

EL VOLUNTARIADO EN **SALUD MENTAL ESPAÑA**

Informe 2015

Índice

CARTA DEL PRESIDENTE: El voluntariado: la figura imprescindible	2
PREÁMBULO: Promoción y formación del voluntariado	3
I. INTRODUCCIÓN AL INFORME	4
II. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	5
1. Caracterización del voluntariado	5
2. Actividades realizadas como voluntario/a	7
3. Satisfacción con la labor de voluntario/a.....	10
CONCLUSIONES.....	22
BIBLIOGRAFÍA.....	23
DIRECTORIO DE FEDERACIONES	24

El voluntariado: la figura imprescindible

Los movimientos asociativos los forman las personas. **Personas unidas por un mismo objetivo** y en pro de un bien común. Y dentro de este amplio y heterogéneo grupo que conformamos el movimiento asociativo de SALUD MENTAL ESPAÑA, queremos poner de relieve la importancia de la figura y el trabajo que desarrollan los/as voluntarios/as.

Voluntaria o voluntario es quien ofrece **su tiempo, sus conocimientos, su experiencia** y su trabajo para el desempeño gratuito de una labor solidaria. Su objetivo es transformar la sociedad desde el convencimiento de que su esfuerzo contribuye a la creación de un mundo mejor.

Y de todo ello estamos convencidos en SALUD MENTAL ESPAÑA, ya que el trabajo que realizan los/las voluntarios/as por mejorar la calidad de vida de las personas que tienen un problema de salud mental y por sus familias suma mucho más de lo que pueden llegar a imaginar.

Aspectos como la **responsabilidad, la constancia y la motivación** del voluntario/a hacia las tareas que se le encomiendan son imprescindibles para que la relación voluntario-organización sea fructífera y ambas partes tienen que implicarse para que esto sea posible.

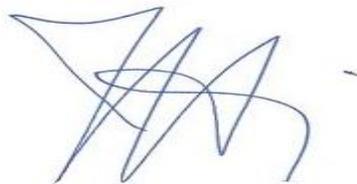
Por ello, el compromiso del movimiento asociativo reunido en torno a SALUD MENTAL ESPAÑA es el de seguir mejorando y creciendo en lo que tiene que ver con el ejercicio del voluntariado. Con la posibilidad de que personas interesadas en dar lo mejor de sí mismas, que de manera altruista quieren dedicar parte de su tiempo libre a ayudar al colectivo, puedan hacerlo del mejor modo posible, ya que es importante que para ellas sea también **una experiencia enriquecedora y fructífera**.

En definitiva, desde SALUD MENTAL ESPAÑA fomentamos la fidelización del voluntario, **generando un sentimiento de pertenencia con la entidad**, trabajando con sus intereses y motivaciones. Queremos favorecer que la persona voluntaria sienta que realiza una actividad útil, con la cual está satisfecha y que tenga un espacio para el desarrollo, no solo de una intervención social, sino de una experiencia que repercuta a nivel personal.

Por la otra parte, **la persona voluntaria debe comprometerse libremente y por propia iniciativa** a realizar de forma desinteresada actividades de interés social, colaborando, en este caso, con un movimiento asociativo dedicado a la atención de personas con problemas de salud mental y sus familias.

Cualquier persona puede ser voluntaria. Todos y todas tenemos algo que aportar en función de nuestras capacidades, nuestras motivaciones y nuestras circunstancias personales. Siempre vamos a encontrar nuestro lugar, nuestra tarea.

Gracias a todos y todas las que dedicáis vuestro tiempo a ayudar en una tarea **noble, agradecida, enriquecedora y, sobre todo, imprescindible**.



Nel Anxelu González Zapico
Presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA

PREÁMBULO: Promoción y formación del voluntariado

La **Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA** tiene como misión “la mejora de la calidad de vida de las Personas con Enfermedad Mental y sus Familias, la defensa de sus derechos y la **representación del movimiento asociativo**” conformado por cerca de 300 entidades en todas las comunidades y ciudades autónomas.

Los grupos de interés definidos por SALUD MENTAL ESPAÑA incluyen a los voluntarios, definiéndolos como todo aquel **personal que mantiene una relación de voluntariado con la entidad.**

SALUD MENTAL ESPAÑA confía en la importancia de fomentar un plan de voluntariado dentro de sus entidades miembro, por esta razón desarrolla el programa de **“Promoción y Formación del Voluntariado”**, que impulsa la participación de personas voluntarias en las entidades de la red asociativa al considerar que el voluntariado social es un pilar fundamental para la consecución de nuestros fines.

El programa de “Promoción y Formación del Voluntariado” gestionado por la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA tiene como principal objetivo **“promover y reforzar el voluntariado en el ámbito de la salud mental”**, mediante la sensibilización de la sociedad, la formación continuada de los y las voluntarios/as y favorecer las condiciones necesarias para realizar acciones voluntarias que repercutan en la “mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias”.

Este programa está gestionado por la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, encargada de **establecer las líneas de actuación comunes en las diferentes comunidades autónomas**, proponiendo actividades, objetivos e indicadores que permitan ofrecer las mismas condiciones de participación y aprovechamiento del voluntariado en las diferentes entidades.

Fines y **objetivos** del programa:

- Promover y reforzar el voluntariado en el ámbito de la salud mental.
- Sensibilizar a la sociedad sobre la importancia del movimiento asociativo de personas con problemas de salud mental y de su voluntariado social.
- Incorporar voluntarios/as a las asociaciones de familiares y personas con problemas de salud mental.
- Formar al voluntariado de las asociaciones
- Promover la participación activa de los/as voluntarios/as y su pertenencia a redes.

I. INTRODUCCIÓN AL INFORME

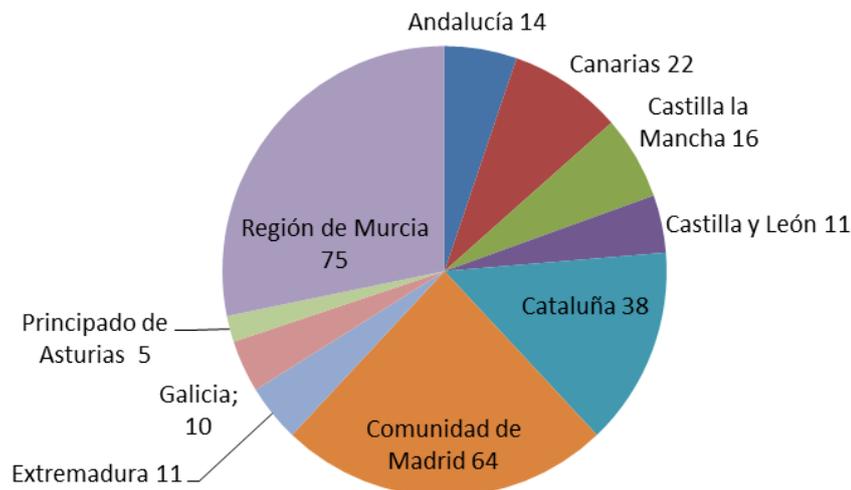
El programa de **PROMOCIÓN Y FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO** gestionado por Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA (anteriormente FEAFES) y desarrollado por 37 de sus entidades miembro en 11 Comunidades Autónomas, tiene como objetivo principal “promover y reforzar el voluntariado en el ámbito de la salud mental”, dando a conocer la salud mental a través de actividades de sensibilización, promoviendo la participación, formación y fidelización de voluntarios en las redes del movimiento asociativo de SALUD MENTAL ESPAÑA. Este programa está financiado por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través de la convocatoria de asignación tributaria del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas, IRPF.

Este año como novedad se ha creado un cuestionario online para conocer la caracterización del voluntariado en salud mental que colabora con nuestras entidades miembro, personas que desarrollan su labor con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas con trastorno mental y sus familias.

Según los datos recabados en la memoria final de las 37 entidades que desarrollan este proyecto, se cuenta con 943 personas voluntarias de las cuales 263 son nuevas. Esta encuesta la han cumplimentado **266 personas de 27 entidades en 10 comunidades autónomas**, lo que corresponde a un 28,2% del conjunto de los voluntarios y a un 73% de las entidades, cuyas respuestas son el insumo del presente informe, organizado en los siguientes ítems.

1. **Caracterización del voluntariado**
2. **Actividades realizadas como voluntario/a.**
3. **Satisfacción con la labor de voluntario/a**

Gráfico 1: Distribución De respuestas por CC.AA.



En total han contestado 266 voluntarios de 10 comunidades autónomas.

