

6^ο



ΕΛ.Ε.ΨΥ.
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΛΙΝΙΚΗΣ
ΨΥΧΟΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑΣ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΨΥΧΟΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑΣ

ΜΕ ΔΙΕΘΝΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Θεραπευτικοί στόχοι στην αντιμετώπιση της Σχιζοφρένειας: Λειτουργικότητα και αυτονομία

Μαρίνα Οικονόμου

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ψυχιατρικής

**Α΄ Ψυχιατρική Κλινική Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο
Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.)**

Ιωάννινα

21 Απριλίου 2017

ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ ΣΥΜΦΕΡΟΝΤΩΝ

(CONFLICT OF INTEREST)

Honoraria από συμβουλευτικές επιτροπές
και εκπαιδευτικές δραστηριότητες

Janssen, Pharmathen

[illegible]

Θεραπευτικοί στόχοι στην αντιμετώπιση της Σχιζοφρένειας

- **Λειτουργικότητα**
- **Αυτονομία - Ανεξάρτητη λειτουργία**
- **Ανάρρωση**
- **Αποκατάσταση**

Πως ;

Βιολογικές-Φαρμακευτικές παρεμβάσεις για τον ασθενή

Ψυχοκοινωνικές Παρεμβάσεις για τον ασθενή και την οικογένεια

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Επιδιώξεις: Αποκατάσταση της λειτουργικότητας του ασθενούς και της οικογένειας

Ειδικά ζητήματα που έχουν σχέση με τη Θεραπεία

- **Το φάρμακο**
- **Η «συμμόρφωση»**
- **Η θεραπευτική σχέση**
- **Οι ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις**

