

**PODPŮRNÝ SYSTÉM SVĚPOMOCNÝCH
SKUPIN, OHLÉDNUTÍ
(1997-2017)**

Eva Jarolímová
Česká alzheimerovská společnost, Praha

a...

Česká
alzheimerovská
společnost



„Problém, který je sdílený,
nabývá poloviční hodnoty i váhy“

(americké přísloví)

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

Alzheimerova choroba mění život jak u těch, kteří jsou diagnostikováni, tak těch, kteří jsou jejich blízcí. Naše podpůrné skupiny poskytují místo pro kontakt s dalšími pečujícími, kteří skutečně chápou, čím prochází.

Jedná se o bezpečné místo pro pečující rodinu a přátele osob s demencí, které se setkají a rozvíjejí vzájemný podpůrný systém.

PODPŮRNÁ (SVÉPOMOCNÁ) SKUPINA

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

Pracuje na principu vzájemného sdílení a spolupráce, nabízí náhled na zkušenosti s péčí o nemocného i o sebe sama, představuje poskytování podpory více klientům najednou. Jedná se o otevřenou nepsychotherapeutickou skupinu, kde tuto službu poskytují odborníci (facilitátor), kteří skupinu vedou, dále „organizátor“ a také i účastníci této skupiny mezi sebou navzájem.

Skupina také pomáhá řešit celou řadu problémů spojených s každodenním životem člověka s demencí v průběhu všech fázích demence, řeší otázky přístupu, komunikace, vztahů v rodině.

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

V roce 2012 se v Praze konaly 300. „Čaje o páté“, první setkání proběhlo v roce 1998.

V roce 2010 vznikla svépomocná skupina pro lidi s demencí.

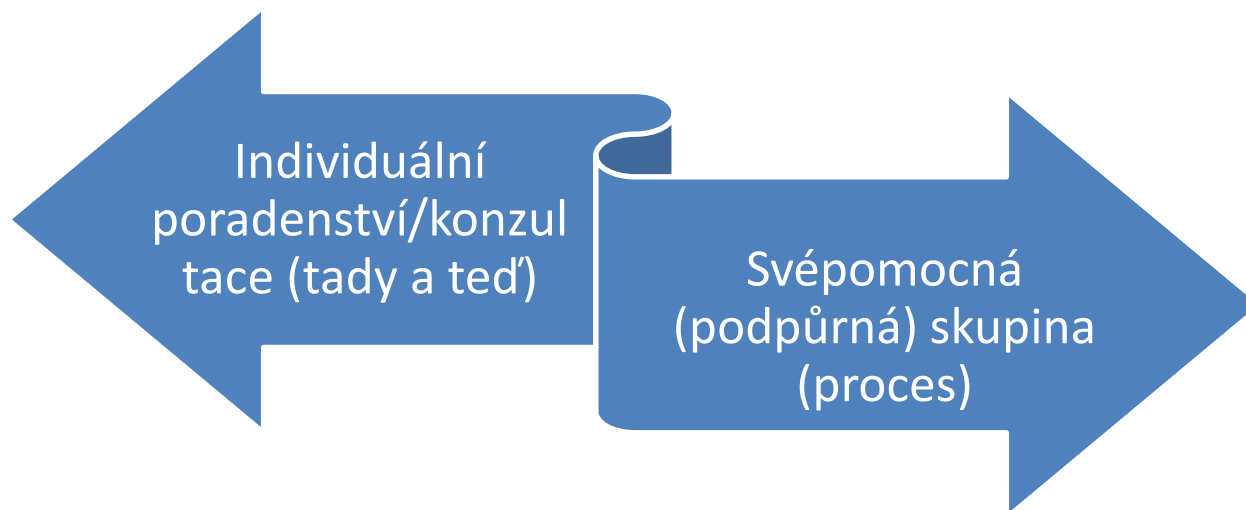


PRINCIPY SVÉPOMOCNÉ SKUPINY

- každý může něco přispět a něco získat
 - neexistuje perfektní pečovatel
 - poskytujeme si navzájem informace, ne rady
 - situace každého pečovatele a každého nemocného je odlišná
- u pečujících převažují pozitivní strategie nad negativními (plyne z řady výzkumů)
- zrání osobnosti

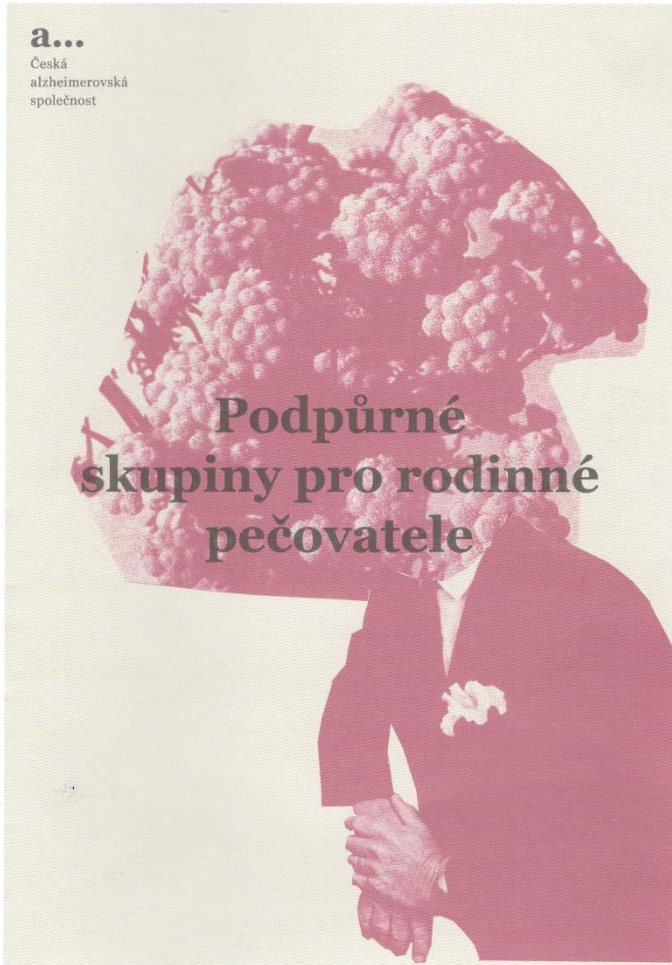
VÝVOJ A PROMĚNA V ČASE

a...
Česká
alzheimerovská
společnost



a...

Česká
alzheimerovská
společnost



**Podpůrné
skupiny pro rodinné
pečovatele**

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

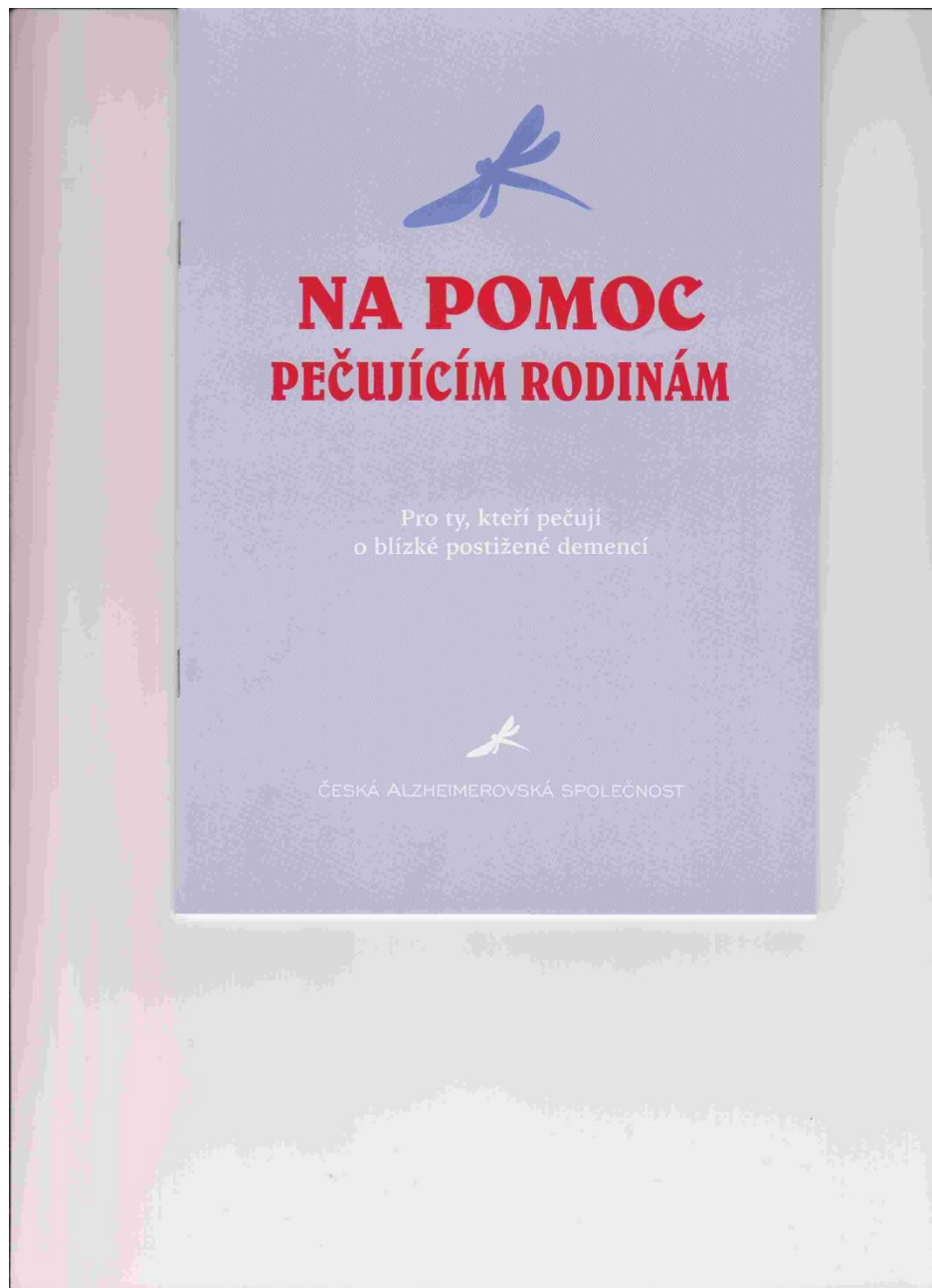
a...

