



PRIČE IZ CENTRA

Naslov publikacije: PRIČE IZ CENTRA

Glavni urednik: Ahmed Novo

Urednik i autor koncepta: Almir Panjeta

Foto: Almir Panjeta

Design i DTP: Ljubomir Kravec

Izdavač: AKAZ - Agencija za kvalitet i
akreditaciju u zdravstvu u FBiH

Broj primjeraka: 800

PRİČE IZ CENTRA

**AKAZ - Agencija za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu
u Federaciji Bosne i Hercegovine**

Predgovor za brošuru „Priče iz centra“

Dragi čitaoci,

radeći u zdravstvenom sistemu dugi niz godina, slobodno mogu istaći da su zdravstveni profesionalci radnici koji su najprivrženiji svom poslu, a među njima dominiraju kolegice i kolege koji pružaju usluge mentalnog zdravlja. Ovo je svojevrsan hommage njima, uz želju da se o tome informira i šira javnost. Također, nadam se da će ovaj naš rad uticati na to da stigma koja još uvijek prati osobe sa mentalnim problemima uskoro bude prošlost.

Značajan napredak je ostvaren u okviru Projekta mentalnog zdravlja u BiH, koji podržava Vlada Švicarske, a implementira Asocijacija XY u partnerstvu sa Federalnim ministarstvom zdravstva i Ministarstvom zdravlja i socijalne zaštite Republike Srpske, u kojem učestvuje Agencija za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ). Zahvaljujući uvođenju usluge koordinirane brige i okupacione terapije, rehospitalizacija osoba sa problemima mentalnog zdravlja smanjena je za dvije trećine. Da napori zdravstvenih radnika iz mentalnog zdravlja nisu uzaludni pokazuju i rezultati praćenja devet indikatora što četvrtu godinu zaredom radi AKAZ.

Praćenjem i evaluacijom ovih indikatora možemo istaći da je zdravstvena zaštita značajno unaprijeđena i da su poboljšane sljedeće usluge: procenat pacijenata koji su nakon hospitalizacije nastavili sa tretmanom u CMZ, zatim procenat pacijenata koji nisu rehospitalizovani u prva dva mjeseca, pa je prisilna hospitalizacija smanjena kao i dobrovoljna hospitalizacija, dok je procenat pacijenata uvedenih u registar tretmana CMZ-a, odnosno pacijenata koji su održali kontinuitet tretmana značajno povećan.

Brošuru započinjemo intervjuom s prim.dr. Goranom Čerkezom, pomoćnikom federalnog ministra zdravstva, ekspertom za mentalno zdravlje i zdravstvenim profesionalcem koji je itekako zaslužan za realizaciju ovog projekta i za ostvareni napredak. Nakon intervjua prva priča je iz CMZ Ključ, koja na sjajan način daje čitaocima mogućnost da se upoznaju sa „opisom posla“ centara za mentalno zdravlje, zatim slijede priča o inspiracijskim karticama iz CMZ Visoko te sesija zabilježena u Klubu liječenih ovisnika o kocki u Mostaru. Nakon toga smo bili u Zenici gdje smo pisali o suradnji centra sa NVO Medica, pa u Vitezu gdje fantastično rade s djecom, a poslije i u Tuzli gdje je u punom kapacitetu na jednom sjajnom primjeru objašnjeno čitaocima šta je to „koordinirana briga“. Zatim slijedi priča iz CMZ Žepče gdje zaposlenice i zaposlenici centra usko surađuju s vjerskim zajednicama, zatim intervju s AKAZ-ovim ovlaštenim ocjenjivačicama kvaliteta iz CMZ Novi Grad Sarajevo i CMZ Ilidža, a za kraj smo ostavili CMZ Travnik gdje kolegice i kolege socijaliziraju korisnike zavoda za mentalno invalidna lica gdje su proveli i po 35 godina života.



Ministar zdravstva FBiH doc.dr. Vjekoslav Mandić i direktor AKAZ-a doc.dr. Ahmed Novo

Završavamo s pogovorom autora ove brošure Almirom Panjetom, novinarom koji je zapravo i začetnik ideje o pisanju o radu centara za mentalno zdravlje i tvorac koncepta i, koji na samom kraju iz svoje lične perspektive, daje viđenje ovog procesa.

I na kraju zašto smo ovu brošuru nazvali „Priče iz centra“? Priče jesu nastale u centrima za mentalno zdravlje, a govore o pacijentima pa i zdravstvenim radnicima koji su u stanju socijalne marginalizacije. Naša namjera je da publiciranjem i distribucijom ove brošure uputimo antistigma poruke što brojnijoj publici, a osobe kojima je potrebna podrška iz domena mentalnog zdravlja kao i zdravstvene djelatnike smjestimo u centar pažnje i interesovanja šire javnosti gdje i zaslužuju da budu.

Doc.dr. Ahmed Novo, direktor AKAZ-a



“S pravom možemo reći kako BiH ima najbolji sistem zaštite mentalnog zdravlja u Jugoistočnoj Evropi”

Intervju: Prim.dr. Goran Čerkez, pomoćnik Federalnog ministarstva zdravstva

Sa prim.dr. Goranom Čerkezom, pomoćnikom ministra zdravstva FBiH za međunarodnu sa-

radnju i koordinaciju razvoja strategija Federacije BiH, ekspertom za mentalno zdravlje i zdravstvenim profesionalcem koji se na Projektu mentalnog zdravlja i osnivanju centara za mentalno zdravlje angažovao od samih početaka, razgovarali smo o tome kako je tekao put od ideje do realizacije velikog broja aktivnosti koje su proteklih godina dale ogromne rezultate među kojima svakako najveće kroz osnivanje i kontinuirano unaprijeđenje rada centara za

Priče iz centra

mentalno zdravlje u zajednici, o tome koji su to konkretni rezultati te kakva je i koliko sigurna budućnost centara za mentalno zdravlje na ovim prostorima.

Kada je ova priča počela i možete li se prisjetiti kako je sve to izgledalo na samim počecima?

U ovoj fazi radimo već devetu godinu, a prva faza Projekta bila je od 1996. do 2000. godine. U toj fazi smo neposredno nakon rata uz podršku Svjetske banke i kreditnih aranžmana izgradili mrežu od 38 centara za mentalno zdravlje. To je trajalo nekih pet godina, gdje smo radili praktično kroz projekat rehabilitacije žrtava rata. Te 1996. godine je pala odluka da ćemo umjesto obnavljanja i stvaranja velikih kapaciteta u bolnicama krenuti ka decentralizaciji, ka stvaranju CMZ u lokalnim zajednicama. U tom prvom planu njih je bilo 38, i nakon prve faze koja je trajala do 2001. smo imali određene intervencije i aktivnosti koje smo radili na nivou regiona. Kroz Pakt o stabilnosti na osnovu tih iskustava BiH je vodila Program jačanja socijalne kohezije kroz razvoj usluga mentalnog zdravlja. BiH je tada kroz devet zemalja Jugoistočne Evrope vodila projekat u kojem smo napravili slične politike mentalnog zdravlja za sve zemlje, napravili smo jedan pilot centar za mentalno zdravlje u svakoj od tih zemalja, educirali osoblje i pokazali im kako to treba da funkcionira. Jedan od tih centara i danas egzistira u Zagrebu, neki

su zatvoreni, egzistiraju u Makedoniji, Albaniji i drugim zemljama, ali nije došlo do većeg razvoja tih centara upravo zbog stigme i te klasične zatvorene biološke psihijatrije koja se u tim zemljama dosta propagirala u prošlosti. Ta biološka psihijatrija je nekako zatvorena u svoja četiri zida, obično se čekaju pacijenti da dođu, i ono što je ključno oni nakon otpusta, tretmana, ili izlječenja – ali češće prilječenja, su bili prepušteni rodbini, eventualno uz podršku jednog psihijatrija koji se nalazio u nekom od domova zdravlja, i tu se dobijala usluga. Privilegija većih mjesta je bila da imaju jednu takvu službu.

Koja je vizija trenutno u BiH i na čemu se trenutno konkretno radi kada je u pitanju Projekat mentalnog zdravlja?

Zadnjih osam godina, odnosno zadnje četiri godine druge faze reforme, smo sa Vladom Švicarske detaljno i studiozno pripremali program i aktivnosti. Potom smo izradili našu strategiju i politiku koje implementiramo kroz ovaj ciklus podrške Vlade Švicarske da bismo stigli do naše vizije, a naša vizija je bolja zaštita i bolje mentalno zdravlje cjelokupnog stanovništva. Šta se dobilo realno? Mi u ovom trenutku već imamo 42 centra, neki od onih 38 početnih su zatvoreni, ali imamo 7-8 novih i još najmanje četiri za koje imamo najavu skorog otvaranja, i to su centri koji se otvaraju uz podršku lokalnih zajednica koje su prepoznale važnost men-

talnog zdravlja i potrebu za mentalnim zdravljem i to je po mom mišljenju jedan od glavnih pokazatelja da je ovaj projekat uspio. Jer kad vi dobijete situaciju u kojoj ljudi razgovaraju o mentalnom zdravlju, da žele da rade na zaštiti mentalnog zdravlja tamo gdje ti centri nisu nikada bili – znači da su ljudi vidjeli dobre prakse i da sada žele da ih preuzmu, a to je za mene jedan od velikih doprinosa.

Koje su najveće promjene koje koncept centra za mentalno zdravlje donosi u odnosu na ranije o kojima ste govorili na početku intervjuja?

Za razliku od klasične psihijatrije bolničkog tipa koju smo ranije imali, sada imamo nešto drugo, a to su službe u zajednici. Te službe su nam važne jer smo tako obezbijedili jedan od osnovnih principa u zdravstvenoj zaštiti, a to je kontinuitet zdravstvene brige – da pacijent ne prekida svoje liječenje, podršku i tretman, nego ga nastavlja u lokalnoj zajednici. Dakle, ako je on priliječen, on će nastaviti svoje tretmane i mi sada radimo na rehabilitaciji, na oporavku i dovodimo ga do trenutka socijalne inkluzije, do kraja procesa. U tom kontekstu centar je jako važan jer je ključni za pravljenje koordiniranog plana brige, plana oporavka pacijenta, gdje se približava porodici, gdje se saraduje sa drugim sektorima, a posebno sa socijalnim sektorom te na koncu i sa poslodavcima. Druga stvar, ovi centri štede i sredstva. Sam taj odnos rehos-

pitalizacija, i da je pacijent u bolnici, značajno štede resurse, i u zdravstvu i u socijalnoj zaštiti, jer mnogi bi vjerovatno završili u institucijama socijalne zaštite, a ovako su sa svojim porodicama, osposobljeni za svakodnevni život. Sada kada smo izgradili službe u zajednici, došao je trenutak da radimo na jačanju veza između bolničkog i ovog sektora te uspjeh službi u zajednici zavisi i od efikasnosti bolnica i zbog toga je jako važna koordinacija između tih sektora na zajedničkom cilju.

Koje su to nove usluge koje nude centri i koliko se pokazuju uspješnim?

U centrima smo uveli dvije veoma bitne usluge – jedna je usluga koordinirane brige, a druga usluga okupacione terapije. Prema mjerenjima koja su pravljena, dokazano je da je oporavak izuzetno visok kod pacijenata i korisnika usluga koji su dolazili na te terapije. Plan koordinirane brige ili individualni plan oporavka se obično radi i sa porodicom i sa centrom i kontinuirano se prati. Zahvaljujući tim novim uslugama, već sada možemo govoriti o smanjenju rehospitalizacija za skoro dvije trećine. Imamo primjere u Tomislavgradu gdje je na godišnjem nivou bilo 30 rehospitalizacija, sada imamo sedam, u Goraždu je bilo 26 sada oko šest. Znači da smo omogućili bolji kvalitet života, oporavak i bolju integraciju osoba u zajednicu. Ovi centri, osim nastavka farmakoterapije, uzimaju još jednu

veoma važnu dimenziju, a to su faktori okoline i aktivnosti sa kojom se on bavi. To sve zajedno u interakciji može da dovede do značajnog poboljšanja stanja pacijenta. Kroz Projekat je dat i dodatni značaj jačanju sestrinstva, što je jedna dodatna vrijednost. Unaprijeđena je sestrinska dokumentacija, a sestra je danas osposobljena i za učešće u koordiniranoj brizi kao bitan član tima.

Koliko se pažnje posvećuje prevenciji?

Centri imaju i preventivnu i promotivnu funkciju koja je bitna, jer mi ne možemo samo tretirati ljude koji imaju neki problem, mi moramo zaštititi naše mlade generacije, zato je naš fokus u posljednje četiri godine posebno na dječijoj i adolescentnoj psihoterapiji gdje se radi na jačanju usluga za djecu i adolescente, uvezivanju programa koji su već rađeni sa drugim agencijama, ali također u kontekstu kompletne reforme mentalnog zdravlja. Ovaj projekat tako jako vezuje projekte World Vision-a, UNICEF-a i svih projekata koji su se bavili naprimjer zapostavljanjem djece, međuvršnjačkim nasiljem i drugim, jer ukoliko se nešto ne može riješiti unutar škole, onda centar stoji kao pozadina, uvijek spreman da pruži podršku školama. S druge strane, promotivni i preventivni program koji se rade u školama značajno mogu doprinijeti boljem stanju mentalnog zdravlja. Kroz škole smo radili

naprimjer prevenciju suicida, program koji rade najrazvijenije svjetske zemlje. Mogu reći da smo se sa svim ovim svrstali u svjetsku elitu kada govorimo o zaštiti mentalnog zdravlja.

S kojim se problemima centri susreću?

Naravno, ne treba zaobići ni probleme koji postoje, a to su prije svega – kadar. Za obavljanje funkcija koje smo namijenili centrima mentalnog zdravlja, trebali bismo imati još veće standarde kad je riječ o brojnosti kadra. Trebali bismo imati najmanje četiri psihologa, možda još jednog socijalnog radnika, pojačati još sa medicinskim sestrama, i ne bi bilo loše ni da je tu još jedan psihijatar. Socijalni radnik, za sada, s funkcijom koju obavlja, može funkcionisati jer je on spona sa centrom za socijalni rad, i zdravstvo ne bi trebalo preuzimati obaveze socijalnog sektora, ali bi trebalo imati jako dobru koordinaciju i to ne samo u tom slučaju, već naprimjer u slučaju kada ljudi iz bolnica nemaju gdje da idu nakon izlaska, kada nemaju porodicu, oni bi trebalo da idu u centar za socijalni rad odnosno u ustanove poput "Drina" i drugih. Ključna stvar je da će ovi centri, zajedno sa centrima za socijalni rad, praviti programe oporavka, da i ti ljudi ne ostanu doživotno u tim ustanovama, već da se kroz određen period vraćaju u lokalnu zajednicu, da se osposobe i da se pripreme za deinstucionalizaciju. Paleta podrške je jako široka.

Koliko je u svemu važna saradnja ministarstva sa nevladinim sektorom na Projektu mentalnog zdravlja i u čemu se najviše ta saradnja ogleda?

