



**Praca z dorosłym w problemie
natury psychicznej.**

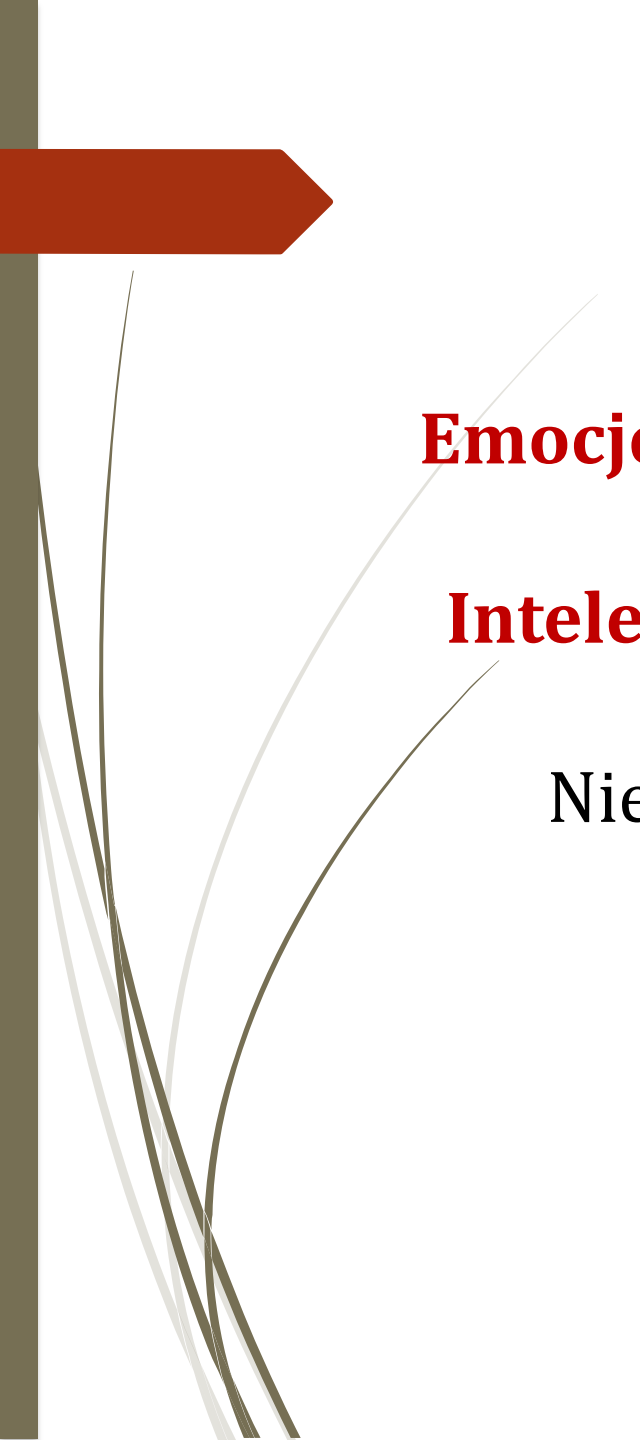
**Wsparcie, psychoedukacja,
przekierowywanie działań
w ujęciu systemowym.**

Justyna Świątek



**By rozumnie postępować – sam rozum
nie wystarcza**


Fiodor Dostojewski



Emocje, odczuwamy je po to, by zrozumieć co przeżywamy.

Intelekt może zawieść, emocje nie kłamią, są autentyczne.

Niezależnie ile lat mamy i co robimy na tym świecie,
świadomie czy nie, doświadczamy emocji.



Odporność psychiczna to cecha osobowości, która w dużym stopniu determinuje to, na ile skutecznie radzimy sobie z wyzwaniami, stresorami i presją ... niezależnie od okoliczności wydarzeń, niezależnie od tego jaką w danym momencie rolę życiową realizujemy.



Gdzie zaczyna się proces wspierania.

Na co mam wpływ , z czym muszę się pogodzić.

