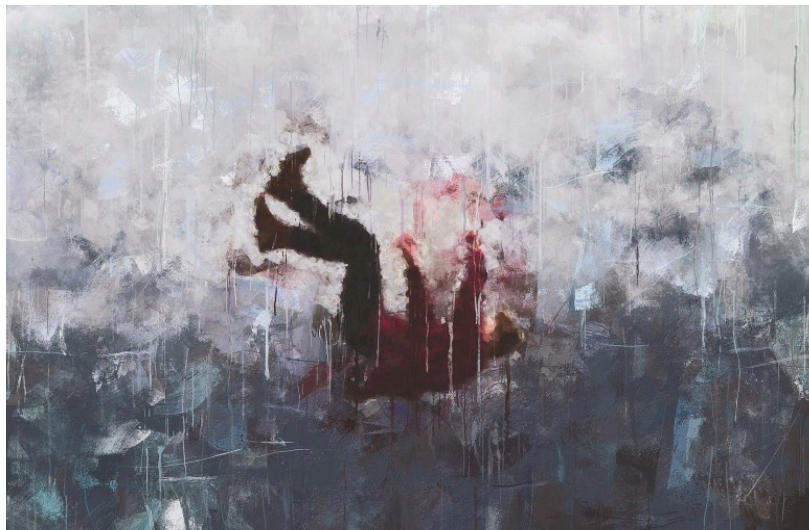


ONDOEZ PSIKIKOAREN KOMUNITATE PREBENTZIOA KLASE BORROKAREN GUDU ZELAIAN



Sufrimendu psikikoa norbanakoaren arazo hutsa bilakatzeak mundua gobernatzeko duen logikari erantzuten dio. Gaur zatika erortzen den mundua. (Balius, 2021)

Gradua: **Gizarte Langintza**

Irakasgaia: **Komunitate Prebentzioa**

Irakaslea: **Edurne De Juan Franco**

IDOIA TORRENTE ARMENTIA

2021/2022

AURKIBIDEA:

1. Sarrera	3
2. Komunitate prebentzioa	3
2.1. Indibidualismotik komunitatera	3
2.2. Komunitate prebentzioa eraldaketa integralerako tresna	4
3. Ondoez psikikoa arazo sozial gisa	5
4. Ondoez psikikoaren komunitate prebentzioa	7
4.1. Hezkuntza arloa: Sistema bera	7
4.2. Osasun arloa: Drogak eta psikofarmakoak	9
4.3. Gizarte arloa: Espetxe sistema	11
5. Ondorioa	13
6. Bibliografia	14

1. SARRERA

Txosten honen bidez, ondoez psikikoak egungo gizarte ereduan eta zehazki, hezkuntza, osasun zein gizarte arloan hartzen duen forma analizatuko dut. Horrez gain, komunitate prebentzioaren garrantzia azpimarratu eta aldarrikatuko dut. Txostenari amaiera emateko, ondorio nagusia aipatuko dut. Nire hautua klase ikuspuntua oinarri izanik aipatutako problematika zein esku-hartzearen hausnarketa kritikoa egitea da.

2. KOMUNITATE PREBENTZIOA

2.1. Indibidualismotik komunitatera

Egun indarrean dugun gizarte eredu kapitalistan komunitatearen ideia guztiz alboratua geratzen da, indibiduoan eta honek garatutako lorpen eta merituetan eraikitzen delarik norma. Izan ere, gizabanakoaren desiran jartzen da fokua, komunitatea erreparatu gabe. “Una ética de la libertad interpretada como independencia, cuyo disfrute se juzga incompatible con la obediencia a las normas colectivas y a todo lo que no sea el soberano deseo del yo individual.” (Álvarez, 2009) Honek esan nahi du askatasuna eta hortaz, ongizatea, gizabanako bakoitzaren esku geratzen dela. Baina posible al da askatasun eta ongizateaz hitz egitea komunitateaz hitz egin gabe?

Gizarte kapitalistaren logikari erreparatzen badiogu, klase sozialen baitako banaketa eta hauen arteko etengabeko gatazka aurkituko ditugu, beti ere, klase dominatzailearen, hau da, burgesiaren, interesen baitan egituratua. Egitura hau helburu nagusi baten baitan sortua da: burgesiaren etengabeko kapital metaketa. (Gonnet eta Abril, 2018) Zentzu honetan ulertu behar ditugu bai esparru ekonomikoa bai bizitzaren esparru guztiak, izan harreman pertsonalak, hezkuntza, osasuna... “Kapitalak ez du bizitza orokorrean ezinezkoa egiten, baizik eta, kontrara, hasieratik amaieraraino determinatzen du, eta bere baldintza primarioa da.” (GEDAR Langile Kazeta, 2019)

Beraz, indibiduoaz hitz egiterakoan, argi izan behar dugu, egungo indibiduoaren eraikuntza logika burgesaren baitan burutua izan dela. “El individuo no es dueño de sí mismo debido a condiciones sociales que anulan su libertad, o que incluso ni siquiera la reconocen. En ese sentido ha podido hablar Adorno (Horkheimer, 1994: 165 y ss.) del peligro de desaparición del individuo en tanto que sujeto, sometido a los mecanismos económicos de la sociedad industrial avanzada y vaciado en su propia identidad por los poderes de la industria cultural.” (Álvarez, 2009) Hortaz, esango nuke, indibidualismoaren ideologia, ideologia burgesaren baitan kokatu behar dela, hau da, klase dominatzailearen interes eta etekinari erantzuteko.

Zentzu honetan, ezinbestekoa da, komunitateari erreparatzea, modu honetan, kapitalismoari eta honek barnebiltzen dituen problematika guztiei, alternatiba erreal bat planteatzeko aukera zabaltzen zaigulako.

Hori horrela, Daniel Álvarook Ferdinand Tönniesen ideiak kontuan hartuta, “komunitate” eta “gizarte” kontzeptuen inguruan egiten duen hausnarketa aztertu nahiko nuke. Haren esanetan, gizakiok izaki sozialak garen heinean, komunitatea, gizartearen aurretik zegoen egitura bezala definitzen du. Hasiera batetik gizartea komunitateari subordinatzen zaiola dio, “la comunidad, a diferencia de la sociedad, es vida en común natural.” (Álvaro, 2010) Beraz,

esan dezakegu, gizartea eratzean naturaltasun hori galdu egiten dela. Aipatutakoa kontuan izanik, esango nuke, gizartea artifiziala den heinean, eta Tönniesek esaten duen moduan, osagarria eta mendekoa, interes batzuen baitan garatutakoa dela. Hortaz, aurretik esan bezala, gizarte kapitalista interes burgesen baitan egituratua den moduan, hau gainditzeko, oinarri dugun komunitatearen interesen baitan garatu beharko da gizartea, ongizatearen baitan hain zuzen ere.

