

To Recovery
ως
Προσωπική Περιπέτεια

Παράδειγμα ψυχοκοινωνικής
αποκατάστασης σε μια στεγαστική δομή

Χαράλαμπος Γιάννου

Πριν τη διαδικασία Ψ/Κ

Αποκατάστασης: Νοσηλεία

Προϋποθέσεις:

- Η θεραπεία σε εξωτερική βάση έχει αποτύχει
- Απαιτείται απομάκρυνση του ασθενούς από το περιβάλλον του για συγκεκριμένο χρόνο

Στόχοι:

- Βελτίωση συμπτωματολογίας- Μετριασμός επιπτώσεων (ιατρικών, κοινωνικών, ψυχολογικών)
- Κατά το δυνατόν άμεση επαναφορά στην κοινότητα

Προσωπικές αφηγήσεις για Νοσηλεία

(Αποστολοπούλου, Στυλιανίδης και συν., 2020)

- «Το διάστημα που έκατσα στο νοσοκομείο, το θυμάμαι σαν φυλακή»
- «Το 2004, τσακωνόμουν συνεχώς με τους γείτονες και πέταξα μια πέτρα στο παράθυρό τους. Έτσι νοσηλεύτηκα για αρκετούς μήνες με εισαγγελική (εντολή). Όταν επέστρεψα στο σπίτι, τα προβλήματα με τη γειτονιά συνεχίστηκαν, με αποτέλεσμα να νοσηλευτώ ξανά με εισαγγελική» («περιστρεφόμενη πόρτα»)
- Αφηγήσεις σχετικές με τις περιόδους νοσηλείας : παρουσία ισχυρών συναισθημάτων όπως φόβος, οδύνη, άγχος, καχυποψία, μοναξιά, ένταση, σύγχυση

Αναγκαστική (Ακούσια) Νοσηλεία

Προϋποθέσεις για την ακούσια νοσηλεία :

- Ο ασθενής να πάσχει από ψυχική διαταραχή,
- Να μην είναι ικανός να κρίνει για το συμφέρον της υγείας του,
- Η έλλειψη νοσηλείας να έχει ως συνέπεια είτε να επιδεινωθεί η κατάσταση της υγείας του, ή
- Η νοσηλεία ασθενή που πάσχει από ψυχική διαταραχή να είναι απαραίτητη για να αποτραπούν πράξεις βίας κατά του ίδιου ή τρίτου.

Ακούσια Νοσηλεία- Δεδομένα

- Πάνω από τις **μισές νοσηλείες** του Ψ.Ν.Α. αφορούν σε ακούσιες νοσηλείες (Στυλιανίδης, 2017)
- Σε Ψυχιατρικό τμήμα Γενικού νοσοκομείου φτάνουν το **68%**
- Συνήθεις αιτίες ενεργοποίησής της αναγκαστικής (ακούσιας) νοσηλείας : «επιθετικότητα» και η «ασυνέχεια στην φαρμακευτική αγωγή»
- Μόνο το **13.8%** αυτών των ασθενών παραπέμπονται σε Δομές Κοινωνικής Ψυχιατρικής
- **Ρωγμή στα δικαιώματα του ανθρώπου**: στέρηση της ελευθερίας και υποβολή σε ιατρικές πράξεις χωρίς συναίνεση και χωρίς προηγούμενη διάπραξη παραβατικής πράξεως ή συμπεριφοράς (Βιδάλης, 1995; Χρυσόγονος, 2006; Φυτράκης, 2007; Giannoulis, 2018).
- Η στέρηση της ελευθερίας ενός ατόμου αποτελεί **βάνανυση προσβολή ατομικού δικαιώματος** και επιβάλλεται μόνο για την τέλεση εγκλήματος, αφού μάλιστα μεσολαβήσει καταδικαστική απόφαση.
- Η ακούσια νοσηλεία, στο πλαίσιο του Συμβουλίου της Ευρώπης, αντιμετωπίζεται κυρίως ως **μορφή στέρησης της ελευθερίας**, όπως η φυλάκιση (Murdoch, 2006).

