taller en su vida o lo que significa para él/ella.

"Sí, porque tengo que estar presentable para los demás." (F.C).

"Sí que lo siento parte de mi ocio." (O.P).

"Sí, pues aprendes cosas nuevas, hacemos encargos y procuramos que salga todo bien." (M.J.Sa).

"Sí, entra dentro por ser una parte integrante de mis deberes." (M.B.G).

Especificando en el autocuidado y ocio, en la pregunta, ¿cómo incide el taller en tu autocuidado y tu ocio? observamos dos tendencias, usuarios que observan efectos positivos en su día a día u otros que manifiestan una visión pesimista.

"Me esfuerzo en asearme y alimentarme bien, no me sale siempre. ¿Ocio? No entiendo." (M.A.E).

"Me cuido más físicamente y me lo tomo como hobby." (M.J.S).

"Me ayuda a ser más productiva." (M.B.G).

"Sólo tengo que pensar que pasa un día más." (R.G).

"Hay momentos fuera del taller que me gusta pensar o imaginar qué o cómo podría hacer las cosas." (M.P.Sa).

Concretando en el área de la productividad, con la pregunta, ¿te sientes una persona más productiva? la mayoría de las personas contestaron que sí, excepto dos, se muestran algunas opiniones.

"Porque aparte de la casa o de ayudar a mi padre, aprendo más cosas." (M.P.Su).

"Sí, porque veo que lo que hago sirve para algo." (F.C).

"No, pero al haber trabajado en una encuadernación, me siento más útil y con más"

conocimientos.” (M.J.S).

“Sí, un poco más, porque he hecho marcos, carpetas, libretas...y he colaborado con el taller de bricolaje en verano.” (M.B.G).

“No, productiva no. Soy un parásito de la sociedad.” (M.P.Sa).

DISCUSIÓN

Tras el análisis de las respuestas ofrecidas por los usuarios del centro de día es necesario poner en relieve las características propias del diagnóstico y las particulares de la persona y como éstas se reflejan en sus narrativas. Además, se observa la funcionalidad que tiene el taller de encuadernación a cada uno de ellos, pudiéndose resumir el taller como facilitador de una rutina, proporcionador de roles y sobre todo, como un lugar donde se pone en juego la relación con el otro y con uno mismo y todas las dificultades que aparecen.

Hábitos y rutinas

Las personas con trastorno mental grave y más específicamente las personas con esquizofrenia tienen dificultades para organizar las ocupaciones diarias, una forma caótica de poder lidiar con el tiempo⁽¹³⁾. La ocupación constituye una forma de organización del tiempo, tanto del día a día como del discurrir a la largo del ciclo vital del ser humano⁽¹⁴⁾. Es decir, la ocupación contribuye a la organización del ser humano.

En la frase del propio autor Kiehlhoner⁽¹⁰⁾, “la repetición de comportamientos ocupacionales contribuye a la organización de las estructuras físicas y mentales del ser humano; por lo que la realización de actividades productivas, juegos, y actividades de la vida diaria provoca y mantiene capacidades, creencias y disposiciones del individuo”. Es decir, la importancia del mantenimiento e introducción de hábitos y rutinas para la interiorización del proceso de rehabilitación, donde hay un desequilibrio entre las rutinas internas desorganizadas producto de la enfermedad y externas, lo que la sociedad espera de sus miembros. En muchos casos, las expectativas internas se ven reforzadas por las externas a través del sentimiento de que nadie espera nada de ellos⁽¹⁵⁾. Es preciso recordar que 10 de 11 usuarios confirman que la actividad del taller supone una responsabilidad impuesta, pero positiva, que les proporciona organización diaria.

Roles

Relacionado con el apartado anterior, la ausencia de hábitos y rutinas se traduce en la ausencia de roles, no hay actividades ni mundo externo que puedan proporcionar la interiorización de un rol significativo y positivo ya que sólo aparece el rol de enfermo o de loco. Un rol reforzado por la sociedad que en cierto modo dificulta el desempeño de cualquier otro rol y que posteriormente volveremos a él ya que afecta de manera negativa en las relaciones con el otro y en mayor medida con la sociedad.

El taller proporciona nuevos roles, principalmente el de amigo y en el peor de los casos el de compañero. Además, hay un autoconcepto de ser una persona más activa, y en contraposición menos enferma. Se refuerza la idea de que la ocupación proporciona bienestar físico, psicológico y social.

Relaciones sociales

Desarrollar el sentido de uno mismo se produce a través de un contexto social⁽¹⁶⁾, en la relación con el otro. El taller se entiende como un lugar seguro o protegido para poder reaprender las normas sociales y el miedo a hacer algo con el otro, pudiendo regular sus distancias tanto físicas como sociales y con la figura del terapeuta ocupacional ya sea como espejo o en otros casos como psicoterapeuta ortodoxo que expresa las dificultades del grupo o de una persona en particular, lo tangible, pero sobre todo lo latente.