Ovdje se pokazalo koliko u stvari efikasna reforma može biti kada se provodi zajedno sa nevladinim sektorom koji ima svoje kapacitete, određenu dinamiku i brzinu, mogu da obezbijede brzinu realizacije, podrške, logistike i to je nešto što treba, mogu brže angažirati vanjske saradnike. S druge strane, zajedničko planiranje najviše povećava efikasnost, uvezivanje, kad znate šta ko radi. Naprimjer kroz realizaciju Istambulske deklaracije centri dobijaju možda i glavnu koordinirajuću ulogu u psiho-socijalnom tretmanu. Ovi centri su u nekim slučajevima i desna ruka sudstvu, jer kazne za maloljetnike koje su se ranije nekad izricale i do tri godine zatvora, sada imamo mogućnost da se izreknu mjere za odgojne preporuke, i da se provodi psiho-socijalna podrška u centru za mentalno zdravlje, a da dijete ide redovno u školu. Projekat je spojio razne programe koji se implementiraju, spojio je razne sektore na zajedničkom djelovanju i to je snaga ovog projekta koji mijenja stanje na terenu, pogotovo u lokalnoj zajednici.

Jedan od partnera na projektu je i Agencija za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ). Koji je značaj onoga što AKAZ radi za centre i Projekat u cjelini?

Kad smo rekli da smo obezbijedili kontinuitet brige, potom oporavak i reintegraciju, a zahvaljujući i novim uslugama, da smo iskoordinirali sa svim službama, porodicom i školom, jedan od važnih elemenata koji nama daje garanciju da je to kako je – akreditacija koja je došla kao šećer na kraju. Akreditacija nam je dala sigurnost da će ti centri nastaviti da obavljaju sve te aktivnosti koje su već sadržane u standardima i procedurama za dobijanje akreditacije. Za opstojnost, za kvalitet usluga i garant da će centri tako nastaviti raditi najbitniji su akreditacija za kvalitet, certifikacija za sigurnost te zakonodavstvo kao drugi bitan element.

Kakvo je trenutno stanje kada su u pitanju zakonska rješenja koja podržavaju rad centara?

Sada smo u fazi izrade jednog obimnog zakona, zakona o mentalnom zdravlju. Došlo je vrijeme i da se unaprijedi zakon o zaštiti osoba sa duševnim smetnjama, a naša vizija je da napravimo zakon o mentalnom zdravlju, gdje bi sva ova iskustva, standarde, dobre prakse i sve veze i linkove koje smo napravili i ostvarili, kroz zakonodavstvo prepoznali i imali sigurnost da centri i nakon ovog programa nastavljaju da rade. Naravno, i svaka aktivnost do sada koja je rađena jako je dobro osmišljena zakonodavno i ima svoju potporu u zakonu tako da ni sada ne postoji nikakva mogućnost da ti centri po završetku podrške Vlade Švicarske dođu u situaciju da prestanu sa aktivnostima.



„Kroz centre mentalnog zdravlja omogućili smo bolji kvalitet života, oporavak i bolju integraciju osoba u zajednicu.“

Koje su još specifičnosti centara za mentalno zdravlje?

Kvalitet ovih centara za mentalno zdravlje u lokalnoj zajednici je to što su oni toliko slični, a toliko različiti. Svi su u sličnom konceptu, svima važe isti standardi i normativi po kojima rade, ali različitost potreba na terenu je takva da su neki više orijentirani ka promotivnim aktivnostima jer imaju više mladih stanovnika, neki imaju stariju populaciju pa su orijentirani na njih.

Koliko su oni u skladu sa trenutnim trendovima u Evropi i svijetu?

Trend Evropske unije gdje je pitanje mentalnog zdravlja jedno od najvažnijih pitanja s obzirom da će između ostalog 2020. godine depresija biti glavni uzrok onesposobljenja. Sa druge strane, financijski gubici zbog odsustva sa posla su visoki, i jednostavno se kao posljedica stresa i savremenog načina života ili naše otuđenosti zbog informacionih tehnologija, mentalno zdravlje stavlja u fokus. Zato je bitno da smo se mi sa ovim programom harmonizovali i sa nekim pravcima koji su u Evropskoj uniji sada trendovi.

Borba protiv stigme nezaobilazna je tema kad se govori o mentalnom zdravlju?

Pitanje mentalnog zdravlja je i pitanje ljudskih prava, i zato je borba protiv stigme vrlo važna.

Kada smo krenuli u proces imali smo samo jednu organizaciju koja je bila udruženje korisnika, a sada već imamo veliki broj takvih udruženja koja su usko vezana uz centre od kojih su dobijali i potporu u osnivanju. Sa njima smo radili antistigma programe, treninge govorništva i osposobljavali se da se mogu pojaviti u medijima i najbolje argumentirati o svojim potrebama, ali pokazati stanovništvu da oni nisu takvi kakvim ih nerijetko smatraju. Statistika pokazuje da se 90 odsto nasilja odigrava upravo nad tim osobama, a u vrlo malom broju slučajeva su oni ti koji proizvedu nasilje, negdje ispod pet odsto, ali čim oni proizvedu bilo kakvo nasilje oni se nalaze na prvim stranama medija. Zato smo radili i s medijima, uključivali ih zajedno i to je dalo rezultate među kojima su sigurno i ovih četiri-pet novih centara koji ljudi u svojim lokalnim zajednicama žele da otvore jer su vidjeli o čemu se radi. Također u Projektu, u sklopu smanjenja stigme, napravili smo komisiju za zaštitu osoba sa mentalnim smetnjama, koja ulazi u razne institucije, pravi analize, a u toj komisiji imamo i korisnike, psihijatre, psihologe, pravnike i socijalne radnike. Oni prave izvještaje koji nama omogućavaju monitoring koliko se stanje mijenja u odnosu na te izvještaje, i moram reći da smo prezadovoljni jer smo primijetili da se u brojnim institucijama situacija značajno promijenila na bolje nakon toga.

Koliko su centri pomogli da se promijeni svijest građana o važnosti mentalnog zdravlja?

Na početku, kad smo krenuli, imali smo neke lokacije koje su bile apriori protiv otvaranja centara govoreći kako u svojoj zajednici ne žele da imaju takve ljude, a na primjer statistika govori kako jedno od četvero tokom svog života ima neki problem sa mentalnim zdravljem. Na kraju, hajdemo se zapitati, ko od nas nije bio depresivan, ko nije bio u periodu žalovanja ili tuge za nekim najbližim i mi smo svi prošli kroz ta iskustva. Mi moramo težiti tome što je svijet već uradio – preventivnim aktivnostima. Pogledajte, svaki ozbiljniji glumac na Zapadu, biznismen, imaju svog psihologa i to se debelo plaća. S druge strane, nama se u centrima za mentalno zdravlje pruža mogućnost da imamo psihologa, da možemo otići na savjetovanje, na konsultacije, a sve "na knjižicu", u sklopu našeg zdravstvenog osiguranja. Centri i sami nose naziv – za mentalno zdravlje, nisu za bolest, i napravljeni su prvenstveno s ciljem promovisanja zdravlja i smanjenja stigme i to ljudi počinju da shvataju. Ovo je cijeli koncept promjene koji je osiguran sa više strana – zakonom, kvalitetom, monitoringom komisije i sve to je ono što nama daje za pravo da možemo reći kako Bosna i Hercegovina ima najbolji sistem zaštite mentalnog zdravlja sigurno u Jugoistočnoj Evropi, a već sada se može mjeriti i sa nekim evropskim zemljama, i to najrazvijenijim ■

Priče iz centra



„Za opstojnost, za kvalitet usluga i garant da će centri tako nastaviti raditi najbitniji su akreditacija za kvalitet, certifikacija za sigurnost te zakonodavstvo“



Nermina Krivić, dr. Behzad Hadžić i Elma Hadžić

MINUT PAŽNJE JE VAŽAN

Korisnice i korisnici CMZ Ključ razgovorom, ljubavlju i stripom pobjeđuju stigm i postaju promotori mentalnog zdravlja

Kada su joj ljekari dijagnosticirali karcinom, Nermina Krivić iz Ključa kaže kako je mislila da je to kraj i da je došla pred zid iza kojeg nema dalje. „Idem 35 godina na dijalizu, s tim sam naučila da se nosim, ali kada su mi rekli da imam rak,

jednostavno nisam znala gdje da idem i šta da radim, osjećala sam se izgubljeno. Tada sam kontaktirala doktora Behzada Hadžića iz Centra za mentalno zdravlje Ključ kojeg sam poznavala odranije, on mi je rekao da uvijek ima rješenja i pozvao me da dođem i u to se uvjerim", priča Nermine Krivić koja je proteklih godinu dana članica grupe koja okuplja žene oboljele od karcinoma.

„U Centru je bila i naša psihologinja Elma Hadžić, upoznala me sa ostalim članicama, uključila sam se u grupu i danas mi je život mnogo lakši,

imam grupu žena, prijateljica, koje su prošle ili prolaze kroz isto ono kroz šta ja prolazim, grupu u kojoj svaka od nas jedna drugoj kad nešto ispriča može reći "znam kako se osjećaš" jer zaista zna. Tu su nam uvijek i Behzad i Elma s kojima možemo dodatno porazgovarati i od kojih možemo dobiti savjet i sve to mi je pomoglo da idem dalje, da ne odustanem od sebe", kaže Nermine pojašnjavajući kako se na sastanku grupe ne razgovara samo o bolesti:

„O bolesti smo pričali na početku, ako dođe nova članica ili se nekoj desi nešto oko čega





treba savjet. Družimo se, razgovaramo o svemu, razmjenjujemo recepte, imamo zajedničke aktivnosti, odemo na izlet, odemo zajedno na kafu, skupimo i napravimo poklone i posjetimo djecu bez roditeljskog staranja koja provedu lijepo vrijeme s nama i mi s njima...“, govori o nekim od aktivnosti grupe Nermina, a u razgovor se uključuje Elma Hadžić, voditeljica Centra za mentalno zdravlje Ključ koji je prije tri godine uspješno prošao vanjsku ocjenu i od Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) dobio akreditaciju za uspostavljen

sistem kvaliteta i priprema se za proces reakreditacije.

„Radeći ranije kao koordinatorica kvaliteta u DZ Ključ i prolazeći kroz obuke u AKAZ-u shvatila sam značaj akreditacije u koji je ušao ovaj Centar za mentalno zdravlje. Dali smo sve od sebe, mnogo toga smo već radili dobro, neke stvari i procedure smo unaprijedili, i konačno sa 91 odsto ispunjenosti standarda ovaj Centar je stekao bezuslovnu akreditaciju za uspostavljen sistem kvaliteta. Nadam se da ćemo kroz Pro-

jekat mentalnog zdravlja ući u reakreditaciju jer smo u međuvremenu postigli još mnogo toga i mislimo da smo spremni za novu uspješnu ocjenu", kaže Elma Hodžić.

„Nastojimo raditi što bolje i kvalitetnije, a kroz akreditaciju smo od agencije kakva je AKAZ dobili i vanjsku potvrdu da je to što radimo u skladu sa svim standardima, kvalitetno i u korist svakog našeg korisnika", dodaje dr. Behzad.

„Kroz naš rad promoviramo koncept u kojem korisnici i korisnice sami predlažu temu, odlučuju o čemu na kojem sastanku žele da pričaju, cilj nam je da stavimo fokus na potencijale i mogućnosti svake ličnosti, a ne na to šta su njihove nemogućnosti", kaže Elma Hadžić, dok neuropsihijatar dr. Behzad Hadžić dodaje kako je osnaživanje korisnica i korisnika za prevazilaženje stigme također jedan od prioriteta:

„Naši korisnici i korisnice uspijevaju da prevaziđu stigmatu, i u svojoj lokalnoj sredini postanu promotori i promotorkе mentalnog zdravlja u čemu je njihova uloga u nekim segmentima bitnija od uloge samih zdravstvenih profesionalaca. Nermina je jedan od brojnih primjera osobe koja se brzo uključila u promociju mentalnog zdravlja", kaže doktor Behzad, a kroz razgovore s korisnicama i korisnicima Centra za mentalno zdravlje Ključ u to se vrlo brzo i uvjeravamo –

svako od njih govori otvoreno o svom problemu ili poteškoći, o tome na koji način je dobio i prihvatio pomoć drugih članova grupe, ili je nekome pomogao.

Među aktivnijim saradnicima, kako u aktivnosti Centra, tako i u promociji mentalnog zdravlja je Hajrudin Čajić Čaja iz Ključa koji kaže da je prvi put svoju priču podijelio preko Radija Ključ. Tada je, kaže, imao tremu, ali nakon što je dobro prihvaćen od sredine i ohrabren iz Centra za mentalno zdravlje nastavio je s aktivnim angažmanom u Udruženju za zaštitu mentalnog zdravlja „Tunel" iz Ključa koje usko saraduje s Centrom, bio je angažovan u Timu za jačanje korisničkih udruženja kroz Projekat mentalnog zdravlja u BiH, obilazi i kontaktira brojna udruženja za zaštitu mentalnog zdravlja širom BiH, gostuje na OBN televiziji..., a kroz angažman u Udruženju „Tunel" i CMZ-u upoznaje i svoju sadašnju suprugu Jasminku koja je također korisnica usluga Centra.

„Radila sam ranije kao sekretarica, a u Udruženju 'Tunel' su tražili nekoga ko zna raditi na računarima, bila sam tu u Centru i preporučili su me...", priča nam Jasmina dodajući da su joj aktivnosti u centru i brak s Hajrudinom pomogli da prođe kroz tešku životnu situaciju.

„Bili smo prvo radne kolege u Udruženju, a onda se rodila i ljubav", dodaje Hajrudin.



Hajrudin Čajić Čaja kroz aktivnosti CMZ i Udruženja "Tunel" upoznao je suprugu Jasminu

„Usudili smo se napraviti taj korak i ući u brak. Aktivni smo, održavamo kuću, od oktobra smo štedjeli u kasicu svaki dan po dvije marke i skupili za drva, uzgajamo japanske prepelice i prodajemo jaja, Jasmina se bavi njegom starije osobe, i živimo“, priča nam Hajrudin.

Promotorica mentalnog zdravlja je i Edita Muhić, autorica anti-stigma stripa „Ko sam ja?“ te dijela promotivnog materijala s kojim su se CMZ Ključ i Udruženje „Tunel“ predstavili na Konferenciji o mentalnom zdravlju u Tesliću u

februaru 2018.

„Svojim radovima sam željela poslati poruku protiv stigme u društvu, da se niko ne gleda kao da je čudan i da se niko ne mora stidjeti svoje bolesti ili poteškoće. Kada ljude upoznate sa nečim, oni to bolje shvataju i nestaju predrasude, znanje je ključ svega. Želja mi je da postanem strip-crtačica i ilustratorica i da živim od toga“, priča nam Edita.

Besima Dervišević kaže kako u grupi osjeća sigurnost i dobija snagu za život u zajednici:

„Svi mi imamo uspone i padove u životu, bez razlike. Ne osjećam se nimalo manje važna od ostalog svijeta niti imam razloga za to, i nikada neću dopustiti da bilo ko na neki način vrijeđa ili etiketira bilo kojeg korisnika Centra. Funkcionišem u društvu, ovdje se osjećam dobro u grupi, ako mi grupa ne pruži sve odgovore obratim se Behzadu ili Elmi, tu sam na raspolaganju za pomoći svima, Šejli sam naprimjer pomogla s dosta savjeta oko prevazilaženja boli zbog gubitka muža, da ne prolazi kroz sve golgote kroz koje

sam ja ranije prošla...“, priča Besima, a u priču se uključuje Šejla Sejarić:

„Kada mi je prije sedam i pol godina umro muž, potpuno sam se zatvorila i bježala u sebe, borila se sa sobom pet godina, htjela sam nekoliko puta doći ali je i kod mene stigma bila uzela danak kao 'Šta ću ja ovdje?'. Na kraju sam se javila Elmi, došla jednom, drugi put, i od tada dolazim ovdje redovno kako bih se "nafilovala" pozitivnom energijom i "napunila baterije".



