

CARe Europe seminar Budapest, märts 2012

**Triin Vana
EPRÜ/ Tallinna Vaimse Tervise Keskus**



CARE EUROPE

- <http://www.thecareeurope.com>
- 2011 sügisel loodud rahvusvaheline võrgustik-organisatsioon, mille eesmärk on tugevdada psühhosotsiaalse rehabilitatsiooni ja taastumisele suunatud lähenemist vaimse tervise valdkonnas ja hoolekandes. Elavdada CARE mõtlemist ja printsiipe. Ja seda mitte ainult klienditöös vaid ka professionaalide inspireerimisel ja koolitamisel.
- CARE Europe – rahvusvaheline professionaalide ja aktivistide kogukond, kes töötavad PSR ja kogukonnateenuste alal.



CARE EUROPE

- Algas TEPLA programm ja STORM Rehabilitation 1999-2002
- kuuluvad erinevad maad, kes kasutavad oma töös CARE metodoloogiat ja/või on huvitatud sellest
- Juhatusse kuuluvad esindaja igalt maalt (Eestis Triin ja Külli) ja metodoloogia loojad **Jean Pierre Wilken ja Dirk den Hollander**



CARE EUROPE 6 TUGISAMMAST:

1. CARE koolitused

- teenuse osutajatele, on-line konsultatsioon ja e-õpe, ülikoolidele koolitusprogramm, tulevikus võimalik magistripogramm

2. Toetus ja konsultatsioon

- Eriti maadele kus PSR ei ole veel tugev

3. Uurimustöö

4. Poliitika arendamine

5. Advocacy

6. Koostöö, suhtlemine, jagamine



CARE METODOLOOGIA:

25 aastat loomist

13 aastat koolitajate koolitamist

- **Holland**
- **Eesti, Tsehhi, Ungari, Bulgaaria, Gruusia**
- **Belgia, Taani and Curacao**

Projektid

- **Leedus, Albaanias ja Rumeenias**

Uued huvitatud:

- **Itaalia, UK, Armeenia, Horvaatia, Sloveenia**



CARE METOODIKA: 1.0 → 2.0

CARe'i olemus: Taastumisele - Kohalolekule ja Tugevustele suunatud metoodika

Rehab and recovery (Wilken ja den Hollander); Presence approach, (Andries Baart), Strengths model (Charlie Rapp).

- Põhjalik tööriistakast (töövihik): kasuta hoolivalt ja mõistlikult (with 'CARe and prudence')



CARE 2.0: TAASTUMISELE, KOHALOLEKULE JA TUGEVUSTELE SUUNATUS

- **Kohalolek:** Keskendumine kohalolekule. Olla kohal oma kliendi jaoks kui inimene. Personaalse suhte loomine, hoolitseva läheduse ja tunnustuse pakkumine. Suhe, kui väärtuslik toetus. Suhe iseenesest on juba parandav.
- **Tugevused:** Keskendumine tugevustele, nende leidmine, äratamine ja tugevdamine: võimalused (sh anded, toetus ja ressursid) ja olulised kogemused
- **Taastumine:** Kliendi taastumise protsessi järgimine ja toetamine. Abi haavatavusega toimetulekul, oma mina (taas)loomisel, toetus ühiskonnas osalemisel. Koos avastamine, mida tähendab olla õnnelik.