El taller, como se indica anteriormente, proporciona una identidad y, por ende, una pertenencia al grupo, en parte debido a la oposición al taller de bricolaje, pero principalmente por la relación continuada en el tiempo y el espacio con sus compañeros.

Lo anteriormente citado debe estar insertado en el contexto de la persona y en la sintomatología propia de la enfermedad. Las personas con trastorno mental grave presentan una serie de características comunes como pueden ser una mayor vulnerabilidad al estrés; incapacidad para manejarse una manera autónoma; limitación en la interacción social con la consecuente pérdida de redes sociales y una elevada dependencia a otras personas, principalmente a su familia, servicios sociales y sanitarios; que confluye en dificultades para acceder al mundo laboral o mantenerse, creando un obstáculo para la integración en la sociedad creando



una situación de dependencia económica e incluso pobreza y marginación⁽¹⁷⁾. Además, hay que añadir cualidades propias e individuales de cada una de las personas, como son la pérdida de hábitos, la aparición de hábitos no deseados (consumo excesivo de tabaco y alcohol), su personalidad, sus costumbres, su dinámica familiar y psicosocial o simplemente la forma propia de desempeñar las tareas⁽¹⁸⁾, la unicidad de su ser.

Como resumen de los resultados, según la encuesta realizada a los pacientes, (en todas las preguntas las respuestas son positivas hacia este, por mayoría, como se ha ido especificando una a una) se observa que el taller de encuadernación ayuda a construir hábitos y roles, a mejorar el autoconcepto, las capacidades de desempeño y a fomentar relaciones sociales, que en algún caso, se extrapolan a la comunidad.

La función del taller no puede ni debe quedarse en el contexto sanitario, sino que debe salir al contexto comunitario, para poner en práctica real todas las capacidades y habilidades aprendidas, para que aparezcan nuevos miedos y dificultades que no sean vistas como un hecho negativo sino como una potencialidad necesaria en el proceso de recuperación o rehabilitación.

CONCLUSIÓN

Se puede definir el taller de encuadernación como un teatro o puesta en escena de la vida de la persona, esto es, cómo actúan o se comportan las personas en su día a día, la representan e incluso la teatralizan en el taller. Es decir, las dificultades y modos de actuar se repiten en los diferentes espacios, ya sean estos propios de la patología o de la personalidad. Nuestra función es observarlos, analizarlos y expresarlos para facilitar a la persona su comprensión y cambio, si considera, de los mismos.

Aunque como profesionales no efectuamos terapia de grupo entendida de manera ortodoxa como psicoterapia grupal, se ha constatado en dicho artículo que las palabras aportadas por Sophia Vinogradov e Irvin Yalom se pueden ver materializadas en las diversas funciones del taller de encuadernación. Un taller no puede ser valorado por el resultado o producto final del objeto a realizar, o no de manera total, sino por todo lo que le sucede a la persona en dicho proceso, es decir, las dificultades que aparecen, si prefiere la soledad o con quiénes se relaciona, si busca o no ayuda y a quién busca, sus frustraciones o ansiedad, las excusas o el miedo tanto a la enfermedad como a ser cada vez un poco más la persona que era antes.

Quedan abiertas las puertas para avanzar desde terapia ocupacional en el conocimiento del manejo del grupo en general y en salud mental en particular debido a las dificultades que presenta este colectivo en cuanto a las relaciones sociales y personales. Muy unido a lo anterior, es necesario promover espacios que favorezcan la experiencia en la comunidad, siendo un contexto necesario y último en su proceso rehabilitador.

Para finalizar, es necesario seguir analizando e investigando el rol del terapeuta ocupacional en el grupo y que habilidades profesionales y personales son necesarias para un correcto desempeño. Como se indica en la introducción, los talleres artesanos fueron básicos en la génesis de nuestra profesión, pero sorprende que no haya investigaciones actuales sobre su necesidad o utilidad, siendo la investigación cualitativa la más apropiada para dicho fin.