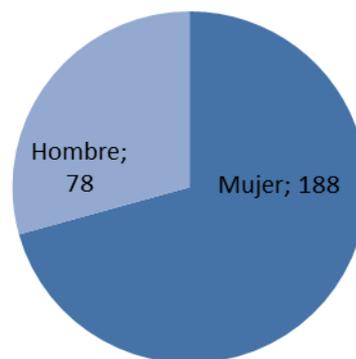
II. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

1. Caracterización del voluntariado

1.1 Género

Es notable una mayor participación de las mujeres como voluntarias, conformando un 71% de las participantes.

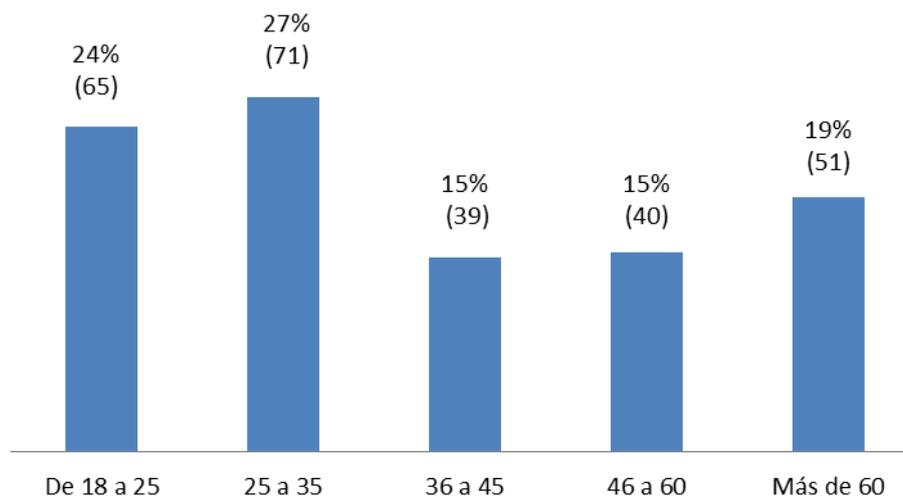
Gráfico 2: Distribución por género de las personas voluntarias



1.2 Edad

El espectro de edad de los voluntarios es bastante amplia, 65 personas son menores de 25 años (24%), 110 tienen entre 26 y 45 años (representando 42%), y 91 son mayores de 46 años (34%). Esto implica una gran variabilidad dentro de una misma entidad aportando cada voluntario desde su experiencia.

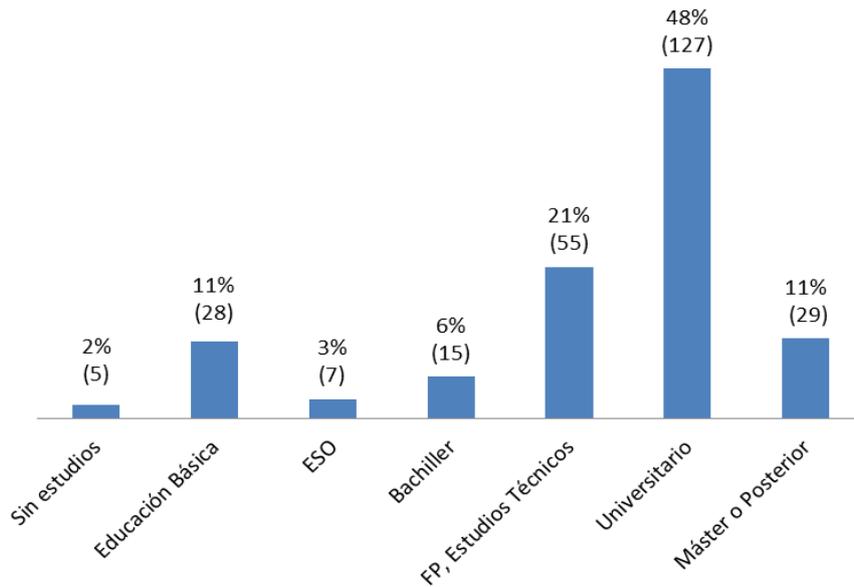
Gráfico 3: Distribución por género de las personas voluntarias



1.3 Nivel de estudios

El 59% de las y los voluntarios (156) tienen estudios superiores universitarios o máster, solo un 2% refiere no tener estudios, y un 39% tiene educación básica, ESO, bachiller y/o técnica.

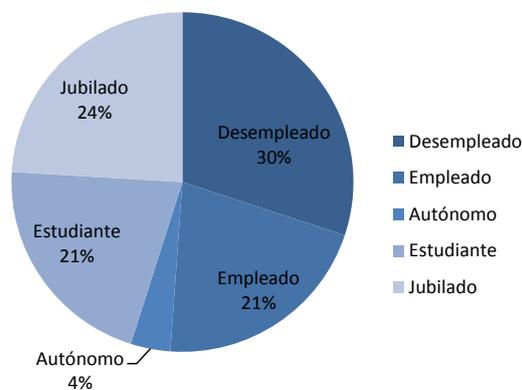
Gráfico 4: Distribución por nivel de estudios de las personas voluntarias



1.4 Situación laboral

La mayor parte de las personas voluntarias están desempleadas (30%), jubiladas (24%) y estudiantes (21%). Estos tres grupos representan prácticamente el 75% del conjunto de personas que respondieron a la encuesta. Solamente un 25% eran trabajadores o autónomos.

Gráfico 5: Distribución por situación laboral de las personas voluntarias

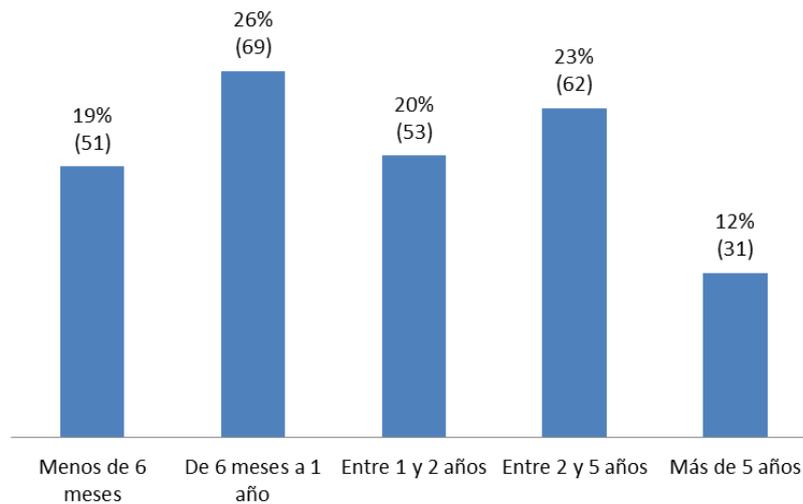


2. Actividades realizadas como voluntario/a

2.1 ¿Hace cuánto tiempo que eres voluntario/a de la entidad FEAFES?

No se observa una tendencia clara en cuanto al tiempo que llevan participando como voluntarios: alrededor del 20% de las personas encuestadas llevan menos de 6 meses, de 6 meses a 1 año, entre 1 y 2 años y entre 2 y 5 años. Cae hasta el 12% las personas que llevan más de 5 años como voluntarias.

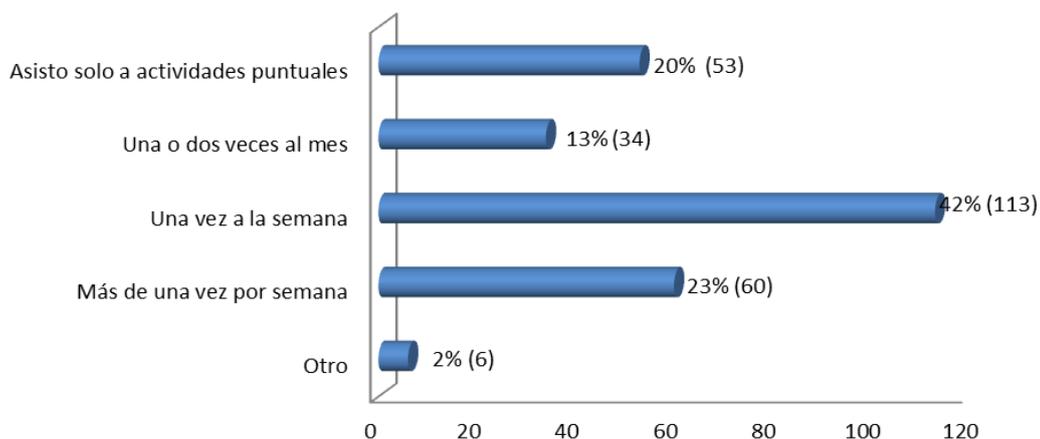
Gráfico 6: Distribución de las personas voluntarias por tiempo en la entidad



2.2 ¿Cuánto tiempo dedicas a tu labor como voluntario/a?

Destaca que los porcentajes más elevadas se registran en las categorías de mayor frecuencia: el 42% de las personas que respondieron acuden una vez por semana y el 23% más de una vez por semana. La participación esporádica, en actividades puntuales, representa solo el 20% y un 13% solo acude una o dos veces por semana.

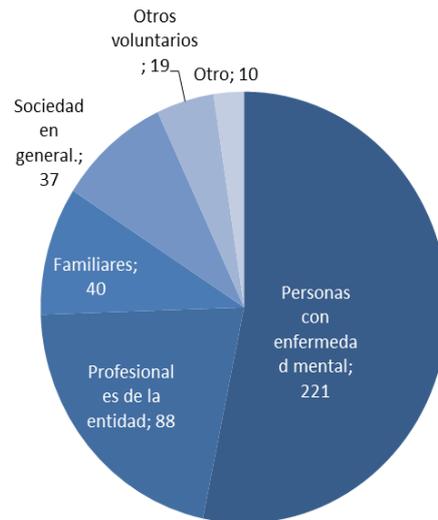
Gráfico 7: Tiempo dedicado a la labor de voluntariado



2.3 Tu labor como voluntario/a va dirigida a...

Esta pregunta permitía la opción de respuesta múltiple, dado que la acción del voluntariado puede ir dirigida a diferentes beneficiarios. Del total de respuestas el 83,1% de los voluntarios dirige su acción a personas con enfermedad mental y el 15% a familiares. Otro colectivo que se beneficia son los profesionales (33,1%) y por último, la sociedad en general (13,9%).

Gráfico 8: A quién dirige la labor como voluntario



<i>Principalmente tu labor como voluntario/a va dirigida a</i>	<i>Número</i>	<i>Porcentaje*</i>
Personas con enfermedad mental	221	83,1%
Familiares	40	15%
Profesionales de la entidad	88	33,1%
Otros voluntarios	19	7,1%
Sociedad en general	37	13,9%
Otro	10	3,8%

* El porcentaje se basa en el total de 266 voluntarios

2.4 ¿En qué programas participas como voluntario/a de la entidad?

La principal actividad que realizan los voluntarios se encuentra relacionada con actividades de ocio y tiempo libre (59,4%), seguidas de acciones formativas (25,9%). De todas maneras es amplia la variedad de opciones de actividades que pueden desarrollar en las entidades.

Gráfico 9: Tipo de programa/s en los que participa

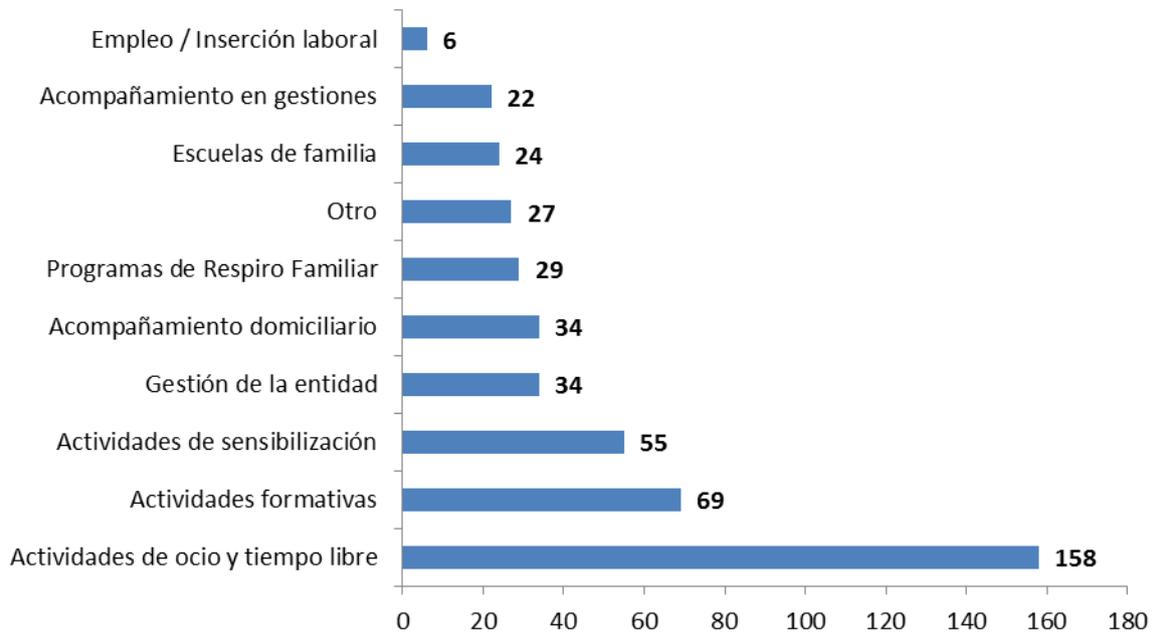


Tabla: Tipo de programa/s en los que participa (%)

<i>En qué programas participas</i>	<i>Número</i>	<i>Porcentaje*</i>
Actividades de ocio y tiempo libre	158	59,4%
Actividades formativas	69	25,9%
Actividades de sensibilización	55	20,7%
Acompañamiento domiciliario	34	12,8%
Gestión de la entidad	34	12,8%
Programas de Respiro Familiar	29	10,9%
Otro	27	10,2%
Escuelas de familia	24	9%
Acompañamiento en gestiones	22	8,3%
Empleo / Inserción laboral	6	2,3%

*Opción de respuesta múltiple. El porcentaje se basa en el total de voluntarios 266

2.5 ¿Cómo conociste la entidad FEAFES?

Los voluntarios que participan en entidades de FEAFES / SALUD MENTAL ESPAÑA de cierta manera están relacionados con el ámbito de la salud mental, bien sea por ser profesionales afines a este ámbito o tener un familiar/amigo cercano con enfermedad mental. Llama la atención que también hay un porcentaje de personas con experiencia propia con enfermedad mental que realizan actividades voluntarias, esto sin duda favorece su proceso de recuperación.

Gráfico 10: Forma en la que conoció la entidad



Tabla: Forma en la que conoció la entidad (%)

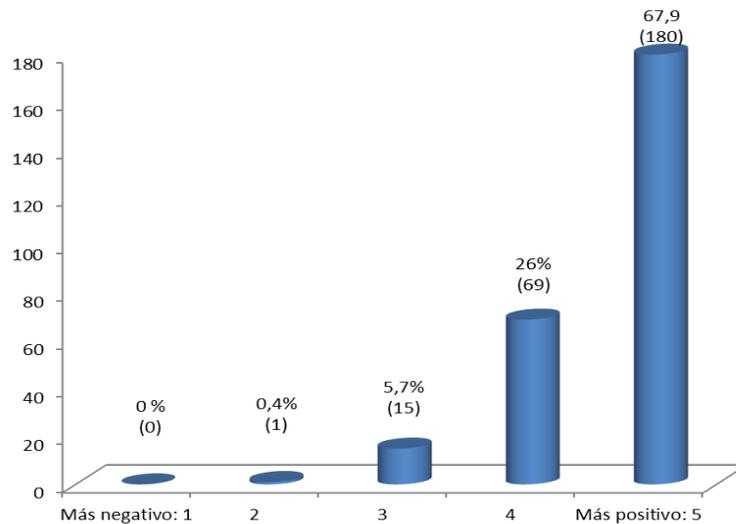
<i>Cómo conociste la entidad</i>	<i>Número</i>	<i>Porcentaje</i>
Soy estudiante / profesional del ámbito socio sanitario	78	29.4%
Soy familiar/amigo de una persona con enfermedad mental	56	21.1%
Realizo/ realicé prácticas en la entidad	46	17.4%
Publicidad o actividades realizadas por la entidad	46	17.4%
Otro	43	16,2%
Soy una persona con enfermedad mental	29	10.9%
Soy miembro de la junta directiva	11	4.2%

3. Satisfacción con la labor de voluntario/a

3.1 ¿Cuál es tu grado de satisfacción con la labor que realizas en la entidad?

El grado de satisfacción de los voluntarios es altamente positivo el 67,7% valoran con un máximo de 5 su experiencia como voluntarios y un 25,9% lo valoran con un 4.

