

ULOGA RADNE TERAPIJE U MENTALNOM ZDRAVLJU

01. Zašto je potreban radni terapeut u mentalnom zdravlju?

Radni terapeuti u području mentalnog zdravlja rade sa pojedincima i grupama kako bi ih podržali u prepoznavanju i uključenju u njima značajne i smislene aktivnosti koje zbog dijagnoze mentalnog oboljenja nisu u mogućnosti izvoditi. Svaka osoba ima jednake potrebe, a to je da želi biti ravnopravan član društva, imati posao koji mu osigurava egzistenciju, moći se brinuti o sebi i drugima te sudjelovati u aktivnostima slobodnog vremena. Kada zbog utjecaja oboljenja iz područja mentalnog zdravlja dođe do poteškoća u svakodnevnom funkcioniranju radni terapeut procjenjuje što to utječe na funkcioniranje, kakvo je trenutno suočavanje sa istom, koje su potrebe i odnosi, a sve sa ciljem promicanja zdravlja, povećanja vještina, organiziranjem podrške te povećanjem kvalitete života.



02. Što radi radni terapeut na području mentalnog zdravlja?

Radni terapeuti pružaju podršku ljudima u različitim sredinama – bolnicama, školama, domovima i zajednicama – pomažući im da se suoče s izazovima svakodnevnog života. Kroz detaljne procjene, terapijski rad obuhvaća kako fizičke, tako i mentalne aspekte zdravlja, pomažući u razvijanju učinkovitih rutina i strategija za nošenje sa stresom. Radna terapija usmjerena je na:

- Procjena funkcionalnih sposobnosti – Radni terapeut procjenjuje vještine pacijenata, kako bi odredio utjecaj mentalnog zdravlja na svakodnevno funkcioniranje.
- Razvijanje planova terapije – Na temelju procjene, terapeut kreira individualizirani terapijski plan koji uključuje aktivnosti za poboljšanje neovisnosti u aktivnostima svakodnevnoga života.
- Poticanje samostalnosti – Potiče pacijente u razvijanju i održavanju vještina potrebnih za svakodnevne aktivnosti (primjerice osobna njega, kuhanje, upravljanje financijama).
- Poboljšanje socijalnih vještina – Radni terapeut provodi vježbe koje pomažu pacijentima u razvoju komunikacijskih i interpersonalnih vještina, ključnih za socijalnu integraciju.
- Upravljanje stresom i emocijama – Uči pacijente tehnikama za smanjenje stresa i napetosti, samokontroli anksioznosti i poboljšanju emocionalne stabilnosti.
- Radno osposobljavanje – Usmjerava pacijente u razvijanju vještina potrebnih za radno okruženje, poput organizacije, fokusiranja i timskog rada.
- Učenje strategija suočavanja – Razvija strategije za suočavanje s anksioznošću, depresijom i drugim mentalnim stanjima koje ometaju svakodnevne aktivnosti.
- Podrška u prilagodbi na promjene – Pomaže pacijentima u prilagodbi na nove životne okolnosti i promjene u vezi s njihovim mentalnim zdravljem.
- Edukacija pacijenata i obitelji – Radni terapeut pruža edukaciju o mentalnom zdravlju, kako pacijentima, tako i njihovim obiteljima, radi boljeg razumijevanja stanja i procesa oporavka.
- Praćenje napretka – Kontinuirano prati napredak pacijenta i prilagođava terapijske aktivnosti kako bi se osigurali najbolji rezultati u oporavku.

Suvremeno liječenje poremećaja mentalnog zdravlja okrenuto je ciljevima oporavka, osnaživanja i socijalnog uključivanja kako bi se omogućilo osobama koje koriste službe za mentalno zdravlje da mogu živjeti neovisno sa stupnjem profesionalne podrške u skladu sa njihovim potrebama. Radni terapeuti primjenjuju pristup usmjeren na oporavak i blagostanje, koji potiče sudjelovanje klijenata u upravljanju vlastitim zdravljem i jača njihovu samostalnost u svakodnevnom životu. Dokazano je da intervencije temeljene na individualnim ciljevima klijenata pomažu u postizanju uravnoteženog života.



Provođenje svakodневних aktivnosti radni terapeut sagledava unutar okruženja u kojem osoba živi, a upravo je prirodno okruženje najučinkovitije mjesto za procjenu i intervenciju radnog terapeuta