Ondorioz, komunitatea lehen lerroan kokatzea beharrezkotzat jotzen dut, indibiduoaren behar eta nahiak honen baitan egikaritzuz, izan ere, Álvarezek ondo azaltzen du pasarte honetan: “reparamos en que la individualidad y la dependencia social de una persona no sólo no están en contradicción, sino que los rasgos singulares y la diferenciación de las funciones psíquicas sólo son posibles cuando y porque esa persona crece en el seno de un grupo humano, de una sociedad” (Álvarez, 2009).

2.2. Komunitate prebentzioa eraldaketa integralerako tresna

Prebentzioa problematika edo arazoak eman aurretik jarduten saiatzean datza, baina ez bakarrik arazoak gertatzea sahiestea, jendartearentzako etorkizun hobea baten alde egitea baizik. (De Juan, 2022) Beraz, esan dezakegu, prebentzio lanaren bidez, ongizatean oinarrituko den gizartearen eraikuntzan aurrera pausuak ematen direla.

Kontuan izan behar dugu, aurretik aipatutako gizarte kapitalistaren egitura ulertuz, nahitaezkoa dela biolentzia estrukturalaz aritzea, klase dominanteek klase dominatuengan ezartzen duten indarkeria. “Bortxakeria funtsezko giza premiei eta oro har *bizitzari* egiten zaion irain sahiesgarritzat hartzen dut, premien asebetetzearen maila erreala benetan lor daitekeen mailatik beheitzen duena.” (Galtung, 2003) Esango nuke, gizateriaren kapa zabal baten oinarritzako beharrak asetzeko gaitasunik ez dagoen gizarte eredu batean zapaltzaileek beti indarkeria erabiliko dutela zapalduengan.

Ondorioz, komunitate prebentzioaz hitz egiten dugunean, ezinbestekoa da, arazoaren erroa jotzea, bertatik eraldaketa burutuz, hau baita finean, klabe komunitarioan aritzea. “No basta con un cambio en los planteamientos investigadores si el objetivo último, más allá de comprender los mecanismos de la Paz y la violencia, no consiste en transformar la realidad hacia una limitación de la violencia y una regulación pacífica de los conflictos” (Muñoz, d/g). Hori horrela, Gizarte Langintzatik komunitate prebentzioa eraldaketa prozesu baten mekanismo gisa uler dezakegu, ongizate erreal batean oinarrituko den gizarte eraikuntzan gure alea jartzeko modua.

Bide honetan, oraindik ere, gainditu beharreko zenbait gabezia edota hutsune daudela esango nuke, batik bat, askotan, arriskuan dauden taldeei zuzenduta egotea metodo aringarri moduan. (De Juan, 2022) Gure helburua ezin da izan gizarte kapitalistaren barnean konponketa edota *partxe* partzialak jartzeak, kontrara, egunez egun, zaurgarritasun egoeran aurkitzen diren kolektiboen bizi baldintzak hobetzen joatea izan beharko da, azken helburua argi izanda: gizarte osoarentzako bizi baldintza duin, doako eta unibertsalak lortzea.

3. ONDOEZ PSIKIKOA ARAZO SOZIAL GISA

Azken urteotan, bereziki, pandemia testuinguruan, inoiz baino gehiago entzun ditugu osasun mentalaren inguruko elkarrizketak, hau erdigunean jartzeko garrantzia errepikatuz behin eta berriz. Baina, ze logikaren baitan eraiki izan da diskurtso hau?

Ondoez psikikoaren auzia logika kapitalistaren eremura eramatea lortu dute, irtenbide guztiz indibidualistak soilik jarri direlarik mahai-gainean. “La apología extrema de la individualización que celebra la ideología neoliberal no solo se queda en las dinámicas de consumo, la configuración del sistema productivo o el quehacer institucional, también atraviesa otros territorios menos evidentes, entre los que se encuentra el cómo se percibe y gestiona la salud mental.” (Balius, 2021)

Zentzu honetan, guztiz beharrezkotzat jotzen dut, ondoez psikikoak egungo gizarte kapitalistan hartzen duen forma aztertzea. Izan ere, bizi-baldintzek modu zuzen batean eragiten dute norbanakoaren eta komunitatearen osasun mentalean, eta hortaz, langile klaseko kideek eta bereziki, kolektibo zaurgarrienak (hirugarren adineko pertsonak, pertsona arrazializatuak, tratu txarrak jasandako haurrak...) dituzten bizi-baldintza kaxkarrak kontuan izanda, ondoez psikikoaren jatorria ulertzeko gerturapen bat ikus dezakegu. “Lejos de querer defender la existencia de una única causa, ni tampoco descartar la influencia de la biología (lo cual sería absurdo), creo honestamente que las vidas que vivimos son lo que mejor explica nuestro sufrimiento psíquico.” (Balius, 2021)

Izan ere, osasun mentalaz hitz egiterako garaian, ezinbestekoa da testuinguruari erreparatzea. Gaur egun bizi dugun krisi testuinguruari erreparatuz, agerikoa da langile klasearen gehiengoaren bizi-baldintzetan okertze nabarmen bat eman dela, modu berean, gora egin du erregistratutako asaldura mentalaren kopuruak. (Urkiaga, 2022)

Garrantzi handikoa da ondoez psikikoaren erroaz edo behintzat kausa posibleez aritzea, behin hau identifikatu eta analizatuta errazagoa izango delako esku-hartze egoki bat planteatzea. Nire ustetan, gehiengo baten pentsamenduan dago ondoez psikikoaren jatorria soziala dela, hala ere, momentura arte, hegemonikoak izan diren irtenbide guztiak indibiduoan zentratu izan dira. “Oso konplexua eta faktore anitzekoa da gaixotasun mentalen etiologia; izan ere, izaera bio-psiko-sozialeko arrazoiak dauzka, eta, gainera, arrazoi horiek erlazonaturik daude beren artean” (Urkiaga, 2022)