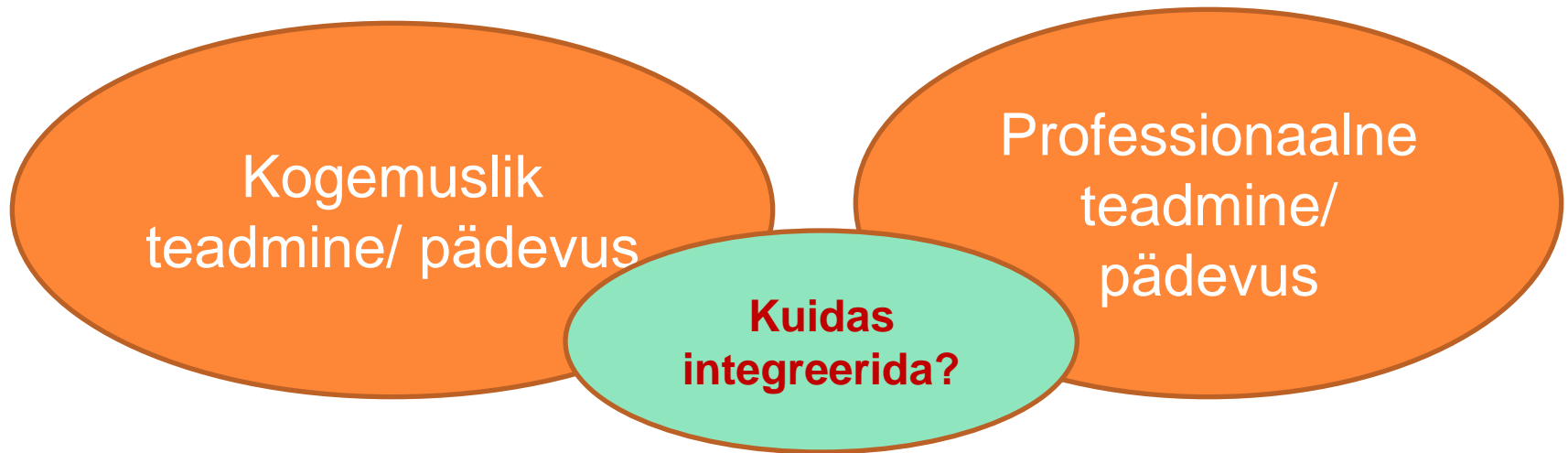
Dirk: kui teen tegevusplaani, siis mind huvitab kõige rohkem, mis teeb inimese õnnelikuks ja mida tähendab inimese jaoks õnnelik

CARE TUGEVUSTE MAATRIKS

| | |
|---|--|
| Ma tahan Minu soovid / unistused/ pürgimused | Ma suudan Minu anded ja oskused |
| Ma olen Minu (tuum) väärtused/ omadused | |
| Ma oman Minu keskkonna toetus | Ma tean Mida ma olen õppinud iseenda ja oma elu kohta |



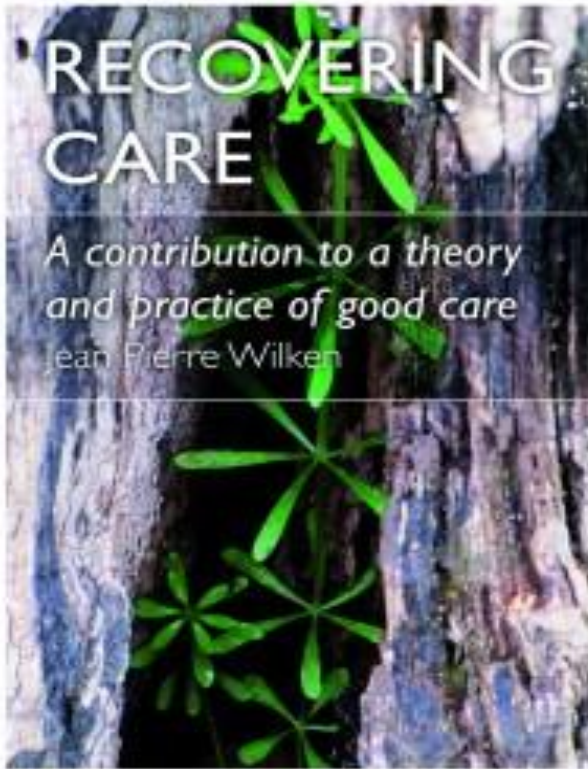
KLIINILINE VERSUS KOGEMUSLIK PÄDEVUS



- Mida meil on õppida klientidelt?
- Kogemusliku pädevuse muutmine professionaalseks pädevuseks