Στόχοι Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης

- Βελτίωση της **λειτουργικότητας** του εξυπηρετούμενου/ενοίκου και ανάπτυξη των λανθανουσών **δεξιοτήτων** του
- Εξασφάλιση ενός υποστηρικτικού περιβάλλοντος του οποίου **οι πόροι θα πρέπει να συναντούν τις ανάγκες του λήπτη**
- Ο λήπτης χαρακτηρίζεται όχι μόνο από συμπτώματα και κοινωνικές μειονεξίες αλλά και από **δυνατότητες και συγκεκριμένες ανάγκες** οι οποίες μπορούν να αναγνωσθούν και να απαντηθούν

Άξονες αποκατάστασης (Cohen, Farkas et al, 2002)

- **Κλινικός:** Μείωση της ψυχιατρικής συμπτωματολογίας, καλύτερος χειρισμός και αντιμετώπιση της, μείωση των υποτροπών, καλύτερος χειρισμός των κρίσεων και στη μείωση των εισαγωγών στο ψυχιατρικό νοσοκομείο.
- **Λειτουργικός :** βελτίωση της λειτουργικότητας (ανάπτυξη δυνατοτήτων, συμμετοχής) και ανάδειξη των λανθάνουσων δεξιοτήτων προκειμένου να είναι σε θέση το άτομο να ανταποκριθεί σε συμπεριφορές και ρόλους και παράλληλα να αξιοποιήσει όσο το δυνατό καλύτερα πόρους και ευκαιρίες.
- **Ψυχολογικός:** Επανασυγκρότηση της ταυτότητας με θετικούς συνειρμούς και χαρακτηριστικά ενισχύοντας την αυτο-εικόνα μέσα από το οποίο το άτομο θα μπορεί να λαμβάνει συναισθηματική αλλά και πρακτική υποστήριξη από συγγενείς, ερωτικούς συντρόφους και φίλους.
- **Στεγαστικός:** Εξασφάλιση ενός στεγαστικού περιβάλλοντος το οποίο να αντανακλά ή να προσεγγίζει όσο το δυνατόν περισσότερο τις επιθυμίες και τις προσωπικές επιλογές του ίδιου του ψυχικά πάσχοντα
- **Επαγγελματικός:** Εξασφάλιση επαγγελματικών συνθηκών που να αντιστοιχούν όχι μόνο στις πραγματικές ικανότητες και δεξιότητες του ατόμου αλλά και στις εν δυνάμει ικανότητές του καθώς και στα εργασιακά του ενδιαφέροντα.

Χαρακτηριστικά της πορείας του Recovery(Leamy et al ,2011)

- Δυναμική διαδικασία
- Ατομική και μοναδική
- Μη γραμμική
- Ταξίδι
- Στάδια και φάσεις
- Μάχη
- Πολυδιάστατη διαδικασία
- Σταδιακή πρόοδος
- Εμπειρία αλλαγής ζωής (a life-changing experience)
- Recovery χωρίς ίαση
- Recovery υποβοηθείται από το υποστηρικτικό και θεραπευτικό περιβάλλον
- Μπορεί να επισυμβεί χωρίς επαγγελματική βοήθεια
- Διαδικασία δοκιμής και λάθους

5 Διαδικασίες Recovery (Leamy et al ,2011)

CHIME:

- Connectedness (σχέσεις, υποστήριξη από τους άλλους, συμμετοχή στην κοινότητα)
- Hope and Optimism about the future (πίστη στην ανάρρωση/ανάκαμψη, θετική σκέψη, κίνητρο για αλλαγή)
- Identity (θετική αίσθηση ταυτότητας, υπερπήδηση στίγματος)
- Meaning in life (νοηματοδοτημένη ζωή και κοινωνικοί ρόλοι/στόχοι)
- Empowerment (υπευθυνοποίηση, επανάκτηση ελέγχου, εστιασμός στις δυνατότητες)

Δομές Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης- Στεγαστικές Δομές

- Ξενώνες
 - Μέσης, μακράς παραμονής
 - Μικρότερη ομάδα ενοίκων
 - Υψηλός βαθμός λειτουργικότητας
- Οικοτροφεία
 - Συνήθως μόνιμη διαμονή
 - Χρόνιοι ασθενείς, ενδεχομένως χαμηλότερη λειτουργικότητα
- Προστατευόμενα Διαμερίσματα
 - Υψηλού βαθμού αυτονομία, λειτουργικότητα

