



Kurz sebaobhajoby

O práвах a povinnostiach zdravotne postihnutých ľudí sa toho píše a hovorí veľmi veľa. Ale čo z praktickej stránky?

■ **Text: Mgr. Katarína Petrová,**
psychológ CSS TAU Turie
Foto: Mgr. Jarmila Ondrášková

Dňa 5. 10. 2016 sa pod záštitou Žilinského samosprávneho kraja konal druhý ročník Tábora sebaobhajoby, ktorý organizovalo CSS TAU v Turí. Podujatie sa konalo pre 28 účastníkov v príjemnom prostredí Farmy Bardy v obci Kľače – Jasenové.

Tábor bol vytvorený pre prijímateľov sociálnych služieb zo štyroch sociálnych zariadení v rámci žilinského kraja. Klienti navštevujúci tieto centrá trpia rôznymi mentálnymi poruchami a zdravotnými ťažkosťami. Najčastejšie sa vyskytujú rôzne typy schizofrénie, mentálna retardácia a defekty osobnosti. Vzhľadom na to majú klienti často zhoršené kognitívne funkcie, ako napr. vnímanie, koncentráciu, imaginiáciu, učenie, ale aj problémy s krátkodobou a dlhodobou pamäťou.

Schizofrénia je psychická porucha, pri ktorej človek stráca kontakt s realitou. Prejavuje sa pozitívnymi príznakmi, ako napríklad halucináciami a bludmi; negatívnymi príznakmi, ako je depresia alebo strata záujmu o sociálne vzťahy a kognitívnymi príznakmi. Tu môžeme spomenúť často sa vyskytujúci bradypsychizmus, poruchy koncentrácie a narušené vnímanie okolia (napr. zvýraznenie určitých prvkov prostredia). Schizofrénia je veľmi unikátna. Ľudia ňou postihnutí môžu mať nespočetné množstvo kombinácií prejavov a môžu prechádzať fázami relapsov i remisí. Mentálna retardácia a defekty osobnosti často koexistujú práve pri tejto poruche, no vyskytujú sa aj samostatne. U osôb dlhodobo trpiacich schizofréniou môže vzniknúť postprocesuálny defekt osobnosti, resp. postprocesuálna psychopatia.

Do procesu sebaobhajoby sú najviac zainteresovaní ľudia s mentálnym postihnutím. Toto hnutie pochádza zo Švédska a bolo vytvorené za účelom tvorby skupín ľudí s mentálnym postihnutím. Tieto skupiny



komunikovali o svojich životoch, cieľoch, snahách a túžbach, ale aj práвах a potrebách. Sebaobhajoba sa pridružuje práв osôb so zdravotným postihnutím podľa Dohovoru OSN. Rešpektujú sa klientove práva, nezávislosť, zodpovednosť samého za seba a kontrola nad vlastným životom, pri čom si ich klienti sami uvedomujú. Cieľom sebaobhajoby je zmeniť životy znevýhodnených ľudí k lepšiemu. Prostredníctvom tohto projektu sa snažíme takýmto klientom pomáhať a rozvíjať ich možnosti, schopnosti a danosti. Vďaka sebaobhajobe sa klienti stávajú samostatnejšími, zaraďujú sa do bežného života a sú v lepšom kontakte s okolitým prostredím. Učia sa nové znalosti a skúsenosti, ktoré sú im v mnohých prípadoch prakticky predvádzané. Zároveň si uvedomujú svoje role a pozície v sociálnom živote a učia sa prijímať zodpovednosť. Sebaobhajoba ich učí dôverovať sebe samému a stať sa nezávislejšími. Klienti lepšie spoznávajú sami seba a učia sa adekvátne reagovať na okolitý svet a prejavovať asertívne svoj názor.

Počas Tábora sebaobhajoby sme mali možnosť vidieť 15 mladých dospelých ľudí, ktorí prezentovali svoje projekty. Každý stručne povedal o svojej minulosti, rodine, príchoде do zariadenia. Klienti, ktorí sa zúčastnili druhý rok, sa zameriavali na obdobie posledných 12 mesiacov. Snažili sa vyzdvihnúť svoje pokroky, snahy a zlepšenia v rôznych oblastiach. Často

sme mali možnosť vidieť množstvo ocenení z popredných miest, napríklad z rôznych športových alebo tanečných disciplín. Klienti, ktorí sa zúčastnili po prvý raz, nám prezentovali svoje celoživotné úspechy. Mali sme možnosť vidieť množstvo fascinujúcich úspechov a zároveň sme sa stretli s rôznymi životnými príbehmi a s rôznymi osudmi.

V priebehu dňa boli dve prestávky určené na obhliadku farmy a jedna na obed. Prostredie farmy klientom ponúкло prostriedky ergoterapie, pri čom sa klienti aktívne a zmysluplne zapájali. Táto aktivita dokázala podporiť ich fyzické aj psychické funkcie. Mali možnosť zoznámiť sa s prácou pri domácich zvieratách a oboznámilo ich o množstve povinností súvisiacich s ich starostlivosťou. Mali možnosť hladkať zvieratá, previezť sa na koňoch a prechádzať sa s nimi, ako aj dozvedieť sa viac o ich starostlivosti. Majiteľ farmy, pán Bardy, nám ukázal okolie, porozprával o histórii a vzniku farmy, ako aj priamo predviedol techniky dojenia a kŕmenia domácich zvierat. Po chutnom obede sme mali možnosť vyskúšať kozie a ovčie syry, dezerty a nápoje vyrobené priamo na farme.

Každý uchádzač sa veľmi snažil a nás veľmi tešilo, že sme ich mohli podporiť. Chceme týmto poďakovať aj Inštitútu bazálnej stimulácie, s. r. o., a Adidas Continental Beskydskej sedmičke, vďaka ktorým sme tento projekt mohli zrealizovať a pomáhať tak ostatným. Dúfame, že sme založili pevné korene tejto udalosti a bude sa konať a podporovať ľudí so znevýhodnením aj nasledujúce roky a stane sa tak príjemnou tradíciou.