

Maria Ścierańska

Środowiskowy Dom Samopomocy „Pod Kasztanami” w Elku

Sprawozdanie z konferencji: „Wspólna sprawa — wspólne rozwiązania” — wsparcie osób i rodzin z problemami psychicznymi

Środowiskowy Dom Samopomocy „Pod Kasztanami” w Elku powstał w grudniu 2008 roku, jako pierwsza taka placówka dla osób dorosłych w naszym mieście. W zakresie wsparcia środowiskowego osoby chorujące psychicznie mogły korzystać z pomocy psychiatrów w Poradni Zdrowia Psychicznego, zaś dzieci z niepełnosprawnością intelektualną, poza specjalnym ośrodkiem szkolno-wychowawczym, mogły uczestniczyć na warsztaty terapii zajęciowej lub środowiskowego domu samopomocy przy DPS dla dzieci „Tęczowy Dom”.

Już po roku działalności, pracownicy Środowiskowego Domu Samopomocy „Pod Kasztanami” i Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej założyli Elckie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Problemami Psychicznymi i Zagrożonych Marginalizacją „Ostoja”. Dało to możliwość znacznego poszerzenia zakresu oddziaływania w środowisku lokalnym.

„Znakiem firmowym” Stowarzyszenia jest coroczny Piknik Pod Kasztanami z okazji Dnia Solidarności z Osobami Chorymi na Schizofrenię, który odbywa się w drugą niedzielę września. Poza tym Stowarzyszenie organizuje cyklicznie takie projekty jak: spartakiady środowiskowych domów samopomocy, integracyjne spływy kajakowe, spotkania klubowe dla osób z zaburzeniami psychicznymi mające na celu readaptację zawodową tych osób oraz szkolenia dla osób mających zawodowo kontakt z osobami z zaburzeniami psychicznymi.

W 2015 roku, od marca do października, Stowarzyszenie realizowało projekt „Wspólna sprawa — wspólne rozwią-

zania”. Projekt ten miał na celu zbudowanie lokalnego systemu współpracy pomiędzy placówkami i instytucjami zajmującymi się wspieraniem osób z problemami psychicznymi i ich rodzin oraz popularyzowanie tematów związanych ze zdrowiem psychicznym w społeczności lokalnej. Projekt współfinansowany był przez Gminę Miasto Elk.

Projekt obejmował trzy poniższe działania.

Spotkanie placówek

Do 2015 roku oferta środowiskowego wsparcia osób z problemami psychicznymi w Elku powiększyła się o: powiatowy ŚDS w Nowej Wsi Elckiej, Oddział Dzienny Psychiatryczny oraz kilka stowarzyszeń działających w tym zakresie, między innymi Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Autyzmem „Impuls” i Stowarzyszenie „Kormoran” na rzecz Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnych w Elku. Ideą spotkania było wzajemnie poznanie oferty, jaką mają placówki czy organizacje oraz nawiązanie współpracy.

Spotkanie odbyło się 22 kwietnia 2015 roku w ŚDS „Pod Kasztanami”, w formie warsztatów pt. „Synergia to Energia” i trwało 6 godzin. Na spotkanie, oprócz przedstawicieli placówek i organizacji pozarządowych, zaprosiliśmy przedstawicieli władz samorządowych oraz ośrodka pomocy społecznej, ponieważ są oni naszymi sprzymierzeńcami i wsparciem w wielu działaniach. Mamy też świadomość, że to placówki i „ngo-sy” realizują zadania gmin w zakresie wspierania osób z zaburzeniami psychicznymi i to one są „wizytówką” Elku w tym zakresie.

Warsztaty dotyczyły budowania lokalnego systemu pomocy osobom z problemami psychicznymi poprzez zacieśnianie współpracy, wzajemne uzupełnianie się w ofercie pomocy, podejmowanie wspólnych inicjatyw. Jednym z efektów pracy było hasło: Synergia jako odnawialne źródło energii — dobro i zaangażowanie które dasz od siebie, wróci ze zdwojoną siłą!

Adres do korespondencji:

Maria Ścierańska
Środowiskowy Dom Samopomocy
„Pod Kasztanami” w Elku
ul. Kościuszki 33, 19–300 Elk
tel/faks: 87 732 64 94
tel. kom. 664 318 051
e-mail: sdselk@wp.pl

Grupa wsparcia

Podczas pracy w ŚDS przekonaliśmy się, jak wiele w sytuacji osoby po kryzysie psychicznym zależy od jej rodziny. To, jak członkowie rodzin radzą sobie z problemem zaburzeń psychicznych pojawiających się u najbliższych, ma wpływ na to, czy chory będzie w ogóle miał możliwość wyleczenia. Choroba psychiczna jest trudnym przeżyciem dla całej rodziny i warto pomagać rodzinie tak, by mogła być wsparciem dla tych najsłabszych. Przede wszystkim wstyd przed stygmatyzacją i uprzedzeniami ze strony środowiska lokalnego sprzyja ukrywaniu problemów i nie szukaniu pomocy czy choćby informacji na temat sposobów radzenia sobie z chorobą lub niepełnosprawnością intelektualną w rodzinie.