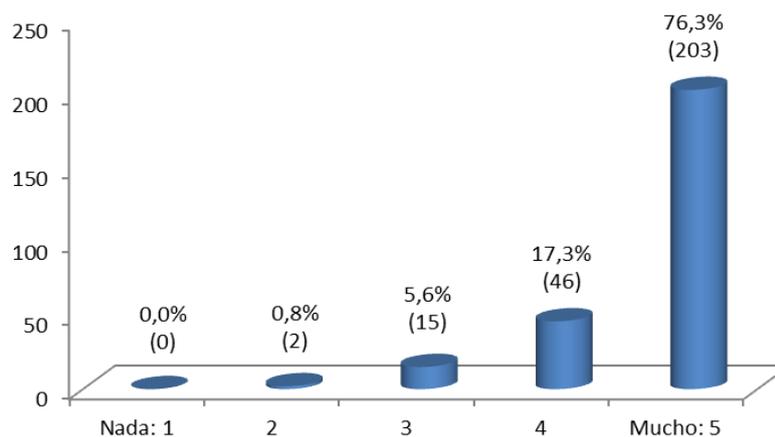
Gráfico 11: Grado de satisfacción



3.2 ¿En qué medida crees que te ha aportado a nivel personal ser voluntario de personas con enfermedad mental?

La repercusión a nivel personal es la valoración más positiva por parte de los voluntarios, un 76,3% lo puntúa con la máxima valoración y las dos primeras suman un 93,6% de satisfacción, esto es una muestra que la labor de voluntario tiene un efecto positivo a nivel bidireccional no solo se ofrece una ayuda como voluntario, sino que se gana en crecimiento personal.

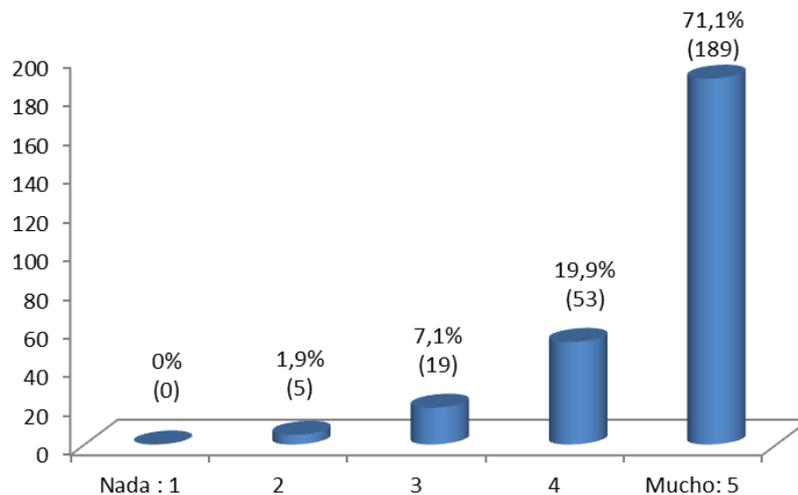
Gráfico 12: Aportación a nivel personal



3.3 ¿Te has sentido acompañado por los profesionales de la entidad en tu proceso como voluntario/a?

El apoyo de técnicos de la entidad es fundamental para un adecuado desarrollo de la actividad voluntaria. El 71,1% de los voluntarios considera que tienen un gran apoyo por parte de los profesionales.

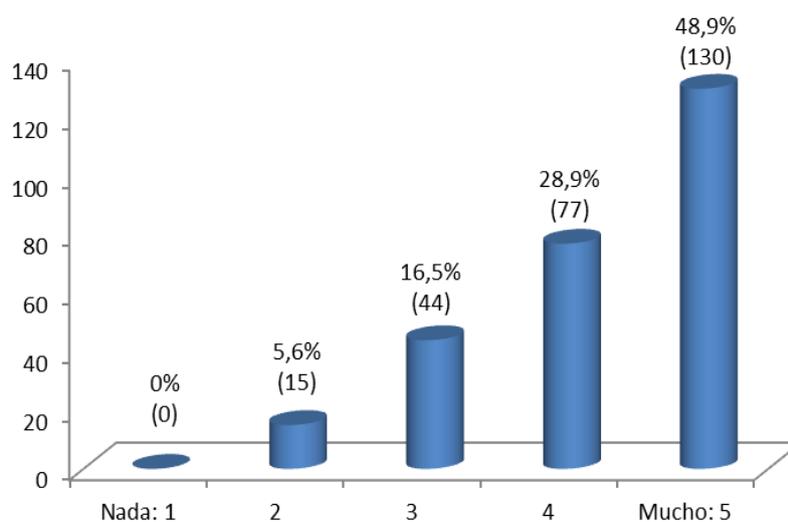
Gráfico 13: Acompañamiento de profesionales



3.4 ¿En qué medida te sientes participe de las actividades que realiza la entidad?

Los voluntarios han valorado muy positivamente el grado de pertenencia a las actividades que se realizan desde la entidad. El 48,9% valoran con un máximo de 5 y un 28,9% lo valoran con un 4. Se podría favorecer aún más este punto al potenciar que el personal voluntario diseñara y promoviera actividades en la entidad o participara en la toma de decisiones, siempre basándose en las necesidades del colectivo de las personas con enfermedad mental.

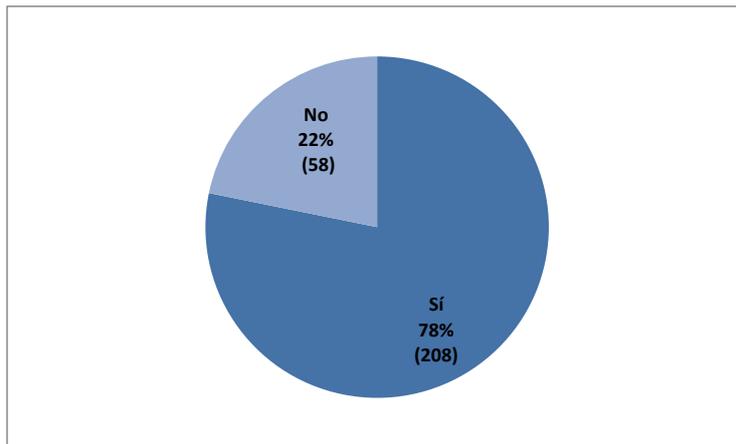
Gráfico 14: Medida en la que te sientes participe de las actividades



3.5 ¿Has recibido de la entidad formación sobre enfermedad mental antes de comenzar tu labor como voluntario?

El 78% ha recibido formación sobre enfermedad mental antes de ser voluntario. Se considera imprescindible que las personas que van a ejercer como voluntarios, en el campo de la salud mental, reciban la formación para ofrecer un servicio de calidad sobre diferentes trastornos mentales, recursos sociales, rehabilitación psicosocial, habilidades de comunicación, etc. Las entidades que no han podido impartir esta formación se ha debido a falta de recursos para poder gestionarlos.

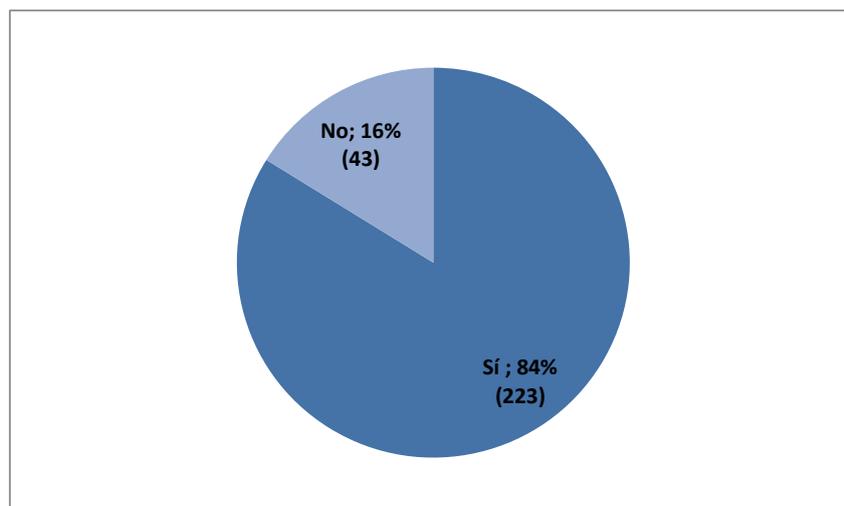
Gráfico 15: Formación previa a la labor de voluntario



3.6 ¿Has recibido formación por parte de la entidad mientras ejerces labores como voluntario?