Edita Muhić, autorica stripa "Ko sam ja?": „Svojim radovima sam željela poslati poruku protiv stigme u društvu“

Sa svakog našeg sastanka i naše aktivnosti odem zadovoljna i puna pozitivne energije", kaže Šejla Sejarić, a svoja iskustva iznose i druge korisnice iz nekoliko grupa za podršku koje djeluju u okviru CMZ, tu su Albina Draganović iz Udruženja djece i mladih s poteškoćama 'I mi se budimo', Husnija Topalović, Azra Trožić, Azra Kananović, Namka Draganović, Fetha Adžemović i Sutka Begić iz Udruženja oboljelih od karcinoma u Ključu, Jasminka Filipović iz Udruženja građana oštećenog sluha i govora, prva

predsjednica Udruženja 'Tunel' Halida Draganović, tu je i Jasmina Turković... Svi prisutni ističu važnost zajedničkog druženja, i aktivnosti koje iz tog proizilaze:

„Minut pažnje puno znači“, kaže Halida Draganović.

„Bila sam u depresiji dok nisam počela dolaziti ovdje“, dodaje Azra Kananović, a Namka Draganović kaže kako je CMZ mjesto gdje rado dolazi:



„Minut pažnje puno znači“, kaže Halida Draganović.



Dr. Behzad Hadžić: "Empatija je zlatni standard mentalnog zdravlja"

„Imam gdje da dođem, imam nekoga ko će me saslušati, razumjeti, mjesto gdje osjećam da nešto vrijedim“, dodaje Namka.

„Živjela sam u Francuskoj i tamo se liječila, kada sam se vratila u Ključ došla sam ovdje i zadovoljna sam prijemom i ophođenjem koje imam od Elme i Behzada i drugih korisnika i korisnica. Mogu vam reći da mi pristup ovdje djeluje mnogo prisnije od onoga koji sam vidjela u Francuskoj“, kaže Jasmina Turković.

„Kad krenem na naš sastanak, kažem da idem na seminar, i mogu vam reći da su nam odlični seminari“, govori u šali Fedha Adžemović...

Priče iz centra

Doktor Behzad ističe kako u činjenici da su korisnice i korisnici jedni drugima koterapeuti leži posebna snaga:

„Mentalni, terapijski, životni i moralni kapacitet grupe veći je od kapaciteta bilo kojeg pojedinca. Cilj nam je boriti se protiv stigme koja je dodatak traumi, radimo na dostupnosti mentalnog zdravlja i važnosti prve pomoći u mentalnom zdravlju, govorimo o tome, djelujemo u zajednici, a borimo se i protiv institucionalne stigmatizacije koja je također nerijetko prisutna i stigmatizacije u zdravstvenim ustanovama gdje nerijetko naši korisnici nailaze na nerazumijevanje“, kaže dr. Behzad Hadžić.



Grupa srednjoškolaca je 2015. i 2016. u CMZ Ključ dobila potrebnu pomoć za realizaciju projekta

„Rad Centra traje 24 sata, ovo nije radno mjesto već profesija. Danas je najteže razviti empatiju, a empatija je zlatni standard mentalnog zdravlja“, dodaje doktor Behzad.

Centar za mentalno zdravlje Ključ otvoren je prema zajednici, tako da uz Dan otvorenih vrata, veliki događaj koji tradicionalno organizuju i na kojem učestvuje čitava lokalna zajednica s građanima, privrednicima, ugostiteljima, dijasporom i drugim akterima, mnogi osjećaju da su im i svim ostalim danima vrata Centra otvorena.

Primjer su Edita Muslimović koja je kao volonterka realizirala kreativne radionice, Fetha Botonjić koja je volontirala na kuharskim radionicama koje su bile vrlo uspješne i posjećene,

kao i Selma Hamedović, Enio Kurbegović i Edna Razić iz Mješovite srednje škole „Prof. Omer Filipović“ u Ključu koji su tokom 2015. i 2016. dobili potrebnu pomoć za realizaciju projekta „Ja nisam moja dijagnoza“ koji su realizirali s CIVITAS-om.

„Nije nam bio nikakav problem doći ovdje, svi su nam izašli u susret, posebno Elma, i pomogli u izradi „Tri koraka do sretne zajednice“, kažu Selma, Enio i Edna.

Učenica četvrtog razreda Gimnazije Ključ Nejra Subašić u CMZ je dolazila kako bi obavila istra-



Nejra Subašić

živanja za svoj maturski rad koji je odlično ocijenjen i za koji je dobila brojne pohvale.

„Radila sam temu iz sociologije kod prof. Esmine Gonilović na temu 'Predrasude prema osobama ovisnim o alkoholu', tema me zainteresirala i nisam htjela da ostane samo na teoriji i željela sam je bolje istražiti. Znala sam da imamo Centar, došla ovdje i rekla šta me zanima, izašli su mi u susret, dobila sam bitne podatke razgovarala s korisnicama i korisnicima i dobila koristan rad“, priča nam Nejra.

Odličnu saradnju s CMZ ističu i Adnan Hamedović i Anel Hotić iz Centra za socijalni rad Ključ.

„Saradnja ova dva centra jeste obavezujuća, ali kod nas odlično funkcioniše i konstantno radimo na poboljšanju i produbljivanju saradnje, zajedno saradujemo i sa nevladinim sektorom i radimo na projektima, radimo na razvoju psihološkog, medicinskog i socijalnog aspekta u cjelini sve kroz timski rad koji daje dobre rezultate“, kaže Adnan Hamedović iz CSR Ključ.

Udruženje za zaštitu mentalnog zdravlja "Tunel" neizostavno je i spominje se uz većinu aktivnosti Centra za mentalno zdravlje Ključ, a Aida Hotić iz ovog Udruženja kaže kako je to logičan slijed s obzirom da zajedno rade na povećanju svijesti građana o značaju i prevenciji mentalnih oboljenja, aktivno rade po pitanju borbe protiv diskriminacije, etiketiranja i stigme.

Priče iz centra

„Aktivno saradujemo u radu, nadopunjujemo se i dijelimo mnoge aktivnosti te pokušavamo što više pružiti podršku zajednici. Mnogima je nerijetko lakše prvo obratiti se nama za pomoć, pa ih upoznamo s radom Centra i uputimo da iz Centra često imaju radionice kod nas i funkcionišemo zajedno na zajedničkom cilju promocije mentalnog zdravlja“, kaže Aida Hotić ■



Aida Hotić i Jasmina Turković



CENTAR ZA MENTALNO ZDRAVLJE VISOKO

Kako su 'Inspiracijske kartice za mlade' mr.sci Nermine Vehabović izašle iz okvira CMZ-a, lokalne i šire zajednice i otišle u svijet

Inspiracijske kartice za mlade koje je psihoterapeutkinja u Centru za mentalno zdravlje u Visokom mr.sci. Nermina Vehabović-Rudež kreirala tokom svog rada kako bi olakšala pristup mladima u terapijskom radu vrlo brzo su se proširile u lokalnu zajednicu, potom i van granica BiH, a osim u radu s mladima koriste se uspješno i za rad sa svim ostalim starosnim kategorijama. Kartice su bile predstavljene i na „Kongresu dječije i adolescentne psihoterapije“ u Sarajevu od 18. do 21. oktobra 2018.

„Centar za mentalno zdravlje po svojoj je prirodi otvoren prema lokalnoj zajednici gdje djelujemo na razne načine, i to je jedan od načina na koji radimo na prevenciji mentalnog zdravlja i borbi protiv stigme. I ove "Inspiracijske kartice" proizašle su iz rada u Centru za mentalno zdravlje i kroz dobre odnose i uspješnu komunikaciju koju imamo s našom lokalnom zajednicom jednostavno našle svoj put dalje“, priča mr.sci. Nermina Vehabović-Rudež dodajući kako to nije bila prvenstvena namjera kartica koje su se poslije pokazale kao univerzalno

sredstvo za rad u terapiji, ali i u nastavi u školama.

„Kroz svoju praksu tražila sam načine na koje najbolje mogu pristupiti mladima, otvoriti ih za razgovor i učiniti im terapiju ugodnijom i zanimljivijom i došla sam do ideje za "Inspiracijske kartice" koje su se brzo pokazale korisnim, predstavila sam ih u zajednici i brzo su se proširile do drugih gradova u BiH, ali dobijam i reakcije iz Hrvatske, Slovenije... i drugih zemalja okoline“, kaže Nermina.

„S mladima sam stalno u kontaktu na razne načine, a oni s kojima komuniciram ovdje u Centru često su tu upućeni iz Centra za socijalni rad ili drugim putem, tako da nije lako uvijek ostvariti komunikaciju, otvoriti ih, učiniti da se osjećaju ugodno, posebno na početku. Uvijek sam imala neke od načina, poput "Drveta želja" i slično, ali sam osjetila da ima još prostora i mogućnosti“, kaže Nermina dodajući kako je "Inspiracijske kartice" kreirala na bazi svakodnevnih rečenica u "ja formi", s „Teorijom izbora“ Williama Glassera kao "podlogom".

„Shvatila sam da mladi imaju kapacitet da "kliknu" na jednu rečenicu koja ih osvijesti, da kažu "To je to!". Na početku razgovora im ponudim kartice koje s jedne strane imaju neku od fotografija iz svakodnevnog života i koje su na neki način povezane i s porukom svake od 32



kartice, i zanimljivo je da skoro uvijek izvuku nešto što je sublimacija onog o čemu u tom momentu razmišljaju, što ih otvori i olakša im da

nakon te rečenice dalje nastave s iskazivanjem osjećaja. Kasnije lakše dolaze, a često i sami iniciraju ponovni dolazak", pojašnjava Nermina

prisjećajući se jednog slučaja iz prakse:

„Imala sam priliku razgovarati s djevojčicom koja je bila žrtva teškog oblika nasilja, izvukla je karticu na kojoj piše kako niko ne može upravljati njenim životom, pročitala na glas i rekla: "Tako je! Ja sam ta koja upravlja!", i to ju je ohrabrilo da iznese stav, mišljenje i osjećaje“.

Nakon što je ideju i realizirala i vlastitim sredstvima izdala "Inspiracijske kartice" za tržište, već nakon same promocije dočekalo ju je prvo pozitivno iznenađenje:

„Poslije promocije kartica javila mi se profesorica bosanskog jezika iz Visočke gimnazije koja mi je kazala kako je kartice iskoristila na času za analizu djela „Derviš i smrt“ Meše Selimovića. Prisustvovala sam oglednom času gdje ih je iskoristila za uvodni dio kao i analizu lika Ahmeda Nurudina i gdje su djeca izvukla svu filozofiju koju nam je Selimović rekao, a da nam to niko nije znao na tako jednostavan način reći“, kaže Nermina, dodajući da su uslijedila nova javljanja:

„Ispostavilo se da su kartice korisne na časovima matematike, demokratije i drugih predmeta, zavisnosti od kreativnosti samih nastavnica ili nastavnika, jer kartice nemaju tipično uputstvo za upotrebu i do onih koji ih upotrebljavaju je da nađu najbolji način kako bi ih najbolje iskoristili u datom momentu i u odnosu na raspoloženje“.

pojašnjava Nermina, te dodaje kako je raduje što "Inspiracijske kartice" nastavljaju život van Centra za mentalno zdravlje u kojoj su nastale, u lokalnoj i široj zajednici, kao i u struci.

„Na promociji su terapeuti dobili po set kartica, naručuju ih kolege i kolegice iz drugih centara za mentalno zdravlje, javljaju mi da nalaze razne načine upotrebe, kolegica iz Nove Gradiške kaže da ih koristi i u radu s psihotičnim pacijentima...“, priča Nermina koja planira kartice prevesti na engleski.

„Pokazale su se zanimljivim kolegicama i kolegama u zemljama regije, zašto ne probati plasirati ih i dalje? Vjerujem da mogu uspjeti, ali slijedi još mnogo rada. Kartice sam i zaštitila i upisane su i deponovane u Institutu za intelektualno vlasništvo kao pisano djelo iz psihologije i pedagogije“, kaže mr.sci Nermina Vehabović-Rudež.

Centar za mentalno zdravlje Visoko prije tri godine je uspješno prošao vanjsku ocjenu i od Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) dobio akreditaciju za uspostavljen sistem kvaliteta, a Nerminina priča jedan je od primjera kako se kroz kvalitetan i inovativan rad usmjeren na dobrobit krajnjeg korisnika mogu postići rezultati važni za sam Centar, lokalnu ali i širu zajednicu ■



Prof. Marko Romić: „Ljudi koji imaju problem pokušaju sami da se izvuku, ali teško bez pomoći.“

SA SASTANKA KLUBA LIJEČENIH OVISNIKA O KOCKANJU (KLOK) MOSTAR

„Nemam želju da ponovo kockam, samo mi kroz glavu prođu ona četiri dana bez žene i djece, onaj osjećaj kad ostaneš sam...“

„Imam 30 godina, kockam se od svoje 14. godine i nisam stao do 3. mjeseca ove godine kad sam počeo dolaziti ovdje kod prof. Marka...“, počinje priču jedan od članova Kluba liječenih ovisnika o kockanju (KLOK) koji od 2010. godine u Mostaru vodi prof. Marko Romić, specijalist traumatske psihologije u Centru za mentalno zdravlje Doma zdravlja Mostar. Klub se sastaje

jednom sedmično i na sastanke dolazi između 20 i 30 članova u pratnji članova porodice – roditelja, supruga, sestara...

Prisustvujemo jednom od sastanaka. Izabiraju se voditelj sastanka i zapisničar i sastanak počinje. Prvi govori otac jednog od članova. Ukoliko član nije u mogućnosti da dođe iz opravdanih razloga, može doći i neko ko je obično u pratnji.

„Počeo je raditi, ima posla, veliki je napredak napravio, ne može to preko noći. Ovo društvo je tako napravljeno i koncipirano da uhvati što više ljudi u zamku. Na svakom mjestu je kockarnica, kladionica, da ovaj narod još većom sirotinjom naprave. Ovo ovdje je jedno od rijetkih mjesta gdje ljudi mogu doći i dobiti pomoć“, priča.

„Ne brojim dane, mjesece, preporođen sam ovdje, novi sam čovjek. Nemam više problema s kockom, novi sam čovjek, radim, nema se ni vremena za to. Imam kladionicu na 100 metara, ne obraćam pažnju, riješio sam, nema toga više. Žena inače dolazi sa mnom, danas nije mogla, kod nje su papiri i kartice još. Ovaj klub mi je snaga i pomoć“, priča je drugog člana kluba.

Jedan od članova kluba došao je u pratnji oca i majke koji ga podržavaju u borbi protiv ove ovsnosti.