Τρόπος χορήγησης των φαρμάκων

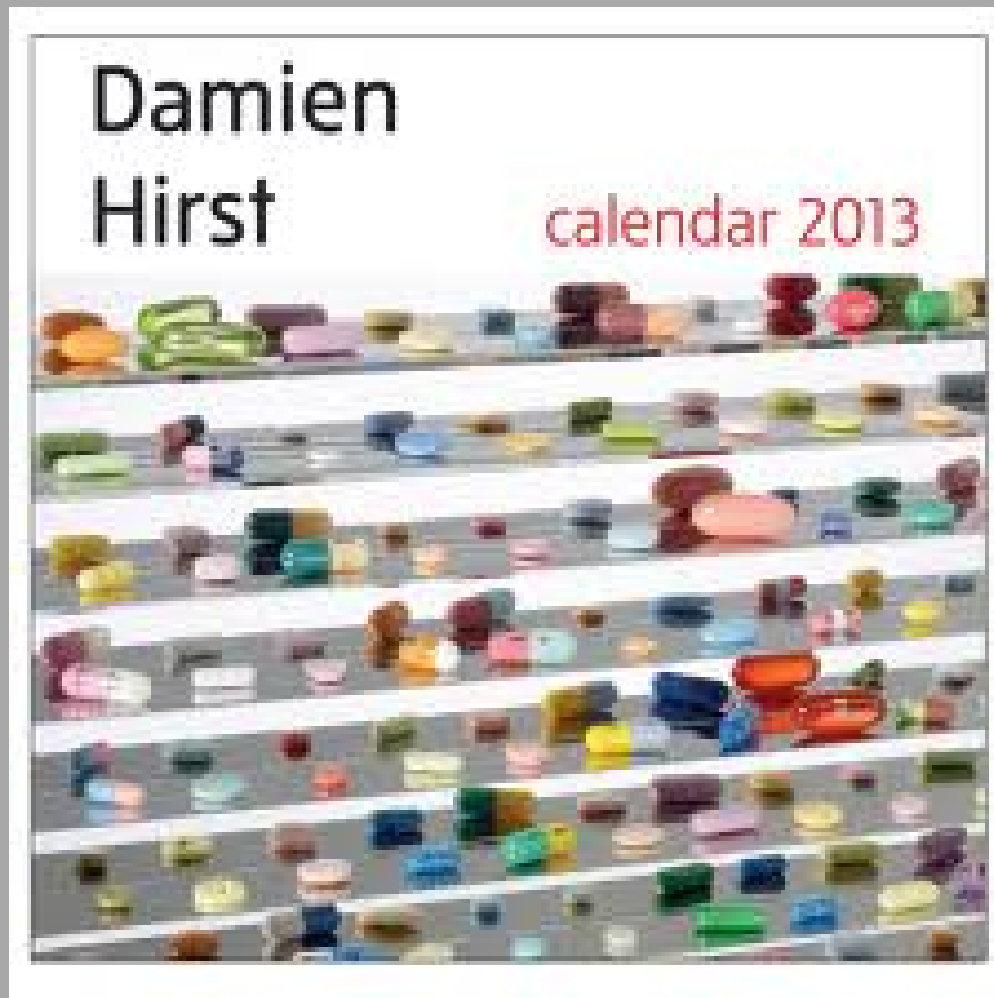


καθημερινά



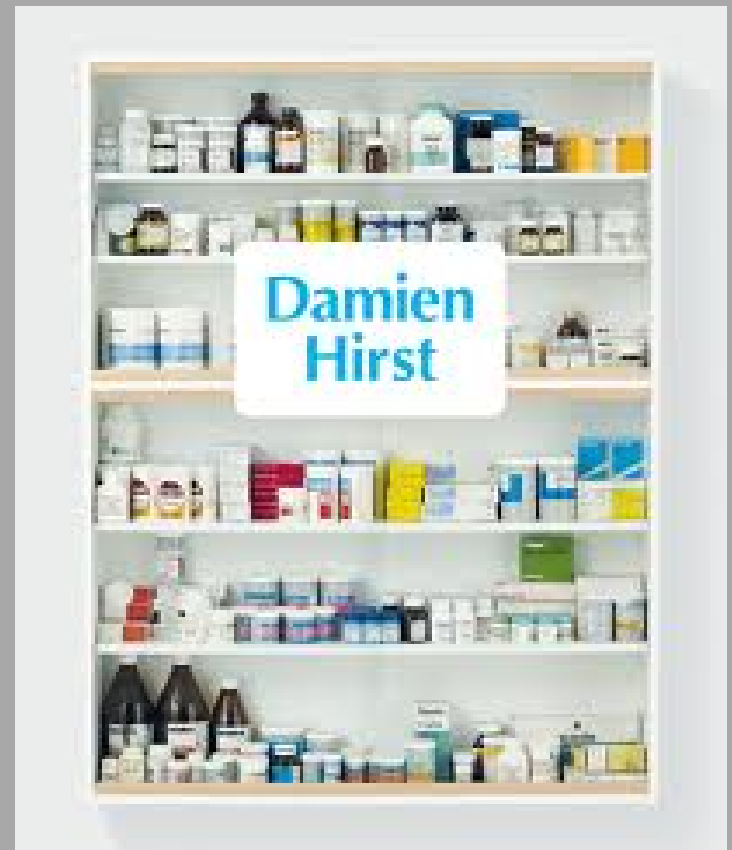
μία φορά το μήνα

Τι γίνεται στην πράξη ;



.....
,, , , ,

...Γιατί και το καλύτερο φάρμακο να δίνει
κανείς στον ασθενή, αυτό δεν θα έχει
κανένα αποτέλεσμα εάν **δεν λαμβάνεται
συστηματικά** από τον ασθενή



Καθημερινή από του στόματος λήψη φαρμάκου Vs Μακράς δράσης ενέσιμη φαρμακευτική αγωγή

Zhornitsky & Stip (2012) <i>Schizophr Res Treatment</i>	συσχέτιση των αντιψυχωσικών μακράς δράσης με μικρότερη πιθανότητα υποτροπής σε σχέση με τα χορηγούμενα από του στόματος
Offord et al. (2013) <i>J Med Econ</i>	οι ασθενείς που ξεκίνησαν θεραπεία με αντιψυχωσικά μακράς δράσης είχαν σημαντική μείωση στο μέσο αριθμό νοσηλειών και στη μέση διάρκεια νοσηλείας σε σχέση με αυτούς που ξεκίνησαν θεραπεία με αντιψυχωσικά χορηγούμενα από του στόματος σε επανεξέταση 12 μηνών
Brnabic et al. (2011) <i>Int J Clin Pract</i>	οι ασθενείς που άλλαξαν σε αντιψυχωσικά μακράς δράσης είχαν λιγότερες πιθανότητες να διακόψουν την αγωγή σε σχέση με τους ασθενείς που λάμβαναν αντιψυχωσικά χορηγούμενα από του στόματος
Zhu et al. (2008) <i>Psychiatr Serv</i>	•οι ασθενείς που λάμβαναν αντιψυχωσικά μακράς δράσης ήταν τουλάχιστον δύο φορές πιο πιθανό να παραμείνουν σε αγωγή σε σχέση με τους ασθενείς που λάμβαναν αντιψυχωσικά χορηγούμενα από του στόματος •συσχέτιση της χρήσης αντιψυχωσικών μακράς δράσης με μεγαλύτερη διάρκεια πριν τη διακοπή της αγωγής

Η παλμιτική παλιπεριδόνη μηνιαίας χορήγησης στην σχιζοφρένεια πρώιμου σταδίου – μια αναδρομική αξιολόγηση της κλινικής και λειτουργικής ανταπόκρισης διάρκειας 1 έτους (R092670SCH4041)

L Hargarter, P Bergmans, P Cherubin, A Schreiner

Hargarter et al. Ασθενείς με πρώιμου σταδίου σχιζοφρένεια έλαβαν θεραπεία με παλμιτική παλιπεριδόνη μηνιαίας χορήγησης για περίοδο 12 μηνών – μια αναδρομική μελέτη παρατήρησης, Hargarter et al. Κλινική και λειτουργική ανταπόκριση της παλμιτικής παλιπεριδόνης στην σχιζοφρένεια πρώιμου σταδίου – μια αναδρομική μελέτη παρατήρησης σε νεοδιαγνωσθέντες ασθενείς που έλαβαν θεραπεία για περίοδο 12 μηνών. Poster που παρουσιάστηκαν στο συνέδριο της EPA, 12–15 Μαρτίου 2016, Μαδρίτη, Ισπανία. Παρουσίαση e-Poster σε μορφή περιήγησης 23: Σχιζοφρένεια – Μέρος 3

