

Psychiatria naszych marzeń. Perspektywa rodziny*

Fundacja, będąc inicjatywą wrocławskich rodzin, działa w obszarze psychiatrii od 2011 roku.

Naszym celem jest, aby każda osoba doświadczająca trudności w zakresie zdrowia psychicznego miała szansę na wyzdrowienie. Aby to było możliwe, dotychczasowy system opieki zdrowotnej, ukierunkowany na PROCES CHOROWANIA, oparty na hospitalizacji, izolacji, stygmatyzacji, traumie i lęku przed przyszłością, powinien być zastąpiony nowym podejściem, ukierunkowanym na PROCES ZDROWIENIA. W oparciu o współpracę z wieloma ośrodkami europejskimi i amerykańskimi, pragniemy stworzyć we Wrocławiu i na Dolnym Śląsku środowisko, w którym ludzie z zaburzeniami psychicznymi - przy wsparciu profesjonalistów, rodzin i sieci społecznej, będą mogli:

- umacniać nadzieję, że wyzdrowienie jest możliwe,
- nabierać motywacji do wyzdrowienia poprzez wykorzystanie własnych zasobów,
- podejmować ważne role społeczne, w tym służąc swoim doświadczeniem innym,
- mieć długoterminowe wsparcie w procesie zdrowienia i budowania relacji społecznych,
- w sytuacjach kryzysowych podejmować efektywne leczenie z włączeniem rodziny i sieci społecznej,
- w najtrudniejszych okresach korzystać z małych placówek leczenia zamkniętego.

Działania i osiągnięcia

Dzięki ogromnej motywacji wielu ludzi, determinacji rodzin, otwarciu się na doświadczenia ośrodków w Polsce i za granicą, dobrej współpracy z lokalnymi władzami oraz przekonaniu, że zdołamy zintegrować różne środowiska wokół wspólnego celu, podjęliśmy następujące działania:

1. Wzorując się na środowisku krakowskim, zorganizowaliśmy we Wrocławiu, we współpracy z Konsultantem Wojewódzkim, I Forum Psychiatrii Środowiskowej „Obudźmy nadzieję!” (X/2011), które zapoczątkowało współpracę profesjonalistów, osób z doświadczeniem choroby i ich rodzin. Konferencja zgromadziła aż 300 osób. Jednym z gości Forum była Norweżka – Arnhild Lauveng, która poprzez własne świadectwo wyzdrowienia stała się znakiem nadziei nie tylko dla pacjentów i ich rodzin, ale też dla lekarzy i terapeutów. Od czasu Forum osoby zaangażowane spotykają się co miesiąc w ramach seminarium „Rozmawiamy o zdrowieniu”.

2. W kolejnym roku współorganizowaliśmy II Forum Psychiatrii Środowiskowej (X/2012), „Potęga rodziny”. Konferencja ta otworzyła nam nowe horyzonty dzięki m.in. poznaniu doświadczeń psychiatrów i psychoterapeutów fińskich (prof. Jaakko Seikkula), którzy od trzydziestu lat rozwijają podejście leczenia psychoz zwane „Otwarty Dialog”. Jest to system leczenia skoncentrowany na rodzinie, zakładający szybką interwencję we wczesnej

fazie kryzysu, dostosowanie leczenia do indywidualnych potrzeb pacjenta i jego rodziny oraz postrzeganie leczenia jako procesu wykorzystującego różne metody terapeutyczne. Jak pokazują badania, efektem takiego sposobu leczenia jest znacznie szybszy powrót do zdrowia (nawroty jedynie u 24% pacjentów w porównaniu do 71% w grupie leczonej tradycyjnie) i do pełnego zatrudnienia (81% w porównaniu do 43%). W ciągu 5 lat aż 86% pacjentów wróciło do poprzedniej aktywności, podejmując ważne role społeczne¹.