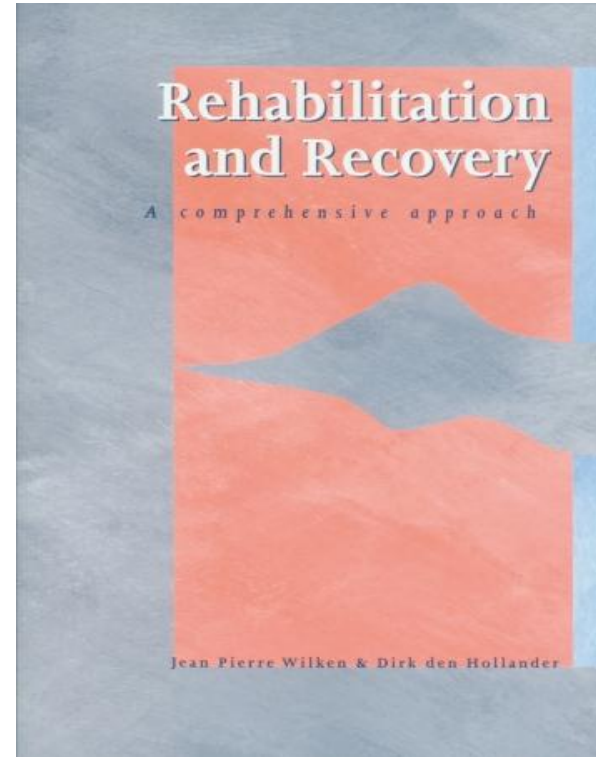


**RECOVERING CARE –
JEAN PIERRE WILKEN
2010**



<http://www.swppublishing.com/book/1405/recovering-care/>

**Rehabilitation and Recovery
A comprehensive approach
Dirk den Hollander & Jean Pierre Wilken
2005**



<http://www.swppublishing.com/book/704/rehabilitation-and-recovery/>



RECOVERING CARE, WILKEN 2011

Taastumislugude süstemaatiline analüüs

- 15 pikaajalist uuringut üle 1600 inimese
- 29 kaasaegset kvalitatiivset uuringut: 950 inimest 11 riigis

Tänane teadmine

- Teame rohkem taastumisprotsessi kulu kohta
- Teame rohkem taastumise tähtsate faktorite kohta
- Me saame ravi ja rehabilitatsiooniteenuseid muuta rohkem taastumist toetavaks



UURINGUD TÕESTAVAD, ET RASKEST PSÜÜHIKAHÄIREST TAASTUMINE ON VÕIMALIK

- 25-35%: sümptomaatiline ja sotsiaalne taastumine
- 35-90%: sümptomid/haavatavus jäävad, kuid toimub sotsiaalne taastumine



TAASTUMINE ON PROTSESS, KUS TOIMUB:

- **Uue positiivse identiteedi loomine:** töötatakse trauma ja kaotusega; konstrueeritakse haigus; (taas)avastatakse tugevused
- Õpitakse **tundma ja hoolitsema oma haavatuvuse eest**
- **Sotsiaalne (taas)sidumine:** väärtuslike sotsiaalsete rollide arendamine



VAIMSE TERVISE TEENUSTE PANUS TAASTUMISELE

Komponendid:

- Efektiivne ravi, niipalju kui võimalik kogukonnas (minimaalne eraldamine tavaelust)
- Juurdepääs vajalikele asutustele, nt vajadusel raviosakond (turvalisus ja usaldus)
- Isiklik, personaalne toetus
- Psühhoteraapia ja nõustamine
- oskuste arendamine (eriti haavatavuse ja stressi tundlikkusega toimetuleku oskused)
- Hea/ piisav kommunikatsioon ja informatsioon
- Toetus (taas)integreerumisel ja ühiskonna liikmeks saamisel



JAN PFIFFER

- **Teenuste jätkuvus** ja erinevate **teenuste integreerimine**
- **Toetus inimese oma kodus/ kogukonnas**
NB! Mitte kontoripõhine teenus ja mitte instituts.-s
(väike institutsioon = “kuldne puur”)
- **Kliiniline teadmine** versus **kogemuslik teadmine** NB!
Kuidas neid kombineerida?
“Töötajad on osa lahendusest ja osa probleemist”



ROBERT VAN VOREN

Väljakutsed:

- Suhtumine
- Koolitus
- Inertsus
- Palgatase

Ülesanded:

- Vaimse tervise planeerimine
 - Kättesaadavus
 - Kõikehõlmavus
 - Jätkuvus
 - Uuringud, ülikoolide kaasamine
 - Integreeritud teenused haavatavatele gruppidele
 - Stigma ja reformidele vastuseis
- 