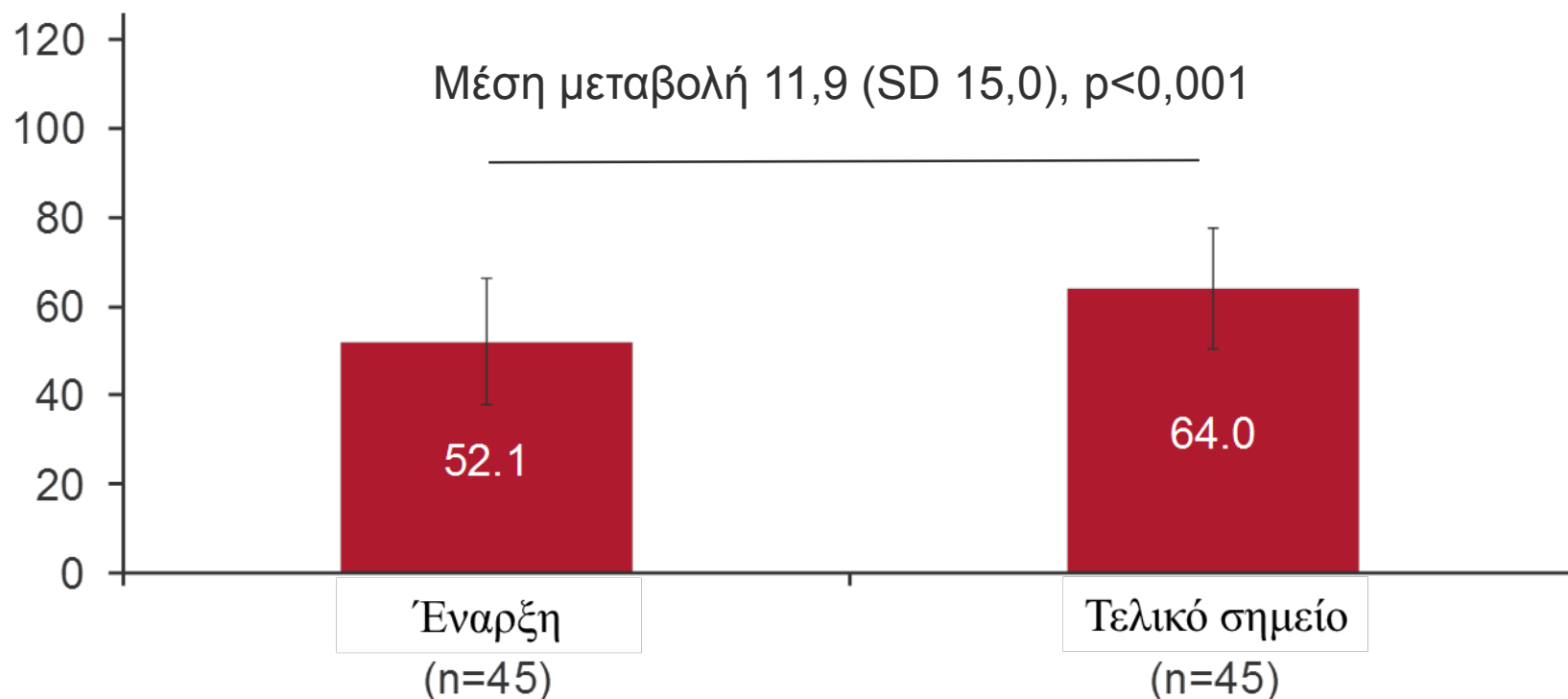
Γενικές πληροφορίες και σκεπτικό

- Οι πρόσφατες κατευθυντήριες οδηγίες προτείνουν τη χρήση LAT στα πρώιμα στάδια της σχιζοφρένειας^{1,2}
- Ωστόσο, τα δεδομένα από τη χρήση LAT σε νεοδιαγνωσθέντες ασθενείς με σχιζοφρένεια είναι περιορισμένα^{3,4}
- Η εκ νέου νοσηλεία στα πρώιμα στάδια της σχιζοφρένειας έχει αναγνωριστεί ως σημαντικός προγνωστικός παράγοντας της πτωχής έκβασης,⁵ και το κλινικό κέρδος μετά από έγκαιρη θεραπεία της ψύχωσης προοιγνώνει τη μακροπρόθεσμη έκβαση⁶
- Η μείωση της βαρύτητας των συμπτωμάτων και η βελτίωση της λειτουργικότητας είναι σημαντικοί στόχοι κατά την πρώιμη θεραπεία της σχιζοφρένειας⁷
- Επομένως, η βελτιστοποίηση της θεραπευτικής ανταπόκρισης και η παροχή συνεχούς θεραπείας με LAT ενδέχεται να οδηγήσουν σε ευνοϊκές μακροπρόθεσμες εκβάσεις, ειδικά για τους ασθενείς που βρίσκονται σε πρώιμο στάδιο της νόσου

1. Malla et al. Can J Psychiatry 2013;58(5 suppl 1):30S–35S; 2. Brissos et al. Ther Adv Psychopharmacol 2014;4:198–219; 3. Emsley et al. Early Interv Psychiatry 2013;7:247–254; 4. Emsley et al. J Clin Psychopharmacol 2008;28:210–213; 5. Juola et al. Eur Psychiatry 2013;28:263–268; 6. Cassidy et al. Schizophr Bull 2010;36:1001–1008; 7. Hasan et al. World J Biol Psychiatry 2012;13:318–378.

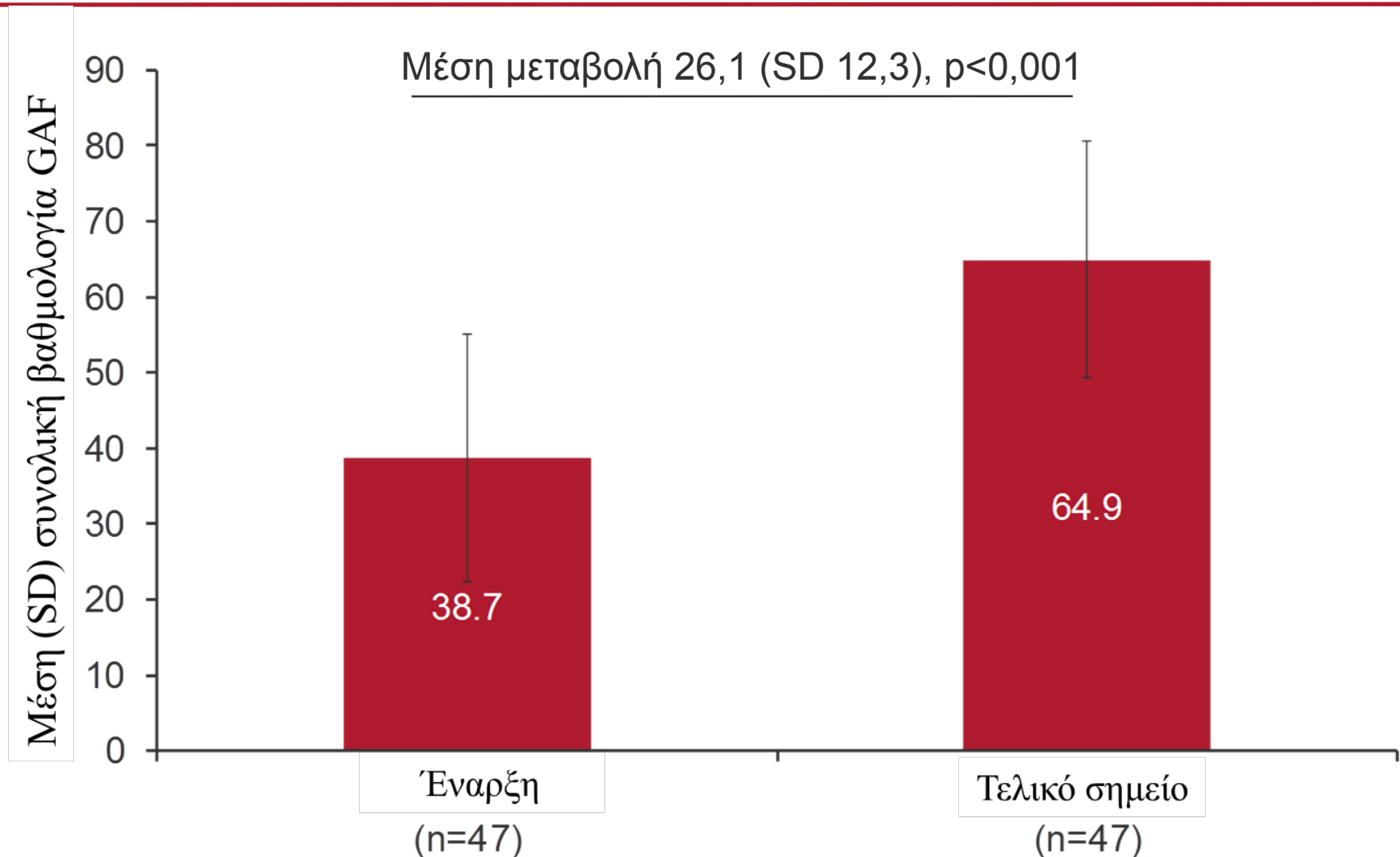
Βελτίωση λειτουργικότητας (PSP)

