

ĆWIERĆ WIEKU POMOCY - ZMIANY, KTÓRE SIĘ WYDARZAJĄ

15 grudnia 2022 z udziałem zaproszonych gości świętowano Jubileusz 25-lecia działalności dziennego Środowiskowego Domu Samopomocy „Vita” w Krakowie. Zlokalizowana w Nowej Hucie placówka świadczy pomoc osobom dorosłym z przewlekłymi zaburzeniami psychicznymi, osobom z zespołem otępiennym czy z chorobą Alzheimera.

W jubileuszowej uroczystości, która z racji zbliżających się świąt, miała charakter spotkania wigilijnego, wzięli udział także zaproszeni goście, m. in.: wiceprezydent Krakowa, dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, kierownicy zaprzyjaźnionych domów środowiskowych oraz innych placówek, z którymi ŚDS „Vita” na co dzień współpracuje. - W ten sposób wraz z podopiecznymi placówki uczciliśmy pracę bardzo wielu ludzi, których działalność przyczynia się każdego dnia do poprawy jakości życia i funkcjonowania społecznego uczestników Domu – podkreśla dyrektor placówki - Ewa Prochowska.

Początki ŚDS

Przed 25. laty na mapie Krakowa pojawiła się placówka, której działalność przyczyniła się do wprowadzenia wielu zmian w środowisku rodzin osób chorych, w systemie edukacji mieszkańców miasta, ale również przyczyniła się swoją działalnością do wprowadzenia zmian w systemie rozwoju psychiatrii i psychologii, dziedzin, dzięki którym rośnie społeczna świadomość choroby psychicznej i zmniejsza się ostracyzm wobec osób borykających się z nią. - Postrzeganie osób z zaburzeniami psychicznymi w dalszym ciągu wiąże się jeszcze w wielu dziedzinach i kręgach funkcjonowania z niewiedzą, nieświadomością choroby, a także z uprzedzeniami jakie z tego faktu wynikają. Niemniej jednak działalność takich ośrodków jak „Vita” przyczynia się w znacznym stopniu do zmiany tej sytuacji – mówi Ewa Prochowska.

Istotnym momentem w podejściu

do osób z zaburzeniami psychicznymi był rok 1995, w którym weszła w życie ustawa o ochronie zdrowia psychicznego. Dokument ten pozwolił budować dla osób z problemami zdrowia psychicznego system oparcia społecznego w środowisku ich zamieszkania.

Na kanwie tych przemian społecznych w grudniu 1997 r. powstał Środowiskowy Dom Samopomocy „Vita” - skierowany do osób zmagających się z chorobami psychicznymi. Placówka założona jako zakład budżetowy, w 2000 r. została przekształcona w jednostkę budżetową Gminy Miejskiej Kraków.

Początkowo Dom obejmował wsparciem 40 osób. W chwili obecnej przeznaczony jest dla 80 osób chorujących psychicznie w tym z zespołem otępiennym i chorobą Alzheimera. Wszyscy potrzebujący pomocy mogą tam znaleźć zrozumienie i poczuć się bezpiecznie, licząc w każdej chwili na wsparcie pracowników należących do Zespołu Wspierająco-Aktywizującego.

W pierwszych latach działalności placówka funkcjonowała w oparciu o własne doświadczenia tworząc w oparciu o nie metodykę pracy z uczestnikami zajęć. Działło się tak, ponieważ nie było w tym czasie aktów prawnych określających formy oddziaływań do stosowania w środowiskowych domach samopomocy. Dopiero w grudniu 2010 r. zostało wydane rozporządzenie Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w sprawie środowiskowych domów samopomocy, przedstawiające szczegółowo zasady funkcjonowania tego typu placówek oraz standardy świadczonych przez nie usług.

Obecnie w ŚDS „Vita”

Terapia zajęciowa odbywa się m.in. w pracowni kulinarnej, witrażu, rękodzieła, plastycznej, komputerowej, ceramicznej oraz majsterkowicza. W Domu są też dwa gabinety psychologiczne, salon, jadalnia oraz pomieszczenia przeznaczone dla klubowiczów, w których odbywają się różne dodatkowe zajęcia.

Jednostka zapewnia swoim podopiecznym wszelką niezbędną opiekę. Zespół wykwalifikowanych terapeutów i psychologów posiada liczne szkolenia, w tym z zakresu udzielania pierwszej pomocy i jest przygotowany na większość sytuacji kryzysowych, jakie w tego typu ośrodkach mogą się wydarzyć. - Działalność ŚDS „Vita” jako placówki wspierającej nie ogranicza się tylko do pracy z uczestnikami. System pomocy obejmuje całą rodzinę podopiecznego i stara się rozwiązywać wszelkie problemy bieżące domowników – zapewnia Ewa Prochowska. Na tej płaszczyźnie ogromnym wsparciem dla ŚDS-u w jego 25-letniej historii było i jest współdziałanie z wieloma instytucjami o charakterze pomocowym. Największe znaczenie ma bardzo dobra współpraca z MOPS, z pracownikami socjalnymi poszczególnych filii, z lekarzami specjalistami: psychiatrami, psychologami, innymi ośrodkami wsparcia, których nadrzędnym celem działalności jest pomoc w rozwoju możliwości dobrego funkcjonowania społecznego osób chorych. Ważna dla placówki jest też regularna współpraca z takimi partnerami jak: Centrum Rozwo-

ju Com-Com Zone, dzięki któremu uczestnicy mają możliwość rozwijania swoich zainteresowań oraz korzystania z nowoczesnych form rekreacji; Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne w Krakowie; różne instytucje kultury; Filia nr 54 Nowohuckiej Biblioteki Publicznej; instytucje kościelne, Fundacja Wspierania Rozwoju Społecznego „Leonardo”, Międzyszkolny Basen Pływacki na os. Handlowym 4, Przedszkole nr 46, Rada Dzielnicy XVIII Miasta Krakowa, a także poradnie zdrowia psychicznego, dzienne oddziały oraz szpitale psychiatryczne.