„Zadovoljan sam za sada. Stvaram si obaveze, radim od 7 do 15, poslije posla uzmem trstinu pa odem u ribu, ili odem u lov, samo da sam

van grada, daleko od kockarnica i kladionica“.

„Jako je dobro da su tu tvoji roditelji kao podrška, jer sami iz ovoga ne možete. Najvažnije je dolaziti, bez obzira što vam se može u momentima činiti da sve ide sporo“, ubacuje se prof. Marko.

„Vidimo da se promijenio, na vrijeme legne, nema problema...“, govori otac.

„Sad, koliko će to trajati...“, ubacuje se u razgovor zabrinuta majka dodajući kako ga niko nije odbacio i kako osim njih uz sebe ima još onih koji ga podržavaju.

„Trajaće to i ići će na bolje. Sada ima i nas, ima grupu kao potporu. Ljudi koji imaju problem često pokušavaju sami da se izvuku, misle da mogu, ali teško bez stručne pomoći i pomoći grupe i bližnjih. Kroz naš klub su prošli mnogi, neki kockali i po 20 godina, ne kockaju već po 7-8 godina...“, govori im prof. Marko.

Sljedeći član u KLOK dolazi od 10. mjeseca prošle godine kada su propali njegovi planovi za ženidbu.

„Dobro sam zarađivao, imao para nisam znao šta ću s njima, i počeo sam s kockanjem. Par puta sam sebi pokušavao pomoći, bio po mjesec-dva bez kladionice, ali nisam uspio. Trebao sam se ženiti, digao kredit, ali sam prokockao sve pare, zaručnica me ostavila. Kad sam odlučio da se trebam liječiti, prvo sam prokockao

sve para što mi je ostalo, pa sam onda rekao majci. Ona mi je i ranije govorila za klub, dolazio je jedan naš rođak, ali ja nisam htio, jer ako ću dolaziti na silu onda nema uspijeha, to treba biti jaka odluka. Sada sam devet mjeseci bez kocke, ovaj klub mi je jako puno pomogao“, ispričao je, a jedna od prisutnih supruga koja je došla s novim članom je kazala kako ju je razočarala odluka zaručnice da ode.

„Imamo u klubu i djevojaka koje su tu kao potpora, na jesen ćemo imati i jednu svadbu...“, kaže prof. Marko.

„Kod patološkog kockanja nije toliko bitno koliko je prokockano, već pitanje povjerenja. Ne samo da prokocka platu, već se i zaduži u kreditnoj ili kod kamataru, pa se problem onda produbljuje, a sve to drži za sebe skrivajući dobro smišljenim lažima. U njegovoj glavi su svi loši, svi su zločesti, samo je on ispravan“, pojašnjava prof. Marko.

Jedan od članova kao potporu ima pet sestara i svaka od njih je po jednom s njim na sastanku grupe.

„Ovdje sam pet mjeseci i puno mi je bolje. Kockao sam 2-3 godine stalno, kad god sam imao para išao sam kockati, kad dobijem uvijek bih htio više, nikad mi nije bilo dosta. Izmišljao sam, lagao, i prolazilo mi je dok jednom nisam tri mjeseca zaredom donio platu, onda su skontali... Najgore što nisam bio miran nikako, stalno

sam bio nervozan i u grču“, govori, a u razgovor se uključuje njegova sestra:

„Primijetili smo da ima problem, 'hvatali ga' u intervalima, uvijek je bilo 'neće više, nema šanse', ali smo brzo shvatili da je sve otišlo predaleko, stavili ga u auto, prvo obišli sve komune pa onda došli u ovaj Klub. Uspio je otplatiti sve dugove, i dalje ga motrimo, još mu ne damo da raspolaže novcem i to će još počekati, ali ide nabolje“, govori sestra jednog od članova KLOK-a, te odgovara na konstataciju supruge novog člana:

„Meni su žene i cure koje ostanu s njima heroine. Kad žena, koja je stub obitelji, ostane s njim, to je čudo, jer ona ga najbolje može čupati i vaditi. Mi smo sestre i on je naš brat šta god da se desi, ali zaista se iskreno divim suprugama koje ostanu, jer ja ne znam da li bih bila spremna prolaziti kroz sve ovo“.

Člana s početka ovog teksta koji je kockao od svoje 14. godine supruga je bila napustila u drugom mjesecu ove godine kada je spakovala sebe i djecu i otišla kod roditelja. Uslov da se vrati bio je njegov dolazak u Klub.

„Od prvog dana znala sam da kocka, možda on misli da nisam, a poslije sam mu govorila da se mora liječiti dok sve nije otišlo predaleko. Puno nam je pomogao Klub, prof. Marko i svi koji ovdje dolaze. Nakon svakog sastanka kad izađeš kroz ova vrata mnogo si lakši. Mislim da je on

kroz ovaj klub sazrio, shvatio da to više ne želi raditi", govori supruga.

„Nisam nikada kockao s 10-15 maraka, već kad dobijem platu, kad imam para kod sebe. Svašta se izdešavalo, i onda me u drugom mjesecu ove godine ostavila i odvela djecu, nazvala me i rekla da idem u klub. Trebalo mi je nekih sedam dana da se sredim sam sa sobom, i onda sam odlučio, došao, tu sam pola godine i osjećam se dobro. Nemam neku želju da se ponovo kockam, samo mi kroz glavu prođu ona četiri dana bez njih, onaj osjećaj kad ostaneš sam, pred očima razočarana slika žene, punca, i onaj osjećaj kad nekoga razočaraš. Ne smijem odustatu kako zbog sebe tako i zbog onih koji su tu uz mene, ako opet 'padnem' onda sam 'bogin', odoše...“, priča, a podržava ga nešto stariji član Kluba koji kaže kako bi volio da je tu ostao prije šest godina kada je prvi put dolazio:

„Sada bih vjerojatno bio u mirovini, ali tada nisam uspio, došao sam u klub i odustao, rekao sam sebi da želim ali nije išlo, vraćao sam se na staro. Došao sam ponovo u Klub s čvrstom odlukom, a kad dođeš osjećaš se bolje, izbaciš šta imaš reći, daš savjete drugima“, kaže, dodajući kako je prošao kroz svašta, ali da mu je drago da bar nije došlo do većih dugova i kamatarata:

„Žena se dvoumila, hoće ići-neće, ostala je. Borili smo se. Godina i devet mjeseci sam tu. Prezadovoljan sam i šteta što prvi put nisam ostao.

Kad prođem kroz sve i budem spreman da nastavim dalje, nadam se da ću ponekad doći u klub i podijeliti svoja iskustva s onima kojima će moći pomoći“.

„Tvoja i priča svakog od vas vrijedi više od moje priče, ja znam teoriju, vi ste kroz sve to prošli. Večeras su nam tu novi članovi, brat sa sestrom i dva bračna para. Pravilo je da prvi sastanak ne moraju ništa govoriti, ali ako žele mogu“, govori prof. Marko.

Jedan od novih članova koji je na sastanak došao sa suprugom kaže kako ga niko nije tjerao da dođe te kako je shvatio da mu je potrebna stručna pomoć:

„Supruga je i prije braka znala da imam problem s kockom, bila je uz mene. Nisam kockao neko vrijeme nakon svadbe, a onda sam 'posrnuo' nakon četiri mjeseca, onda sam uspio sačuvati se nekih sedam mjeseci poslije čega sam prokockao neke pare, pa posudio, pa prokockao pazar...“.

S jednim od članova došla je sestra koja kaže kako joj je teško palo kad je shvatila da bratu treba pomoć, ali kako vjeruje da je sada na pravom mjestu:

„Pogledala sam mu listing kartice, počinjao je s malim ciframa ali je to postajalo sve veće, po četiri puta u toku dana se vraćao na bankomat. Drago mi je da postoji ova grupa i neko kao što

je prof. Marko", govori kroz plač, a podršku joj pruža sestra jednog od članova s dužim stažom:

„Samo trebate dolaziti, termin po termin, dan po dan, samo ustrajte i biće bolje, sigurno!“.

Prof. Marko nove članove upoznaje s nekim od pravila i daje važne informacije i upute:

„Svaki put imamo jednog člana koji vodi sastanak, drugi je zapisničar. Imamo i predsjednika kluba kojeg izabiraju drugi članovi, tako da sam ja tu neko ko moderira i vodi radionice. Ovisnost o kocki je recidivirajuća, i toga će vjerovatno biti. Sad kad ste unutar kluba dužni ste da prijavite recidiv bilo da ste uložili marku ili više. Ne radi se o tome jeste li prokockali pet feninga ili 500 maraka, već da li ste slagali majku, ženu, sestru, rođaka... Imali smo člana koji je nakon više od godine napravio recidiv, dugo je to krio, i završio u komuni. Pravilo kluba je da ako imate recidiv da ga prijavite, a ako vidite nekoga iz kluba da je otišao u kockarnicu ili kladionicu dužni ste to reći. Niste mu prijatelj ako ga u tome štitite, nije ti prijatelj onaj koji okrene glavu i pušta te da toneš“, govori im prof. Marko. Dodajući kako je proces odvikavanja od kocke nešto za šta treba puno strpljenja i vremena:

„Niko vas neće izliječiti za tri dana. Liječenje od kocke je dugotrajan proces, i vi ste oni koji će pomoći sebi, ali i pružiti ruku spasa drugima,

oni koji će za koju godinu reći novim članovima: 'Bio sam kao i ti, sada ne kockam već dvije godine'. Kada smo počeli prije osam godina, uglavnom su dolazili ljudi mojih godina, sada vidim da ima sve više mladih kojima nije problem tražiti pomoć“, govori prof. Marko na kraju sastanka.

Kaže kako prema nekim procjenama samo u Mostaru ima oko 1200 patoloških kockara, a u KLOK-u ih se liječi tek 20-30.

„I ovi koji dolaze nisu svi iz Mostara, u okolne četiri općine je najmanje njih 3500 kojima bi sigurno trebala pomoć, a centri za mentalno zdravlje trenutno nemaju taj kapacitet niti dovoljno osoblja i same podrške za takve aktivnosti“, pojašnjava prof. Marko dodajući kako je klub pokrenuo na volonterskoj osnovi.

„Dolaze nam članovi iz Tomislavgrada, Širokog Brijega, Posušja, Stoca, Sarajeva..., a imamo čak i bračni par koji redovno dolazi iz Crne Gore. Pošto je iz Sarajeva bio veći dio članova, oni su inicirali da se u tamošnjem Zavodu za bolesti ovisnosti oformi grupa koja je formirana prije nekih godinu dana i koja sada djeluje. To je ohrabrujuće, ali s obzirom na potrebe samo u Sarajevu bi trebalo biti 10-15 takvih grupa“, tvrdi prof. Marko.

„Ovo je društvo bolesno u raznim aspektima samog funkcioniranja, tako da i ovakve pojave



najčešće prolaze neopaženo dok roditelji ne vide da je sin "zavalio" 150.000 maraka ili stan, ili da mu pet godina šalju pare za studiranje u Mostaru, a on nije maknuo dalje od prve godine", priča prof. Marko pojašnjavajući kako je patološko kockanje od 2013. godine kvalificirano kao bolest ovisnosti, a do tada je bila klasificirana kao poremećaj kontrole impulsa. Po Međunarodnoj kvalifikaciji mentalnih bolesti ima 10 kriterija po kojima se određuje stepen ovisnosti među kojima su naprimjer ako osoba u periodu od godinu ima potrebu za sve većim ulaganjem da bi postigao zadovoljstvo, ako laže, ako je ugrozio prijateljsku, bračnu ili poslovnu vezu, ako je u potrebi da se vraća da bi se "izvadio"..., i u ako "zadovolji 4 od 10 to je blaži oblik, od 5 do 7 umjereni i iznad 7 teži oblik ovisnosti."

Razgovor s prof. Markom pred početak sastanka nerijetko prekida mobitel.

„Oni koji ne mogu doći dužni su javiti na vrijeme. Pitanje povjerenja je jedno od najvažnijih, budući da je laž najčešći alat patološkog kockara, u tome su jako kreativni i kad dođu da se liječe laž je prva na udaru. Recidiv je naravno moguć, a najčešće ga ne prijave odmah, čekaju najmanje sedmicu. Od početka godine smo imali četiri recidiva, dvoje su odmah priznali, dvoje su čekali sedmicu“, pojašnjava prof. Marko podcrtavajući kako je najvažnije da onaj ko ima problem to shvati, i da ima podršku jer se sam

teško može izboriti:

„Ovdje sam jednom sedmično proteklih osam godina, i grupa je mnogima pomogla i pomaže. Borimo se protiv stigme, i ljudi postaju slobodniji da nam se obrate. Uglavnom dolaze na nagovor najbližih, ali je jako bitno da konačnu odluku sami donesu. Idemo 'sistemom malih koraka', i to je način, ovdje treba jako puno strpljenja, osvještavanje društva o važnosti borbe protiv ovog problema i mnogo više podrške nego je trenutno imamo. Sastanke ne održavamo u CMZ jer mislim da će ljudi radije doći u manje formalan prostor, ali definitivno bi nam dobro došle bolje prostorije“, zaključuje prof. Marko Romić, specijalist traumatske psihologije koji uz rad u Centru za mentalno zdravlje Doma zdravlja Mostar shvatajući važnost mentalnog zdravlja i rada u zajednici nesebično svoje vrijeme i trud ulaže u rad s Klubom ovisnika o kockanju (KLOK).

Centru za mentalno zdravlje DZ Mostar nakon uspješno okončanog procesa 2015. je dodijeljena bezuvjetna akreditacija sa 94 odsto ispunjenih akreditacijskih standarda Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ). U sklopu CMZ-a je oformljena korisnička udruga „In spe“ čiji je cilj zaštita i unaprjeđenje mentalnog zdravlja osoba s iskustvom psihičkih poteškoća i borba protiv stigme i diskriminacije ■



Inela Kaknjo i Sabiha Husić: "Jedni smo drugima potrebni"

CMZ ZENICA I "MEDICA", SARADNJA ZA PRIMJER

"Zajedno smo jači i lakše dolazimo do najboljeg rješenja, u fokus stavljamo osobu koja je u potrebi, a ne sebe"

Priče iz centra

Saradnja Centra za mentalno zdravlje Zenica i Udruženja "Medica" iz Zenice proteklih godina služi kao primjer zajedničkog rada javne zdravstvene ustanove i nevladine organizacije na povećanju svijesti građana o značaju i prevenciji mentalnih oboljenja te borbe protiv



Inela Kaknjo: „Saradnja na relaciji "Medica" – CMZ je zaista odlična“

diskriminacije, etiketiranja i stigmatizacije.

„Tajna je u ravnopravnom partnerstvu i činjenici da svako od nas doprinosi najboljim resursima kojima u tom momentu može doprinijeti, a sve kroz zajedničko planiranje, dogovor i međusobno uvažavanje“, kažu psihoterapeutkinja i direktorica Udruženje "Medica" Sabiha Husić i Inela Kaknjo, magistrica psihologije i psihoterapeutkinja u Centru za mentalno zdravlje u Zenici dodajući kako su krajnji korisnici u fokusu takvog djelovanja.