Con el ánimo de fomentar la formación continua, se promueve la realización de formación de reciclaje para las/os voluntarias/os. El 83,8% de los voluntarios han recibido esta formación a lo largo de su labor voluntaria. El objetivo de recibir esta formación es mejorar la calidad de la intervención, fomentando así el reciclaje y la formación continua de los voluntarios.

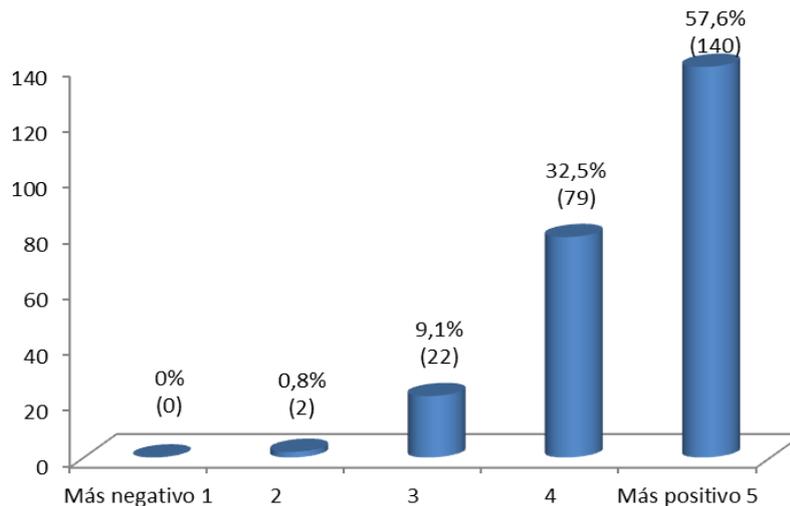
Gráfico 16: Formación continuada a la labor de voluntariado



3.7 Si has tenido formación ¿Cuál es tu valoración de esta formación?

Los datos obtenidos son muy positivos ya que un 57,6% de los voluntarios lo ha valorado con la nota más alta. Seguido de un 32,5% que lo ha valorado con un 4. Se destaca que ningún voluntario lo ha puntuado negativa, destacando el esfuerzo que realizan las entidades a la hora de ofrecer formación a las personas que realizan actividades de voluntariado.

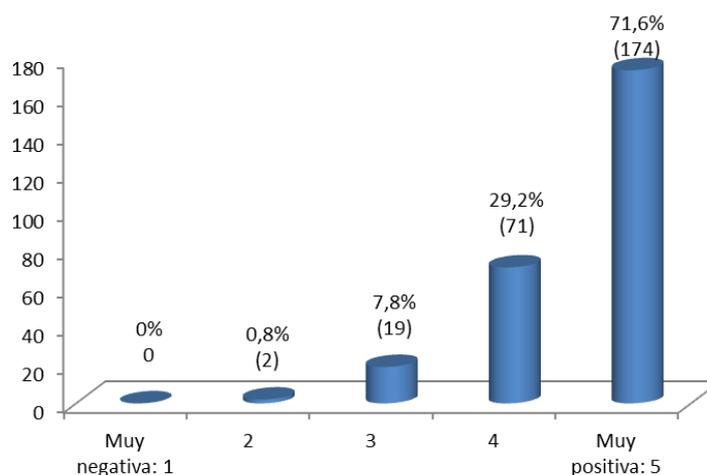
Gráfico 17: Valoración de la formación recibida



3.8 ¿Cómo valoras tu satisfacción como voluntario/a en la entidad de FEAFES?

El 65,4% de los voluntarios han valorado con la nota más alta, mientras que el 26,7% lo ha puntuado con un 4. Dada la importancia de esta valoración, se destaca que la mayoría de las personas que actualmente realizan sus actividades de voluntariado en las entidades del movimiento asociativo están altamente satisfechas con su labor.

Gráfico 7: Satisfacción como voluntario/a



3.9 ¿Recomendarías a otras personas ser voluntarias en esta entidad?

Las respuestas obtenidas sobre la recomendación a otras personas para ser voluntarias de la entidad son muy gratificantes, ya que el 68% asegura que sí lo recomendaría y un 32% ya lo ha recomendado. Es muy importante destacar que ninguna de las personas que han dado respuesta al cuestionario, no lo haría. La persona que señala la opción otra, refiere que sí lo recomendaría, pero a personas que tengan una formación previa en esta temática.

Gráfico 7: Recomendaría la labor como voluntario/a



3.10 A través de este voluntariado ¿ha cambiado tu forma de comprender a las personas con enfermedad mental?

El hecho de realizar una actividad voluntaria con el colectivo de personas con enfermedad mental, ha repercutido en un cambio en la visión de las personas con enfermedad, gracias a un mayor acercamiento. A continuación destacamos algunos comentarios según el tipo de voluntarios y las principales conclusiones de cómo ha cambiado su percepción sobre las personas con enfermedad mental.

Familiares:

Entre los diferentes colectivos que colaboran como voluntarios, los familiares, pueden ser los que menos cambios han tenido respecto a la forma de comprender la enfermedad mental, dada la experiencia personal que tienen como principales cuidadores. Por una parte el hecho de tener un familiar con enfermedad mental los ha impulsado a involucrarse en estas asociaciones, y gracias a la formación que reciben, el contacto con otros usuarios y profesionales, comprenden mejor las dificultades y necesidades de su familiar.

- *“Tengo un familiar con enfermedad mental, eso me ha animado a ser voluntaria”*
- *“He entendido mucho más los comportamientos que tenía mi familiar con enfermedad mental”*

Personas con experiencia propia:

Algunas entidades de SALUD MENTAL ESPAÑA promueven la participación de personas con enfermedad mental como voluntarios, lo que repercute en su proceso de recuperación al tener otras actividades en las que sean ellas las que ofrecen ayuda. Esta experiencia les ha permitido relacionarse con otras personas, fortaleciendo así sus habilidades sociales, trabajar con otras personas que están en situaciones más complicadas y poder ayudarlas resulta gratificante.

- *“Me ha ayudado a darle un sentido a lo que me ha pasado como persona con enfermedad mental”*
- *“Me ha ayudado a estar mejor conmigo misma, sentirme útil y superarme cada día”*

Profesionales:

Gran parte de los voluntarios que colaboran en nuestras entidades son profesionales relacionados con el ámbito sanitario o psicosocial, por lo que a priori tienen una sensibilidad especial con esta temática. También es frecuente que colaboren estudiantes de práctica, que posteriormente continúan como voluntarios. Estas personas suelen tener conocimientos teóricos sobre la salud mental, pero el contacto directo con el colectivo, les permite tener una vivencia más personal, comprender mejor las necesidades y dificultades que poseen. En general destacan que hay un aumento en la empatía, sensibilidad y disminuyen los prejuicios y el estigma.

- *“Tenía una visión clínica y ahora la tengo más vivencial y personal”.*
- *“Siempre he sido una persona comprensiva y muy tolerante con todos, pero aun así la experiencia me ha servido para empatizar más con los usuarios”.*
- *Me ha permitido “conocerles como personas, no como pacientes”.*
- *“Ha aumentado mi sensibilidad hacia este tipo de personas y las circunstancias que les rodean”*

Principales cambios en las percepciones

A continuación se valora diferentes cambios que han tenido los voluntarios en su percepción de las personas con enfermedad mental, generalmente en términos positivos. El voluntariado ofrece la oportunidad de conocerlos y tener un acercamiento más cotidiano al ponerse en el lugar del otro.

- *“Me ha servido para comprobar que el mundo está lleno de injusticias y que son personas que se encuentran ocultas entre nuestra sociedad y que parecen ser invisibles en nuestro entorno. Me ha ayudado a sensibilizarme con este colectivo y a comprender más cada uno de sus sentimientos y situaciones y he podido descubrir cosas interesantísimas sobre los trastornos mentales”.*
- *“Son conscientes de diferentes estereotipos sociales”.*
- *“Ahora, tengo una visión más positiva, humana y realista de las personas con enfermedad mental”.*
- *“He aprendido a no juzgar a la gente”.*
- *“Tienes la oportunidad de ver su lado más humano”.*
- *“Ahora reconozco lo que es la enfermedad mental y ver la línea tan fina entre estar bien... o estar enfermo, motivo suficiente para no comprender el porqué de tanto estigma”.*
- *“Ahora comprendo la enfermedad como algo cercano y como otra enfermedad cualquiera, que cualquiera podría padecer”.*
- *“He comprendido el porqué de estas enfermedades y como los usuarios y familiares aprenden a convivir con ellas”.*
- *“He aprendido que le puede pasar a cualquiera”.*
- *“Tengo menos miedos hacia la palabra: enfermedad mental”.*
- *“Sí. Yo tenía una visión equivocada de las personas con enfermedad mental”*

Son conscientes de **estigmas y prejuicios** que podían tener y cómo el conocimiento directo de personas con trastorno mental los ha cambiado.