Μέση (SD) συνολική βαθμολογία PSP



- Στους ασθενείς όπου είχε γίνει εκτίμηση βάσει της κλίμακας PSP (n=45), η λειτουργικότητα βελτιώθηκε σημαντικά από την έναρξη έως το τελικό σημείο
- Στο 24,4% (n=11) των ασθενών υπήρξε μεταβολή στην κλίμακα PSP από βαθμολογία 31–70 κατά την έναρξη σε βαθμολογία PSP >70 (ήπια ή καθόλου λειτουργική βλάβη) στο τελικό σημείο

Βελτίωση λειτουργικότητας (GAF)



Ειδικά ζητήματα που έχουν σχέση με τη Θεραπεία

- Το φάρμακο
- Η «συμμόρφωση»
- Η θεραπευτική σχέση
- Οι ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις

Σχιζοφρένεια και «Συμμόρφωση»



**Αν η
«συμμόρφωση»
ήταν ένα απλό θέμα δεν θα
αποτελούσε πρόβλημα.....**

Χρειάζεται

**μετακίνηση από την απλή
παροχή εκπαίδευσης σε μια
ολοκληρωμένη εκπαιδευτική και
ψυχοθεραπευτική πλατφόρμα
που να αλλάζει τη
συμπεριφορά.....**





.....**Ψυχοεκπαίδευση**

Σύμφωνα με τις οδηγίες της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρείας (APA) και της Γερμανικής Εταιρείας Ψυχιατρικής, Ψυχοθεραπείας και Νευρολογίας (DGPPN), οι **ψυχοεκπαιδευτικές παρεμβάσεις πρέπει να αποτελούν βασικό μέρος του θεραπευτικού προγράμματος** για τους ασθενείς με σχιζοφρένεια και τις οικογένειές τους.

(Bauml et al., Psychoeducation: A Basic Psychotherapeutic Intervention for Patients With Schizophrenia and Their Families. Schizophrenia Bulletin. 2006;32: 1-8.)



ΨΥΧΟΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

Pilling et al. (2002) <i>Psychol Med</i>	• βελτίωση στη «συμμόρφωση» με τα φάρμακα • μείωση υποτροπών και επανανοσηλειών
Chien & Wong (2007) <i>Psychiatric Ser</i>	• βελτίωση στη λειτουργικότητα οικογενειών και ασθενών και στο βάρος φροντίδας των οικογενειών • μείωση του αριθμού και της διάρκειας επανανοσηλείας σε επανεξέταση 12 μηνών
Chien & Norman (2009) <i>Int J Nurs Stud</i>	• αύξηση γνώσης σχετικά με τη νόσο, ικανότητα αντιμετώπισης, και κοινωνικής υποστήριξης • μείωση της επιβάρυνσης
Xia et al. (2011) <i>Cochrane Database Syst Rev</i>	• μείωση της μη «συμμόρφωσης», υποτροπών, και επανανοσηλειών • βελτίωση κοινωνικής και γενικής λειτουργικότητας, ικανοποίησης με τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας, και ποιότητας ζωής
Bisbee & Vickar (2012) <i>Psychiatric Annals</i>	• βελτίωση στην κατανόηση της νόσου από τον ασθενή και στη «συμμόρφωση» με τη θεραπεία • μείωση καθυστέρησης στην αναζήτηση θεραπείας
Calvo et al. (2014) <i>J Am Acad Child Adolesc Psychiatry</i>	• μείωση επισκέψεων στο τμήμα επειγόντων και μείωση αρνητικών συμπτωμάτων

Μεταβλητές συσχετιζόμενες με την «Συμμόρφωση»

Χαρακτηριστικά φαρμάκου

- Αποτελεσματικότητα
- Ανεπιθύμητες ενέργειες
- **Τρόπος χορήγησης**
- Συχνότητα δόσης
- Οικονομικό κόστος / Προσβασιμότητα

Μεταβλητές συσχετιζόμενες με την «Συμμόρφωση»

Χαρακτηριστικά Θεραπείας

- Θεραπευτική συμμαχία
- Συχνότητα και Διάρκεια Θεραπείας
- Προσβασιμότητα σε υπηρεσίες
- Ικανότητα παρακολούθησης της «συμμόρφωσης»
- Αξιολόγηση εμποδίων στη «συμμόρφωση»
- **Παροχή ψυχοεκπαίδευσης**
- **Διαθεσιμότητα ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων από κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό**
- **Προσβασιμότητα σε εναλλακτικούς τρόπους χορήγησης (π.χ. μακράς δράσης ενέσιμα αντιψυχωσικά)**