3. Mając przekonanie, że warto korzystać z doświadczeń międzynarodowych, podjęliśmy w 2012 roku współpracę z niemiecką organizacją PINEL gGmbH z siedzibą w Berlinie, która od 40 lat towarzyszy tysiącom ludzi w procesie zdrowienia, budzenia aktywności społecznej m.in. poprzez pracę oraz wzmacniania relacji z rodziną i siecią społeczną. Jednym z rezultatów nawiązanej współpracy był udział trzech wrocławskich terapeutów w rocznym kursie „Otwarty Dialog”. W tym samym czasie nawiązaliśmy również współpracę z Havelland Kliniken w Nauen/k Berlina, a wieloletni dyrektor Kliniki Psychiatrii i Psychoterapii - dr Werner Schuetze jest naszym doradcą, trenerem i towarzyszem inicjatyw podejmowanych przez fundację.

4. Jako osoby żywo zainteresowane przeniesieniem na grunt wrocławski, a nawet polski skutecznych rozwiązań dających szansę na wyzdrowienie z zaburzeń psychicznych, zainicjowaliśmy 2-letni projekt europejski (2013 – 2015) na rzecz wymiany doświadczeń dotyczących podejścia „Otwarty Dialog” pomiędzy 10. instytucjami opieki psychiatrycznej, z sześciu krajów: Finlandia, Norwegia, Dania, Niemcy, Austria i Polska. Projekt jest finanso-

wany przez Program Partnerski LEONARDO „Uczenie się przez całe życie”. Fundacja jest koordynatorem projektu. Projekt obejmuje m.in. udział w międzynarodowych konferencjach, wizyty partnerskie, wspólny program badawczy, organizowanie programów edukacyjnych i stały rozwój profesjonalistów. Obecnie prowadzone są w Polsce dwa roczne kursy „Otwarty Dialog i rozwój sieci społecznych w sytuacji kryzysu psychicznego” - Wrocław i Warszawa, łącznie dla 58 osób.

5. Współpraca z partnerami niemieckimi otworzyła nam możliwość włączenia się w wieloletni projekt europejski EX-IN (Experienced – Involvement), skierowany do osób z doświadczeniem zaburzeń psychicznych. Osoby te – zwane „ekspertami poprzez doświadczenie”, uczestnicząc w rocznym programie edukacyjno-rozwojowym, budują kompetencje zawodowe przygotowując się do roli partnerów w pracy podmiotów opieki psychiatrycznej, w tym zespołów edukacyjnych i terapeutycznych.² Projekt jest współfinansowany przez Urząd Miasta Wrocławia. W pierwszej edycji uczestniczy 20 osób.

Podsumowanie

Obecność fundacji w środowisku międzynarodowym dała nam możliwość uczestniczenia w ogólnościatowej dyskusji na temat potrzebnych zmian w psychiatrii, m.in.:

- ukierunkowanie się na proces zdrowienia, a nie chorowania,
- odchodzenie od hospitalizacji na rzecz pracy z pacjentem w jego środowisku,
- efektywne wykorzystanie dostępnych środków finansowych,
- nadanie priorytetowej roli psychoterapii, a drugorzędnej farmakoterapii,
- włączenie ekspertów poprzez doświadczenie jako partnerów dla lekarzy, terapeutów i innych pracowników instytucji psychiatrycznych.

¹ J. Seikkula, W stronę dialogu: Psychoterapia czy sposób życia?, „Psychoterapia”, r. 2013, nr. 2 (165), s. 13-27, J. Seikkula, i in., Five-year experience of first-episode nonaffective psychosis in opendialogue approach: Treatment principles, follow-up outcomes, and two case studies, „Psychotherapy Research”, March 2006, 16(2), s. 214-228,

² J. Utschakowski, H.P.M. van Haaster, Reflecting experiences, recognizing knowledge. Textbook for the EX-IN curriculum, Amsterdam

Projekty europejskie otworzyły nam nowe horyzonty, dały dostęp do dobrych praktyk i rozwiązań, które są pilnie potrzebne w Polsce. Na szczególną uwagę zasługuje podejście „Otwarty Dialog”, które wydaje się być brakującym ogniwem we wdrażaniu NPOZP.

Dzięki podjętym działaniom poznaliśmy ludzi z pasją, pełnych entuzjazmu i energii,

towarzyszy zdrowienia, przywracających nadzieję i wiarę, pomocnych w odbudowaniu zerwanych relacji i podejmowaniu nowych ról społecznych. Wśród nich są też eksperci poprzez doświadczenie – świadkowie tego, że wyzdrowienie z choroby psychicznej jest możliwe.

Zapraszamy do współpracy!