- *“Antes tenía más prejuicios que conocimientos”.*
- *“He perdido el miedo y he ganado al respeto a esta sección de la sociedad, la vida no puede guiarse por etiquetas, o diciendo qué es normal y que no lo es, la vida hay que verla por sus ojos, siempre”.*
- *“Me ha servido para conocer mejor la realidad de estas personas y darme cuenta del estigma que existe en la sociedad hacia esta enfermedad”.*
- *“He aprendido a no juzgar de manera precipitada a las personas”, “me he quitado muchos falsos mitos sobre la enfermedad mental”*
- *“El concepto de enfermedad mental que tenía era muy diferente al que tengo ahora que los he conocido directamente”.*

- *“He quitado el miedo a tratar con las personas con enfermedad mental, porque siempre tienes la idea de lo que ves en los medios de comunicación”.*
- *“Entender sus dificultades de integración social y dificultad de establecer relaciones personales”.*
- *“El estigma de esta enfermedad es peor que la propia enfermedad”.*
- *“Mi vida ha cambiado al 100%, si tenía un mínimo de prejuicio hacia ellos, debido al desconocimiento, ha desaparecido. Gracias a la entidad, sé escucharles y comprender su realidad”.*
- *“Ha cambiado bastante ya que no conocía a ninguna persona con enfermedad mental y he descubierto personas maravillosas que cada día me sorprenden positivamente con su esfuerzo y su gran corazón”.*

La experiencia del voluntariado permite conocer las **dificultades, necesidades y capacidades** de las personas con enfermedad mental, destacamos algunas de sus conclusiones.

- *“He aprendido a que pueden hacer muchas más cosas de las que creía”.*
- *“He comprendido su capacidad de trabajo y eficacia”.*
- *“Me ha ayudado a ser más consciente de los aspectos humanos que hay detrás de la etiqueta diagnóstica trastorno mental grave”.*
- *“Por primera vez he tratado de cerca con personas con enfermedad mental y me han demostrado su valía y capacidades”.*
- *“Te das cuenta de que tienen mucho que aportar a la sociedad y de que hay que luchar por no marginarles ni quitarles los derechos que se merecen como cualquier ciudadano”.*
- *“Entender sus dificultades de integración social y dificultad de establecer relaciones personales”.*
- *“Comprendo el sufrimiento y estilo de vida que conlleva tener una enfermedad mental, por lo que me he vuelto más sensible y empático con ellos”.*
- *“Falta mucha ayuda oficial para los usuarios y sus familias”.*
- *“Creo que soy más tolerante y comprensivo en otras actividades de mi vida cotidiana”.*
- *“Los conoces de una manera más personal, dejando a un lado el conocimiento solo por síntomas”.*
- *“Son personas con la capacidad de desarrollar un trabajo y desenvolverse de forma autónoma”.*
- *“Pasé del desconocimiento, prejuicios y tópicos, a tener una visión mucho más normalizada y enriquecedora de los trastornos mentales”.*
- *“Si soy más comprensible con ellos y soy capaz de valorar lo que les pasa empatizando con ellos e interactuando, creo que les beneficia. Creo que al recibir atención y cariño les aporta bienestar, más tranquilidad y distracción”.*
- *“Me siento útil y me voy feliz a casa”.*

3.11 Señala los dos aspectos más positivos de tu labor como voluntario

Los voluntarios encuentran principalmente positivo conocer diferentes tipos de personas, la repercusión en su crecimiento personal, sentirse útiles, poder ayudar a personas que lo necesitan, conocer más sobre salud mental y la gratitud que reciben de la gente.

Conocer diferentes tipos de personas:

La conexión que se genera tanto con las personas con enfermedad mental, como sus familiares y profesionales, es un punto que valoran positivamente los voluntarios, dado que les da la oportunidad de conocer nuevas personas, cambiar la percepción que tenían sobre la enfermedad mental al tener un conocimiento más directo.

- *“En la asociación me han acogido muy bien y me gusta ir a echar una mano”.*
- *“La gente que he conocido es maravillosa”.*
- *“Conocer tanto a personas con enfermedad mental mentales como a personal de la asociación y aprender cómo trabajan los profesionales”.*
- *“Entre los alumnos y yo hay muy buena conexión y nos lo pasamos muy bien juntos”.*
- *“La aproximación cercana sin la autoridad que confiere el estatus profesional”.*

Repercusión personal:

- *"Me sirve de terapia y aparte de colaborar lo más posible con los socios se aprenden cosas que después sirven para aplicarlas a nivel particular".*
- *"Aumenta mi autoestima y mi sentido de superación".*
- *"Sentirme valorada y reconocida".*
- *"Me siento muy realizado".*
- *"Me enriquezco con el contacto humano tanto de los profesionales que trabajan allí como de las personas con enfermedad mental y con su cariño".*
- *"Crecimiento profesional y personal"*
- *"Ocupar mi tiempo libre en algo que me hace crecer como persona además de ayudar a otras".*

Lo que reciben de la gente:

- *"Lo que me devuelven las personas con las que comparto mi tiempo (conocimientos, confianza, diversión...)"*.
- *"Me ha encantado ver como se ha desarrollado cada uno y con el tiempo se han abierto a sus compañeros y las ideas de los demás".*
- *"El enriquecimiento es mutuo".*
- *"Gratitud por parte de los usuarios".*
- *"Ayudar a los demás a la vez que ellos te ayudan a ti a ser mejor persona".*
- *"Es muy gratificante trabajar con estas personas que te acogen tan bien y siempre están animadas para aprender algo nuevo".*
- *"Las personas con enfermedad mental con las que trato me aportan muchas cosas positivas. Tienen un gran sentido del humor y hacen que el tiempo que les dedico sea muy agradable".*

Sentirse útil

- *"Me ha ayudado a creer más en lo que soy capaz de hacer".*
- *"Satisfacción por ser útil a otras personas y ayudar a la sociedad".*
- *"Sigo estando en activo aunque esté jubilado".*
- *"Siento que puedo aportar mis conocimientos"... "Puedo enseñar lo que sé".*
- *"Ver cómo mejoran en su enfermedad gracias al trabajo de todos los voluntarios".*
- *"Conocer otro ámbito de intervención y cumplir con mi voluntad solidaria".*

Ayudar a la gente

- *"Ayudar a otros me ayuda a mí mismo".*
- *"La satisfacción que te da el ver las mejoras que van logrando los usuarios y la gratificación por parte de ellos cada día".*
- *"Procurar ayudar a los demás, en las carencias sociales existentes, y la satisfacción personal de ayudar a los demás".*
- *"Me encanta sentir que ellos disfrutan y que van aprendiendo cosas nuevas".*

Conocimiento sobre Salud Mental

- *"Conocer mucho más todo lo que envuelve y rodea a una persona con algún trastorno mental".*
- *"Aprender conocimientos sobre mi enfermedad y ayudar mediante charlas de sensibilización".*
- *"Ampliar mis conocimientos sobre la intervención"*
- *"Me ha ayudado a formarme para mi futuro profesional".*
- *"Trabajar la estigmatización".*

- *"He aprendido muchísimo sobre la salud mental para mi profesión me ha ayudado con mi familiar con enfermedad mental y a mí misma".*
- *"Conocer las estrategias para resolver conflictos en la enfermedad".*
- *"Te hace mejorar como profesional y aprendes cosas que no se enseñan en la universidad sobre la enfermedad mental".*
- *"Capacidad de reacción ante situaciones complicadas como la aparición de un brote psicótico".*
- *"Puede servir como plataforma para poder trabajar en la entidad".*
- *"Conocer a unas fantásticas personas y conocer mejor las enfermedades mentales".*

3.12 Señala los dos aspectos más negativos de tu labor como voluntario

Se presenta un resumen de diferentes temáticas que destacan como aspectos negativos, de todas formas vale la pena señalar que 30 personas afirman no encontrarán ningún aspecto negativo en su labor de voluntario, lo que corresponde a un 25% de los voluntarios.