Από το Νοσοκομείο στην Κοινότητα

Η περιπέτεια του Οδυσσέα

- 33 ετών
- Απόφοιτος Τεχνικού Λυκείου, Ολοκλήρωση Στρατιωτικής Θητείας
- Γεγονότα ζωής μέσα από Προσωπική αφήγηση:
- Απόλυση από εργασία (υπάλληλος διανομής) λόγω δυσχέρειας σχέσεων με προϊστάμενο, Χωρισμός από σύντροφο, καβγάδες με οικογένεια, άστεγος (κοιμόταν στο αμάξι έξω από πατρικό του)
- 1^η εκούσια εισαγωγή σε ψυχιατρικό τμήμα Γενικού Νοσοκομείου, Διάγνωση Σχιζοφρένεια (οπτικές ,ακουστικές ψευδαισθήσεις), Επιστροφή στο πατρικό σπίτι
- 2^η εκούσια εισαγωγή (2 εβδ.), Επιστροφή στο πατρικό σπίτι , πρόσληψη στον οικείο Δήμο με σύμβαση ορισμένου χρόνου.
- Τέλος σύμβασης, 3^η νοσηλεία με εισαγγελική εντολή
- Παραπομπή σε Ξενώνα -ΕΠΑΨΥ

Από ασθενής ,λήπτης υπηρεσιών

Διαδικασία μετάβασης

1.Αξιολόγηση από Θεραπευτική Ομάδα:

- Επιθυμίες - Στόχοι (συμβατότητα με δυνατότητες στεγαστικής δομής)
- Κίνητρο για ένταξη σε στεγαστική δομή
- Βαθμός αυτονομίας, λειτουργικότητας

2. Επισκέψεις, μικρής διάρκειας διαμονή στη δομή

3. Επαναξιολόγηση

4. Θεραπευτικό συμβόλαιο (δοκιμαστική περίοδος, κανόνες ,υποχρεώσεις ενοίκου και δομής)

Το πέρασμα στην δομή ψ/κ αποκατάστασης

- Επιθυμίες- Προσωπικοί στόχοι:
 - Εργασία- Οικονομική Εξασφάλιση, (επαφή με υπηρεσίες)
 - Επιστροφή στην περιοχή όπου διέμενε
 - Ανάγκη για συντροφικότητα
- Δυνατότητες:
 - Δευτεροβάθμια εκπαίδευση
 - Υψηλή λειτουργικότητα
 - Δυνατότητα για επαναφορά στην εργασία
 - Μετάβαση σε Πρ.Διαμέρισμα
- Περιορισμοί:
 - Ενεργός συμπτωματολογία

Προσφερόμενες Υπηρεσίες

- Ατομική Συμβουλευτική (ψυχολογική σκέψη, ανάπτυξη κινήτρου)
- Κοινωνική Λειτουργός: Συνοδεία σε Υπηρεσίες, εκπαίδευση στην αξιοποίηση υπηρεσιών
- Πρόσωπο Αναφοράς: Ατομικές συναντήσεις, συνοδεία – συντονισμός θεραπευτικού προγράμματος
- Θεραπευτική Ομάδα: Κλινική επεξεργασία, κατανόηση περιστατικού, επανασχεδιασμός
- Μετακίνηση σε ΠΔ (ενδιάμεσο στάδιο πλήρους αυτονομίας)
- Άλλες δομές: Κέντρο Ημέρας (Ψυχο-Εκπαίδευση, Ψυχοθεραπεία, Κοινωνικοποίηση), ΚΟΙΣΠΕ (Προεπαγγελματική κατάρτιση, Επαγγελματική Αποκατάσταση)