Αν

η «συμμόρφωση»

**ήταν ένα απλό θέμα δεν θα αποτελούσε
πρόβλημα...**

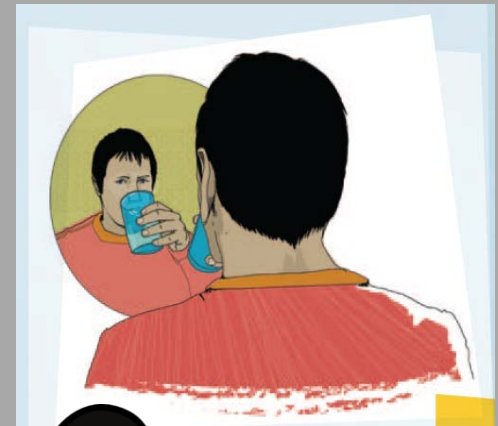


Πρόκληση για τον ψυχίατρο....

Ειδικά ζητήματα που έχουν σχέση με τη Θεραπεία

- **Το φάρμακο**
- **Η «συμμόρφωση»**
- **Η θεραπευτική σχέση**
- **Οι ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις**

Η αξία της θεραπευτικής σχέσης



Η θεραπευτική σχέση είναι

ο απαραίτητος αγνοούμενος κρίκος
ανάμεσα στο **φάρμακο** και τον **ασθενή**



Ειδικά ζητήματα που έχουν σχέση με τη Θεραπεία

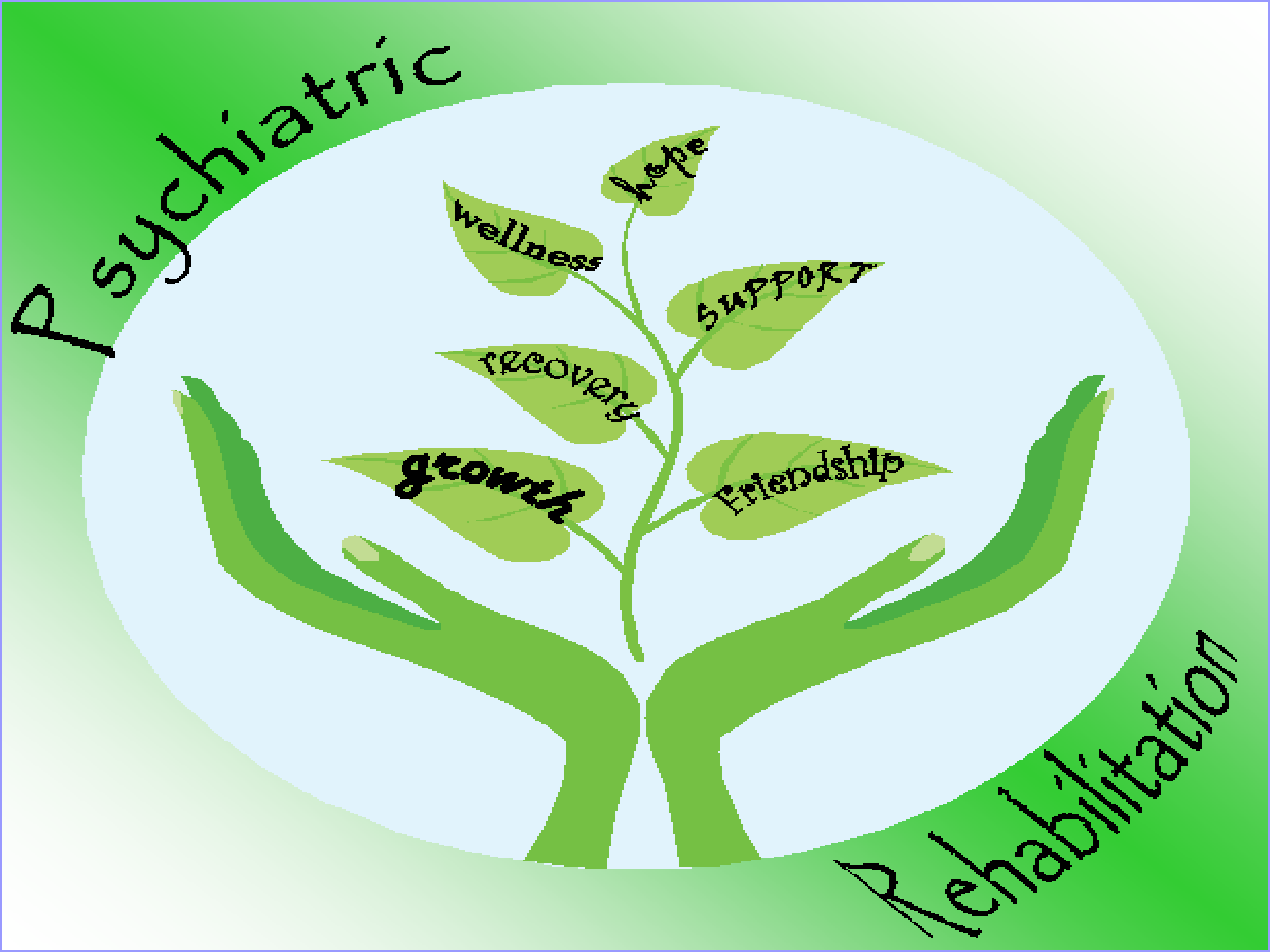
- **Το φάρμακο**
- **Η «συμμόρφωση»**
- **Η θεραπευτική σχέση**
- **Οι ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις**

Ψυχοκοινωνικές Παρεμβάσεις για τον ασθενή και την οικογένεια

- Ψυχοεκπαίδευση**
- Γνωσιακή αναδόμηση**
- Εκπαίδευση σε δεξιότητες**
- Γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία**
- Διαχείριση του στρες**
- Θεραπεία οικογένειας**
- Ομαδικές θεραπείες**



Σε ποιο πλαίσιο ;



Psychiatric

wellness

hope

SUPPORT

recovery

growth

friendship

Rehabilitation

«...Μέχρι τη δεκαετία του '70, ίσως και του '80 ακόμα, δεν ρωτούσαμε τους ασθενείς μας τι είναι αυτό που χρειάζονται και αυτό γιατί πιστεύαμε ότι το γνωρίζουμε.