Hari beretik, ideologia burgesak gehiengoaren pentsatzeko moduan eragiteko duen gaitasuna aipatzea ezinbestekoa da. Izan ere, gehiengoak ondoez psikikoa erro sozial batekin lotzen dugun arren, hau aldaezina balitz bezala ikusten dugu, hortaz, irtenbide bakar bezala identifikatzen dugu indibiduoarengan eragitea, gehienetan psikofarmakoen bidez. “Este mismo tipo de control a través de la salud mental, aunque más sutil e incluso invisible para la gran mayoría de pacientes y profesionales, podemos observarlo en la práctica clínica diaria.” (Huertas, 2013)

Hortaz, osasun mentalak testuinguruarekin etengabeko harremana baldin badu, beharrezkoa da hau modu heterogeneo batean aztertzea, momentuan indarrean dauden aldagai ekonomiko, politiko, sozial zein kulturalak ahaztu gabe. Honen adibide daukagu, XX.mendean gerra eta gerraosteko garaian emandako paradigma aldaketa, non gero eta

pertsona gehiagok pairatzen zituzten «desoreka» mentalak. (Urkiaga, 2022) Bestalde, azken urteetan bizi izan dugun Covid-19 birusaren pandemia testuingurua ere adibidetzat har dezakegu, izan ere, proletalgora gogor kolpatua izan da, “Los grupos empobrecidos (social y emocionalmente), los ancianos institucionalizados y el *precarizado* de nuestras sociedades están pagando la mayor parte de las consecuencias, tanto emocionales y socioeconómicas, como de morbilidad y mortalidad,” (Buitrago, Ciurana, Fernández eta Tizón, 2021)

Ondoez psikikoaren jatorria hein handi batean soziala dela ikusi eta gero, oraindik ere psikofarmakoek duten indarra aipatzekoa da. “Es fácil atribuir todo el sufrimiento emocional a trastornos o enfermedades mentales, contribuyendo a su vez con la medicalización excesiva y psiquiatrización de la población” (Fuentes, 2021) XX.mendetik mugimendu anti-psikiatrikoa martxan egon da, momentu hartatik argi izanik, osasun mentala ikuspuntu psikosozial eta politiko batetik aztertu beharrekoa zela. (Urkiaga, 2022).

Ondorioz, ondoez psikikoaren eta orokorrean, osasun mentalaren, politizazio sakon bat beharrezkoa da, hau analisi integral batetik abiatuta izan beharko dena. “Cuando se atribuye la causa del problema a aspectos exclusivamente biológicos e individuales, se consigue la despolitización de las personas” (De Juan, 2021) Argitu nahiko nuke politizazioaz hitz egiten dudanean, instituzio burges eta politikari profesionaletik haratago doan politikaz hitz egiten dudala, klase zapalduaren mesede eta interesen baitan egikaritutako antolakuntza. Bada, langileria da dinamika horretatik ateratzeko aukerarik ez duena, zeinari desoreka indibidualak tratatzeko modu bakar bezala farmakologia eskaintzen zaion. (Urkiaga, 2022)

Ondorioz, Gizarte Langintzatik ezinbestekoa ikusten dut ondoez psikikoa inguratzen duen logika kapitalista hau gainditzeko gure ekarpena egitea. Gainera, gizarte langileok osasun mentalaren analisiari teoriarik eta praktikan falta zaion ikuspuntu soziala eskaintzeko tresna izan gaitzekela deritzot; izan ere, XX.mendean Ameriketako Estatu Batuetan gizarte langileak esparru psikiatrikoan lanean hasi zirenean, aipatutako helburu honekin hasi ziren, “De forma gradual, psiquiatras de diferentes instituciones comenzaron a apreciar el valor de los datos sociales y en consecuencia el papel del trabajador social se va reconociendo e incorporando como parte de los Equipos de Salud Mental.” (Garcés, 2010)

Gainera, etorkizuneko gizarte langileak izango garen heinean, ezinbestekotzat jotzen dut, gai honen inguruan dagoen estigmatizazioa gainditzeko eta horretarako klase ikuspuntua eta honek barnebiltzen dituen ideia guztiak gure lanean txertatzea. Honen adibide argi bat daukagu Fernando Baliusek haren artikulu batean aipatutako bizipena: “El profesional que mejor me ha atendido en relación a mi sufrimiento psíquico es un tipo cuyo nombre no recuerdo (...) lo esencial ya lo había dicho o estaba implícito: vivía en Vallecas (luego rico no era), era un asalariado (ya me había firmado una baja por una gripe terrible unos meses antes) y tenía problemas de salud mental. Fue entonces cuando me dijo lo que conté en el congreso, que no debería ser fácil vivir con ello y que si algún día pasaba una mala noche o tenía problemas con la medicación me pasara por su consulta para que me diera un justificante que entregar en el trabajo.” (Balius, 2020)

Ondoez psikikoaren analisi orokor honekin amaitzeko, gizarte langileek esparru honetan komunitate prebentzioaren eremutik lan egiteko beharra azpimarratu nahiko nuke. Alabaina, momentu honetan, gizarte langilearen jarduna beste norabide batean ematen da, arreta

mentaleko dispositiboari atxikitako herritar guztiak artatu arren, arrisku sozial edo problematika sozialak dituzten kideengan zentratzen da gehien bat. (Garcés, 2010)

4. ONDOEZ PSIKIKOAREN KOMUNITATE PREBENTZIOA

4.1. Hezkuntza arloa: Sistema bera

Gaur egun hezkuntza arloan dagoen ondoez psikikoaz hitz egiteko, ezinbestekoa ikusten dut indarrean dagoen hezkuntza eredu kapitalistaren analisia burutzea, izan ere, hezkuntza ereduaren kokatuko nuke arlo honetan ematen den ondoez psikikoaren erroa. Gaur egungo hezkuntza sistema gizarte ereduaren islada moduan definituko nuke, haren mesede eta interesen baitan antolatua baitago, “zatiak osotasunarekin lotu eta elkar-harremanean ere aztertu beharko ditugu. Izan ere, osotasuna ez da izango alderdien batura hutsa.” (Aranburu, 2020)

Gaur egun, hezkuntza instituzio kapitalisten barnean ulertu behar dugu, hortaz, ekoizpen prozesu kapitalistaren testuinguruan barneratua dago guztiz. Hezkuntza kapitalistaren funtzio nagusia lan-indarraren formakuntza eta ekoizpena da. Formakuntza eredu honek bizi-ohitura eta ideologia jakin batzuk barneratzeko tresna dira. Ondorioz, harreman sozial burgesaren erreproduktzioarako funtsezko mekanismoa da, bizi eredu hau betikotu dadin helburu duena. (Aranburu, 2020)