Ένας ήρωας σε κρίση

- Στην αρχή με φόβιζε η μετακίνηση μου σε έναν **άγνωστο χώρο** για μένα . Όταν πρωτοήρθα στο ξενώνα είχα οπτικές και ακουστικές ψευδαισθήσεις και η φαρμακευτική αγωγή που μου είχε δοθεί από το Γ.Ν..... , θα την χαρακτήριζα “μέτρια”. Η γνωριμία μου με τους άλλους ένοικους, όπου εξελίχθηκε σε **φιλία** , όπως και η καλή **συνεργασία** με το προσωπικό με βοήθησε αρκετά. Ήθελα να ξανά εργαστώ και μετά από λίγους μήνες έπιασα **δουλειά** σε ένα καφέ που άνοιξε ο Κοι.Σ.Π.Ε . Εκεί αντιμετώπισα αρκετές δυσκολίες , οι ώρες που δούλευα ήταν πολλές , ο υπεύθυνος του καφέ ήταν αυστηρός μαζί μου και κατά την διάρκεια της δουλειάς είχα φωνές στο κεφάλι μου. Επομένως σταμάτησα να εργάζομαι και μετά από συζητήσεις με το προσωπικό του ξενώνα , ξανά νοσηλεύτηκα στο Γ.Ν.... για 2 μήνες

Εξατομικευμένο Θεραπευτικό Πρόγραμμα (Παπαδόπουλος, Στυλιανίδης, 2008)

- Εξατομικευμένη προσέγγιση με βάση ανάγκες, δυνατότητες, επιθυμίες
- Συνεργατική σχέση
- Στόχοι: (α) Διατήρηση της ψυχικής υγείας και βελτίωση της ψυχιατρικής συμπτωματολογίας, (β) Εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων και αύξηση της γενικής λειτουργικότητας, (γ) Εργασιακή υποστήριξη δ) Ενίσχυση των κοινωνικών ευκαιριών και μείωσης του κοινωνικού στίγματος της ψυχικής διαταραχής

Προϋποθέσεις εφαρμογής ΑΘΠ

- Η **ενεργός συμμετοχή** του λήπτη: συνεργασία με θεραπευτή
- Η **δόμηση** της καθημερινότητας–**ελαστικότητα** (flexibility): Οι χρόνιοι ψυχικά ασθενείς παρουσιάζουν δυσκολία στις αλλαγές
- Η **θεραπευτική σχέση**: Εξατομικευμένη (προσωπικής) θεραπευτικής σχέσης του προσώπου αναφοράς με καθέναν από τους ασθενείς – συμμαχία
- Θεραπευτικό **συμβόλαιο**: δέσμευση , ανάληψη ευθύνης για υλοποίηση στόχων
- Θεραπευτικοί **στόχοι**: στην αρχή απλοί, προοδευτικά πιο σύνθετοι
- **Συνέχεια** στην φροντίδα: καθόλη τη διάρκεια της αποκατάστασης

Η αποκατάσταση σε συνεχή κρίση

- Επιστροφή στη δομή:
«Επέστρεψα στον ξενώνα για δυο μήνες, είναι μια περίοδος που δεν αισθάνομαι και πολύ καλά , έχω φωνές στο κεφάλι μου .Το συζήτησα με τον γιατρό της μονάδας και μου **πρότεινε** να νοσηλευτώ για να γίνει αλλαγή της φαρμακευτικής αγωγής, **συμφώνησα** να πάω. Το διάστημα που έκατσα στο νοσοκομείο, το θυμάμαι σαν **φυλακή**. Ξανά γύρισα στον ξενώνα και αρχίζω να νιώθω καλύτερα ,τα καινούργια φάρμακα με βοηθούν και δεν έχω ακουστικές ψευδαισθήσεις»

Το τέλος της περιπέτειας- η αρχή μιας νέας

- «Άρχισα να παρακολουθώ κάποια προγράμματα σε κέντρο ημέρας και μέσα από τις ομάδες **γνώρισα νέους ανθρώπους** .Θέλω να ξανά **εργαστώ**, συζήτησα με κάποια άτομα από το κέντρο ημέρας για να βρω δουλειά. Μου βρήκαν ένα επιδοτούμενο σεμινάριο αρτοποιίας-ζαχαροπλαστικής για τρεις μήνες, όπου και το ολοκλήρωσα με επιτυχία. Τα πράγματα πηγαίνουν καλύτερα για μένα και νιώθω ότι η **ζωή μου έχει μπει σε έναν ευχάριστο δρόμο και έχει αποκτήσει νόημα** .»

Η προοπτική μιας νέας Ιθάκης

- Επιθυμίες για το μέλλον:
- Μετάβαση στο δικό του σπίτι (στην περιοχή καταγωγής)
- Μόνιμη εργασία (προς το παρόν με σύμβαση ορισμένου χρόνου)
- Μόνιμη σχέση