



AKADEMIJA  
OPORAVKA



Klinika za psihijatriju Vrapče  
University Psychiatric Hospital Vrapče



# AKADEMIJA OPORAVKA

U Akademiji oporavka udruženim snagama potičemo oporavak osoba s poteškoćama mentalnog zdravlja.



Akademija oporavka koprodukcijски je edukacijski program o oporavku koji zajednički provode stručnjaci u području mentalnog zdravlja, stručnjaci s iskustvom mentalnog poremećaja (peer workeri) i članovi obitelji osoba s iskustvom mentalnog poremećaja kao voditelji grupa samopomoći za obitelji.

Očekujemo da će program pridonijeti boljoj podršci i boljim ishodima liječenja za osobe s poteškoćama mentalnog zdravlja.

- Osobe s iskustvom mentalnog poremećaja stečena znanja koristit će u svojem procesu oporavka
- Stručnjaci u području mentalnog zdravlja stečena znanja koristit će u liječenju osoba s iskustvom mentalnog poremećaja i za bolju suradnju s članovima njihovih obitelji
- Članovi obitelji osoba s iskustvom mentalnog poremećaja nova znanja koristit će i za bolju podršku osobama s iskustvom mentalnog poremećaja u svojoj obitelji i za prevenciju vlastitog sagorijevanja

Oporavljena osoba osjeća se osnaženo, oslobođena je stigme i za nju bolest nije središnji dio života. Oporavljena osoba ima ciljeve koje želi ostvariti u različitim područjima života i uključena u zajednicu nastoji voditi ispunjen život.

U radionicama Akademija oporavka razgovaramo o temama važnima za oporavak osoba s iskustvom mentalnog poremećaja

- Sveobuhvatno razumijevanje mentalnog zdravlja, bolesti i oporavka
- Principi oporavka i poštivanja ljudskih prava
- Informacije u liječenju i pristanak na liječenja
- Individualni plan liječenja i bio-psiho-socijalni postupci liječenja
- Prevencija ponovne epizode bolesti
- Izrada osobnog plana oporavka
- Podrška stručnjaka po iskustvu – peer podrška
- Povećanje otpornosti na stres
- Vježbanje socijalnih vještina
- Plan prevencije suicidalnog ponašanja
- Plan prevencije agresivnog ponašanja
- Mreža podrške i socijalna uključenost
- Otklanjanje stigme i postupanje s diskriminacijom
- Savjeti za zdrav način života
- Savjeti za aktivno sudjelovanje u vlastitom oporavku
- Poboljšanje komunikacije između stručnjaka, osoba s iskustvom mentalnog poremećaja i članova obitelji
- Poboljšanje komunikacije u obitelji i zaštita od sagorijevanja

**ZAJEDNO DO OPORAVKA!**