"Stavljamo u fokusu osobu koja je u potrebi, a ne sebe. Mi kao Centar za mentalno zdravlje raspoložemo sa timom profesionalaca i resursima, ali istovremeno smo svjesni da su u određenim slučajevima potrebni dodatni resursi kako bi naši korisnici dobili najbolju moguću podršku", kaže Inela Kaknjo, podcrtavajući kako Udruženje "Medica" također ima jak tim sa velikim znanjem i iskustvom u tretmanu osoba-žrtava seksualnog, porodičnog i drugih oblika nasilja:

"Jedni smo drugima potrebni. U nekim slučajevima više stvari iznese Centar za mentalno zdravlje, u nekim 'Medica', držimo se toga da smo zajedno jači i sve je podređeno cilju da se nađe najbolje rješenje za korisnika", dodaje Inela Kaknjo.

Predsjednica "Medice" Sabiha Husić također ističe značaj ovakvog partnerstva za lokalnu

zajednicu i krajnje korisnike:

“U nekim sredinama se dešava da do ovakve saradnje ne dođe jer jedni druge gledaju kao konkurenciju ili se smatraju manje ili više vrijednim, što kod nas nije slučaj i što je vidljivo kroz brojne primjere. Koliko god mislili da smo stručni i da znamo – nikada ne možemo znati dovoljno i uvijek trebamo učiti jedni od drugih, naslanjati se jedni na druge i nadopunjavati se. Takav društveno odgovoran pristup u lokalnoj zajednici jednostavno mora polučiti dobre rezultate u korist svih što mi kroz našu saradnju već godinama dokazujemo i pokazujemo, i u čemu možemo poslužiti kao primjer drugima”, zaključuje Sabiha Husić.

Udruženje “Medica” djeluje od 1993. godine kako bi pružila podršku ženama, djevojkama, djeci, koji su preživjeli razne ratne traume, a posebno traumu ratnog silovanja i seksualnog zlostavljanja. Kroz rad sigurne kuće “Medica” pruža sklonište ženama i djeci, žrtvama nasilja. Udruženje se bavi i organizacijom profesionalnih edukacija kroz projekte kao što je trening projekt za trauma senzitivan pristup žrtvama rodno zasnovanog nasilja na kojem su angažovani i stručnjaci iz CMZ Zenica, a ističu i zagovarački, preventivni i istraživački rad.

Centar za mentalno zdravlje Zenica kroz laku pristupačnost, kontinuitet zaštite i multidisciplinarni pristup radi na promociji mentalnog

Priče iz centra



Sabiha Husić: „Želimo da djelujemo interdisciplinarno, rado pozivamo kolegice i kolege iz CMZ-a da se uključe u naše aktivnosti“

zdravlja, prevenciji, liječenju i rehabilitaciji osoba sa smetnjama mentalnog zdravlja, a u sklopu centra djeluje i tim profesionalaca za adolescentnu psihologiju.

“Od početka našeg rada zaštita mentalnog zdravlja i borba protiv stigme su bitan dio našeg djelovanja. Osnivanjem centara za mentalno zdravlje koji su nastali kao nešto što je neophodno i iz potrebe da bi se radilo za dobrobit naših građana i u cilju zaštite mentalnog zdravlja, Nekako se prirodno razvio partnerski odnos jer zajedničkim resursima i kroz direktnu saradnju možemo pomoći da građani u svakom momentu dobiju najbolju moguću podršku koja im je potrebna”, kaže Sabiha Husić.

“Saradnja na relaciji “Medica” – CMZ je zaista odlična, svi u Centru su senzibilizirani na čelu s načelnicom prim. dr. med. sci. Halimom Hadžikapetanović, i uvijek smo u kontaktu bilo da se radi o nekoj redovnoj aktivnosti ili o nekom hitnom slučaju. Ako nam se obrati žrtva nasilja, uz podršku koju joj mi možemo pružiti kroz rad Centra, a cijeneći iskustvo koje kolegice iz “Medice” imaju na tom polju onda ih uputimo kod njih. S druge strane, ako se u “Medicu” jave osobe za koje oni procijene da mogu dobiti dodatnu podršku u CMZ, oni ih upute”, pojašnjava Inela Kaknjo neke od vidova saradnje.

Osim ovakvog vida saradnje, “Medica” na profesionalnim edukacijama koje organizira u zdrav-

stvenim i drugim institucijama, školama i nevladinim organizacijama u lokalnoj i široj zajednici, a u skladu s potrebama, angažuje stručnjake iz CMZ. To je bio slučaj i kod nedavno okončanog trogodišnjeg Transnacionalnog zdravstvenog trening projekta (THTP) fokusiranog i na trauma senzitivni pristup žrtvama rodno zasnovanog nasilja. Projekat je uz podršku “Medica Mondiale” proveden u Zeničko – dobojskom, Srednjobosanskom i Unsko–sanskom kantonu, u novom trogodišnjem ciklusu će se uz spomenuta tri kantona proširiti i na Brčko Distrikt.

“Prva faza je ocijenjena pozitivno, održane su brojne aktivnosti kao što su trening za trenere i trening za trenerske vještine, edukacije zdravstvenih radnika sa područja ova tri kantona te internacionalna radionica razmjene iskustava, projekat se nastavlja. Projekat vodi “Medica”, ali kako želimo da djelujemo interdisciplinarno tako rado pozivamo kolegice i kolege iz CMZ-a da se uključe u ovu i druge aktivnosti, odazivaju se i djeluju proaktivno, pa tako na primjer kolegica Inela održava radionice za korisnice sigurne kuće”, kaže Sabiha Husić.

“Prije angažmana u CMZ tri godine sam radila u Udruženju “Medica”, tako da mi je nastavak saradnje s kolegicama kroz dobru saradnju CMZ-a i “Medice” bio logičan. U radu kroz tim dječije i adolescentne psihologije fokus je na djeci i bitno je unijeti dodatne sadržaje u terapiju. S obzirom na moju ljubav prema dekupažu, od-

lučila sam se za radionice dekupaža i pokazale su se vrlo korisnim. Ponudila sam kolegicama iz "Medice" da organiziramo radionice i za korisnice njihove sigurne kuće među kojima ima i klijentica CMZ-a. Traju već dva mjeseca, reakcije su odlične i nastavljaju se u septembru", priča Inela Kaknjo dodajući da uz izuzetnu saradnju s "Medicom" Centar saraduje sa predškolskim i školskim dispanzerom, službom porodične medicine, bolnicom, predškolskim i školskim ustanovama, osnovnim i srednjim školama, centrom za socijalni rad, policijom, sudstvom, mjesnom zajednicom i drugim institucijama, a sličan slučaj je i s "Medicom":

"Saradnja u zajednici po svim pitanjima i sa ključnim akterima je jako bitna. Učestvovali smo

u pokretanju i dio smo referalnog mehanizma za pitanja slučajeva nasilja u kojem su i CMZ, Centar za socijalni rad, policija i nadležna ministarstva – socijalnog rada, unutrašnjih poslova, zdravstva i obrazovanja i redovno se sastajemo", iznosi jedan od primjera saradnje Sabiha Husić.

Centar za mentalno zdravlje Zenica u procesu je akreditiranja za uspostavljen sistem kvaliteta kod Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) u okviru Projekta mentalnog zdravlja u BiH. Projekat finansira Švicarska agencija za razvoj i saradnju (SDC), implementira Asocijacija XY, a na terenu realizira AKAZ koji je odgovoran za akreditaciju ustanova i institucija mentalnog zdravlja u Federaciji BiH ■





RAD S DJECOM I MLADIMA U FOKUSU CMZ VITEZ

Dolazak "Teta Klementine" u vrtić nije ništa neobično, učenice srednje škole i klijenti na kreativnim radionicama zajedno pobjeđuju stigmatu i bore se protiv diskriminacije

S osnovcima se radi na prevenciji elektroničkog nasilja uz dodatni fokus na područne škole.

Voditeljicu Centra za mentalno zdravlje Vitez dr.sc. Klementinu Nuk-Vuković djeca u vrtiću zovu teta. Često je kod njih i u saradnji s odgajateljicama i direktoricom organizira razne radionice na kojima djeca kroz igru i zabavu uče.

Posjetili smo grupu djece koja su krenula u školu ali u vrtić dolaze u produženi boravak i koja su učestvovala u jednom od programa koji je CMZ realizirao s vrtićem, a koji se zvao "Vrtić bez igračaka". Djeci se program toliko svidio da su uključili roditelje i od njih su tražili da manje koriste telefone.

"Vidjeli smo da se možemo zabaviti kroz razne igre i bilo nam je super", kažu nam Josip i Marijeta.

Potom smo na jednoj od radionica gdje Klementina i direktorica JU Dječiji vrtić Vitez Ljiljana Kovač s djecom govore o tome šta je za njih sreća i koje je ona boje, a djeca se takmiče ko će prvi odgovoriti:

"Sreća je crvene boje!"

"Sreća je bila kad smo dobili novo igralište u vrtiću!"

"Sreća je kad odemo u igraonicu!"

Djevojčice Ana i Ivana kažu da im je na radionici lijepo i da im je drago učiti nešto novo i igrati se s "tetom Klementinom".

"Djeci nije neobično da me vide, kao ni njihovim roditeljima. Kroz jedan od programa "Razvoj kroz igru" kod djece se radi na poticanju psihomotoričkog razvoja i detektovanje eventualnih poteškoća kroz niz interaktivnih radionica. Ako

Priče iz centra

primijetimo da neko od djece ima poteškoće koje nekada roditelji nisu primijetili ili ih negiraju, razgovaramo s njima u vrtiću, a ako je potrebno uputimo ih i na individualni tretman koji se obavlja u prostorijama vrtića ili kod nas u Centru", kaže psihologinja Klementina Nuk-Vuković dodajući kako u Centru za mentalno zdravlje Vitez smatraju kako se najbolji rezultati u borbi protiv stigme postižu radom u zajednici i to kroz rad s najmlađima u vrtiću, preko osnovnih pa do srednjih škola.

"Najbolji način za prevenciju je krenuti od vrtićke dobi i tako senzibilizirati i djecu, roditelje i cjelokupnu zajednicu. Kada poslije imamo neku aktivnost s djecom iz osnovnih škola, vrlo je prijatno kada me neko od njih prepozna s radionica u vrtiću. To je jako bitno i za kasnije jer će svako od njih koji su prošli naše programe bez ikakvih ustezanja doći da nam se obrati ukoliko mu naša pomoć zatreba", kaže Klementina Nuk-Vuković.

Direktorica vrtića u Vitezu Ljiljana Kovač kaže kako je rana intervencija veoma bitna te kako podrška koju vrtić u ovom segmentu ima od CMZ-a puno znači.

"Predškolski period je jako bitan i u tom periodu se može uraditi puno više nego kad dijete krene u školu. Naš vrtić nema mogućnost da angažira pedagoga, psihologa, defektologa ili logopeda,

i svu tu podršku u slučaju potrebe imamo iz Centra za mentalno zdravlje, a potrebu određujemo kroz zajedničke aktivnosti. Blizu smo, susrećemo se, djeca jako vole saradnju i pozitivno reaguju, imamo zajedničke manifestacije, nadopunjujemo se kroz rad, približavamo se roditeljima i pomažemo im da se lakše odluče potražiti ili prihvatiti pomoć ukoliko je potrebna", kaže Ljiljana Kovač te dodaje kako, osim djeci, stručna podrška iz CMZ-a puno znači i osoblju.

"Postali smo nerazdvojni, i samo tako možemo najbolje djelovati, prepoznati eventualnu poteškoću i adekvatno reagirati. Predsjednica sam Udruge predškolskih radnika FBiH i u kontaktu s kolegicama i kolegama iz drugih vrtića, i često im ističem kako bi bilo korisno da svako u svojoj sredini u kojoj djeluje centar za mentalno zdravlje uspostavi sličnu saradnju kakvu mi imamo", dodaje direktorica vrtića u Vitezu ističući kako su dobri odnosi i ozvaničeni kroz sporazum o saradnji.

"Imamo formalizirane i potpisane protokole i sa vrtićem i osnovnom školom čiji su predstavnici imali priliku učestvovati i na edukacijama organiziranim kroz Projekat mentalnog zdravlja u BiH što je još jedan bitan doprinos. Saradnja i potpisivanje protokola sa drugim ustanovama među kojima i s onima koje rade sa djecom i mladima su među akreditacijskim kriterijima

koje smo, između ostalih, nešto lakše ispunili s obzirom na našu dugogodišnju posvećenost tome", kaže Klementina Nuk-Vuković podcrtavajući kako je CMZ Vitez uspješno prošao vanjsku ocjenu i od Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) dobio akreditaciju za uspostavljen sistem kvaliteta.

Još jedna od spona saradnje CMZ-a sa zajednicom, a posebno s djecom i mladima je i Udruženje klijenata "Most".

"Udruženje je jako aktivno, imamo dosta zajedničkih projekata i aktivnosti koji uključuju djecu i mlade, pa smo tako jednom prilikom imali akciju u kojoj su klijenti CMZ-a s djecom zajedno čistili gradski park, poslije su se družili uz malu zabavu, uz sokove i slatkiše. Trenutno grupa srednjoškolki volonterski radi na kreativnim radionicama, redovno dolaze u centar i velika su nam podrška, a sve je isto počelo od jednog projekta koji je pokrenuo "Most", a čije su se aktivnosti nastavile i nakon njegovog okončanja", priča nam Klementina.

Posjetili smo i jednu od spomenutih kreativnih radonica na kojoj su učenice srednje škole Lejla Sarajlić, Amina Zukan, Elma Tuco, Anela Muratović i Dženneta Mujezinović s Edinom Hodžićem i Sanjom Vidović iz Udruženja "Most" upravo završavali izradu ukrasnih podmetača za čaše i tacne.



"Sve je počelo našim projektom "Izgradimo most" kojem su se djevojke volonterski pridružile, projekat je uspješno okončan ali je naše druženje na radionicama nastavljeno, izlažemo naše zajedničke radove i učestvujemo na bazarima gdje smo uvijek zapaženi i odlično prihvaćeni. Evo baš se pripremamo za zajednički odlazak u Sarajevo na obilježavanje Dana mentalnog zdravlja", priča nam Edin Hodžić, predsjednik Udruženja "Most" i korisnik CMZ Vitez.

Volonterke kažu da im je zadovoljstvo dolaziti na radionice na koje su se, priznaju, u početku slučajno prijavile.

"Profesorica nam je rekla da imaju radionice i da se možemo prijaviti, iz našeg razreda se prijavilo nas tri, iz drugog još dvije, došle smo da vidimo kako izgleda i evo nas još smo tu. Kada smo poslije razglasile kako nam je super i dobra atmosfera onda su svi htjeli da dođu", priča nam Dženneta.

"Nekada pustimo muziku, nekada samo šutimo i radimo, nekada samo sjednemo i pričamo, zavisi od raspoloženja, ali je svaki put zanimljivo i korisno", dodaje Elma.

"Gledali smo i film vezan za mentalno zdravlje, i kad sve bolje upoznaš promijeniš stav vezano za većinu stvari, nikad ne dijelimo ljude po bilo čemu, važno je samo biti čovjek", kaže Dženneta, a volonterke nam kažu kako su i same kroz razgovor i druženja na radionicama naučile

mного toga:

"Na radionicama je bilo dosta otvorenih razgovora, ljudi su otvoreno govorili o osjećajima i onome što ih muči, i vidjeli smo koliko to olakšava. Poslije toga nam se lakše otvoriti, povjeriti se roditeljima, razgovarati o svemu što vidimo kao problem i što nas u ovom uzrastu može činiti tužnim".