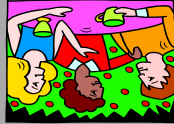
Σήμερα, ρωτώντας τους τι είναι αυτό που πιστεύουν ότι θα τους βοηθήσει μας απαντούν: **μια δουλειά, μια σχέση, ένα δικό τους σπίτι, μια ανεξάρτητη ζωή...**

Πράγματα δηλαδή, που ο καθένας μας χρειάζεται για να έχει ποιότητα ζωής».

Prof. W. Antony

Διευθυντής του Κέντρου Ψυχιατρικής Αποκατάστασης της Βοστώνης

Η ζωή ενός ανθρώπου



Φιλία



Ελεύθερος
χρόνος



Εκπαίδευση



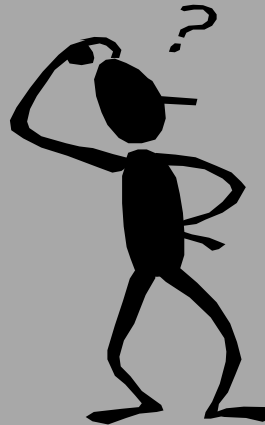
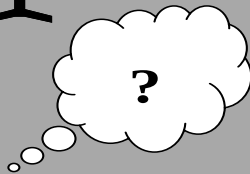
Σχέσεις



Χρήματα



Διακοπές



Υγεία



Σπίτι



Με ποιόν να
ζήσω;





Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση

«...Υπάρχουν πολλές πλευρές στη φροντίδα της ψυχικής ασθένειας.

Θεραπεία θεωρείται συνήθως ότι είναι μια δράση σχεδιασμένη για να θεραπεύσει μια νόσο ή να μειώσει τα συμπτώματά της.

Η **αποκατάσταση**, από την άλλη πλευρά, ορίζεται συνήθως ως η δράση που σκοπεύει να μειώσει τις αρνητικές επιδράσεις της νόσου στην **καθημερινή ζωή και τη λειτουργικότητα του ατόμου.**»

Pratt C.W. et al., Psychiatric Rehabilitation, 1999

«...για το άτομο που βιώνει μια σοβαρή ψυχική ασθένεια, η διαφορά μεταξύ θεραπείας και αποκατάστασης δεν είναι τόσο σαφής. Κάποιοι επαγγελματίες πιστεύουν ότι είναι λάθος να γίνεται διάκριση μεταξύ της θεραπείας της ψυχικής ασθένειας και της διαδικασίας της αποκατάστασης. Κάποιοι άλλοι θεωρούν ότι η ίδια η διαδικασία της αποκατάστασης έχει μια θετική επίδραση στη νόσο. Σχεδόν όλοι όμως οι σύγχρονοι θεραπευτές πιστεύουν **ότι η θεραπεία και η αποκατάσταση είναι συμπληρωματικές διαδικασίες, η μία αναπόσπαστη από την άλλη».**

Pratt C.W. et al., Psychiatric Rehabilitation, 1999

ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Η ψυχοκοινωνική αποκατάσταση (ΨΚΑ) είναι μια διαδικασία η οποία διευκολύνει τις ευκαιρίες για άτομα - με έκπτωση της λειτουργικότητας, ανικανότητα ή αναπηρία λόγω ψυχικής διαταραχής - να επιτύχουν ένα όσο το δυνατό καλύτερο επίπεδο ανεξάρτητης λειτουργίας στην κοινότητα.

Συναινετική Διακήρυξη για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση (ΠΟΥ)

ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Η Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση (ΨΚΑ) έχει ως κύριο στόχο να βοηθήσει τα άτομα με χρόνια και σοβαρή ψυχική διαταραχή να αυξήσουν τη λειτουργικότητά τους, ούτως ώστε να είναι ικανοποιημένα στο περιβάλλον της επιλογής τους με τη μικρότερη δυνατή παρέμβαση από τους ειδικούς.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

1. **Εξατομίκευση όλων των παρεχόμενων υπηρεσιών**
2. **Μεγιστοποίηση της εμπλοκής του ασθενή και σεβασμός στις προτιμήσεις και τις επιλογές του**
3. **Υπηρεσίες που παρέχονται στην κοινότητα**
4. **Έμφαση στην ενίσχυση των δυνατοτήτων**
5. **Ενσωμάτωση της θεραπείας –αποκατάστασης, ολιστική προσέγγιση**
6. **Έμφαση στην εργοθεραπεία**
7. **Εκπαίδευση σε δεξιότητες**
8. **Τροποποίηση του περιβάλλοντος και στήριξη**
9. **Συνεργασία με την οικογένεια**
10. **Έμφαση στην εκτίμηση, την αξιολόγηση και τον προσανατολισμό της παρέμβασης**

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

- **Αυτοπροσδιορισμός του ατόμου**
- **Κάθε άτομο μπορεί να μάθει και να αναπτυχθεί**
- **Σεβασμός της αξιοπρέπειας και της προσωπικής αξίας του κάθε ατόμου**
- **Αισιοδοξία, ελπίδα**



Ανάπτυξη

“Recovery” – Δύο Προσεγγίσεις

- **Μια καλή πρακτική στην ψυχοκοινωνική αποκατάσταση;**
- **Κάτι εντελώς διαφορετικό;**

SAMHSA's WORKING DEFINITION OF RECOVERY



10 GUIDING PRINCIPLES
OF RECOVERY

Η έννοια του Recovery

Σύνθετη και διαρκώς εξελισσόμενη

Χιλιάδες δημοσιεύσεις...

Εκατοντάδες βιβλία...

Δεκάδες ορισμοί...