Psychoedukacja.



system (przełożeni, współpracownicy, przepisy prawa)

Klient

rodzina / osoby bliskie, znaczące dla klienta




System

1. Płaszczyzna uświadomienia jakości i rodzaju wpływu.

Występuje tutaj silna, czasem
nieświadoma potrzeba
umiejscowienia siebie
w płaszczyźnie wpływu bądź
jego braku na podejmowane
działania. Przepisy prawa
a rzeczywistość życia, domu,
historii, bardzo indywidualnej
każdego człowieka.

Interdyscyplinarna aktywność.



Rodzina / ktoś bliski w życiu osoby wspieranej

**2. Płaszczyzna
wypracowywania form
współpracy z osobami
znaczącymi w życiu
chorującego.**

Płaszczyzna budowania
warunków wpierania przez
kontakt z bliskimi pacjenta.

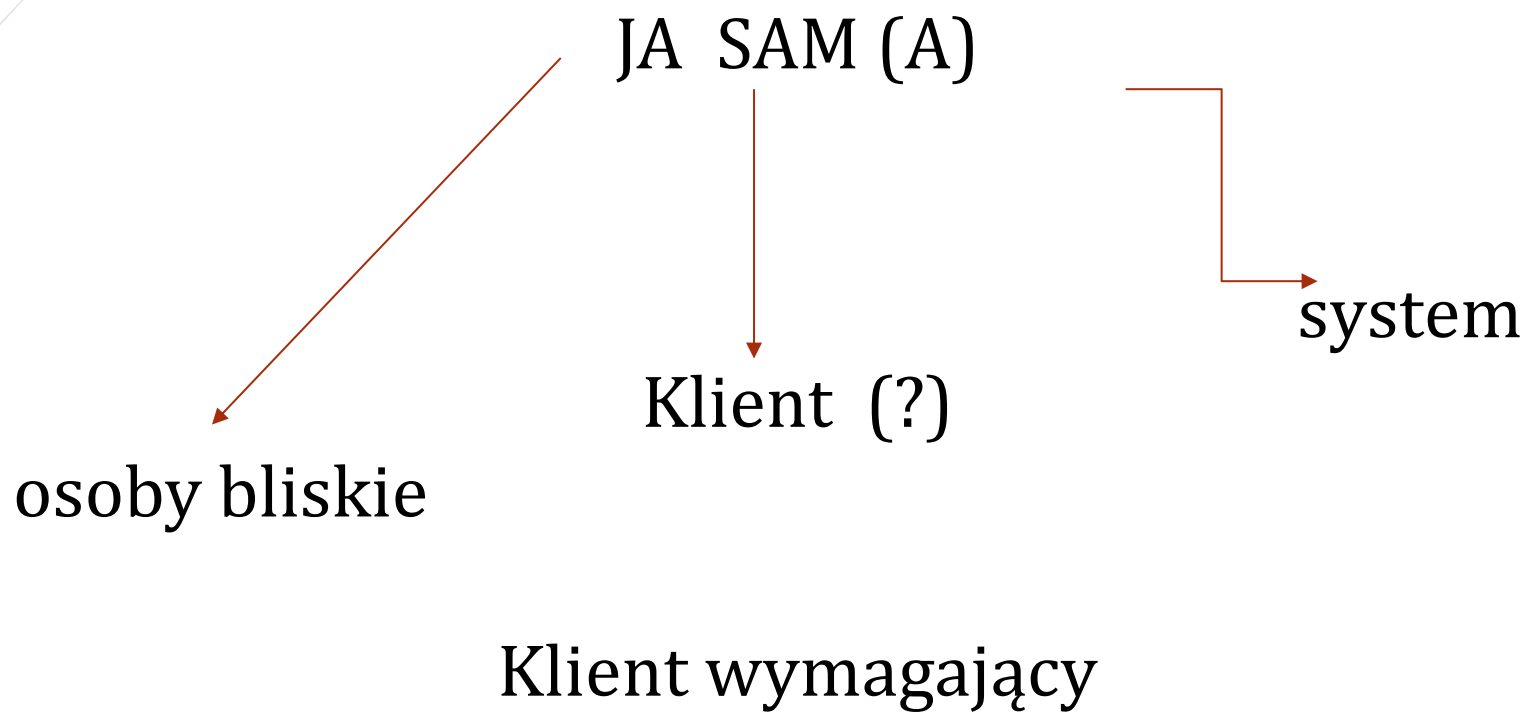
Podstawą w powyższym są
doświadczenia życia
codziennego z osobami
cierpiącymi psychicznie.