Sanja Vidović kaže kako joj je također zadovoljstvo učestvovati na radionicama.

"Cure su nastavile da nam dolaze i nakon okončanja projekta, i to nam mnogo znači. S njima radimo na borbi protiv stigme u društvu i same ove radionice i naša saradnja puno toga govore o tome", kaže dodajući kako se ona lično preporučila otkako dolazi u CMZ Vitez.

"Imala sam fazu kada sam se zatvorila u sebe, nisam nigdje izlazila, i ovdje sam doživjela ogromnu podršku, prvenstveno od Klementine pa do svih ostalih. Danas radionice vodim s profesionalcima, kreativne radionice, učestvujem u projektima, a preko "Mosta" sam krenula i na edukaciju za programera", kaže Sanja, dodajući kako se svojim primjerom i kroz aktivnosti Udruženja i CMZ-a bori protiv stigme koja je prisutna u društvu:

"Svako se po nečemu razlikuje, ali je suština da smo svi prvo osobe, pa tek onda sve ostalo. Osoba nije samo bolest, a bolest ne mora biti

uvijek nešto što vas sputava, već što vas dodatno motiviše da budete još bolji", zaključuje Sanja.

Edin dodaje kako su mu radionice kao i druge aktivnosti koje ima kroz CMZ i Udruženje "Most" od velike koristi:

"Sve ovo mi puno znači, korisnik sam CMZ-a već duži niz godina i oni su mi velika podrška, sve aktivnosti i angažman u Udruženju me ispunjavaju, družim se, aktivno se borim protiv stigme i diskriminacije, aktivan sam član društva, a ne neko ko je zatvoren u svoja četiri zida i misli samo o bolesti i lošim stvarima", govori nam Edin dodajući kako je posebno ponosan na predstojeće aktivnosti u okviru Projekta mentalnog zdravlja BiH:

"Naše Udruženje je pozvano da dâ doprinos na reviziji Zakona o zaštiti osoba sa duševnim smetnjama, a ja sam s Klementinom u radnoj grupi, i to je veliko priznanje za naše Udruženje koje ima više od 40 članova čiji je rad prepoznat, kao i za naš CMZ", priča nam Edin.

Veza između rada u vrtiću i srednjoj školi je prof. pedagogije i psihologije Radmila Jović koja u osnovnim školama provodi program ovog CMZ-a "Razvijanje socijalnih i psiholoških vještina u preveniranju teškoća djece i adolescenata" i druge aktivnosti te učestvuje u provedbi programa "Povećanje blagostanja adolescenata kroz jačanje protektivnih faktora u školskom

okruženju" Zavoda za javno zdravstvo FBiH i Projekta mentalnog zdravlja u BiH.

"U nekoliko odjeljenja od 5. do 8. razreda u sklopu preventivnog rada s djecom jačamo njihovo mentalno zdravlje, razvijamo bolju psihološku i socijalnu funkcionalnost, a sve to kroz edukativne i kreativne radionice. Posebnu pažnju poklanjamo radu s učenicima osmih razreda na temu elektroničnog nasilja" kaže Radmila Jović dodajući da dodatni fokus stavlja i na područne škole u okolini Viteza i Busovače kako bi se što više djece uključilo ■





KOORDINIRANA BRIGA U CMZ TUZLA

“Niko mi nije ušao u kuću 20 godina, a onda su došli kolege iz Centra i lakše mi je, pozovem i drugove s grupe na ručak i druženje”

“Niko mi u kuću nije ušao 20 godina, a onda su počeli dolaziti moji prijatelji iz Centra za mentalno zdravlje u Tuzli i lakše mi je, dočekam ih s kafom, kapučinom, pričamo, družimo se, moj prijatelj Nedim mi je donio lijek za gripu kad sam bio bolestan, a nije bilo nikog drugog da mi pomogne”, počinje priču Anto Madžarević, dugogodišnji korisnik usluga

Centra za mentalno zdravlje u Tuzli.

U jednoj smo od posjeta u okviru koordinirane brige za pacijenta koje se organiziraju na inicijativu šefa i uz dogovor multidisciplinarnog tima. Anto nas je dočekaao s kapučinom i čokoladica-ma u skromnoj ali lijepo uređenoj kućici u pri-gradskom tuzlanskom naselju. S njim je ribica koju zove Boban koju su mu kupili prijatelji iz CMZ-a.

"Liječim se već 44 godine. Prije sam bio sam, izoliran, a izolacija je kao i smrt. Kako su mi kolege iz Centra počeli dolaziti u posjetu, i kako sam počeo ići kod njih na sesanse, ljepše mi je. Nasiječem sebi drva u svojoj šumi, sve sam ovo sâm uredio, lijepo je, čisto, ne fali mi ništa i imam sve što meni treba. Neko bi u mom stanju bio na cesti, ali ja sam cijelo vrijeme imao nadu da ću ostati živ, uz podršku kolega sam se oporavio, sve sam sebi sam napravio od svojih ruku, ne dam se oboriti", priča nam Anto uz kapučino. Kaže da kafu izbjegava jer nije zdrava, ne puši i ne pije alkohol.

"Redovno idem na preglede srca i pritiska, jer po srcu znam šta ću jesti. Uštedim si od penzije i svake godine odem u banju u Olovo, izađem, trčim kroz selo, narod me gleda u čudu ali mene to nije briga", kaže Anto.

Ovaj put u posjeti su socijalni radnik Nedim Osmanović, okupacioni terapeut Nedim

Aješić i dms Meliha Hrustić, odgovorna sestra Centra za mentalno zdravlje Tuzla. U timu su još i psihologinja Jasmina Šabović te šef tima za koordiniranu brigu i šef CMZ-a dr. Zlatko Kalabić, specijalista neuropsihijatar, čiji je Anto dugogodišnji pacijent s hroničnim mentalnim oboljenjem.

"Prije uključenja u koordiniranu brigu, bio je verbalno agresivan, povremeno izbjegavao piti preporučenu terapiju, u više navrata hospitaliziran na klinici za psihijatriju. Nakon posljednje prisilne hospitalizacije do koje je došlo nakon što se nije pojavljivao u Centru, nije pio terapiju i odbijao bilo kakav kontakt uključen je u koordiniranu brigu", prisjeća se dr. Kalabić vremena od prije četiri godine tokom kojih nije ni jednom hospitaliziran:

"Koordiniranom brigom kroz multidisciplinarn pristup došlo je do značajnih poboljšanja, postao je aktivan, redovno uzima preporučenu terapiju, redovno dolazi na socio-terapijske grupe, a često u svojoj kući organizuje dolazak članova grupe i uposlenika uz druženje. Vidio je da ljudi žele s njim komunicirati, da je bitan. U proteklom periodu nije zabilježeno pogoršanje, nije bilo potrebe za hospitalizacijom, ostvario je kontakt s porodicom, ide kod njih u posjete, vratio je samopouzdanje", kaže dr. Kalabić.

Osim koordinirane brige kroz koju je kod Ante

tokom posljednje četiri godine postignut ogroman napredak, član je i socio-terapijske grupe i svaki ponedjeljak redovno dolazi na sastanke.

"Ponedjeljak mi je poseban dan. Ustanem ujutro, okupam se i spremim, autobus je u 8 sati i idem za Tuzlu. Blizu Centra odem na baklavu i šampitu, popijem kapučino, pa na grupu", priča nam Anto.

Do spomenutih rezultata uloženo je mnogo vremena, zajedničkog rada i truda svih u CMZ Tuzla koji su dali svoj doprinos, ali i činjenica da je Anto prepoznao iskreno pruženu ruku.

Okupacioni terapeut Nedim Aješić je među članovima tima je koji je najduže u kontaktu s Antom i koji ga je povremeno posjećivao i prije njegovog uključivanja u koordiniranu brigu.

"Ranije se pojavljivao jednom mjesečno, dobio bi terapiju, i odbijao je svaki drugi vid uključenosti. Nakon što neko vrijeme nije dolazio, otišao sam da ga posjetim, kolega Nedim je tad tek počeo da radi ovdje kao socijalni radnik, i naišli smo na neugodan doček. Vrijedao nas je, govorio da ga trujemo, odbijao svaku saradnju. Poslije je morao biti hospitaliziran uz asistenciju hitne pomoći i policije, i nakon njegovog otpusta iz bolnice sastali smo se na inicijativu šefa kao tim i dogovorili naredne korake kako se tako nešto ne bi ponovilo", prisjeća Nedim Aješić.

"Počeli smo ga posjećivati jednom-dvaput sedmično, porazgovarati s njim, pitati ga treba li mu šta, težili tome da ga uključimo u grupu i da dolazi na sastanke, i on je uspio prepoznati našu iskrenu želju da mu pomognemo. Njega smo educirali da sam prepozna eventualne znakove pogoršanja i da nam se javi u svako doba, i zahvaljujući svemu već više od četiri godine nije bio u bolnici što je ranije bio slučaj skoro svakih nekoliko mjeseci", kaže Nedim Aješić, a socijalni radnik Nedim Osmanović također se prisjeća prvih susreta s Antom s kojim je danas osim sastanaka i posjeta i u redovnom kontaktu preko Viber-a:

"Ako zbog posjete porodici ili odlaska u banju neće doći na sastanak, uvijek nam javi na vrijeme, a redovno se javi i krajem sedmice i porazgovaramo. Na početku je bio zatvoren, mene nije poznao jer sam u to vrijeme tek počeo raditi, kazao sam mu da smo mu prijatelji i da smo tu da pomognemo, pozvali ga da dođe, i kad je odlučio da se otvori sprijateljili smo se i to prijateljstvo traje i danas", kaže Nedim Osmanović dodajući kako je ključ uspjeha u ovom slučaju u multidisciplinarnom pristupu, podršci menadžmenta i velikom zalaganju svakog od članova tima:

"Susretljivost menadžmenta i otvorenost CMZ-a oko izlaska na teren i drugih potrebnih intervencija je bila posebno bitna, izlazili smo i izlazimo



Dr. Zlatko Kalabić, Nedim Ajšić, Anto Madžarević, Meliha Hrustić i Nedim Osmanović

kad god treba, i uvijek smo na raspolaganju svim korisnicima", ističe Osmanović, a važnost zajedničkog rada ističe i odgovorna sestra CMZ-a Meliha Hrustić:

"U koordiniranoj brizi trenutno imamo 26 korisnika. Ranije su također postojale usluge posjeta u koje su išli ljekar i medicinska sestra i oni su radili koliko je bilo u njihovoj moći, ali tek kao kompletan tim u kojem imamo socijalnog radnika, psihologa, šefa koji nas svaki put okupi, mi možemo svakom pacijentu pružiti kompletnu

brigu. Funkcionišemo kao tim, na sastancima svako da doprinos iz svog domena, i imamo odriježene ruke da izađemo na teren uvijek kada je to potrebno. Za nas rad ne predstavlja samo profesionalnu obavezu, već i lično zadovoljstvo, i mnogo puta uposlenici koriste i svoje lične resurse kada treba", kaže Meliha Hrustić podcrtavajući kako je koordinirana briga važan segment u akreditacijskim standardima, a CMZ Tuzla je uspješno prošao vanjsku ocjenu i od Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u

FBiH (AKAZ) dobio akreditaciju za uspostavljen sistem kvaliteta.

Dodaje kako se u Antinom slučaju uz rad s njim, dodatno radilo i na destigmatizaciji prema ljudima iz njegove okoline:

"Kad smo išli u prve posjete, uvijek bi neko od nas ostajao vani u dvorištu, razgovarali smo sa susjedima, s njima radili na destigmatizaciji i davali im potrebne odgovore, i to je rezultiralo dodatnim uspjehom".

Kako bi Anti dani brže prolazili, iz CMZ su mu prije nekoliko godina pomogli da nabavi ovce koje je uzgajao i prodavao, ali je ove godine odustao jer se plašio bruceloze koja se bila pojavila. Pokazuje nam uredno ograđen tor u kojem je držao ovce koje nekada možda i ponovo nabavi:

"Vidiš, i to sam sve sam iskrčio i uredio. Čuvao bih ovce, pa bih ih za Bajram prodavao, i išlo je dobro. Nagovaraju me kolege iz Centra da možda nabavim kokoške, kažu oni bi kupovali jaja i ne bih se morao brinuti hoću li prodati, ali mislim da nema za njih puno računice, vidjećemo još...", govori nam Anto i pokazuje nam imanje oko kuće. Dio je ogradio u plac i prodaje. Kaže, hoće da ima za stare dane, da se ne mora brinuti hoće li moći platiti nekoga da mu isječe drva ako on ne bude sam mogao. Kaže da za sada nema na vidiku bračne partnerice.



Anto Madžarević: „Kako su mi kolege iz Centra počeli dolaziti u posjetu, i kako sam počeo ići kod njih na seanse, ljepše mi je“

"U mladosti se nisam ženio, bio sam bećar, radio težak posao u kovačnici i livnici u Mariboru. Ne bih se bunio da naiđe neka s kojom bih mogao živjeti, za sada je nema ali neka se barem priča pa će možda nešto i biti", kaže nam Anto i ispraća nas iz svog toplog i lijepo uređenog doma, a sa Melihom i dva Nedima iz tima CMZ se dogovara oko narednih posjeta, dolazaka u Centar i ostalih redovnih aktivnosti ■



Tomislav Knežević, Mirjana Pervan, David Trujillo, dr. Alma Mulić i Kristina Karimović

SARADNJA CMZ ŽEPČE S VJERSKIM ZAJEDNICAMA

„Svećenik David mi je preporučio da potražim stručnu pomoć, otkako dolazim u Centar druga sam osoba“

Kada su svećeniku Davidu Trujillu iz Ekvadora kazali da ide na službu u Hrvatsku – nije znao gdje je Hrvatska, a pogotovo nije ni slutio da će se nakon devet godina u Zagrebu naći u Bosni i Hercegovini na mjestu župnog vikara u Žepču gdje će među brojnim župljanima upoznati i Marka* kojem će pomoći da dobije stručnu po-

moć u Centru za mentalno zdravlje Žepče (**Ime korisnika izmijenjeno je radi zaštite identiteta*).

„U Žepču sam već petu godinu, i s njegovim stanovnicima dijelim sudbinu, družimo se i razgovaramo o svemu. Tu sam da im pružim duhovnu podršku i pomoć, ali kada osjetim da je potrebna dodatna, stručna podrška, onda ljude savjetujem da se ne ustručavaju potražiti je. Vjerski sam službenik i imam jedan širi pogled“, priča nam David Trujillo.

Kaže kako iako neki misle da vjera i psihologija nisu u dobrim odnosima, on smatra da je svaka pomoć od Boga, samo je pitanje preko koga će ona doći do čovjeka kojem je potrebna. Na jednom smo od druženja u Centru za mentalno zdravlje na kojem su uz Marka i voditeljica Centra dr. Alma Mulić te psiholog Tomislav Knežević. Tu su i socijalna radnica Mirjana Pervan i medicinska sestra u CMZ Žepče Kristina Karimović.