“La subjetividad moderna estaba centrada en la formación de futuros ciudadanos respetuosos de la ley y el deber productivo, tarea que competía a la escuela. Antes, durante y mientras tanto la familia tenía a su cargo la transmisión del linaje y la represión de la psicosexualidad infantil.” (Tabaroda, Leoz eta Dueñas, 2012)

Hezkuntza sistemaz eta ondoez psikikoaz hitz egiterako garaian, aipatzekoa da azken urteetan, ikasgeletan hain presente izan diren antsietate, depresio edota elikadura nahasmenak. “Se estima que al menos un 12% de los niños y adolescentes padecen trastornos mentales importantes, y que al menos la mitad de ellos se consideran seriamente incapacitados o alterados a causa de su enfermedad mental. Según un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) se estima que aproximadamente el 5-15% de la población infantil presenta trastornos psicológicos que afectan gravemente a la vida social del niño” (García eta González, 2013)

Aipatzekoak dira ere nerabeen depresioaren zergatien artean askok, guztiak ez esatearren, kapitalismoaren modernizazioaren baitan eman diren bizimodu zein hezkuntza aldaketa batzuk agerian gelditzen direla, batik bat, gurasoek denbora gutxiago pasatzea haien seme-alabekin, eskolan denbora luzea pasatzea edota afektibitate falta zein individualismoa. (De Juan, 2022)

Prebentzio lanaz hitz egiten dugunean, ezinbestekoa da kontuan izatea, egungo hezkuntza ereduaren barruan dauden mugak. Hau honela, langileriaren interes eta mesedetara antolatuko den hezkuntza ereduaren aurrera pausuak ematean dago gakoa, ongizate erreal eta unibertsal bat helburu izango duen hezkuntza eredurako aurrera pausuak ematean hain zuzen ere.

“Klase borrokaz dihardugunean, ekoizpen prozesuaren gain duen kontrolaren bitartez botere soziala metatzen duen burgesiaren eta bizirauteko lan-indarra saltzera kondenatua den langile klasearen arteko adiskidetu ezinezko gatazka iraunkorraz ari gara. Gatazka honen indar korrelazioak gure egoera ekonomiko eta soziala ezaugarritzen du.” (Gurrutxaga, 2019) Ondorioz, ikasleen ondoez psikikoaren gaindipen eta prebentzioaz hausnartzeko, ikasleen ikas- zein bizi-baldintzak hobetzean aurrera pausuak eman behar dira (lan kargaren gutxitzea, ebaluazio-sistemaren birmoldaketa, eduki arrotz baztertzailerekin amaitzea...), klase borrokaren testuinguruan. Horretarako, esparru honen politizazio zein kontzientziazioa garatuz.

Zentzu honetan, aipatzekoa iruditzen zait, azken urteotan hezkuntza esparruan ikas- zein lan-baldintzak hobetzeko lanean ibili diren bi antolakunderen jarduna, alde batetik, DBH eta Batxilergo arloan “IKAS Ikasle Autodefentsa Sarea” eta beste alde batetik, unibertsitate arloan, “UIB Unibertsitateko Indar Batasuna”. Aurretik aipatu bezala, ikas-, lan- zein bizi-baldintzak hobetzen joateko hautua ondoez psikikorako prebentzio lana ere badela deritzot; gainera, Euskal Herri mailako bi antolakunde hauetan, modu komunitario batean egiten da lan, IKASen ikasle langileon komunitatean oinarritzen da, nahiz eta, hezkuntzaren parte diren langile klaseko kideekin (irakasleak, garbitzaileak...) elkarlan eta elkartasun jarduna ere izan duten, bestalde UIBn, unibertsitate arloan langile klaseko kide osoaren komunitatea eratzen da, ikasle, garbitzaile, ikerlari...

IKAS antolakundeari dagokionean, 2020.urtean sortu zen, ““IKAS denbora honetan zehar heziguneetan azaleratu diren beharrei erantzuteko jaiotzen den tresna da, ikasle langileon interesak defendatu eta borrokatuko dituen”” (Elkoroberezibar, 2020) Ikasle kolektibo honen helburua, ikasleak subjektu politiko gisa hezitzea da, gainera, haien programa lau ardatz nagusiren baitan eratu da (Elkoroberezibar, 2020): (1) “baldintza ekonomiko eta ikas baldintzei dagokienean, ikasketa prozesu osoaren doakotasuna, ikasleek edukiaren eta ebaluazioaren gaineko kontrola izatea, hezkuntza-segregazioarekin amaitzea eta ikasketa prozesuari dagokion ikastetxeko funtzionamenduaren gaineko kontrola izatea aldarrikatzen dute” (2), ““kontrol sozialaren aurkako borroka” egingo dute”, (3) “askatasun politikoak eskatzen dituzte” eta (4) “erasorik gabeko ikastetxeak” lortu nahi dituzte: “Kolektibo zapalduen aurkako mota guztietako erasoekin, jazarpen egoerekin eta jarrera matxistekin amaitzea””.

Beste alde batetik, UIB antolakundeari dagokionean, “unibertsitate esparruan sufritzen ditugun ezintasun, muga eta zapalkuntza ezberdinei erantzun bateratua antolatzen ari garela azaltzeko.” (Unibertsitateko Indar Batasuna, 2019) Haren bide osoan zehar, aldarri ezberdinak egin dituzte unibertsitatearen parte diren kolektibo ezberdinetan, “Kasu gordin ugari ditugu gaurko egunean, izan hilabete amaierara iristea zaila duten garbitzaileen baldintzak, izan unibertsitateak exijitzen dien alokairuaren prezioaren ondorioz kafetegiak eta kopistegiak istera behartuta dauden langileak, izan ikasleek ordaindu behar duten diru kopuru guztia ikasketak aurrera atera ahal izateko, edo eta ikerlariak bekak jasotzeko dituzten oztopo guztiak.” (Unibertsitateko Indar Batasuna, 2019)

Ondorioz, hezkuntza arloan osasun mentalaz hitz egiteko garapen pertsonala sustatzeaz gain komunitatearen garapena sustatzea ezinbestekoa da. “En el ámbito escolar son muchas las variables personales que poseen un papel mediador sobre el bienestar psicoemocional del estudiante. La inteligencia emocional, las habilidades sociales, la

autoestima y las atribuciones serían ejemplos de estas variables personales.” (Leon, 2009) Hemen aipatutako aldagaiak, beste askoren artean, ezin ditugu indibiduoaren esku utzi, hezkuntzaren egin beharra izan beharko litzateke, aldagai hauek indibiduoak zein komunitateak garatzeko baliabide zein gaitasunak eskaintzea.

