

# VRSTNIŠKA POMOČ NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA NA NIZOZEMSKEM – II.

Delegacija slovenskega projekta Slišanje glasov je šla v aprilu 2020 na obisk na Nizozemsko k organizaciji MET ggz. To je organizacija, ki v delu države (Maastricht, Roermond in okolica) zagotavlja storitve na področju duševnega zdravja. V junijski številki Kraljev smo poročali o vsebini prvega dne obiska, tokrat pa poročamo o vsebini drugega dne.

Ta dan smo odšli v mesto Utrecht obiskat Enik Recovery College (glej [https://www.youtube.com/watch?v=fKM-EZ9Q-mc&tab\\_channel=EnikRecoveryCollege](https://www.youtube.com/watch?v=fKM-EZ9Q-mc&tab_channel=EnikRecoveryCollege)). Vzpostavili so ga pred sedmimi leti, danes pa je to največji center, ki ga vodijo izključno ljudje z lastno izkušnjo duševnih stisk. Njihovo izhodišče je – za razliko od prej omenjenega delovanja vrstniške podpore v MET ggz –, da mora biti vrstniška podpora popolnoma neodvisna od psihiatrije in drugih strok. Ogledali smo si le eno od več lokacij te organizacije. Financira jo občina, ki je z Enikom podpisala pogodbo za izvajanje dejavnosti za kar devet let.

Enik je sestavljen iz štirih nosilnih dejavnosti. To so: recovery college, retreat, skupno življenje in socialni center. V zadnjih dveh letih je prišlo v stik z Enikom okoli 2000 ljudi. Recovery college je program, ki združuje okoli 300 izobraževalnih modulov/skupin. Vse skupine vodijo in jih tudi zasnujejo vrstniški pomočniki. V program človek ne pride kot »pacient« ali kaj podobnega, temveč kot »učenec«. Gre namreč za skupine, v katerih člani predelujejo svojo izkušnjo, se krepijo na svoji poti okrevanja in podobno. Vsako skupino povezujejo dva vrstniška pomočnika, pogosto pa se zgodi, da se člani skupin sčasoma odločijo voditi kakšno skupino, katere temo določijo sami, saj je pomembna zanje in želijo svoje znanje deliti z drugimi. Enik organizira tudi izobraževanje za ljudi, ki vodijo/povezujejo skupine.

Retreat je program, ki zagotavlja 14 sob za enotedenski odmik, oddih. Poleg bivanja Enik v retreatu ponudi tudi program, ki je vsakič najavljen vnaprej in se osredotoča na neko temo (že omenjeni WRAP, izkušnje s travmami, delo s telesom ...). Od 14 sob je ena namenjena ljudem, ki si želijo zgolj oddih in ne tudi programa.

Skupno življenje je del Enika, ki prinaša tudi dodatni vir financiranja. Na voljo je 14 sob za najem, ki jih ponujajo študentom. S tem se Enik odziva na stanovanjsko stisko študentov in si hkrati zagotovi dodatna sredstva. Obstajata dva pogoja, da kot študent dobiš sobo v Eniku. Prvič, ne smeš biti študent kakšne smeri pomoči ljudem. To pravilo na Eniku jemljejo zelo resno, saj se želijo ograditi od kakršne koli prevlade (tudi prihodnjih) strokovnjakov po poklicu nad njimi. Drugič, na Eniku študente povabijo v prostovoljno delo za organizacijo. Ta del Enika se je izkazal za še posebej zanimivega, saj odpira vezi z mladimi, s tem pa se nakazujejo nova potencialna področja Enikovega dela.