Działalność zespołu aktywizująco-wspierającego ŚDS „Vita”, którego głównym celem jest profilaktyka dnia codziennego osób z zaburzeniami psychicznymi, trwa już ćwierć wieku i przyczynia się w ogromnej mierze do przeciwdziałania izolacji i stygmatyzacji społecznej Podopiecznych. Przyczynia się w końcu do likwidacji barier, jakimi obciążony jest obraz funkcjonowania w środowisku osoby z niepełnosprawnością.

Warto w tym miejscu przybliżyć szeroki zakres działalności terapeutycznej realizowanej w ŚDS. Są to w szczególności: treningi funkcjonowania w codziennym życiu, treningi umiejętności interpersonalnych i rozwiązywania problemów, treningi kształtowania pozytywnych relacji uczestnika z osobami, treningi umiejętności spędzania czasu wolnego i rozwijania zainteresowań, poradnictwo psychologiczne, pomoc w załatwianiu spraw urzędowych, pomoc w dostępie do niezbędnych świadczeń zdrowotnych, w tym uzgadnianie i pilnowanie terminów wizyt u lekarza, treningi terapii ruchowej, w tym: zajęcia sportowe, turystyka, rekreacja, treningi umiejętności komunikacyjnych, z wykorzystaniem alternatywnych i wspomagających sposobów porozumiewania się w przypadku osób z problemami w komunikacji werbalnej.

Podopieczni ŚDS „Vita” traktują to miejsce niczym swój dom, w którym uczestniczą

w terapii, realizują swoje pasje, nawiązują nowe znajomości. To oni sami rodzącemu się dziełu nadali imię „Vita” jako synonim życia w nadziei i przekonaniu, że właśnie tutaj zostanie im przywrócone. Panująca tam atmosfera akceptacji i poczucie bezpieczeństwa stwarza im warunki do pracy nad swoimi trudnościami, bez poczucia dyskryminacji i odrzucenia. Poczucie wsparcia, zrozumienia i wspólnoty dostarczają sił do radzenia sobie z sytuacją trudną, jaką jest choroba psychiczna. Przebywanie wśród osób, które mają podobne przeżycia i dzielenie się swoimi doświadczeniami jest zaakcentowaną w samej nazwie placówki ideą SAMOPO-

MOCY, realizowaną w ramach utworzonej grupy samopomocy i w toku codziennych zajęć. Jak duże znaczenie w terapii ma panująca w placówce atmosfera niech świadczy słowa pani Agnieszki – jednej z uczestniczek: Na początku jak przyszedłam do ŚDS-u, byłam mocno przerażona i nie wierzyłam, że w ogóle jestem coś warta, a teraz potrafię się uśmiechać i mogę normalnie żyć. Ten Dom jest dla mnie odkrywaniem samej siebie. Terapeuci tutaj wierzą w nas, wierzą w nasze zdolności, nawet jeżeli My nie potrafimy zaufać samym sobie, to oni ufają nam. Jestem tutaj akceptowana. Oczywiście terapeuci mówią nam prawdę - co jest nie tak, co możemy poprawić, ale czuję się tutaj dobrze, bo wiem że cały personel ośrodka pragnie nam pomóc.

O ile, dzięki doświadczeniu takich placówek jak „Vita”, w aspekcie metodyki i skuteczności terapii wiele już osiągnięto, o tyle w sposobie postrzegania osób z zaburzeniami psychicznymi jako społeczeństwo mamy jeszcze dużo do zrobienia. Droga do całkowitej ewolucji sposobu myślenia ludzi o chorobie psychicznej jest jednak jeszcze bardzo długa i wiele zmian zarówno mentalnych jak i prawnych jest niezbędnych by osiągnąć sukces i odmienić dotychczasowy sposób egzystencji osób po kryzysach psychicznych, cierpiących na m.in. schizofrenię, zaburzenia psychotyczne czy zaburzenia nastroju. Optymistycznie w tym kontekście brzmi jednak słowa dyrektora ŚDS „Vita” – Ewy Prochowskiej, która dostrzega rezultaty wieloletniej mozolnej pracy na rzecz zmian w sposobie myślenia o chorobie psychicznej i degeneracyjnej: Od 25 lat stawiamy pytania i szukamy odpowiedzi, jak zapobiegać izolacji osób naznaczonych chorobą, by przynieść im ulgę i zdjąć z nich ciężar osamotnienia, z jakim się borykają. Z każdym mijającym rokiem posuwamy się naprzód w tym nierównym wyścigu sił, likwidując bariery wynikające z uprzedzeń oraz z niewiedzy i nieświadomości konsekwencji, jakie niesie choroba.

25 lat to ogrom czasu. W przypadku Środowiskowego Domu Samopomocy „Vita” jest to dobrze wykorzystany czas, czego potwierdzeniem mogą być wypowiedzi samych uczestników, którzy kwestie terapii powierzyli specjalistom z „Vity”. Na okoliczność Jubileuszu wypada życzyć, by wszelkie pozytywne zmiany, które w tym okresie stały się udziałem placówki, miały swoją kontynuację w przyszłości, dając całemu środowisku satysfakcję z już osiągniętych celów, ale i tych wciąż wymagających wypracowania. Wszystkiego dobrego dla całego Zespołu i Podopiecznych Środowiskowego Domu Samopomocy „Vita”! fot. ŚDS Vita