„Bio sam povučen, sam, nisam puno komunicirao čak ni s najbližim članovima obitelji. Među rijetkima s kojima sam komunicirao i razgovarao o svemu bio je upravo David kod kojeg sam išao u Zajednicu i koji me ohrabrivao da dođem ovdje. Otkako dolazim u Centar druga sam osoba. Mnogo bolje se osjećam, otvoreniji sam, družim se, razgovaram s prijateljima, obnovio sam veze s obitelji i svugdje sam bolje prihva-

ćen“, kaže nam Marko koji iz svog mjesta dva puta mjesečno dolazi u Centar gdje razgovara s Almom i Tomislavom.

„Ako nekada i pored tih dolazaka osjetim da mi nešto treba, oni su otvoreni i uvijek im se mogu javljati u bilo koje doba, nije mi teško razgovarati o bilo kojem problemu koji imam i to mi puno znači, razgovor mi je lijek“, dodaje Marko.

„Izgradili smo odnos koji nije samo formalan, razgovaramo opušteno i o svemu na jedan prijateljski i otvoren način. Otvorenost do koje je došao kroz razgovore pomogla mu je u društvu i u razvijanju boljih odnosa s obitelji što je posebno bitno za daljnji napredak“, kaže psiholog Tomislav, a Marko se ponovo uključuje u razgovor:

„Kad dođem s posla idem redovno i u teretanu, u slobodno vrijeme pogledam TV ili sam na internetu, pratim Fejsbuk gdje isto imam prijatelje, slušam glazbu, posebno duhovnu, i čitam duhovnu literaturu. Odlazim i na mise i slušam „Božiju riječ“ kod Davida“, priča nam Marko, a i on i David priznaju da na početku nije sve išlo tako lako.

„Nisam baš odmah htio da dođem, bilo je i mukotrpno, ali je David bio strpljiv i objasnio mi da će mi to pomoći“, kaže Marko, a David dodaje kako mu je to bilo potpuno razumljivo:



Podrška vjerskih zajednica od početka: Sa otvaranja CMZ Žepče

„Bilo je na početku malo odbijanja, ali sam ga u potpunosti shvatao jer nažalost u društvu postoje mnoge predrasude, pa oni koji potraže neku vrstu psihološke pomoći nerijetko bivaju obilježeni i stigmatizirani, i toga se mnogi plaše pa se znaju ustručavati da potraže stručnu pomoć, i mislim da ih u tom slučaju njihova središta treba ohrabriti na to, umjesto da ih obeshrabruje i dodatno obilježava. U tom ohrabrivanju vjerske zajednice mogu imati veliku ulogu jer su u direktnom kontaktu s ljudima“, kaže vlč. David Trujillo.

Voditeljica CMZ dr. Alma Mulić kaže kako je uz

ostale redovne aktivnosti ovog relativno mladog centra za mentalno zdravlje otvorenog početkom 2018. saradnja s vjerskim zajednicama jedan od dosta bitnih segmenata.

„Predstavnici vjerskih zajednica su nas podržali od dolaska na samo otvaranje, ali i posjetama naših drugih aktivnosti kao što su darovne izložbe, dani otvorenih vrata i pomoći u dijeljenju promotivnih materijala na kojima svi mogu saznati o našem Centru te o svemu šta nudimo i kako im možemo pomoći, što je jako bitno, a surađivali smo i sa Katoličkim školskim centrom. Može se reći da imamo dobru neformalnu

saradnju, a planu nam je da što skorije potpišemo i formalne protokole o saradnji sa vjerskim zajednicama s područja Žepča", kaže dr. Alma Mulić, a psiholog Tomislav dodaje kako osim Marka imaju još klijenata koji su došli na preporuku predstavnika vjerskih zajednica:

„Osim direktne saradnje kakvu imamo s Davidom i još nekim vjerskim službenicima, nerijetko imamo nove klijente koji dođu i kažu kako su im iz njihove lokalne vjerske zajednice preporučili da nam se jave“, kaže Tomislav.

Centar za mentalno zdravlje u Žepču otvoren je u februaru 2018. godine koji je izgrađen i opremljen u okviru Projekta mentalnog

zdravlja u BiH, koji podržava Vlada Švicarske, a implementira Asocijacija XY u partnerstvu sa Federalnim ministarstvom zdravstva i u kojem učestvuje i Agencija za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ).

„Novi smo i važno nam je da se čuje za naš rad, i da se što više otvorimo prema zajednici kroz saradnju sa svim relevantnim akterima. Već imamo potpisan protokol o saradnji sa Centrom za socijalni rad s kojim usko saradujemo, uspostavili smo brojne usluge među kojima i koordinirana podrška“, kaže dr. Alma Mulić dodajući kako koncept rada Centra za mentalno zdravlje omogućava bolju interakciju sa zajednicom ■





VANJSKE OCJENJIVAČICE AKAZ-a

“U centrima za mentalno zdravlje prvo gledamo čovjeka pa tek onda dijagnozu, svaka kolegijalna posjeta je i razmjena dobrih praksi i iskustava”

Ono što prema riječima vanjskih ocjenjivačica uokviruje čitavu priču o centrima za mentalno zdravlje jeste – akreditacija po standardima AKAZ-a

Vanjska ocjena i facilitacija u centru za mentalno zdravlje nisu tek obavljanje posla i priprema i pregled u svrhu akreditacije, već i kolegijalna

posjeta na kojoj se razmijene iskustva, pozitivne prakse, literatura i pravljenje mreže koja nastavlja da funkcioniše. Mreža saradnje i ostvarena iskrena prijateljstva uz zadovoljstvo na profesionalno obavljenom poslu nešto su što ističu vanjske ocjenjivačice Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) koje su obavile vanjske ocjene u svrhu akreditacije u centrima za mentalno zdravlje širom FBiH.

“Kad sam prvi put išla u ocjenu mislila sam da će to biti jedno strašno iskustvo, znala sam da je to jedna kolegijalna posjeta i sve ono što su nas na obuci učili, ali svi imaju neka drugačija očekivanja i plašila sam se da me ne dožive kao neku inspekciju ili kontrolu. Čim smo se upoznali taj osjećaj je popustio i jednostavno smo bili kolege koji zajedno rade na unapređenju kvaliteta i razmjenjuju iskustva. Na primjer imam jako pozitivna iskustva iz Bugojna gdje sam kolegama odnijela jako mnogo materijala, u kontaktu smo i danas, nazovemo jedni druge... Ta saradnja je jedan važan produkt vanjske ocjene”, kaže Elvira Ališahović-Gelo, neuropsihijatrica u CMZ Ilidža.

Suvada Sofić, diplomirana socijalna radnica u CMZ Novi Grad kaže kako je iz svakog CMZ-a koji je posjetila u svojstvu vanjske ocjenjivačice mogla nešto naučiti:

“Što više čovjek radi više i uči. Naravno, svaki

posjet je i razmjena dobre prakse, pa tako i ja dođem sa svojim iskustvima, uvijek donesem neke brošure, razgovaramo o tome kako ko od nas u svojoj sredini odgovara na određene potrebe korisnika”, kaže Suvada Sofić podcrtavajući kako joj je svaka vanjska ocjena donijela i lično i stručno usavršavanje:

“Obišla sam jako puno centara, ostvarila kontakte, donijela informacije korisne za naš centar ali i s centrima koje sam posjetila razmijenila iskustva koja su nama pomogla da budemo bolji”, kaže Suvada, a s njom se slaže i Hajrija Ibrišagić, diplomirana psihologinja u CMZ Ilidža:

“Dobra stvar je što smo kao ocjenjivačice obišle mnoge centre, njima smo prenijeli naše pozitivne prakse ali i od svakoga mogle uzeti nešto što je moguće primijeniti kod nas, tako da su posjete kroz vanjske ocjene i facilitacije bile od koristi i kod neke vrste umrežavanja nas kao Centara.”, kaže Hajrija Ibrišagić.

Na naš upit iz kojih od centara nose najpozitivnija i najkorisnija iskustva vanjske ocjenjivačice kažu kako im je teško izdvojiti bilo koga.

“Bila sam na ocjeni u CMZ Ključ i mogu reći da je to stvarno centar od kojeg se ima šta naučiti i gdje se mogu vidjeti pozitivni primjeri dobre prakse. Dobar tim, predan. Ovaj CMZ radi onako kako su nas učili da treba. Izdvojila bih još okupacionu terapiju koja je dobro organizovana,

imaju grupe i dobre terapeute, nema nikakvih predrasuda, i kad pacijenti dođu odmah vidite da se osjećaju kao kod kuće što je veoma bitno", kaže Suvada Sofić, a Hajrija Ibrišagić ističe i neke od nadzornih posjeta:

"Imala sam priliku biti u nadzornim posjetama u Živinicama, Cazinu, Srebreniku i Velikoj Kladuši, mogu reći da sam svugdje vidjela mnogo pozitivnih stvari, a posebno mogu istaknuti Živinice gdje sam vidjela ono što je jako bitno za dobar rad CMZ-a, a to je da imaju veliku podršku menadžmenta, Dom zdravlja ima odjel za kvalitet koji im je također podrška, opremili su prostor i vidi se da su vrlo motivisani i da dosta napreduju", kaže Hajrija, a pozitivna iskustva ima i Suvada:

"Ja sam na primjer u Živinicama bila facilitator, od toga je prošlo mnogo vremena, ali mi smo i danas u kontaktu, ako im je bilo šta nejasno oni me nazovu, nazovem i ja njih za neko mišljenje, i ta razmjena jednostavno ide dalje".

Vanjske ocjenjivačice koje su i same uposlenice centara za mentalno zdravlje saglasne su kako su centri u odnosu na ostatak zdravstvenog sektora dosta specifičniji, ali da se zbog toga nekada i sami mogu susresti sa stigmom, kao što se sa stigmom susreću i njihovi korisnici:

"Zdravstveni profesionalci koji rade u centrima za mentalno zdravlje imaju drugačiji odnos i pri-

stup, tako da se nerijetko i sami susrećemo sa stigmom od strane kolega zdravstvenih radnika iz drugih sektora", kaže Ismeta Krako, diplomirana medicinska sestra u CMZ Novi Grad.

"Ako idemo u kućnu posjetu i treba s nama da ide neko od kolega ko nije iz CMZ, često ide s predodžbom da se radi o opasnim ljudima kojih se treba plašiti, a to nije tako", dodaje Ismeta, a Elvira Ališahović-Gelo podcrtava poseban odnos koji se razvija između osoblja i korisnika centara:

"Pacijenti imaju povjerenje u nas, a to je nešto što se gradi i na čemu treba dosta raditi. Nekada dođu meni i žale se na stomachne tegobe jer im nekada jednostavno ne vjeruju i smatraju da je sve povezano s njihovom dijagnozom", kaže Elvira.

"Ne može svako raditi ovaj posao, potreban je drugačiji senzibilitet, od medicinske sestre pa nadalje, i to je mjera kvalitetnog rada – približiti se korisniku i prepoznati njegove potrebe. Kada dođemo u susret s drugim kolegama, oni nekada znaju naše pacijente gledati s predrasudama", dodaje Hajrija zaključujući:

"Mi ne gledamo prvo dijagnozu, mi u centrima za mentalno zdravlje prvo gledamo čovjeka pa onda sve ostalo!"

Naše sagovornice za sve napomenuto uz po-



Elvira Ališahović-Gelo, Suvada Sofić, Ahmed Novo, Ismeta Krako i Hajrija Ibrišagić

svećenost menadžmenta i osoblja centara istuču i doprinos Projekta mentalnog zdravlja u BiH koji podržava Vlada Švicarske, a implementira Asocijacija XY u partnerstvu sa Federalnim ministarstvom zdravstva i u kojem učestvuje i Agencija za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ).

"Nemjerljiv doprinos razvoju i napretku centara uz sve dao je Projekat mentalnog zdravlja kako kroz edukaciju osoblja tako i kroz sve druge segmente. Zahvaljujući Projektu svi centri svakodnevno napreduju u svom radu, opremljeni su, svi su prošli bitne edukacije, uključeno je Federalno ministarstvo zdravstva kao dodatna podrška i garant", kaže Ismeta Krako, dok sve skupa ističu i važnost edukacije omogućene kroz Projekat:

"Osim edukacija svog osoblja koje su veoma bitne, želim naglasiti i opremanje i nabavku materijala za okupacionu terapiju...", podcrtava Suvada Sofić.

Ono što prema riječima vanjskih ocjenjivačica uokviruje čitavu priču o centrima za mentalno zdravlje jeste – akreditacija.

"Ako je neko u centru za mentalno zdravlje za početak dobio u ruke i pročitao AKAZ standarde za CMZ – već je nešto počeo da radi, a pogotovo oni koji su akreditirani, spremaju se za reakreditaciju ili su reakreditirani. Zahvaljujući

jedinstvenim standardima svaki centar radi na identičan način, a to je omogućio AKAZ", kaže Ismeta Krako. Pored brojnih benefita Suvada Sofić ističe i to da centri nakon što uspješno prođu kroz proces akreditacije imaju generalno uređeniji sistem rada koji im osim u radu može pomoći i na druge načine:

"Svi koji prođu proces akreditacije spremniji su i za inspekciju, imaju uređen sistem i ne moraju brinuti, i to je nešto što smo kroz vanjske ocjene svi naučili, kako kao vanjski ocjenjivači, tako i u našim centrima za mentalno zdravlje učestvujući u procesu 's druge strane'", ističe Suvada koja kao i njene kolegice smatra kako je akreditacija proces koji je na terenu prepoznat kao koristan, kako za korisnike kojima omogućava kvalitetniju uslugu i pomaže održanju i konstantnom unapređenju, tako i za same uposlenike centara za mentalno zdravlje i drugih zdravstvenih institucija.

"Proces akreditacije ide dobrim smjerom, ljudi na terenu su motivisani za akreditaciju, i od onog početnog 'šta je to i što to nama treba?' vrlo brzo su shvatili pozitivne efekte akreditacije i akreditaciju vide kao napredak za pacijente ali i za sebe – svi indikatori su mjerljivi, mogu u svakom momentu vidjeti šta su uradili i šta mogu još uraditi u skladu sa resursima i sa potrebama lokalne zajednice", zaključuje Hajrija Ibrišagić ■



RAD CMZ TRAVNIK NA RESOCIJALIZACIJI

"Proveo sam više od 30 godina u zavodu, sad učim za frizera i već imam prve mušterije!"

Nenad iz Viteza ima 38 godina, krenuo je na praksu za frizerski zanat, jednom sedmično dolazi u Centar za mentalno zdravlje u Travniku gdje se druži s ostatkom grupe za život u lokal-

noj zajednici uz podršku i okupacionom terapeutkinjom Amrom Kovačević i ostalim osobljem. Nada se da će za Božićne praznike upoznati mamu, ujaka i ujnu koji žive u Hrvatskoj.

"Proveo sam više od 30 godina u zavodu, sada sam na ovoj grupi, lijepo mi je i prezadovoljan sam svim, zahvalan sam osoblju Centra gdje se svi mi osjećamo kao kod kuće, rado dolazimo, družimo se. Idem u školu za frizera, već dolaze i prve mušterije. Otac mi je poginuo prije sedam

godina, pomogli su mi da stupim u kontakt s mamom, čuli smo se, i ona me s ujakom i ujinom očekuje za praznike", priča nam Nenad.

Na jednom smo od sastanaka grupe iz "Sumero" programa "Život u lokalnoj zajednici uz podršku" kroz koji se nastoji resocijalizirati osobe s mentalnim smetnjama smještene u institucijama kroz zajednički život i podršku u lokalnoj zajednici. Članice i članovi grupe smješteni su u dvije kuće i s njima su asistentice iz "Sumera", a Centar za mentalno zdravlje Travnik među akterima je iz lokalne zajednice koji im u tome pruža podršku.

"Ovo je specifičan oblik rada, ali mogu reći da je možda i nešto najbolje u čemu sam imala priliku učestvovati za 34 godine koliko radim jer ljudima pomažemo da ponovo postanu ravnopravni članovi zajednice, vraćamo ih u život. Na sastancima grupe imamo okupacionu terapiju kao dio aktivnosti, ali nam je fokus prije svega na njihovoj socijalizaciji i uključivanju u svakodnevni život", pojašnjava nam Amra Kovačević.

"Kad vidimo napredak, kad vidimo da je to što radimo dalo rezultat, promjenu na bolje, moramo biti zadovoljni. Jednostavno – ovo je više od posla, ovo je dio života i ja njih sve jednostavno volim, jer bez toga ni ne može biti uspjeha", kaže nam Amra. Podcrtava važnost resocijalizacije i to koliko se na tome treba raditi, dodajući

da se na sastancima grupe često i zapjeva, u šta smo se i uvjerali na sastanku kada je Nenad počeo, a svi skupa s njim otpjevali nam nekoliko pjesama.

Veći dio života u instituciji je provela i Nasira:

"Ovdje mi je život. Jedva sam čekala da izađem iz zavoda, da se spasim. Provela sam tamo 12 godina, nisam mogla imati dugu kosu jer su nas šišali na kratko, bilo nas je po 20 u sobi. Sad sam pustila kosu i za koji dan me vode na farbanje. Prije toga bila u drugim institucijama od svoje 16. godine, a ove godine sam prvi put proslavila rođendan s kolegicama i kolegama, bila je pjesma i torta. Ovdje volim dolaziti, izrađivati razglednice, lijepo mi je u kući s kolegicama Fatimom, Silvom i ostalima, s našim asistenticama...", ispričala nam je Nasira, a čitavim programom i druženjima u grupi zadovoljna je i Silva:

"Bila sam pet godina u zavodu, i to je sad prošlost. Ovdje su ljudi koji su nas prihvatili, koji nas uvažavaju, mogu da se ispoljim kao osoba, da kažem da volim da čitam, da kuham, da me se sasluša. Kolegice su mi poput sestara, idemo na izlete, sređujemo cvijeće, išli smo na Plavu vodu, išli u tržni centar, bili na muzici, živimo i dani su nam ispunjeni. Ovdje razgovaramo jedni s drugima, družimo se, izrađujemo pred Novu godinu i Božić razne predmete i razglednice



Resocijalizacija kao prioritet: Od Komunalnog preduzeća dobili površinu na kojoj sade i uzgajaju cvijeće.

koje prodajemo i od toga nabavljamo novi materijal", kaže Silva.

Da je institucionalni smještaj prošlost nadaju se i Vehbija koji je u zavodu proveo devet i Fatima koja je tamo provela 15 godina, a tu je i Pero koji je živio sam i napušten u svom selu prije nego

je uključen u program.

"Nisam imao ništa i nikoga. Lijepo mi je ovdje i u smještaju, ima hrana, ima kuhinja, družimo se." kaže Pero.

Asistentice na programu koje korisnicima po-

mažu tokom njihovog života u smještaju Elvise Mrakić i Željka Garić kažu kako su zadovoljne da nakon što su prošle edukacije za asistente imaju priliku i baviti se tim te da ih posebno raduje napredak koji vide kod korisnica i korisnika. Asistentice su im podrška u svakodnevnim aktivnostima, s njima dolaze na radionice u Centar, ugovaraju preglede i s njima idu kod ljekara i pri ruci su im za sve ostalo.

"Sam početak komunikacije i njihovo uključivanje u zajednicu je dosta veliki pomak", slažu se Elvis i Željka, dodajući kako u svemu imaju priličnu podršku lokalne zajednice.

"Uz Centar za mentalno zdravlje i radionice, imamo i podršku Doma zdravlja koji nam izlazi u susret kao i Centar za socijalni rad čiji su socijalni radnici također dostupni i od pomoći, i ostalih kojima se u određenom momentu obratimo za pomoć", kažu Elvise i Željka. Što se same resocijalizacije tiče, kažu da za sada nema većih problema:

"Ono čega se od početka najviše plaše jeste kako će okolina reagovati na njih, plaše se stigmatizacije i da se ne vrate nazad u instituciju".

Amela Kalušić, diplomirana medicinska sestra i koordinatorica službe CMZ Travnik kaže kako je zadovoljna rezultatima koje vidi u ovoj grupi za relativno kratko vrijeme, ali da je pred svima još dosta rada.

"Osim što dolaze jednom sedmično na radionicu, članice i članovi grupe imaju redovne kontrole i svi su u koordiniranoj brizi kod nas. Amra i drugi članovi našeg tima do sada su uradili mnogo toga, trebalo ih je pripremiti za sve - od izlaska na ulicu, preko odlaska u kafić, restoran, ponašanja u tržnom centru, svemu onome od čega su se tokom dugogodišnjeg boravka u nekoj od institucija jednostavno odvikli. Dobili su i površinu od Komunalnog preduzeća na kojem sade i uzgajaju cvijeće, i sve skupa pomaže i već daje odlične rezultate", kaže Amela Kalušić dodajući kako već pripremaju i proslavu za Novu godinu na kojoj će imati i pjevača.

U CMZ Travnik kažu kako i zavodi i institucije kroz ovaj i slične projekte ne gube svoju ulogu u sistemu i kako postoje slučajevi gdje su oni jednostavno potrebni, te da je uloga CMZ-a u ovom slučaju u podršci osobama koji ostvare dovoljan napredak da se mogu vratiti u zajednicu, da se spriječe odnosno smanje rehospitalizacije što uz humanu, ima i finansijsku dimenziju u smislu ušteta.

Voditelj Centra za mentalno zdravlje prim.dr. Nermin Selman kaže kako je također zadovoljan radom kako sa ovom grupom, tako is a svim ostalim korisnicama i korisnicima:

"Naš Centar je na usluzi lokalnoj zajednici, podrška smo brojnim korisnicima pa i ovoj grupi.

Zadovoljstvo je vidjeti napredak koji ostvaruju kroz nešto što je najhumanija metoda i što je apsolutni trend svugdje u svijetu. Mi smo među prvima osnovani pa i akreditirani, kod nas su bijeli mantili odavno van upotrebe, ljudski pristup kod nas je način rada, a ne samo nešto što propisuju standardi kojih se pridržavamo", kaže prim.dr. Nermin Selman.

Centar za mentalno zdravlje Travnik uspješno je prošao vanjsku ocjenu i od Agencije za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) dobio akreditaciju za uspostavljen sistem kvaliteta,

a nakon prvog ciklusa uspješno je obavljena i reakreditacija centra u skladu sa noveliranim standardima iz 2016. godine i ponovo je utvđen visoki stepen ispunjenosti što ovaj centar dovođi u red ponajboljih u FBiH.

Reakreditacija CMZ Travnik obavljena je u okviru Projekta mentalnog zdravlja u BiH, koji podržava Vlada Švicarske, a implementira Asocijacija XY u partnerstvu sa Federalnim ministarstvom zdravstva i u kojem učestvuje i Agencija za kvalitet i akreditaciju u zdravstvu u FBiH (AKAZ) ■



Pogovor

Almir Panjeta: „Kako sam krenuo na put u nepoznato, a vratio se obogaćen životnim iskustvom“

„Priče iz centra“ vas možda neće promijeniti, ali ako ih pažljivo pročitate i upoznate se s glavnim likovima iz reportaža sigurno će vam promijeniti mnoga shvatanja. Meni, kao autoru, jesu. Kada smo se direktor AKAZ-a doc.dr. Ahmed Novo i ja dogovorili da ću obići centre za mentalno zdravlje širom FBiH, znao sam da idem na dug i za mene, iako se novinarstvom bavim skoro 20 godina, put u nepoznato. Uz punu podršku doc.dr. Nove koji me je ohrabrivao i uvjeravao da su centri za mentalno zdravlje mjesta iz kojih mogu donijeti sjajne priče, krenuo sam da ih zabilježim pokazali šta je to jedan centar za lokalnoj zajednici i ko su ljudi kojima

O centrima za mentalno zdravlje u AKAZ-u znao sam da su mnogi taj kvalitet u centrima vidi na svakom predubjeđenju o tome šta ću tamo su ljudi, neko bi rekao, pa iako svoj posljednjih godina pišem o djeci, marginaliziranim skupinama, nije mi mentalnim poteškoćama, godine mentalnog zdravlja i stigmi od koje učinili svoje.



kako bismo na jednom mjestu mentalno zdravlje, zbog čega je u pomaže.

znao sam samo osnovno, kroz rad akreditirani i uvjeravali su me da se koraku. Vjerovao sam im, ali je moje vidjeti ipak bilo drugačije. I novinari posao obavljam profesionalno, djeci s poteškoćama, raznim bilo strano ni pisanje o osobama s izloženosti nekoj drugačijoj slici je teško ili nemoguće pobjeći ipak su

Krenuo sam, i imao sreću da prvo posjetim Ključ gdje sam, kako će se pokazati poslije i u drugim centrima za mentalno zdravlje, sreo sjajne ljude. Kad kažem ljude mislim na sve – voditelje, članice i članove timova, korisnice i korisnike pa do tehničkog osoblja koji, mogu to slobodno reći nakon što sam obišao toliko centara – funkcionišu kao jedno i sa jednim ciljem. Vidio sam da su u centru za mentalno zdravlje svi jednaki, i da bar kako ja to vidim ljudi koji dolaze nisu tu samo da se liječe ili traže pomoć, oni su tu i da pomognu drugima da prođu kroz težak period života ili traumu, da se zajedno izbore protiv stigme.

Upoznao sam dr. Behzada i Elmu koji su me upoznali s korisnicama i korisnicima, razgovarao sam sa mnogima, iznijeli su mi svoje životne priče koje, iako su bile uglavnom teške i traumatične, nose pozitivnu poruku i poruku nade. I to je ono što me držalo. Upoznao sam Jasminu i Hajrudina koji su se upoznali u Centru i vjenčali se, Editu – autoricu stripa protiv stigme, i mnoge druge. I tako je počelo.

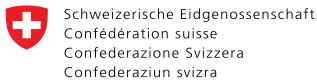
Na nekoliko mjeseci i mnogo pređenih kilometara puta, čuo sam ljudske priče iz svih krajeva, upoznao različite ljude, i ponovo se vraćao na isti zaključak – radi se o vrijednim i predanim ljudima koji svu svoju energiju bezrezervno ulažu u pomoć drugima. I ne pretjerujem. Od Nermine iz CMZ Visoko koja radi s mladima i koja je tražeći što bolje načine da im pristupi kreirala inspiracijske kartice, preko Marka koji u Mostaru vodi Klub liječenih ovisnika o kocki (KLOK), pa do Zenice gdje sam zabilježio sjajnu saradnju Udruženja „Medica“ sa tamošnjim CMZ-om od kojeg koristi ima cijela zajednica. Zajednici doprinosi i Klementina iz Viteza koju djeca u vrtiću zovu "teta" jer je često s njima na nekoj od radionica...

Kada bi nekom ko nije u toj struci, na primjer meni, rekli kako je „koordinirana briga“ nešto sjajno, gledali bi vas u čudu. Ali kada sam s timom iz Tuzle otišao u posjetu Anti koji je prije prve posjete „sestre Bebe i dva Nedima“ živio sam i u izolaciji, a sada nas dočekuje sa kapučinom i čokoladicama, onda mi nisu mnogo morali objašnjavati koji su to pozitivni efekti.

U Žepču sam vidio koliko uz sve druge aktere može biti korisna saradnja centra s vjerskim zajednicama, kroz razgovor sa sjajnim vanjskim ocjenjivačicama AKAZ-a saznao sam kako su one vidjele centre koje su posjetile kroz facilitaciju, vanjske ocjene ili nadzorne preglede - i bilo mi je drago da imamo slična viđenja. Raspored posjeta nije bio toliko unaprijed smišljen, ali priče su se redale tako da me na kraju dočekala ona iz CMZ Travnik gdje sam upoznao ljude koji su praktično bili zaboravljeni, ljude koji su proveli po više od 20 ili 30 godina u zavodima, sada korisnicima „Sumero“ programa, a kojima terapeutkinja Amra i ostali u centru s dr. Nerminom na čelu pomažu da se ponovo uključe u život. I uspijevaju u tome. Nenad bi za ove božićne praznike trebao upoznati mamu, ujaka i ujnu koji žive u drugoj državi. Ima 38 godina od kojih je više od 30 bio u zavodu.

O samom nastanku ove publikacije mogla bi se napisati još jedna, namjera mi nije bila da ponovo prepričavam ono što ste nadam se do ovog prologa već pročitali, ali želio sam da podcrtam šta je, između ostaloga, u ovim pričama na mene ostavilo poseban dojam i objasnim kako sam krenuo na put u nepoznato, a vratio se obogaćen jednim, slobodno mogu reći, životnim iskustvom. Na početku smo imali nekih nedoumica kako publikaciju nazvati, bilo je nekoliko radnih naziva, ali se naziv „Priče iz centra“ nekako sâm nametnuo, jer centar za mentalno zdravlje je zaista – centar.

Nisam zaboravio, nego sam ostavio za ovaj momenat: Posebno mi je drago što sam imao čast uraditi i intervju sa dr. Goranom Čerkezom, kojeg sam prije mnogo godina upoznao na jednom seminaru, i naš prvi susret bio je na ivici svađe kada je pred punom salom i bez šale kazao kako BiH ima najbolje mentalno zdravlje u regiji, a ja reagovao "novinarski" smatrajući kako je to nemoguće i bazirajući većinu stavova na novinskim natpisima u kojima su osobe s mentalnim poteškoćama uglavnom ako urade nešto loše. Nakon što sam bolje upoznao ljude centara za mentalno zdravlje, prije intervjua sam mu stisnuo ruku i priznao da je bio u pravu.



BOSNA I HERCEGOVINA
Federacija Bosne i Hercegovine
Federalno ministarstvo zdravstva



Министарство здравља и
социјалне заштите
Републике Српске



Švicarska agencija za razvoj i saradnju SDC

Projekat mentalnog zdravlja podržava Vlada Švicarske a implementira Asocijacija XY u partnerstvu sa Federalnim ministarstvom zdravstva i Ministarstvom zdravlja i socijalne zaštite Republike Srpske.
Sadržaj publikacije ne predstavlja nužno stavove Vlade Švicarske.



AKAZ - Agencija za kvalitet i akreditaciju u
zdravstvu u Federaciji Bosne i Hercegovine

Dr. Mustafe Pintola 1, 71000 Sarajevo
www.akaz.ba, akaz@akaz.ba