

Środowiskowe Programy Wsparcia

Środowiskowe Domy Samopomocy oraz kluby to placówki, które stanowią podstawę Środowiskowych Programów Wsparcia. Są one doskonałym instrumentem umożliwiającym efektywne wspieranie procesu zdrowienia osób chorujących psychicznie na poziomie społeczności lokalnej.

Dostępne Programy Wsparcia Środowiskowego w Polsce są dość wszechstronne. W ich skład wchodzi: Środowiskowe Domy Samopomocy, warsztaty terapii zajęciowej, ośrodki wsparcia, specjalistyczne usługi opiekuńcze, kluby, mieszkania chronione, programy podnoszenia kwalifikacji i wspieranie zatrudnienia. Mimo zróżnicowania wymienionych programów, mają one wspólne cele: wspieranie procesu zdrowienia oraz poprawę jakości życia osób chorujących.

Korzystanie z programów jest zwykle możliwe w sposób mniej lub bardziej długoterminowy. Są one zróżnicowane pod względem intensywności oddziaływań, w zależności od potrzeb i możliwości użytkowników. Zapewniają dostęp do szerokiego zestawu działań. Można do nich zaliczyć przede wszystkim: wzmacnianie samodzielności, wsparcie codziennego funkcjonowania, wzmacnianie indywidualnych sieci społecznych, zdobywanie nowych umiejętności.

Środowiskowe Domy Samopomocy oferują kompleksowy program zawierający indywidual-



ne i grupowe wsparcie psychologiczne, terapie zajęciowe oraz liczne aktywności wzmacniające codzienne funkcjonowanie. Domy te mają dodatkowo w swojej ofercie wsparcie dla rodzin osób chorujących. Programy środowiskowych domów samopomocy są dostosowane przede wszystkim do potrzeb osób znajdujących się w różnych stadiach zdrowienia, które mają jeszcze trudności z kontrolowaniem objawów lub utrzymują się u nich problemy z pełnym funkcjonowaniem społecznym oraz poczuciem osamotnienia.

W porównaniu z uczestnikami innych placówek wsparcia, korzystający z programu Środowiskowych Domów Samopomocy mają dostęp do rozwijania umiejętności samodzielnego radzenia sobie w czynnościach dnia codziennego, poprawy funkcjonowania zaburzonych relacji pomiędzy osobą chorą a jej rodziną, rozwoju umiejętności społecznych, poprawy

umiejętności komunikacji, samodzielności w myśleniu i działaniu. Uczestnicy mogą poprawiać umiejętności radzenia sobie w codziennym życiu w miejscu zamieszkania i środowisku lokalnym. Na terenie Środowiskowych Domów Samopomocy działają między innymi pracownie: gospodarstwa domowego, plastyczno-ceramiczne, komputerowe, relaksacyjno-rekreacyjne, rękodzieła oraz pracownie multimedialne. Środowiskowy Dom Samopomocy, w miarę możliwości, zapewnia dowóz do placówki osobom mającym trudności w poruszaniu się. Uczestnicy mają też możliwość skorzystania z prysznica, pralki automatycznej, czy kuchni. Wiele ze Środowiskowych Domów Samopomocy oferuje gorący posiłek (przygotowany w ramach zajęć terapeutycznych).

Inną formą do wspierania osób chorujących psychicznie są kluby. W przeszłości często nazywane „klubami pacjenta”. Przede wszystkim są to placówki umożliwiające ciekawe spędzenie czasu i dostęp do kontaktów społecznych. Podstawowym celem działania klubów jest przełamywanie izolacji osób chorujących psychicznie i możliwość wartościowego spędzania wolnego czasu.

Oferta klubów jest szeroka i elastyczna, tworzy przyjazną przestrzeń dla uczestnictwa. Jest to miejsce stworzone do spędzania czasu z innymi, wypicia herbaty przy wspólnych rozmowach.

Kluby oferują między innymi oglądanie filmów z dyskusyjnymi klubami filmowymi, wspólne granie w różnorodne gry rozrywkowe i edukacyjne. Dla uczestników organizowane są wycieczki, wyjścia do kina i możliwość udziału w wydarzeniach kulturalnych. Klubowicze obchodzą wspólnie święta lub inne ważne uroczystości. W klubach stawia się na rozwój zainteresowań i uzdolnień, poprawę umiejętności gospodarowania czasem wolnym od zajęć. Uczestnicy mają dodatkowo zapewniony dostęp do porad psychologicznych i rozmów wspierających. Często kluby są uzupełnieniem uczestnictwa w innych placówkach wsparcia, takich jak Środowiskowe Domy Samopomocy lub warsztaty terapii.

Przedstawione dwie formy wsparcia środowiskowego mogą skutecznie wspomagać zespoły leczenia środowiskowego lub bezpośrednio osoby w kryzysie. Jest to zasób, który warto znać, wykorzystywać i polecać. Placówki te są doskonałym instrumentem umożliwiającym efektywne wspieranie procesu zdrowienia osób chorujących psychicznie na poziomie społeczności lokalnej.

Michalina Wytrykowska – asystentka medyczna w Centrum Zdrowia Psychicznego, w trakcie kursu na terapeutę środowiskowego, dyplomowana prawniczka.

www.zobaczczlowieka.pl



Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia