

Mai mult decât tratament

Terapia ocupațională redă speranța pacienților de la Bălăceanca

La Spitalul de Psihiatrie "Eftimie Diamandescu" Bălăceanca, tratamentul nu se rezumă la administrarea medicației. Recuperarea înseamnă mult mai mult: înseamnă terapie ocupațională, înseamnă oameni care sunt încurajați să creeze, să comunice, să își exprime emoțiile și să își recapete încrederea în propriile forțe. O melodie, o foaie de hârtie și câteva creioane colorate, un dans, o floare plantată sau un rol pe o scenă improvizată pot deveni, aici, adevărate instrumente de vindecare.

Carmen ISTRATE
În imaginarul colectiv, un spital de psihiatrie este, de cele mai multe ori, asociat exclusiv cu medicația și cu imaginea unor pacienți izolați, lipsiți de libertatea de a se exprima.

La Bălăceanca, realitatea este cu totul alta. Recuperarea este privită ca un proces complex, în care terapia ocupațională completează actul medical și îi ajută pe pacienți să își redescopere resur-



sele interioare, să comunice, să se relaționeze și să își recapete speranța. Și dacă medicația controlează simptomele și stabilizează boala, terapia ocupațională îi ajută pe oameni să își reconstru-

iască viața. Este un tratament care nu poate fi ambalat într-o cutie și nici prescris pe o rețetă, dar ale cărui rezultate sunt vizibile zi de zi. Pacienții învață să aibă din nou încredere în ei înșiși, să lu-

creze în echipă, să își exprime emoțiile și să privească spre viitor. Pentru că, dincolo de orice diagnostic, există întotdeauna un om, iar fiecare om merită șansa unui nou început.

Echipa Jurnalului de Ilfov a văzut cum sunt puse în practică activitățile incluse în programele de terapie ocupațională. Înconjuțați de verdeț, îmbrăcați lejer și așezați pe băncuțele amplasate în foisoare moderne, cu câte un pahar de suc alături, pacienții au participat, în mod voluntar, la o sedință de terapie prin desen. Atmosfera a fost una relaxa-

tă, iar fiecare participant era încurajat să se exprime liber, fără teama de a fi judecat.

Psihologii care coordonează aceste activități ne-au explicat cum aerul curat, lumina naturală și contactul permanent cu natura reduc stresul și anxietatea, stimulează comunicarea și dezvoltă abilitățile sociale și practice. Și cum pentru mulți dintre pacienți, simplul fapt că pot îngriji o plantă, pot realiza un obiect sau pot participa la o activitate de grup reprezintă primul pas spre recăștigarea autonomiei și a încrederii în propriile forțe.

Muzica, teatrul și pictura completează tratamentul

La Bălăceanca, terapia ocupațională nu este o activitate recreativă, ci o parte importantă a procesului terapeutic. Fiecare atelier este conceput pentru a răspunde unor obiective clare de recuperare, iar rezultatele obținute confirmă valoarea acestor intervenții în parcursul pacienților.

Stimularea prin muzică contribuie la dezvoltarea și exprimarea personalității, oferindu-le pacienților posibilitatea



de a transmite emoții pe care, uneori, cuvintele nu le pot reda. Jocul este folosit ca instrument terapeutic pentru dezvoltarea psihomotorie, stimularea sociabilității și îmbunătățirea relaționării cu cei din jur, contribuind totodată la dezvoltarea spiritului de echipă.

Atelierele de artă vizuală stimulează imaginația și creativitatea, cultivă răbdarea și întăresc încrederea în propriile capacități. Fiecare desen, fiecare tablou sau obiect realizat demonstrează pacientului că poate crea, poate duce un proiect la bun sfârșit și poate redescoperi satisfacția reușitei.

La rândul său, teatrul oferă libertatea exprimării sentimentelor și emoțiilor. Prin jocuri de rol și exerciții specifice, participanții își depășesc treptat blocajele emoționale, își recapă-

tă curajul de a comunica și își dezvoltă capacitatea de a relaționa cu ceilalți.

Sprijin pentru pacienți și familiile lor

Proiectele dezvoltate la Spitalul de Psihiatrie "Eftimie Diamandescu" au apărut din dorința de a răspunde nevoilor persoanelor cu dizabilități psihice și ale celor cu șanse reduse de reintegrare psiho-socială.

Dincolo de activitățile terapeutice, spitalul oferă servicii de asistență socială, consiliere socială și psihologică pentru adulți cu dizabilități psihice și fizice, adolescenți aflați în perioade dificile, persoane care traversează situații de criză, vârstnici afectați de boli specifice înaintării în vârstă și aparținătorii acestora.



Pacienții și familiile lor beneficiază de sprijin pentru accesarea serviciilor sociale, consiliere și participarea la ateliere de creație și dezvoltare personală. Totodată, sunt organizate grupuri de suport dedicate familiilor

persoanelor diagnosticate cu demență, schizofrenie sau alte tulburări psihice, precum și activități de prevenție adresate tinerilor, pe teme precum consumul de alcool, droguri sau dependența de jocurile de noroc.

O echipă întreagă lucrează pentru recuperarea fiecărui pacient

Succesul acestor programe se bazează pe munca unei echipe multidisciplinare formate din medici psihiatri, psihologi, asistenți medicali, asistenți sociali și voluntari. Alături de managerul unității medicale, Stoica Tănase, toți au același obiectiv: recuperarea pacientului și reintegrarea lui în familie și

în comunitate. De aceea, la Bălăceanca, fiecare progres este important. Fiecare pacient este încurajat să își exprime emoțiile, să participe la activități și să își redescopere identitatea dincolo de diagnostic. Și tocmai această abordare stă la baza conceptului "O altfel de psihiatrie", care urmărește schimbarea percepției asupra bolilor psihice și reducerea stigmatizării persoanelor diagnosticate cu astfel de afecțiuni.

Spitalul de Psihiatrie "Eftimie Diamandescu" Bălăceanca devine tot mai mult, pe lângă locul în care sunt tratate simptomele unei boli psihice, un spațiu în care oamenii își recapătă încrederea în ei înșiși, își redescoperă vocea și învață, pas cu pas, să își reconstruiască viața.

"În terapia ocupațională nu urmărim doar ca pacienții să își petreacă timpul într-un mod util. Fiecare activitate are un obiectiv terapeutic clar: să îi ajute să își recapete încrederea în propriile capacități, să comunice mai ușor și să își dezvolte abilitățile de care vor avea nevoie după externare. Atunci când vedem un pacient care, la început, refuza orice interacțiune, iar după câteva săptămâni participă cu entuziasm la un atelier sau îi încurajează pe ceilalți, știm că terapia își atinge scopul. Uneori, primul semn al vindecării nu este o analiză medicală, ci momentul în care un pacient zâmbește din nou și își dorește să creeze ceva", ne-a declarat Valentina Petrache, asistent social la Spitalul de Psihiatrie "Eftimie Diamandescu".

"Medicația este esențială în tratamentul tulburărilor psihice, însă recuperarea presupune mult mai mult decât controlul simptomelor. Prin muzică, artă, joc sau teatru, pacienții își exprimă emoțiile, își exersează relaționarea și își recapătă sentimentul că sunt valoroși. Terapia ocupațională completează intervenția medicală și îi pregătește pentru întoarcerea în familie și în comunitate. Scopul nostru nu este doar să tratăm o boală, ci să redăm omului sentimentul că poate avea din nou un loc în lume", a completat psiholog Cristina Nae.