Postanowiliśmy zainicjować spotkania pierwszej w Elku otwartej grupy wsparcia rodzin osób z zaburzeniami psychicznymi. W spotkaniach, które odbywały się raz w miesiącu, brało udział 3–6 osób. Spotkania prowadzone były przez dwie osoby — psychologa i terapeutę. Osoby uczestniczące w spotkaniach wymieniały doświadczenia w pokonywaniu trudności związanych z chorobą bliskiej osoby; ta wymiana pomagała poznać świat osoby chorej, uwrażliwiała na jej potrzeby.

Uczestnicy wyrazili potrzebę kontynuowania spotkań po zakończeniu projektu — dlatego „Grupa wsparcia” trwa i mamy nadzieję, że rozrośnie się i będzie stałym elementem systemu wsparcia środowiskowego w Elku.

Forum Psychiatryczne

W naszej działalności bardzo potrzebne są zrozumienie i wsparcie ze strony lokalnej społeczności. Żeby to osiągnąć, zorganizowaliśmy Forum Psychiatryczne jako element kampanii społecznej przeciwko stygmatyzacji osób z zaburzeniami psychicznymi. Chcieliśmy mówić głośno o problemach psychicznych, żeby przełamywać z jednej strony strach i przesady — z drugiej wstyd i wyobcowanie. Forum, pod patronatem Prezydenta Miasta Elku oraz patronatem medialnym Telewizji Olsztyn, odbywało się w Elckim Centrum Kultury 30 września 2015, było otwarte dla mieszkańców miasta i powiatu. Na Forum zostali zaproszeni pracownicy placówek i służb społecznych, którzy w swojej pracy stykają się z osobami z problemami psychicznymi. Na to spotkanie przybyli też pracownicy i uczestnicy ŚDS z ościennych powiatów; ogółem w konferencji uczestniczyło około 200 osób.

Po uroczystym otwarciu Forum, dr n. med. Sławomir Murawiec przedstawił: „Kierunek, w którym zmierza współczesna psychiatria — już nie szpital psychiatryczny, lecz integracja społeczna pacjenta i praca w środowisku”. Prelekcję rozpoczęła prezentacja dotycząca tego, jak

dotychczas szpitale psychiatryczne umiejscawiane były daleko poza obrębem miast — co skutkowało zupełnym wyobcowaniem osób chorujących i „wyparciem problemu” ze świadomości społeczeństwa. Nam, osobom działającym w środowisku, pomaga to lepiej zrozumieć opór społeczności, a też i rodzin, przed zaakceptowaniem choroby psychicznej czy integracją z osobami chorującymi lub niepełnosprawnymi intelektualnie.

Następnie Janusz Chojnowski — specjalista psychiatra, ordynator Oddziału Psychiatrycznego Szpitala Ogólnego w Grajewie, poruszył temat: „Stygmatyzacja chorych psychicznie”, zaś jego pacjentka — pani Ewa, opowiedziała o swoich doświadczeniach. Janusz Chojnowski przedstawił też „patent” na wykorzystanie stygmatyzacji do pozbycia się „nieproszonych gości”, czyli młodzieży spożywającej napoje alkoholowe w przyszpitalnym ogrodzie — wystarczy tabliczka: „Tylko dla pacjentów oddziału psychiatrycznego!”

Aby uświadomić ełczanom rozmiary problemu zaburzeń psychicznych u dzieci i młodzieży, do wystąpienia zaprosiliśmy Kazimierza Ewertowskiego — pedagoga, terapeutę, dyrektora Zespołu Szkół Specjalnych przy Oddziale Psychiatrycznym dla dzieci i Młodzieży WZLP w Olsztynie, który przedstawił temat: „Zaburzenia i choroby psychiczne u dzieci i młodzieży — główne problemy, zmiany i tendencje”. Następnie psycholog kliniczny, psychoterapeuta, Leszek Sagadyn, przedstawił prezentację „Od Choroby do Zdrowia — optymalna droga pacjenta”, która akcentowała znaczenie terapii środowiskowej, re-adaptacji społecznej i zawodowej w procesie powracania do zdrowia psychicznego.

Realia pracy lekarza przedstawił psychiatra — Daniel Obara w wystąpieniu: „Praca w środowisku w ramach NFZ — doświadczenia z powiatu ełckiego”. Wystąpienie to było bardzo ciekawe, szczególnie że doświadczenia lekarza w dużym stopniu pokrywają się z naszymi w zakresie dostępu do świadczeń medycznych, orzekania o niepełnosprawności czy refundacji leków psychotropowych.

Na zakończenie Forum, w ramach informacji o lokalnej ofercie wsparcia osób z problemami psychicznymi, przedstawiciel Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Autyzmem „Impuls” opowiedział o możliwościach pomocy osobom z autyzmem i ich rodzinom w realiach powiatu ełckiego, zaś Środowiskowy Dom Samopomocy „Pod Kasztanami” w Elku i Środowiskowy Dom Samopomocy w Nowej Wsi Ełckiej — zaprezentowały filmy o swoich placówkach.

Po Forum odebraliśmy wiele ciepłych podziękowań i pozytywnych informacji zwrotnych. Mamy już plany na kontynuację działań w następnych latach.