AGRADECIMIENTOS

Este artículo ha sido posible gracias a los usuarios del taller de encuadernación del Centro de Día Romareda. Este estudio no ha recibido financiación externa y no se han identificado conflictos de intereses.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. American Occupational Therapy Association. The Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process, 3rd ed. Am J Occup Ther; 2014; 69 Suppl 1:19.
2. Moruno O. Principios conceptuales de la terapia ocupacional. 1ª edición. Madrid: Síntesis; 2017.
3. Castellano M C. La relación terapéutica y su enseñanza en la terapia ocupacional: análisis de la situación en España. [Tesis doctoral] [Valladolid]. Universidad de Valladolid, 2016 [citado 18 de noviembre de 2019]. Recuperado a partir de <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?idFichero=sP24K%2FmKtCw%3D>



4. Vinogradov S, Yalom I. Guía breve de psicoterapia de grupo. 1ª edición. Barcelona: Paidós Ibérica; 1996.
5. Vinogradov S, Yalom I. ¿Qué es la psicoterapia de grupo? En: Vinogradov S, Yalom, I. Guía breve de psicoterapia de grupo. 5ª ed. Barcelona: Paidós; 2010.
6. Pastor Montaña MA, Martín Castillo E, Rubio Ortega C. William Rush Dunton, JR. Aportaciones e influencia en la génesis de la terapia ocupacional como profesión. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2014 [fecha de la consulta 18 de noviembre de 2019]; 11(19): [32 p.]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num19/pdfs/historia1.pdf>
7. Bauleo A, Monserrat A, Suárez F. Psicoanálisis operativo. A propósito de la grupalidad. Buenos Aires: Atuel; 2005.
8. Lloyd C, Williams P L. Occupational therapy in the modern adult acute mental health setting: a review of current practice. Int J Ther Rehabil, 2010; 17 (9):436-41.
9. Crepeau EB, Cohn ES, Schell BAB. Willard & Spackman. Terapia ocupacional. 12ª ed. Madrid: Médica Panamericana; 2016.
10. Kielhofner G. Modelo de Ocupación Humana: teoría y aplicación. 4ª ed. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2011.
11. Servicio Aragonés de Salud. Programa de rehabilitación e inserción psicosocial en salud mental. Plan estratégico de salud mental. Zaragoza: Gobierno de Aragón; 2003.
12. Instituto Nacional de Estadística. [Fecha de consulta: 17 de mayo 2019]. Disponible en: <http://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t15/p419/a2006/p01/I0/&file=01033.px>
13. Bejerholm U, Eklund M. Time Use and Occupational Performance Among Persons with Schizophrenia. Occup Ther in Mental Health. 2004; 20(1), 27-47.
14. Wilcok A. An Occupational Perspective of Health. 2º ed. Thorofare: Slack Incorporated; 2006.
15. Navarrón E, Ortega A. Rehabilitación psicosocial: Una perspectiva desde el Modelo de Ocupación Humana. Disponible en: < <http://www.terapia-ocupacional.com> >[Consultado el 1.6.2019]
16. Davidson L, Strauss J. S. Sense of self in recovery from severe mental illness. Br J Med Psychol. 1992; 65(2), 131-145.
17. Arias P, Camps C, Cifre A, Chicharro F, Fernández J, Gisbert C, González Cases J, Mayoral F, Moro J, Pérez F, Rodríguez A. Rehabilitación psicosocial del trastorno mental severo. Situación actual y recomendaciones. Cuad téc Número 6. AEN. Madrid, 2002.
18. Abad, A, Rincón M. Evaluación del funcionamiento ocupacional. FEARP. 2009; 6 (1-2): 135-6.

Anexo

Encuesta taller de encuadernación

- ¿Te gusta estar en el taller? ¿Por qué? ¿Qué cambiarías?
- ¿Te gusta estar en el centro de Día? ¿Por qué?
- ¿Te sientes útil? ¿Por qué?
- ¿Te sientes satisfecho? ¿Por qué?
- ¿Sientes que formas parte del grupo? ¿Por qué?
- ¿Es un lugar especial para ti? ¿Por qué?
- ¿Has hecho algún amigo en el taller?
- ¿Te sientes mejor físicamente? ¿En qué lo notas?
- ¿Has observado mejoría en tus habilidades manuales? ¿En qué lo notas?
- ¿Y en tus habilidades cognitivas (atención, percepción, memoria...)? ¿En qué lo notas?
- Cuando estás en el taller, ¿Te sientes más tranquilo? ¿Por qué?
- ¿Te sientes mejor contigo mismo? ¿Por qué?
- ¿Ha cambiado tu percepción sobre ti mismo? ¿En qué aspecto?
- ¿Te sientes cómodo con tu ritmo de trabajo? ¿Sientes que estás al mismo nivel que tus compañeros?
- ¿Has aprendido encuadernación?
- ¿La encuadernación te permite estar en contacto con los demás? ¿Por qué?
- ¿Te aporta más sentido a tu vida venir al taller? ¿Por qué?
- ¿Crees que venir al taller te ayuda a organizarte en tu día a día? ¿Cómo?
- ¿El taller te ha aportado un nuevo rol en tu vida? ¿Cuál?
- ¿Sientes el taller como parte de tu ocio, productividad y/o autocuidado? ¿Por qué?
- ¿Cómo incide el taller en tu autocuidado y tu ocio?
- ¿Te sientes una persona más productiva? ¿Por qué?

Elaboración propia 2019

Derechos de autor