προκαλούν σύγχυση και ρευστότητα αναφορικά με την ουσιώδη κατανόηση του όρου και την εφαρμογή του στην πράξη...

ΟΡΙΣΜΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

- Η σταδιακή **αποκατάσταση** της υγείας μετά από ασθένεια
Μπαμπινιώτης (2002)
- Η ανάρρωση αναφέρεται στην πραγματική εμπειρία ζωής των ατόμων που **αποδέχονται** και υπερβαίνουν την πρόκληση της μειονεξίας τους.
Pat Deegan (1988)
- Μια βαθιά προσωπική, μοναδική διαδικασία αλλαγής της στάσης ζωής ενός ατόμου και των ρόλων του.
Η ανάρρωση προϋποθέτει την **ανάπτυξη ενός νέου νοήματος** και σκοπού της ζωής ενός ατόμου, όπως αυτός αναπτύσσεται πέρα από τις καταστροφικές επιπτώσεις της ψυχιατρικής μειονεξίας.
William Anthony (1993)

ΟΡΙΣΜΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

- Μία διαδικασία μέσα από την οποία άτομα με ψυχιατρικές μειονεξίες ξανακτίζουν τη ζωή τους και αναμετρώνται με τα καταστροφικά αποτελέσματα της αρρώστιας τους, του στίγματος και των διακρίσεων μέσα από **διαδικασίες ενδυνάμωσης**.

Spaniol & Koehler (1994)

- Μια διαδικασία θετικής προσαρμογής στην ασθένεια και την αναπηρία, στενά συνδεδεμένη με την **αυτογνωσία** και μια αίσθηση ενδυνάμωσης.

US New Freedom Commission on Mental Health (Hogan 2003)

ΟΡΙΣΜΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

- Ανάρρωση είναι να έχεις τη δυνατότητα να ζήσεις μια ικανοποιητική και γεμάτη νόημα ζωή, όπως αυτό ορίζεται από κάθε άνθρωπο, είτε παρουσία είτε ελλείψει συμπτωμάτων. Έχει να κάνει με **το να έχεις τον έλεγχο στην ίδια σου τη ζωή**. Η ανάρρωση του καθενός, όπως και η εμπειρία του με την ψυχική, είναι μοναδική και εις βάθος προσωπική διαδικασία.

Scottish Recovery Network (www.scottishrecovery.net)

- Η ανάρρωση δεν έχει να κάνει με το να βρίσκεις μια θαυματουργή θεραπεία ή με το να επιστρέφεις στο «όπως ήταν κάποτε τα πράγματα». Έχει να κάνει με το να αποκτάς μια πιο χαρούμενη, πιο υγιή, πιο ανεκτή ζωή που αναγνωρίζει το παρελθόν, αποδέχεται τους περιορισμούς του παρόντος και είναι γεμάτη **ελπίδα** για το μέλλον.

Simon Heyes (2005)

ΟΡΙΣΜΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

- Μια διαδικασία αλλαγής μέσω της οποίας τα άτομα βελτιώνουν την υγεία και ευεξία τους, ζουν μια **αυτο-κατευθυνόμενη ζωή** και προσπαθούν να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2011)

- Ανάρρωση σημαίνει περισσότεροι άνθρωποι να έχουν μια καλή **ποιότητα ζωής** – μεγαλύτερη ικανότητα να διαχειριστούν τις ζωές τους, ισχυρότερες κοινωνικές σχέσεις, μια δυνατότερη αίσθηση του σκοπού τους στη ζωή, τις ικανότητες που χρειάζονται για να επιβιώσουν και να εργαστούν, βελτιωμένες πιθανότητες για εκπαίδευση, καλύτερα ποσοστά απασχόλησης και ένα κατάλληλο και σταθερό μέρος για να μένουν.

Department of Health (2011)

ΟΡΙΣΜΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

- Για πολλούς ανθρώπους, ανάρρωση είναι η διαδικασία δημιουργίας μιας νέας αίσθησης του εαυτού, του προορισμού στη ζωή και της ελπίδας.

Είναι ένα ταξίδι για το άτομο και για όσους το στηρίζουν να οικοδομήσει έναν ικανοποιητικό και όσο το δυνατόν πιο **αυτόνομο τρόπο ζωής**.

Επίκεντρο της ανάρρωσης είναι η **ανθεκτικότητα**, η οποία επιτρέπει στις ατομικές δυνάμεις και στις στρατηγικές αντιμετώπισης προβλημάτων να παραμένουν στην επιφάνεια παρά τις αντιξοότητες.

Royal College of Psychiatrists (2012)

ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΝΝΟΙΑ ΤΗΣ «ΑΝΑΡΡΩΣΗΣ»: ΜΙΑ ΛΕΞΗ, ΤΡΕΙΣ ΕΡΜΗΝΕΙΕΣ, ΠΕΝΤΕ ΧΡΗΣΕΙΣ

- **Η ανάρρωση** συχνά εκλαμβάνεται ως μια φυσική διαδικασία ίασης και μια προσέγγιση στη θεραπεία
- **Κλινική ανάρρωση** – ανάρρωση από συμπτώματα και δυσκολίες ως ανταπόκριση σε αποτελεσματική φροντίδα και θεραπεία
- **Προσωπική ανάρρωση** – ανάρρωση από συγκεκριμένο παθολογικό τρόπο ζωής, συνδεόμενο με μια προσωπική δέσμευση προσπάθειας για αλλαγή
- **Προσεγγίσεις και υπηρεσίες προσανατολισμένες στην ανάρρωση** – φροντίδα, υποστήριξη και εξειδικευμένες πρακτικές που υλοποιούνται από προσωπικό με κατάλληλα προσόντα και δεξιότητες στην ανάρρωση.
- **Το κίνημα της ανάρρωσης** – Ένα εγχείρημα συνεργασίας ατόμων σε ανάρρωση, επαγγελματιών υγείας και πολλών άλλων με στόχο την εξέλιξη και το μετασχηματισμό των υπηρεσιών ψυχικής υγείας.

