

PROGRAM



Firma FOKUS Tábor uskutečnila **10.10.2017 ve třídě KČ1** vzdělávací program primární prevence pro školy.

Záměrem tohoto programu je působit preventivně na vznik duševních onemocnění u dospívajících pomocí interaktivního zážitkového workshopu a zároveň v nich probudit porozumění vůči lidem s duševním onemocněním.

Program **Blázníš? No a!** je založený na otevřeném dialogu studentů s moderátorem a „experty na vlastní věci“ – lidmi, kteří mají vlastní zkušenost s duševním onemocněním a psychiatrickou péčí. Tématem diskuse jsou psychická krize a štěstí, vlastní životní zkušenosti studentů, onemocnění a léčba, jak a kde najít pomoc v obtížné životní situaci, naděje a možnosti podpory, proč lze vnímat psychické problémy i jako příležitost a jiné.

Program je realizován v rámci projektu SPOLEČNĚ, číslo CZ.11/MGS/051, podpořeného z Norských fondů program CZ11, Iniciativy v oblasti veřejného zdraví.

Více o projektu na www.fokustabor.cz; www.fokus-cb.cz



O programu:

„ Mít duševní poruchu? To se mi přece nemůže stát!“

To si myslí většina lidí, ale fakt a hovoří sama za sebe: každý čtvrtý člověk zažije jednou ve svém životě psychickou krizi. Deprese, schizofrenie stejně jako úzkostné a obsedantní poruchy jsou podle WHO „masové choroby“, a přesto se o duševních onemocněních stále ještě nemluví. Strach z možnosti vlastního psychického onemocnění nebo z toho, že se dostaneme do „blázince“, je stejně silný jako obava z integrace duševně nemocných do společnosti. Přitom to není sama nemoc, která nahání strach. Jsou to více představy, které s psychickými onemocněními a s „institucí“ psychiatrie spojuje, představy, které stigmatizují, vyčleňují nemocného ze života.

Lidé stojící mimo společnost?

Duševní poruchy mohou postihnout každého člověka – děti, mladé lidi a stejně tak dospělé. Duševní poruchy mění lidi tím, že ovlivňují citění, myšlení, náladu a chování. Tomu, kdo svým chováním vybočuje z normy, se společnost vyhýbá a v nejhorším případě se jim cítí být ohrožena. Duševní poruchy vedou k osamělosti, vždyť téměř nikdo se neodvážá o nich otevřeně hovořit. Lidé s duševními poruchami trpí předsudky, strachem a nesprávným hodnocením od společnosti: jsou diskriminováni a vyčleňováni. To je stejně zatěžující jako samotné onemocnění a zabraňuje jim to stát se rovnoprávnými členy společnosti. Strach ze společenského kontaktu ještě zesilují často zkreslené zprávy v médiích. Popravdě, kdo ví, jak lidé s duševními poruchami skutečně žijí?

Anja M., nemocná schizofrenií:

„Mnozí lidé nechápou, že se jedná o chorobu. Říkají: nedokážeš držet svoje myšlenky a lépe pod kontrolou? Většinou odpovídám: ani virus, rakovinové buňky nebo zlomená noha se nedají kontrolovat.“

„Blázníš? No a!“ – speciálně pro dospívající!

Dospívání je často bouřlivé období. Objevují se první traumata, nezvládnuté partnerské vztahy a vztahy s rodinou, problémy s vlastní identitou, závislostí a experimenty s drogami – to vše jsou situace s potenciálem vzniku psychické krize. **Dospívání je také obdobím, kdy propukají až 2/3 vážných psychických onemocnění.** Nezvládnuté psychosociální krize jsou i jednou z důležitých příčin rostoucího výskytu sebevražedného chování mladých lidí. Neinformovanost a předsudky jsou hlavní příčinou toho, proč lidé nevyhledají včas odbornou pomoc. Proto se prevence a péče o duševní zdraví stává jednou z priorit Světové zdravotnické organizace, Evropské unie i České republiky.

Program „Blázníš? No a!“ se obrací na 15 až 20 leté mladistvé, tedy lidi, kteří jsou v jednom z nejrizikovějších období ve vztahu k možnosti onemocnět psychickou chorobou. Obrací se na dospívající, protože pro ně jsou otázky života a vlastní identity důležitým tématem. Tato zvědavost a ochota zabývat se vlastními pocity a životními zkušenostmi dává šanci zabývat se i duševním zdravím. Mnozí mladiství již také zažili, jaké to je ztratit duševní rovnováhu.