

JAK NA MOKOTOWIE POWSTAŁ PIERWSZY W POLSCE RECOVERY COLLEGE

**JAKUB TERCZ – FUNDACJA
OTWARTE SEMINARIA
FILOZOFICZNO-PSYCHIATRYCZNE**

Poznałem się z Partnerstwem Lokalnym Nasze Stegny podczas jednego z sąsiedzkich wydarzeń plenerowych w połowie 2020 roku.

Przyszedłem na piknik, żeby opowiedzieć o projekcie, w którym wtedy pracowałem, czyli dotowanym ze środków unijnych PO WERze, w ramach którego przy Mokotowskim Centrum Zdrowia Psychicznego działającym przy Instytucie Psychiatrii i Neurologii prowadziliśmy szereg dodatkowych form wsparcia społecznego. Zostały m.in. uruchomione (wymontowane i przysposobione) 3 mieszkania (2 przejściowe i 1 chronione), działła Mobilny Zespół Wsparcia Społecznego, prowadzono warsztaty destygmatyzacyjne, doradztwo zawodowe oraz grupy wsparcia.

Moim zadaniem była współpraca z partnerstwami lokalnymi „Dla Mokotowa”. Chodziło o to, żeby nie tworzyć na terenie nowej sieci wsparcia, komunikacji, promocji, ale wejść i rozwinąć to, co już jest. Mokotów jest pod tym względem na mapie Warszawy dzielnicą wyjątkową, ponieważ, gdy projekt się zaczynał, działało na nim 6 oddzielnych (a w 2023 r. już 7) partnerstw lokalnych, czyli półformalnych grup terytorialnych związanych z poszczególnymi osiedlami, w które tworzą wspólnie: mieszkańcy, organizacje pozarządowe, firmy, samorząd i inne podmioty publiczne. Pośród różnych celów szczegółowych, które każde Partnerstwo może wyznaczać samo dla siebie, ogólnym celem każdego z nich jest integracja mieszkańców. Stąd moim celem była integracja osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego z mieszkańcami oraz mieszkańców z osobami doświadczeniem kryzysu.

Jednym z pomysłów, jak to osiągnąć, było, tam gdzie to możliwe i zasadne, wyprowadzanie usług wsparciowych z lokacji medycznych na dzielnicę. Bo przychodzi w leczeniu taki moment, w którym dużą potrzebą staje się rozwijanie poczucia przynależności do wspólnoty i stawianie celów pozamedycznych, tak żeby można było rozwijać także swoją rolę inną niż bycie osobą pacjentką. Dlatego zaproponowałem, żeby grupy wsparcia, tam gdzie to będzie możliwe, organizować w różnych lokalach



fol. Katarzyna Parzuchowska-Tercz

OWOCOWERY
MAZOWIECKA SZKOŁA ZDROWIENIA

partnerskich: w klubokawiarniach, w filiach Biblioteki Publicznej Mokotów, w domach kultury. I tak to się działo. Wiele z tych grup odbywało się na Barceńskiej 1 w Ośrodku Kultury Aktywne Stegny. Organizowaliśmy tam m.in. grupę dla rodzin, terapeutyczną, pracy ciałem.

Po zakończeniu projektu w 2024 roku już oficjalnie do Partnerstwa Nasze Stegny dołączyła założona przeze mnie w 2015 roku (razem z prof. Andrzejem Kapustą z Instytutu Filozofii UMCS) Fundacja Otwarte Seminaria Filozoficzno-Psychiatryczne (owocem czego jest m.in. właśnie PEGAS!). Przez pierwsze lata w Fundacji zajmowaliśmy się promocją humanistyki w ochronie zdrowia psychicznego, współpracowaliśmy z uniwersytetami, działaliśmy na przecięciu akademii i świata organizacji pozarządowych (takich jak Fundacja eKropka, Warszawski Dom pod Fontanną czy Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób z Zaburzeniami Psychicznymi Integracja), integrowaliśmy różnych interesariuszy systemu: badaczy, pomagaczy, osoby pacjenckie. Począwszy od 2018 roku zaczęliśmy także organizować warsztaty, najpierw w formie zainicjowanych przez moją przyszłą żonę Katarzynę Parzuchowską-Tercz zajęć teatralnych (z których wyłonił się działający przy DK Stokłosy TEATR KRYZYS), potem pilotażu warsztatów z Praktyki Opartej na Wartościach, kursów dla studentów kierunków medycznych.

Zwieńczeniem naszych poszukiwań formy było założenie Szkoły Zdrowienia, czyli pierwszego w Polsce recovery college, podmiotu świadczącego wsparcie poprzez tworzenie warunków do uczenia się zdrowienia przez dorosłe osoby z doświadczeniem różnych kryzysów psychicznych. Przez zdrowienie rozumiemy „powrót osoby do możliwie pełnego, satysfakcjonującego życia w społeczno-

OSFP
Fundacja Otwarte Seminaria
Filozoficzno-Psychiatryczne

ści – zgodnie z jej potrzebami, wartościami i potencjałem, niezależnie od trudności związanych z diagnozą psychiatryczną”. W świecie idealnym zdrowienie zaczyna się tam, gdzie osoba może korzystać z adekwatnego, skutecznego, zindywidualizowanego leczenia (farmakologicznego, psychoterapeutycznego). I w pewnym momencie tego leczenia może się okazać, że cele medyczne zostają już osiągnięte i stają niewystarczające, że osoba chce się przede wszystkim spełniać jako wartościowa część społeczeństwa, że pacjentem (czyli kimś, kto się leczy) się bywa, ale jest się także kimś więcej i że to więcej także może być dla danej osoby dostępne.

Ze względu na bazowe źródło finansowania ze środków wojewódzkich, nazwaliśmy się Mazowiecką Szkołą Zdrowienia. Na ten moment w ramach 3-letniego grantu Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej działamy w trybie dwóch semestrów na rok. Zapotrzebowanie jest bardzo wysokie: ostatnią rekrutację na semestr jesienny zakończyliśmy po 4 dniach. To nas napędza do poszukiwania dodatkowych możliwości rozwoju. Dlatego ostatniego lata dzięki dotacji z Urzędu Dzielnicy Mokotów zorganizowaliśmy w DK Kadr dodatkowy turnus wakacyjny.

Dziś podejście recovery jest integralną częścią anturazu psychiatrii środowiskowej i jest mu poświęcony cały rozdział wydanego w tym roku podręcznika. Wiele osób zostało do nas skierowanych z terytorialnie nam najbliższych Centrów Zdrowia Psychicznego, Ursynowsko-Wilanowskiego oraz oczywiście Mokotowskiego. Mamy poczucie pełnej współpracy z tymi podmiotami oraz czujemy się częścią systemu psychiatrii środowiskowej, szczególnie południowej części Warszawy.

e-mail: szkolazdrowienia@osfp.org.pl
<https://osfp.org.pl>