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΕ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΕΝΕΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

Κατανόηση από όλους τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας για:

- Την προέλευση και τις κατευθυντήριες αρχές της ανάρρωσης
- Τις προσωπικές σκέψεις και τις βιωματικές εμπειρίες ανάρρωσης
- Τη σημασία της γλώσσας που επιτρέπει και υποστηρίζει την ανάρρωση
- Τις προκλήσεις που θέτει η προσέγγιση της ανάρρωσης στην πράξη (Ρεαλισμός και ανάρρωση: είναι εφικτή/δυνατή για όλους;)

ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΚΑΙ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

«Ασθενείς», «Πελάτες», «Εξυπηρετούμενοι», «Χρήστες υπηρεσιών», «Πάσχοντες», «Ειδικοί εκ πείρας»,...

Αυτό που ενώνει τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας με θεωρητικό προσανατολισμό την ανάρρωση είναι η προσπάθεια να υποστηρίξουν τους χρήστες των υπηρεσιών **να ανακτήσουν μια αίσθηση δύναμης**, να τους επιτρέψουν να πάρουν πίσω τον έλεγχο της ζωής τους.

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΕ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΕΝΕΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΡΡΩΣΗ

Δεξιότητες για τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας:

- Δημιουργία ζεστού και φιλόξενου κλίματος
- Υποστήριξη της αυτοδιαχείρισης: χρήση εργαλείων και πλαισίων
- Ενίσχυση δυνατών σημείων και προσπάθεια επίτευξης προσωπικών στόχων
- Επίτευξη αυτο-καθοδήγησης και ελέγχου: εξατομίκευση και προσωπικός απολογισμός
- Έργο με υποστήριξη από άλλους συναδέλφους
- Εκπαιδευτική υποστήριξη με στόχο την προσωπική ανάρρωση
- Ενοποίηση όλων: Προσανατολισμένος στην ανάρρωση σχεδιασμός φροντίδας
- Ανάπτυξη δικτύου φυσικής υποστήριξης και προώθησης της κοινοτικής συμμετοχής

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΡΡΩΣΗ: ΜΙΑ ΣΥΝΘΕΣΗ

- A.** Το κίνημα της ανάρρωσης καθοδηγείται από βασισμένες στην εμπειρία γνώσεις, οι οπτικές των οποίων προσφέρουν επιπλέον προκλήσεις στις σύγχρονες πρακτικές αποκατάστασης. Όπως:
- i) Φιλοδοξία να εξαλείψουν τον εξαναγκασμό, την απομόνωση και τον περιορισμό και να μειώσουν προοδευτικά τα υποχρεωτικά μέτρα
 - ii) Επικέντρωση στη «βιωματική εμπειρία» και την αμοιβαία υποστήριξη
 - iii) Αλλαγή από την έμφαση στη θεραπεία στην παροχή υποστήριξης και εκπαίδευσης σε δεξιότητες καθημερινής ζωής και ανεξάρτητης διαβίωσης
 - iv) Δημιουργία πιο ουσιαστικών ευκαιριών προκειμένου να αποκτήσουν τα άτομα τη δυνατότητα να κάνουν συνειδητές επιλογές στη θεραπεία τους

(Ashcraft &Anthony, 2008; Baker et al, 2013; Perkins et al, 2012; Roberts et al, 2008)

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΡΡΩΣΗ: ΜΙΑ ΣΥΝΘΕΣΗ

- Β.** Το κίνημα της ανάρρωσης δίδει συλλογικό ενδιαφέρον στην ανάρρωση ως τον **καθοδηγητικό σκοπό** των υπηρεσιών ψυχικής υγείας και **ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης**

(Repper & Perkins, 2003; Care Services Improvement Partnership et al, 2007; Roberts & Hollins, 2007).

- Γ.** Το κίνημα της ανάρρωσης δίδει **αυξανόμενη έμφαση στη σπουδαιότητα των βασικών αρχών της αποκατάστασης**, δηλαδή της επιλογής, της ευκαιρίας, της ελπίδας, του αυτο-καθορισμού, της κοινωνικής ένταξης και της εξατομίκευσης ως πρωταρχικών μεσολαβητών της ευεξίας.

(Slade, 2009)

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΡΡΩΣΗ: ΜΙΑ ΣΥΝΘΕΣΗ

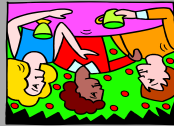
- Δ.** Οι συνδέσεις μεταξύ του κινήματος της ανάρρωσης και της ψυχιατρικής αποκατάστασης είναι άφθονες και εμφανείς.

Κατ' ουσίαν όλες οι καινοτομίες στην ανάρρωση έχουν προέλθει από το υπόβαθρο της αποκατάστασης (π.χ. Bill Anthony, Larry Davidson, Mike Slade, Geoff Shepherd, Julie Repper και Rachel Perkins).

Οι πρακτικές της αποκατάστασης αποτελούν τη πλατφόρμα δοκιμών για πολλές καινοτομίες στην ανάρρωση και υπογραμμίζουν την ανάγκη εφαρμογής «ενός κοινού σκοπού» μεταξύ τους

(Care Services Improvement Partnership et al, 2007; Roberts & Boardman 2014)

Η ζωή ενός ανθρώπου



Φιλία



Ελεύθερος
χρόνος



Εκπαίδευση



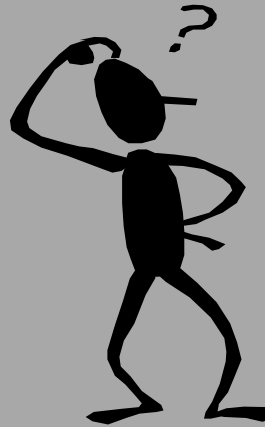
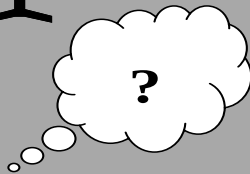
Σχέσεις



Χρήματα



Διακοπές



Υγεία



Σπίτι



Με ποιόν να
ζήσω;





ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!