Socialni center je najpomembnejši del Enika. V centru imajo kavarno, jedilnico s kuhinjskimi obroki, velik prostor za »henganje«, zunaj je prostor za živali (videli smo vsaj enega pujsa, verjetno imajo živali še več). Skratka, socialni center je prostor srečevanja. Mnogokrat točka, kjer se Enik prvič sreča z novim članom in kjer ga lahko obvestijo o svojih dejavnostih. Ključna usmeritev, ki se je držijo v centru, je sprejemanje (angl. *hospitality*). Tudi vodje Enika pravijo, da si ne morejo privoščiti, da ne bi v centru prebili vsaj majhnega dela dneva, saj ga

razumejo kot ključni del delovanja organizacije. V socialnem centru velja prepoved uživanja drog in alkohola. Če kdo tega ne spoštuje, se najprej povežejo z njim, ga spomnijo na pravilo in ga povabijo ven. Spomnijo ga tudi, da je jutri spet dobrodošel. Ključne ideje, ki vodijo Enik, so: upanje, vzajemnost, enakost, vključevanje. Pri tem izhajajo iz lastnih izkušenj hospitalizacije in nasploh vključenosti v uradni sistem pomoči, kjer je marsikdo bil popredmeten, zato ustvarjajo svoj prostor, ki želi to preseči. Pozorni so tudi na jezik, ki ga uporabljajo, saj želijo, da spodbuja okrevanje in ljudi ne označuje, onemogoča. Naš gostitelj je med drugim povedal osebno zgodbo o tem, kako je iskal psihiatra, ta zgodba pa po naše priča o tem, kako se lahko človek zelo okrepi za soočanje s strokovnjaki duševnega zdravja. Ko namreč ni bil zadovoljen s svojim psihiatrom, je iskal naprej in našel psihiatrinjo, ki se mu je zdela v redu. Napisal ji je mail, v katerem ji je sporočil, kaj vse želi od nje. Ko je odpisala in rekla, da misli, da bi rada poskusila, sta začela sodelovati. Zaposleni v Eniku ne sodelujejo s strokovnjaki duševnega zdravja v psihiatričnih timih in podobno. Poudarjajo, da naj psihiatrija dela po svoje, oni pa morajo stati na svojih nogah in ponujati svoj program popolnoma neodvisno. Pri tem so zelo vztrajni in natančni: če jih kak strokovnjak pokliče in povabi, da bi delali z »uporabnikom«, rečejo, da na teren ne bodo šli skupaj, temveč jih povabijo v center, kjer lahko kaj spijsajo ali pojejo ali pa se preprosto družijo in delajo kaj skupaj. Strokovnjaki po poklicu se lahko udeležijo skupin oz. izobraževalnih modulov, a jih pri tem pozovejo, naj se jih udeležijo kot ljudje (s svojimi osebnimi izkušnjami) in ne kot strokovnjaki.

Pri stikih z »uporabniki« so vrstniški pomočniki drugačni od drugih strokovnjakov. Če jih kdo kliče ob 11.00 zvečer, se sami odločijo, ali se bodo oglasili. Izhajajo namreč iz vzajemnosti odnosa, ki je pri drugih strokovnjakih težji ali pa nemogoč. Skušajo pomagati, a pri tem tudi paziti na lastno okrevanje. Naš gostitelj se je spomnil, kako je ena izmed oseb, ki jim je pomagal, opisala sodelovanje z njim: »On ne pričakuje nič od mene, le z mano je in poslušaj.«

Na Nizozemskem vrstniške podporne delavce zaposluje zelo veliko organizacij. Samo organizacija MET ggz jih zaposluje več kot 70! Vrstniški pomočniki imajo svoje mesto v sistemu duševnega zdravja (kot npr. v organizacijah, kot je MET ggz), sčasoma pa so si ustvarili tudi svoje avtonomne prostore, kot je Enik.

Veliko njihovega dela je prostovoljnega, vendar je prostovoljstvo tudi odskočna deska za plačano delo v funkciji vrstniškega pomočnika (s plačo, primerljivo plači socialnega delavca). Vzpostavljen imajo sistem usposabljanja, ki je na začetku prepuščen vsaki organizaciji posebej, zaposlitve pa navadno pogojujejo z nacionalno priznanim izobraževalnim programom, ki je podoben programu socialnega dela.

Kaj si misli o vsem tem s perspektive Slovenije, ki plačanega vrstniškega dela skorajda ne pozna? Ker je to področje pri nas še pretežno nerazvito, je bil obisk Nizozemske za nas informativen in bo, upajmo, okreplil naša prizadevanja za razvijanje vrstniške podpore.

Juš Škraban in Nika Cigoj Kuzma