“Las habilidades sociales son conductas aprendidas mediante las cuáles expresamos ideas, sentimientos, opiniones, afecto..., mantenemos o mejoramos nuestra relación con los demás, y resolvemos y reforzamos una situación social.” (Leon, 2009) Beraz, gure helburua ondoez psikikoa gainditu eta prebenitzea bada, ezin ditugu gure gizarte-trebetasunak merkatuaren logikaren baitan eraiki, berdintasun eta ongizatearen baitan baizik.

Beraz, ongizatearen baitan eraikitze-prozesuan legokeen hezkuntza eredu hau, zaintza komunitarioaren baitan eratzea funtsezkoa ikusten dut. “El cuidado es un elemento central del bienestar humano. Nadie puede sobrevivir sin ser cuidado, y todos cuidamos a otros en distintos momentos de la vida (Esquivel, Faur y Jelin, 2012).” (Faur, 2017). Zentzu honetan, *komunitario* kontzeptuan txertatuko nuke gakoa, izan ere, bizirauteko zaintzatik harago ongizate unibertsalerako zaintza aldarrikatuko nuke, indibiduoetik komunitatera.

4.2. Osasun arloa: Drogak eta psikofarmakoak

Esango nuke, ondoez psikikoaz hitz egiten entzun dugunean osasun arloaren inguruan izan dela gehienetan, esparru medikura lotzen den gaia baita. Zentzu honetan, pausu bat aurrerago joatea ezinbestekoa da. Ondoez psikikoa, aurretik azaldu bezala, beste hainbat aldagaiekin (prekarizazioa, etxegabetzeak, hipersexualizazioa...) elkarlotua baitago. Beraz, osasun arloan ondoez psikikoaz jarduteko modu esanguratsu batean harremanetan dauden psikofarmakoak eta drogak analizatzen saiatuko naiz.

“Robert Castel alertaba sobre la posibilidad de convertirnos en una sociedad psiquiátrica avanzada donde, cual *Mundo Feliz*, los psicofármacos disuelvan los malestares existenciales. Sin descartar a la bioquímica, pero evitando mistificarla, cuando la vida urbana va asumiendo un ritmo *cocaínico*, no parece muy lúcido reducir la cuestión a un problema psiquiátrico o neurológico.” (Tabardoa, Leoz eta Dueñas, 2012)

Osasun mentalaren auzia, merkatuaren parte bilakatu da eta hortaz, psikofarmakoen kontsumoa ezinbestekoa da kapitalistek etekin ekonomikoa ateratzeko. Gainera, bai psikofarmakoen bai orokorrean, drogen kontsumoaren bidez, gizarte sumiso, pasibo eta despolitizatu bat lor dezakete.

“La nueva cultura proletaria se caracteriza por la inestabilidad generada por las condiciones precarias a las que estamos condenados. (...) Todo esto en medio de un proceso de disciplinamiento social (véanse las medidas tomadas a raíz de la pandemia de la COVID-19) que está teniendo como consecuencia máximos históricos en la tasa de suicidios, drogadicción y en patologías mentales tales como la ansiedad o la depresión.” (Zabalza, 2022)

Psikofarmakoen zein drogen kontsumoak ongizatea helburu izatetik urrun, gutxi batzuen etekina helburu du. Hau honela, eta kontuan izanik, gizarte eredu burgesean psikofarmako zein drogen kontsumo masibo eta arriskutsua emango dela, egunez egun landu eta

borrokatu beharko den prebentzio komunitarioaz jardun beharko dugu, beti ere, kontsumitzaileak kriminalizatu gabe eta haien autonomia zein erabakiak errespetatuz. “El simplemente estar juntos, que aumenta esa sensación de poder, de no estar solo frente a los poderosos, a los explotadores, el juntarse simplemente, yo creo que ya crea apoyo mutuo. Que además se trata de pensar ¿no? Yo creo que todo eso hará las situaciones más vivibles y que no tengamos tanto dolor para necesitar todas esas pastillas.” (Rendueles eta González, 2017)

Hasiera batean aipatu bezala, komunitate prebentzioaz hitz egiterakoan eraldaketa integral baterako prozesuaz jarduten dugu, “cambiar el círculo vicioso que subyace a la adicción - y muchos otros problemas interrelacionados- requerirá un cambio social a gran escala. De hecho, va a requerir nada menos que reconfigurar la sociedad mundial para eliminar el círculo vicioso representado por la visión histórica.” (Alexander, 2015)

Osasun mentalaean egin beharreko lanari dagokionean, hainbat esparru kontuan izan behar ditugu, “centrar el interés en el ciudadano; prestar igual atención a los factores sociales, psicológicos y físicos como causantes de la enfermedad mental; considerar igual de importante tanto corregir la patología como evitar la enfermedad o mantener la salud, utilizar recursos intra, extra hospitalarios y recursos sociales; emplear a personas de distintas profesiones provenientes de las ramas sanitarias, de las ciencias sociales y de la administración.” (García, 2004) Hala ere, nire ustetan, aipatutako hau ezin dugu nahiko gisa ikusi, izan ere, profesionaletatik harago, ondoez psikikoa duten edo izan duten pertsonen esperientzia zein komunitatearen garrantzia azpimarratzea nahitaezkoa da.

Ondorioz, gakoa ondoez psikikoaren osasun arloko komunitate prebentzioa diziplinartekoa eta diziplina anitzekoa izatea da. RAEk honela definitzen du diziplinartekoa: hainbat diziplinen lankidetzarekin egiten den jarduera. Diziplina anitzekoa, berriz, honela definitzen du: diziplina bat baino gehiago hartzen ditu; hiztegiaren laguntzarekin jarraitzeagatik, diziplina honela definitzen du: artea, fakultatea edo zientzia. (García, 2004)

Horrez gain, garrantzitsua iruditzen zait zaintza unibertsal komunitarioa erdigunean kokatzea, hau da, komunitatearen behar eta nahiei erantzungo dien antolakuntzaren baitan zaintza unibertsalizatzea, gure burua zein ingurukoak zaintzeaz gain, orokorrean, mundu mailan osasun mentalerako baliabide eta gaitasun doako eta kalitatezkoak egotea. Agerikoa da, aldarrikapen hau azken helburu moduan identifikatu behar dugula eta hortaz, hau lortzeko borroka prozesuan proiektu komunitario lokalagoak burutzea izango dela gakoa, beti ere, azken helburu hori eta internazionalismoa presente izanik.