Tiempo dedicado

Sobre este aspecto se encuentran dos posturas principales:

- Algunos voluntarios señalan que es una actividad "muy absorbente" que requiere gran dedicación, incluso algunos refieren que llegan a descuidar asuntos propios.
- Otros voluntarios sienten que tienen poco tiempo para su labor como voluntarios, y les pesa no poder involucrarse más.

Dificultad del trabajo

Al reflexionar sobre su labor, los voluntarios expresan la dificultad para *"conseguir los objetivos marcados que mejoren la vida de las personas con problemas de salud mental y sus familiares"*, queda una sensación de querer hacer más y cierta impotencia al no poder conseguirlo que se podría resumir en *"la sensación de que siempre es poco lo que hago"* o *"siento que mi labor no es tan útil"*.

También la organización del trabajo, la división de las funciones tiene influencia en la valoración de los voluntarios:

- *"Los que nos comprometemos casi siempre somos los mismos y tendrían que estar las cosas más repartidas".*
- *"A veces no queda definida la tarea y no acabo de ver que mi papel sea útil".*
- *"La falta de reconocimiento en determinados momentos".*

Logística entidades / organización del trabajo

- *"Falta de más apoyos técnicos".*
- *"La necesidad de una mayor coordinación".*
- *"Los medios materiales de los que se dispone".*
- *"El tener que sacar adelante proyectos muy positivos con recursos económicos y materiales escasos".*
- *"Ver que las condiciones laborales de los trabajadores no son las más idóneas."*
- *"Falta de espacio para el desarrollo de ciertas actividades".*

Características Voluntariado

Algunas de las dificultades reseñadas, no son específicas del ámbito de las entidades de salud mental, sino que están relacionadas con el hecho de ser voluntarios.

- *“Me gustaría que mi trabajo fuese reconocido, siendo remunerado.*
- *“Ver como otros voluntarios están para promocionarse a nivel laboral”.*
- *“El hecho de que “cualquier” persona sea voluntaria de una entidad con un fin social hace que los profesionales de este campo sean considerados menos válidos que en otros campos en los que el voluntariado es impensable”.*
- *“El compromiso que conlleva la actividad que se realiza aunque no cobres dinero por ello”.*
- *“Falta apoyo económico, al menos en abonos de transporte”*

Características de la salud mental

El hecho de realizar un voluntariado en salud mental influye en una mayor sensibilización respecto a la enfermedad mental, por lo que llama la atención que algunos de los aspectos negativos que valoren sea el *“estigma social hacia las personas con enfermedad mental”, “la ignorancia y la poca información en algunas personas”*.

- *“Mi labor como voluntaria no es negativa en sí, es el conocer las necesidades del colectivo y sus carencias y no disponer de recursos más adecuados para ellos”.*
- *“Falta de apoyo institucional”.*
- *“Desconocimiento social de las personas con enfermedad mental”.*
- *“Ver el estigma que sufren y no poder trabajar de forma profesional con ellos”.*

Por otra parte señalan algunos temas en cuanto a la intervención, que denota cierta **autocrítica** sobre su labor:

- *“El saber cómo actuar en los momentos malos que tienen los usuarios”.*
- *“Me falta tener más autoridad con los usuarios en momentos delicados y transmitir más entusiasmo en talleres grupales”.*
- *“Poca intervención individual con cada usuario debido al gran número que hay”.*
- *“Lo peor para mí es cuando un alumno de repente no vuelve a la clase, aunque parecía que estaba a gusto”.*
- *“Implica una gran carga emotiva”.*

3.13 ¿Cómo crees que podemos mejorar las entidades de FEAFES en la atención a personas con enfermedad mental?

Las propuestas que proponen los voluntarios son variadas, fluctúan desde los que no saben qué proponer, los que creen que está bien el trabajo tal como se está realizando actualmente y propuestas más concretas como la necesidad de contar con más recursos, impulsar la comunicación y sensibilización sobre enfermedad mental y mejoras a nivel interno en la forma de trabajo.

Aumento de presupuesto y recursos

- *“Nos falta lo principal: más presupuesto para hacer más atención”.*
- *“Más ayudas oficiales”*
- *“Se necesitan más subvenciones para poder crear y mantener más talleres y actividades”.*
- *“Pidiendo más apoyo por parte del estado y la sociedad”.*
- *“Solicitando recursos a los altos cargos”.*
- *“Ampliando los puestos de trabajo para profesionales”.*
- *“Facilitar más espacios y materiales para la realización de actividades”.*

Mejoras institucionales

- *“Llegar a tener un día el Plan Integral de la Salud Mental”.*
- *“Es necesaria una mayor implicación de los poderes públicos”*

- *“Pedir a los partidos que hagan una reforma de ley, para apoyar más a las entidades con el tema laboral. Las personas que cobran una paga pequeña y tienen la oportunidad de un contrato por miedo a perder la paga no lo cogen, ya que después es difícil recuperar la ayuda.”*
- *“Mayor apoyo institucional y del resto de entidades sociales”.*
- *“Las asociaciones tienen que unirse para obtener mejor calidad de vida para los usuarios como para sus familiares.”*
- *“Incluir a personas con enfermedad mental en las plantillas de trabajadores que conforman las Asociaciones”.*

Comunicación / Difusión

- *“Seguir trabajando por la visualización del colectivo y sus necesidades”.*
- *“Concienciar a la sociedad para conseguir una total integración”.*
- *“Apostar más por la comunicación de todas las entidades con el fin de dar a conocer nuestra labor”.*
- *“Realizando más acciones sociales para sensibilizar a la población y luchar contra el estigma”.*
- *“Haciendo campañas para sensibilizar a la gente que la enfermedad mental es como cualquier otra y que no hay que alarmarse”.*
- *“Creando campañas que sean visibles para toda la población y que puedan ver que una persona con enfermedad mental no es peligrosa y que tienen más dificultades que el resto de la población”.*
- *“Difundiendo más en los medios de comunicación la labor que se efectúa”... “Hacerse ver en televisión”.*
- *“Creo que es necesario que FEAFES se dé más a conocer, hace una labor estupenda, es más... ¡imprescindible para miles de personas! y para muchísimas personas es una entidad desconocida”.*

Estrategias específicas del trabajo

- *“Mayor formación y coordinación con el voluntariado. Definición clara de sus atribuciones”.*
- *“Apostar por terapias de intervención grupal como la arte-terapia, y el grupo de familias”.*
- *“Contratando más personal de otras profesiones”.*
- *“Diversificar aún más las actividades”.*
- *“Ofrecer más formación a las personas voluntarias”... “Ofrecer más formación a las personas con enfermedad mental”.*
- *“Trabajar en la prevención”.*
- *“Mayor trabajo en red”.*
- *“Prestar servicios que mejoren la calidad de vida de estas personas. Dando un impulso al empleo”.*
- *“Atender bien a las personas y darles cariño”.*
- *“Intentar llegar a todas esas personas que no van a los centros por estar metidos en sus casas”.*
- *“Seguir trabajando por un verdadero empoderamiento de las personas con enfermedad mental”.*

Otros

- *“Se está realizando un buen trabajo”.*
- *“Creo que hacéis una gran labor en todos los aspectos y están muy bien atendidos”.*
- *“Se realiza un buen trabajo en la prevención, promoción de la salud mental, atención integral a los usuarios e información a la sociedad”.*
- *“Me gusta cómo trabajan no cambiaría nada”.*

3.14 Otras observaciones/ sugerencias

- *“Hay que motivar a los voluntarios y hacer encuentros para valorar el potencial de cada uno, por eso la convivencia es importante, para valorar el trabajo que se hace”.*
- *“Rotar al voluntariado por diferentes servicios y ofrecer promoción interna de los mismos como miembros activos”.*

- *“Son muy necesarias campañas de concienciación social, para que todos ayudemos a paliar en lo posible el problema y la marginalidad que sufren usuarios y familiares”.*
- *“No hay mucho voluntariado en este ámbito, creo que por prejuicios. Sería necesario hacer más campañas de sensibilización”.*
- *“De manera “generalizada” el voluntariado, sirve de puerta de entrada para poder trabajar en las asociaciones dada la experiencia con el colectivo”.*
- *“Agradecer a la Asociación la confianza depositada en mí como voluntario al delegarme algunas responsabilidades”.*
- *“Muchas gracias por la oportunidad que me disteis y deciros que ha sido un verdadero placer colaborar con vosotros”.*

CONCLUSIONES

El programa de Promoción y Formación del Voluntariado gestionado por Confederación y desarrollado por 37 entidades del movimiento asociativo, con más de 900 personas voluntarias a lo largo del territorio, está teniendo un impacto altamente positivo en la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias, que encuentran otro tipo de apoyos en personas que ejercen una labor voluntaria implicada y cercana.

