

Mental Health Facilitator (MHF) – ayudante en asuntos de la salud mental

¿Qué es el MHF?

Un ayudante en el sector de la salud mental es un laico a diferencia de un experto. Ayuda a personas que padecen una crisis, problemas o agravios psíquicos, enfermedades relacionadas con la adicción, que fueron traumatizados por violencia o desastres naturales, están de luto o que son víctimas de acoso moral, psicológico o ciberacoso.

La ayuda consiste en motivar a los afectados a acudir a consejerías o expertos para tratar de solucionar sus problemas. Como eso está relacionado con frecuencia con sentimientos de pudor o vergüenza o discriminación social, el ayudante funciona como “puente” entre el afectado y su problema y el experto. No tiene ningún sentido esperar hasta que el problema se solucione o la enfermedad sea curada por sí misma. Sólo se pierde tiempo. El ayudante coopera con los servicios de psiquiatría social si es necesario. Fomenta la reintegración en el mundo laboral y la rehabilitación. En una crisis o una situación onerosa ayuda a ordenar y clasificar problemas, formular metas / objetivos, promueve el involucramiento y la confianza en si mismo del afectado para cambiar algo y promociona la búsqueda de soluciones. Intenta suavizar sufrimiento, estrés y agravios.

Los cursos MHF fueron realizados para empresas privadas y públicas, organismos públicos, servicios de asistencia social e instituciones educativas desde 2009.

Se trata de un curso internacional que fue desarrollado en EE.UU y adaptado a las condiciones de cada país en el que tiene lugar. Por ejemplo, en algunos países ponen más atención a los desastres naturales como terremotos o las erupciones volcánicas que afectan mucho a la gente en cuanto pierden a sus familiares o sus casas.

Ayudantes que han recorrido el programa fueron instalados por ejemplo después del gran terremoto de Haití, del desastre de 9-11 en Nueva York, después del tsunami en Tailandia y desde luego en situaciones de desastre de la vida cotidiana.

La historia anterior del MHF

El currículo fue iniciado a escala mundial porque en muchos países no existen suficientes expertos y consejerías para los asuntos o agravios psíquicos así que surgió la idea de formar a ayudantes laicos en este sector.

El currículo fue desarrollado por la profesora Dra. Donna Henderson (Wake Forest University, EE.UU.) y el Dr. Scott Hinkle (Coordinator of Clinical Training, NBCC, EE.UU) en cooperación con la OMS.

En varios países europeos ya existían también conceptos de la ayuda laica en este sector: en Italia, Francia, Países Bajos y Alemania.

El primer curso tuvo lugar en México en 2007. En la universidad de Penang (Malasia) para los maestros del curso MHF en 2008. El primer curso para los maestros europeos tuvo lugar en Sofía (Bulgaria). Los cursos se realizan regularmente.

te en 35 países en Asia, África, Europa y América. En Europa hay cursos en Bulgaria, Rumanía, Portugal y Alemania.

La versión alemana fue desarrollada y adaptada en el instituto IUK (www.iuk.com y www.mhf-de.de). En más de 20 cursos desde hace 2009 participaron estudiantes de varios sectores. En muchas empresas privadas y públicas ya existe el concepto del ayudante colegial: personas que funcionan como persona de contacto para sus compañeros en crisis. El instituto IUK ya ha formado a muchas de estas personas. Otros estudiantes son del sector de asistencia social y trabajan con gente que sufría violencia, paro, enfermedades, accidentes y varias pérdidas y que necesitan ayuda.

El contenido de los cursos

Los cursos duran siete días. El contenido:

- ¿Qué es una crisis, estrés, trastorno y enfermedad mental? Saber básico
- ¿Qué es resiliencia y cómo se desarrolla?
- Comunicación en situaciones críticas: Sentar las bases de la competencia del ayudante laico
- Rol y autoconciencia del socorrista en asuntos de salud mental
- ¿Cómo motivar a alguien a recurrir a la ayuda de un experto?
- Trabajar con grupos distintos: niños, jóvenes, desempleados, refugiados, traumatizados ...
- Autoprotección: ¿Qué hacer cuando la historia de la persona afectada me pesa demasiado y no puedo más?

Los cursos son realizados por la Dra. Bárbara Weissbach, gerente del instituto IUK y por expertos del tema de adicción y de discapacidades en niños. La comunicación en situaciones críticas se practican con una actriz especializada en este sector (www.eversschauspiel.com).