Proiektu komunitario eredugarri bezala daukagu Bartzelonako Raval auzoan emakume eta genero ez bitarreko pertsona droga kontsumitzailekin lan egiten duen Metzineres. “Metzineres es la primera cooperativa sin ánimo de lucro dirigida a desplegar Entornos de Cobijo, exclusivo para mujeres, que integra el espectro completo de reducción de daños.” (Metzineres, 2021). Bide honetan, eremu anitzen bidez egiten dute lan, hala nola, zaintza eta sendatze eremuan edo komunitate eta auzokide eremuan.

Ikuspegi politikoari dagokionean, hainbat zalantza eta desadostasun izan ditzakedan arren, txalotzeko lana egiten dutela agerikoa da. Bereziki aipagarria iruditzen zait, auzokide eta Metzinereseko kideen artean sortutako komunitatea, kontzientziazio, politizazio zein zaintza

antolaturako lehen pausua baita. Bizi ditugun indibidualismo eta despolitizazio garaian, batasuna oinarri izanda kritikotasunaren baitan antolatzea da gakoa. “Han advierte la carestía de símbolos que sufre el mundo de hoy donde los datos y las informaciones carecen de toda fuerza simbólica. De esta manera, los ritos, que son técnicas simbólicas de instalación de un hogar, que dan estabilidad a la existencia y que convierten el «estar en el mundo» en un «estar en casa», van desapareciendo” (Martínez, 2021)

Amaitzeko, EKIDA, sozialiston kultur ekimena denaren lanaz hitz egin nahiko nuke. Kulturatik egungo gizarte ereduaren gaineko analisi eta kritika egiteaz gain, etorkizuneko proiektu bat eraikitzen dabiltz gaurdanik. Bide honetan, *Agirretarren Bandera* izeneko antzerkia estreinatu dute, familia baten egunerokotasunaz jardutetik haratago, edozein familia proletarioren bizimodua adierazten du. “Familia bat. Etxe bat. Oinordekotza bat. Mantel bat. Eta bandera bakarra. Ez baita familia baten istorioa, ez etxe bakar batena. Egun gutako edonori gerta dakiokenaren errelatoa da, porrot ideologiko eta politikoaren istorioa. Noizbait borrokan ibili zen horri egin beharreko omenaldia ez baita lau pareren artean kabitzen den ekimen bat, borrokan jarraitze bera baizik.” (Idoate, 2022). Antzerki hau aipatu nahiko nuke, edonoren bizitza izan litekeena politizatu egiten dutelako, gure errealitatearen hausnarketa kritikoa egin eta eraldaketa integralerako itxaropena eta aukera badagoela aldarrikatu.

4.3. Gizarte arloa: Espetxe sistema

Lan osoan zehar, gizarte ereduaren antolaketa ondoez psikikoaren jatorri gisa salatu dut, horregatik, azken atal honetan, gizarte ereduaren alde gordinetarikoa iruditzen zaidan espetxe ereduaz hausnartu nahiko nuke, izan ere, kontrol sozialaren, zigorraren eta zehazki, kartzelaren errealitatea ondoez psikikoarekin harreman estuan dago.

Kontrol soziala inoiz baino garatuago dagoen aroan gaudela esan genezake, pandemia testuinguruak albideratuta, hamaika izan dira azken urteotan bizi izan ditugun egoerak, hala nola, poliziaren presentzia itogarria, *dron* bidezko behaketak edo etxeratze-agindua. Kontuan izan behar dugu, pandemia joera autoritarioak gauzatzeko bitartekoa dela, eta ez autoritarismoa eratzen den eremua. (Arteka, 2021) Gainera, testuinguru honetan, langileriak zigor-sistema zilegiztatzea lortu dute, horren adibide ditugu, heriotza-zigorraren alde dauden pertsonak edo konfinamendu garaian zalatari lana egiten zutenak.

Esango nuke, egungo gizartean dagoen espetxe sistema modu nabarmen batean gehiengoagatik zilegiztatua dagoela, bai kontrol sozialagatik bai espetxetik kanpo ematen diren zigorraren normalizazioagatik. Beraz, gizarte-bazterkeriariaren mekanismo bat zilegiztatzea lortu dute. Azken finean, kartzelan dagoen pertsona bizitza sozialetik kanpo, harremanetatik kanpo eta mundu paralelo batean bizitzen dagoela esan genezake. (De Juan, 2022)

Teorian kartzelaren helburua kontrola eta zigorra izateaz gain, gizarteratzea ere bada, hala ere, agerikoa da praktikan hau ez dela modu honetan ematen. “Lo cierto es que el ingreso en estas instituciones segregativas conlleva un proceso inevitable de desidentificación y desocialización, que acaba haciendo mucho más difícil el retorno a una vida socialmente integrada.” (Cabrera, d/g)

“Kartzela bazterketa eta miseriaren ondorioz gizarte burgesaren parametroetan sartzen ez den oro kaletik ezabatzeko bitartekoa da gaur ere.” (Sendoa, 2020) Ondorioz, espetxe ereduaren osasun mentalaz hitz egitea ezinezkotzat emango nuke. “Los lugares de detención, representan el encierro, se apropian del tiempo y de su administración, regulan la vida de las personas allí detenidas, horarios pautados, controlan la ingesta, el dormir, la actividad física, los vínculos, las lecturas, las actividades. Se mueven en esta tensión Control –regulación, entre lo permitido y lo prohibido. Despliegan diferentes formas de violencia, simbólica, institucional, física” (Mabel, 2018)

Honen adierazle daukagu, Colombian espetxeratutako emakumeen artean ongizate psikikoaren eta erresilientziaren inguruan egindako ikerketa batean lortutako datuak. Ondoez psikologikoaren sintomatologiaren prebalentzia handia ezarri zen Valledupar udalerriko kartzela judizialeko askatasunik gabeko emakumeengan, gehiengoak sufrimendu psikiko maila oso altuak dituelarik. (Jiménez, Redondo eta Mahecha, 2020) Urrunegi joan gabe, espainiar eta frantziar estatuetako espetxeetan hamarnaka bortizkeria adibide bizi izan dira, “oraindik gordinagoa da, espetxezain horiek presoak jipoitzeko, zigor ziega berezietako ohean hainbat egunez lotzeko edota beste era batzuetako gehiegikeriak eta torturak aurrera eramateko jarrera hartzen dutenean.” (Sendoa, 2020)

Jada hausnartu dut psikofarmakoez, baina espetxean ere hauen presentzia agerikoa da, espetxean egondako pertsona batek haren esperientzia kontatzen du hemen: “Kartzela batean ikusi dudana gogorrena da pertsona bat preso sartzen denean lasaitzeko pilula bat eskaintzen diotela. Nik ez dut inoiz hartu, baina badira botikak hartzen dituzten pertsonak: egoera onean sartzen dira, familia apal eta langilekoak dira, eta bat-batean kartzelan pilulak ematen dizkiete, botikak, lasai egon daitezten. Pilula bat bestearen atzetik. Eta bat-batean zonbiak dirudite, eta horrela geratzen dira.” (Awada, 2020) Agerikoa da, ondoez psikikoa prebenitzeko helburutik urrun, despertsionalizazioa soilik bilatzen dela.