Česká
alzheimerovská
společnost



Na pomoc pečujícím rodinám

Příručka pro pečující rodinné příslušníky
a další blízké lidi s demencí



a...
Česká
alzheimerovská
společnost

CÍLEM PODPŮRNÉ SKUPINY JE: **a...**

Česká
alzheimerovská
společnost

- Interpersonální učení
- Altruismus
- Soudržnost
- Socializace
- Předávání informací
- Konstruování naděje
- Uvolnění tenze
- Podpora

Co ještě můžeme:

•Člověk s demencí

- změřit kognitivní a funkce a doporučit trénink KF a podpořit také zvládání běžných denních aktivit

•Pečující osoba:

- změřit náladu
- hladinu anxiety
- míru psychické zátěže

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

Průběh
nemoci

Sociálně-
právní
otázky

Psychická
podpora

Diagnóza,
léčba,
terapie,
aktivizace

Prognóza
nemoci

Umístění
klienta v
DZR, KDP,
DS, respitní
péče

Příspěvek
na péči,
omezení
svéprávnost
i

Stres, zátěž,
vyčerpání

Deprese,
pocity viny,
vztahové
problémy,
ztráta blízké
osoby

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

PRO UDRŽENÍ VLASTNÍCH HRANIC

- udržovat co nejvíce společenský život
- sdílet s někým své starosti
- najít si čas na své koníčky a odpočinek, čas pro sebe

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

„Skutečně nevím, kde jinde bychom našli všechno to, co nám bylo předloženo a stále je předkládáno právě v České alzheimerovské společnosti - nespornou odbornost, pomoc, podporu, hluboké pochopení, praktické rady, upřímnost, optimismus. Za ty 2 roky jsem služby alzheimerovské společnosti doporučil několika známým a všichni bez výjimky mé názory na význam a kvalitu nabízených služeb České alzheimerovské společnosti sdílejí.

Náš zápas s touto nemocí již není díky pomoci konzultantů alzheimerovské společnosti zdaleka tak nevyrovnaný a beznadějný.“

J.Š. rodinný pečující, syn
51 let

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

Svépomocná skupina tak snižuje osobní izolaci pečujících osob, rozvíjí nové sociální kontakty a posiluje jejich vlastní působnosti. Účastníci mohou jednoduše opět mít čas pro sebe a naučit se lépe vypořádat se stresem.

Významným cílem skupiny je snižovat psychickou i fyzickou zátěž rodinných pečujících, poskytnout psychickou a sociální pomoc a podpořit tak péči o člena rodiny co nejdéle v domácím prostředí. Pomoc a podpora je poskytována nejen pečujícím jednotlivcům, ale i ostatním členům rodiny.

a...

Česká
alzheimerovská
společnost

DĚKUJI ZA POZORNOST!

eva.jarolimova@alzheimer.cz