Osoba wspierana

3. Przestrzeń diagnozowania rzeczywistych trudności osób wspieranych.

Budowania relacji
z pacjentem w płaszczyźnie
zgłaszanych problemów przez
samego chorującego.





wspierająco i edukacyjnie

1. dwie godziny dla rodziny

2. PZP

3. szpital

4. ŚDS / dzienny oddział psychiatryczny

4. Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego



dla dobra własnego zawodowego

1. superwizja

2. warsztaty

3. godzina dla pracownika



Co 8 – me dziecko w Polsce „korzysta” z pomocy społecznej.

Co 5 –te dziecko w Polsce mówi o swojej samotności.

Co 10 – te dziecko w Polsce mówi, że nie ma z kim porozmawiać.





Zmęczenie

Stan powszechnie znany i częsty. **W krótkiej perspektywie czasowej** zwyczajnie wpływa na jakość funkcjonowania człowieka : w rodzinie, w pracy, w przeżywaniu samego siebie.

W dłuższej perspektywie czasowej może mieć skutki katastrofalne dla zdrowia człowieka (zawał, udar, nieustanne problemy gastryczne, nowotwór, załamanie nerwowe).



Moje zmęczenie

1. Obserwuj je ; czy dotąd praktykowany odpoczynek regeneruje moje siły?
2. Poczuj je ; czy są to zmęczone siły po pracy czy zmęczone myśli w nieuporządkowanych uczuciach?
3. Nazwij je ; czy jestem w stanie dokładnie określić miejsce mojego zmęczenia w moim ciele?



Granice

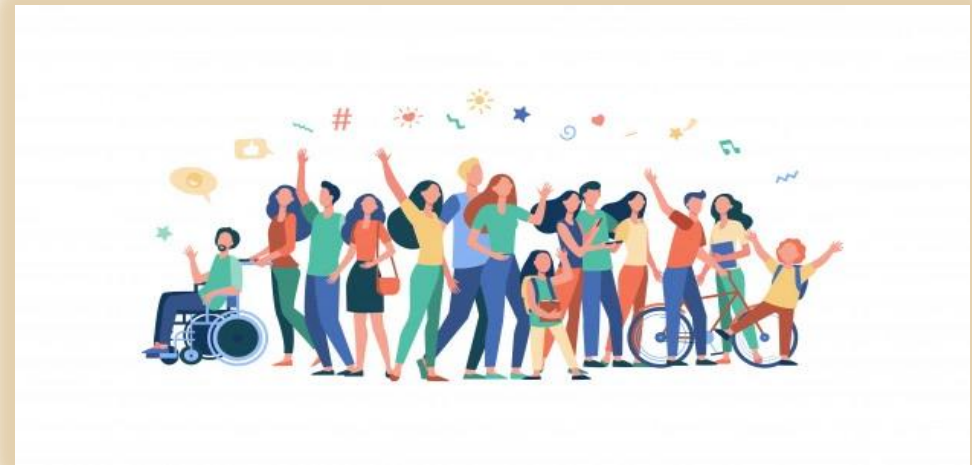
Stwarzają emocjonalną przestrzeń do odróżnienia własnych potrzeb od potrzeb innych ludzi.

Bez świadomości własnych granic **trudno zobaczyć i zrozumieć** własne potrzeby.



granice

są ochroną wnętrza człowieka,
zatrzymują w środku to, co dobre,
zatrzymują na zewnątrz to, co złe.







uznanie bezsilności

niemoc,

koniec,

bezradność

ściana

niezrealizowany cel

Dziękuję za uwagę