Hau honela, espetxe sistemak sortutako ondoez psikikoaren prebentzioaz hausnartzea zaila egiten zait, izan ere, espetxe sistema berarekin amaitzea litzake irtenbide hutsa. Hala ere, jakin badakit, momentu honetan kartzelaren indargabetzeaz aritzea urruti gelditzen dela, behin baino gehiagotan aipatu bezala, logika burgesa osotasun baten baitan ematen delako, eta hau ere, honen barnean kokatu behar dugu. Hala ere, kartzelaren abolizioa utopia gisa ulertzetik urrun, prozesu gisa irudikatu behar dugu, osotasunaren eraldaketaren prozesuaren barnean, beraz, komunitate prebentzioa arlo honetan ere, tresna gisa erabil dezakegu, “como dice Sebastián Scheerer: "Las grandes victorias del abolicionismo están pasando lentamente al olvido y con ellas la experiencia de que nunca ha habido grandes transformaciones sociales en la historia de la humanidad que no hayan sido consideradas utópicas o irreales por la mayoría de los expertos aún pocos años antes de que lo impensable se convirtiera en realidad.” (González, 1997)

Amaitzeko, Euskal Herrian presoan esparruan lan egiten duen Salhaketa elkarteak aipatu nahiko nuke, haien jarduna atxilotuta dauden pertsona oro eta haien familiak laguntzea da, gainera, haien duintasuna aldarrikatu eta ondorioz, espetxeetako bizi-baldintzen egoera salatzen dute. (Salhaketa, d/g) “Espetxeen desagertzea, kartzela zigor jasangaitza izateaz gainera, markaturiko helburu sozializatzailea lortzeko gauza ez delako, horren truke erantzun sozialak eskatzen ditugularik. Bitartean, preso dauden pertsonenganako babes eta elkartasunak legalki onartuak dauzkaten eskubideak errekonoziti daitezten lan egitera

behartzen gaitu.” (Salhaketa, d/g) Haien lana eredugarritzat jotzen dut, presoen komunitatearen ondoez psikikoaren prebentzio lanean ere jarduten dutelako, izan ere, aurretik aipatu bezala, bizi-baldintza kalitatezko, doako eta unibertsalengatik borrokatzea ere komunitate prebentzioa delako.

5. ONDORIOA

Ondorio nagusi moduan, testuan behin eta berriz aipatu dudana planteatuko dut. Ondoez psikikoa gizarte kapitalistaren osotasunaren baitan analizatu eta tratatzea ezinbestekoa da, hau da, ondoez psikikoa ezin dugu esparru isolatu bezala hausnartu. Izan ere, gizarte eredu beraren egitura da ondoez psikiko hau sortu eta betikitzen duena.

Horregatik, ondoez psikikoaren gaindipenean komunitate prebentzioa gako nagusi gisa aztertzen dut, aurretik aipatu bezala, komunitate prebentzioa gizartearen eraldaketa integralerako mekanismo bezala ulertzen dudalako. Esango nuke, egungo gizarte ereduan, burgesiak kapa zabalarengan etsipenaren mezua zabaltzea lortu duela, gauzak aldaezinak balira bezala jarduten baitugu, baina historian zehar antolakuntzaren bidez eraldaketa handiak eman izanak oraindik ere itzaropena eskein dezake, “nada es estático o inmutable. Todo lo contrario: las cosas de nuestro alrededor son dinámicas y están en continuo desarrollo, algo especialmente importante en el caso de los problemas sociales y que lleva a la conclusión de que es posible forjar alternativas, construir una voluntad colectiva que cambie el curso de los acontecimientos (aunque lo intenten impedir por todos sus medios).” (Huertas, 2013)

Baina eraldaketa erreal bat posible izan dadin, borroka anitzak errealtatean berdina direla argi izan behar dugu, klase borroka ezin dugu esparru isolatu bezala aldarrikatu, klase borroka langile klaseko heterogeneotasun guztia biltzen baitu, emakumeak, transak, *eroak*, arrazializatuak, gaitasun ezberdinak dituztenak, drogomenpekotasuna dutenak...

Hari beretik, langile klasearen baitan dagoen heterogeneotasun hori momentu oro presente izatea ezinbestekotzat ematen dut, ondoez psikikoaren arloan kasu, izan ere, ondoez psikikoak subjektu debalatu ezberdinei ezaugarri komun batzuekin baina modu ezberdin batean eragiten diete, hezkuntza sistema, osasun arloa edota espetxe sistema ez baita berdina emakume proletario bazara, drogomenpekotasuna baduzu edota ijitoa bazara, beste hainbat adibideren artean.

Amaitzeko, komunitate prebentzioaren izaera iraultzailea aldarrikatzea dagokidala deritzot, gakoa hor baitago, komunitate prebentzioa erreformara ala iraultzara bideratu. Ez baita berdina, erreformak tresna ala helburua izatea. “Larria litzateke erreformen aldeko zein horien aurkako borroketan parte hartzeari uko egingo bagenio, hots, proletalgoaren askatasuna ikusgaitz den ustezko iraultza baten esku utziko bagenu. Sarri esan dugun bezala, erreformen aldeko borroka antolakuntza komunista indartzea izan behar du xede.” (ARTEKA, 2022)