A lo largo de este informe se han observado datos muy positivos que han ofrecido las personas voluntarias, tanto en el nivel de satisfacción en su actividad como voluntario como a nivel personal. Así, destacamos que todas las personas encuestadas recomendarían a otros ser voluntarios de alguna entidad del movimiento asociativo SALUD MENTAL.

Para las personas que han participado en las actividades voluntarias de SALUD MENTAL ESPAÑA, esta ha sido una experiencia personal significativa, el poder compartir con el colectivo y tener un acercamiento que rompa con los estigmas que existen, es un paso importante de sensibilización.

Desde el movimiento asociativo, se ha realizado un gran esfuerzo por llevar adelante este programa, a pesar de los pocos recursos económicos con los que se cuenta, se ofrece formación al voluntariado, seguimiento continuado, acompañamiento por parte de los profesionales y actividades para fomentar la pertenencia a la entidad y la fidelización del voluntariado.

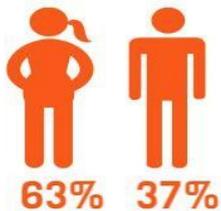
Desde Confederación, queremos agradecer a todas las personas voluntarias del movimiento asociativo, que ofrecen de forma solidaria su tiempo, conocimientos, disponibilidad, cercanía y muchas otras cualidades, que no alcanzaríamos a describir, con el fin de aportar en la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental.

SALUD MENTAL ESPAÑA

PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y FOMENTO DEL VOLUNTARIADO 2015

943  PERSONAS

Colaboraron como voluntarias en las entidades de SALUD MENTAL ESPAÑA



263

Nuevos voluntarios/as en 2015

184 CURSOS para voluntarios

→ **1.371** horas de FORMACIÓN

15.239

Personas SENSIBILIZADAS a través de

386 actividades y/o campañas de sensibilización

PERFIL DEL VOLUNTARIO EN SALUD MENTAL ESPAÑA*

son menores de 35 años **51%**

EDAD

SITUACIÓN LABORAL

30% desempleados

25% trabajadores

24% jubilados

21% estudiantes

59% Tienen estudios universitarios o máster

ESTUDIOS

El 21% es familiar o amigo y el 11% tiene experiencia en primera persona



El **100%**

recomienda la labor como VOLUNTARIO a otras personas

GÉNERO

63%



37%

* Datos extraídos de la encuesta realizada a 266 voluntarios/as

¿QUIERES SER UNO DE NUESTROS VOLUNTARIOS?

El programa de Promoción y Fomento del Voluntariado lo desarrollan



37 entidades de 11 comunidades autónomas

Infórmate en:

www.consalmudmental.org



BIBLIOGRAFÍA

- Salvador Hernández, Pedro Pablo (coord.); [et al.]. [“Manual para formadores de voluntariado”](#). Junta de Comunidades de Castilla La Mancha, Consejería de Salud y Bienestar Social, 2010.
- Observatorio del Tercer Sector. [“Manual de gestión del voluntariado”](#). Barcelona: Fundación La Caixa, 2009.
- [“Guía del voluntariado: salud mental”](#). Barcelona: Asociación Pro Salud Mental de Burgos (PROSAME), 2009.

DIRECTORIO DE FEDERACIONES

Si alguna persona está interesada en participar como voluntaria en alguna de las asociaciones que conforman el movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA, puede ponerse en contacto con la asociación uniprovincial o federación de la comunidad autónoma en la que resida y allí podrán darle más información o derivarle a la asociación más cercana a su lugar de residencia:

Federación Andaluza de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES Andalucía)

Avenida de Italia, 1 -Bloque 1 – Local – 41012 Sevilla; 954 23 87 81; feafesandalucia@feafesandalucia.org;
www.feafesandalucia.org

Federación Salud Mental Aragón

C/ Ciudadela, s/n-Parque de las Delicias- Pabellón de Santa Ana – 50017 Zaragoza; 976 53 24 99;
feafesaragon@hotmail.com; www.feafesaragon.blogspot.com

Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental de Asturias (AFESA/FEAFES-ASTURIAS)

Plaza Fuente La Braña, 17-19, Bajo – 33011 Oviedo; 985 11 51 42;
administracion@afesasturias.org; www.afesasturias.org

Federación Balear de Familiares y Enfermos Mentales (FEBAFEM)

C/ de la Rosa, 3º – Casal Ernest Lluch CP 07003. Palma de Mallorca. (Islas Baleares); 606 34 98 32;
febafem@gmail.com

Federación Salud Mental de Canarias

C/ Marianao, 45. 35016 Las Palmas de Gran Canaria (Las Palmas); 928 31 33 98; feafescanarias@yahoo.es

Asociación Cántabra pro salud mental (ASCASAM)

Pasaje del Arcillero, 3 Bajo. CP 39001. Santander; 942 36 41 15; sede@ascasam.org; www.ascasam.org

Federación de Asociaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental de Castilla la Mancha (FEAFES CM)

Avenida Río Boladiez, 62 Local A CP 45007. Toledo; 925 28 43 76 // 648 10 45 75; info@feafesclm.com;
www.feafesclm.com

Federación de asociaciones de familiares y personas con enfermedad mental de Castilla y León (Salud Mental Castilla y León)

C/ San Blas, 14. Entreplanta derecha. CP 47003 Valladolid; 983 30 15 09;
info@saludmentalcyll.org; www.saludmentalcyll.org

Federació Salut Mental Catalunya. (FSMC)

Calle Nou de Sant Francesc, 42. CP 08002. Barcelona; 93 272 14 51; federacio@salutmental.org;
www.salutmental.org

Asociación Ceutí de familiares y personas con enfermedad mental. Asociación Salud Mental Ceuta (Salud Mental Ceuta)

Plaza Rafael Gibert, 27. Bajo 51001 Ciudad Autónoma de Ceuta; 956 75 73 49/ 608 23 72 11;
acefep@hotmail.com; www.acefep.org

Federación Regional de asociaciones de familiares y personas con enfermedad mental de Extremadura (FEAFES Extremadura Salud Mental)

C/ Molino, 6 Apartado de correos 161. CP 06400 Don Benito (Badajoz); 924 80 50 77;
feafesextremadura@yahoo.es; www.feafesextremadura.com

Federación de asociaciones de familiares y personas con enfermedad mental de Galicia (FEAFES GALICIA)

Rúa Belgrado, 1. 15703. Santiago de Compostela (A Coruña); 981 55 43 95; feafesgalicia@feafesgalicia.org;
www.feafesgalicia.org

Unión Madrileña de Asociaciones de personas pro salud mental (UMASAM)

C/ Poeta Esteban de Villegas 12, bajo izq. CP 28014. Madrid; 91 513 02 43; info@umasam.org;
www.umasam.org

FEAFES Melilla

C/ Isleta de la Azucena, portal 2, local 1. CP 52006. Ciudad Autónoma de Melilla; 95 132 70 85/ 627 11 24 12;
amelfem@gmail.com; www.feafesmelilla.org

Federación Murciana de Asociaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES SALUD MENTAL Región de Murcia)

1º L del Edificio Libertad. C/Poeta Cano Pato, 2. 30003 Murcia; 968 23 29 19; info@feafesmurcia.com;
www.feafesmurcia.com

Asociación Navarra para la Salud Mental (ANASAPS)

C/ Río Alzania, 20 (Trasera) – 31006 Pamplona (Navarra); 948 24 86
30; anasaps@anasaps.org; www.anasaps.org

Federación de Euskadi de familiares y personas con enfermedad mental (FEDEAFES)

C/ Tres Cruces, 14 bajo derecha – 01400 Llodio (Álava); 94 406 94 30/ 680 92 62 23;
fedefes@fedefes.org; www.fedefes.org

Asociación Riojana de familiares y personas con enfermedad mental (FEAFES ARFES PRO SALUD MENTAL)

C/ Cantabria, 33 – 35. 26004 Logroño (La Rioja); 941 23 62 33; direccion@arfes.org; www.arfes.org

Federació Salut Mental Comunitat Valenciana (Federació Salut Mental CV)

C/ Cieza, 4, Bajo Izquierda – 46014 Valencia; 96 353 50 65; feafescv@gmail.com; www.salutmentalcv.org