6. BIBLIOGRAFIA

- Alexander, Bruce K. (2015). *Curando las adicciones a través de la comunidad: ¿Un camino mucho más largo de lo que parece?* [Klik egin](#)
- Álvarez, Eduardo (2009). *Individualismo e identidad humana*. [Klik egin](#)
- Álvaro, Daniel (2010). *Los conceptos de “comunidad” y “sociedad” de Ferdinand Tönnies*. Papeles CEIC. [Klik egin](#)
- Aranburu, Mattin (2020). *Hezkuntzaren funtzioak, krisi kapitalista eta ideologia (I)*. GEDAR Langile Kazeta. [Klik egin](#)
- Arteka (2022). *Erreforma eta iraultza*. 27.libururkia, 6-9.orr.
- Arteka (2021). *Kontrol soziala. Zigor mailak, eskubideen galera*. 13.libururkia, 52-64.orr.
- Awada, Amin (2020). *Elkarrizketa: “Ez nintzen ohitu kartzelan preso egotera. Inoiz ez zara horrelako zerbaitetara ohitzen.”* ARTEKA. 4.libururkia, 30-35.orr.
- Balius, Fernando (2021). *Politizar el sufrimiento psíquico para que el mañana sea menos oscuro*.
- Balius, Fernando (2020). *Barrio, clase, voces en la cabeza y un médico de cabecera*. Contexto y acción. [Klik egin](#)
- Buitrago, Francisco; Ciurana, Ramon; Fernández, M^a del Carmen eta Tizón, Jorge Luis (2021). *Repercusión de la pandemia del Covid-19 en la salud mental de la población general. Reflexiones y propuestas*. Elsevier. [Klik egin](#)
- Cabrera, Pedro José (d/g). *Cárcel y exclusión*. Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. 35.libururkia, 83-120.orr. [Klik egin](#)
- De Juan, Edurne (2022). *1.Gaia. Prebentzioaren ereduak*. Euskal Herriko Unibertsitatea.
- De Juan, Edurne (2022). *3.Gaia. Depresioa gazteengan*. Euskal Herriko Unibertsitatea.
- De Juan, Edurne (2022). *4.Gaia. Kartzela eta bazterketa soziala*. Euskal Herriko Unibertsitatea.
- De Juan, Edurne (2021). *(Sobre)vivencias de la psiquiatría: una aproximación a las subjetividades de la violencia institucional y los activismos locos*. OpenEdition Journals [Klik egin](#)

- Domínguez, F. Javier (d/g). *Actuaciones preventivas en contextos comunitarios: Una oportunidad, ¿necesidad? para el trabajo social con enfoque comunitario.* [Klik egin](#)
- Elkoroberezibar, Mikel (2020). *Ikasle Autodefentsa Sarea aurkeztu dute, Donostian.* Irutxuloko Hltza. [Klik egin](#)
- Faur, Eleonor (2017). *¿Cuidar o educar? Hacia una pedagogía del cuidado.* [Klik egin](#)
- Fuentes, Maria (2021) *De cuando nos ahogamos en el Sena: una breve aproximación a la concepción del suicidio.* ARTEKA. 25.libururkia. 28-45.orr.
- Galtung, J. (2003). *Bortxakeria kulturala.* Gernika: Gernika Sarea. [Klik egin](#)
- Garcés, Eva M^a (2010). *El Trabajo Social en salud mental.* Cuadernos de Trabajo Social. 23.libururkia. 333-352.orr. [Klik egin](#)
- García, M^a Concepción eta Gonzalez, Noemí Irma (2013). *La salud mental en la escuela.* Enfermería Escolar. [Klik egin](#)
- García, Raquel (2004). *Salud mental comunitaria ¿Una tarea interdisciplinar?* Cuadernos de Trabajo Social. [Klik egin](#)
- GEDAR, Langile Kazeta (2019). *Kapitala, bizitza eta prekariedadea. Kontraesana auzitan.* GEDAR: Editoriala. [Klik egin](#)
- Gonnet, J. P. eta Abril, F. (2018). *El concepto de capitalismo en la perspectiva pragmática de Boltanski y Chiapello.* Universidad Autónoma Metropolitana: Sociológica México. [Klik egin](#)
- González, Julio (1997). *La abolición de la cárcel*.* Estudios Políticos. 11.libururkia. 164-176.orr. [Klik egin](#)
- Gurrutxaga, Manex (2019). *Noren hezkuntza? Hezkuntza klase borrokatik pentsatzen hasteko ekarpena.* GEDAR Langile Kazeta. [Klik egin](#)
- Huertas, Miguel (2013). *Salud mental, lucha de clases.* Rebelión. [Klik egin](#)
- Idoate, Maite (2022). *Antzokian kabitzen ez dena.* Ekida. [Klik egin](#)
- Jiménez, Luz Karine; Redondo, Miladys Paola eta Mahecha, Diana Paola (2020). *Malestar psicológico y resiliencia en mujeres privadas de la libertad en Colombia.* Revista de Ciencias Humanas y Sociales. 93.libururkia, 217-233.orr. [Klik egin](#)
- Leon, Benito (2009). *Salud mental en las aulas.* Revista de Estudios de Juventud. 84.libururkia, 66-83.or. [Klik egin](#)
- Mabel, Carolina (2018). *Caso José M: Un episodio traumático dentro de la cárcel.* Universidad Nacional de la Plata: Facultad de Psicología. [Klik egin](#)

- Martínez, Nicolás (2021). *Byung-Chul Han, La desaparición de los rituales*. Revista Hispano-Americana T.O.R., 2.libururkia, 73-76.orr. [Klik egin](#)
- Metzineres (2021). *Mision, vision y valores*. [Klik egin](#)
- Metzineres (2021). *Entornos de cobijo*. [Klik egin](#)
- Muñoz, F. A. (d/g). *Paz. 1 Kapituluua: La Paz*. [Klik egin](#)
- Rendueles, Guillermo eta González, Héctor [Utopía Video] (2017). *Necesitas un sindicato no un psiquiatra*. [Bideoa]. YouTube. [Klik egin](#)
- Unibertsitateko Indar Batasuna (2019). *Unibertsitateko Indar Batasuna sortu da. Borroka garaia da!* [Klik egin](#)
- Urkiaga, Eneko (2022). *Buru-nahasmenak eta psikofarmakologia gizarte kapitalistan*. ARTEKA. 25.libururkia. 46-55.orr.
- Salhaketa (d/g). *Zer egiten dugu?* [Klik egin](#)
- Sendoa, Jurado (2020). *Kartzela*. ARTEKA. 4.libururkia, 66-73.orr.
- Taborda, Alejandra; Leoz, Gladys eta Dueñas, Gabriela (2012). *Primer atajo: Descontextualizar la niñez actual* In “Paradojas que habitan las instituciones educativas en tiempos de fluidez.” 147-149.orr. [Klik egin](#)
- Zabalza, Garai (2022). *Droga, la vacuna cultural ante la crisis*. ARTEKA. 25.libururkia. 56-65.orr.