

## **Żeby wyzdrowieć trzeba wyjść nadziei naprzeciw. O Stowarzyszeniu „Otwórzcie Drzwi”**

Jolanta Janik

Krakowskie Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi” jest organizacją pozarządową, powstałą oddolnie, samorządną i posiadającą osobowość prawną. Istnieje od września 2000 roku. Zrzesza osoby po kryzysach psychicznych, współpracuje z profesjonalistami i sympatykami związanymi z psychiatrią środowiskową.

Naszym statutowym celem jest przeciwdziałanie piętnowaniu osób chorujących psychicznie oraz pomoc w powrocie do pełnienia odpowiedzialnych ról społecznych w rodzinie, miejscu pracy lub nauki.

Prowadzimy szeroko zakrojoną kampanię edukacyjną dla studentów medycyny, lekarzy, studentów socjologii, psychologii, pracowników socjalnych, kleryków i księży, nauczycieli. Współpracujemy z mediami przygotowując artykuły, reportaże, uczestnicząc w dyskusjach, których przedmiotem jest specyfika zachorowań psychicznych i zdrowienia, gdyż niestety w wielu jeszcze środowiskach, szczególnie w małych miejscowościach, osoby chorujące psychicznie doświadczają nie tylko cierpienia związanego z chorobą, ale też odrzucenia, niezrozumienia i lekceważenia ze strony ludzi zdrowych.

Etykieta chorego psychicznie raz nadana chorującemu podąża wraz z nim drogami jego życia, uniemożliwiając znalezienie pracy, założenie rodziny, powrót do normalnego życia.

Chcemy to zmienić.

Wierzimy, że jest to możliwe. Wielu z nas po przeżytym kryzysie psychicznym, zdrowiejąc może być zdolnymi i odpowiedzialnymi studentami lub pracownikami - co więcej, odpowiednia praca dostosowana do umiejętności i zdolności oraz zainteresowań, jednoznacznie przyczynia się do wyzdrowienia, wzmacnia psychikę i poczucie wartości osobistej. Stabilne zatrudnienie odciąża społeczeństwo od utrzymywania rzekomo niezdolnych do pracy osób niepełnosprawnych rencistów.

W Krakowie istnieje cały wachlarz inicjatyw na rzecz wspierania zatrudniania chorujących psychicznie. Są to między innymi: Zakład Aktywności Zawodowej Pensjonat i Restauracja „U Pana Cogito”, który rocznie przyjmuje ok. 2,5 tysiąca osób z 40 krajów świata, a także Firmy Społeczne Catering - Cogito oraz Wypożyczalnia Rowerów Cogito, które w roku 2007 poświęcił uroczyste Książdz Kardynał Franciszek Macharski, zawsze chętnie wspierający inicjatywy społecznie użyteczne. Pragnę zaznaczyć, że Pensjonat „U Pana Cogito” w 2006 roku dostał pierwszą nagrodę w ogólnopolskim konkursie w kategorii małych pensjonatów.

Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi” rokrocznie uczestniczy w Dniu Solidarności z Osobami Chorującymi Psychicznie, który od kilku lat jest organizowany w drugą niedzielę września. W dniu tym krakowianie tłumnie przechodzą przez symboliczne „Drzwi” na ulicy Brackiej. W Bazylice Mariackiej jest sprawowana Msza św. w intencji osób chorujących psychicznie, naszych bliskich i profesjonalistów oraz psychoterapeutów. Odbywają się wówczas spotkania przedstawicieli krakowskich stowarzyszeń i profesjonalistów z wszystkimi zainteresowanymi problematyką chorób psychicznych. Wspieramy krakowskie Warsztaty Terapii Zajęciowej, oferujące wytwory rzemiosła artystycznego, promujemy nasz organ prasowy - czasopismo „Dla Nas”, które zyskało renomę wydawnictwa o wysokim poziomie literackim. W Dniu Solidarności także odbywa się Salon Poetycki oraz przedstawienie Teatru Psyche, które poprzez sztukę opowiadają o najbardziej istotnych problemach i wartościach dla każdego Człowieka: miłości i nienawiści, przyjaźni i zdradzie,

lojalności i zazdrości, walce wewnętrznej, bohaterstwie i tchórzostwie, życiu i śmierci. Ponadto zaprzyjaźnieni artyści z ART - Studio Miodowa organizują wystawy malarstwa w Pałacu Sztuki przy Placu Szczepańskim. To ważne miejsce w życiu kulturalnym miasta, nobilitujące artystów.

Wśród innych naszych aktywności na podkreślenie zasługuje czynny udział w tzw. Forach Beneficjentów i Rodzin, które mają miejsce w Szpitalu Neuropsychiatrycznym im. J. Babińskiego w Sali Teatralnej; występujemy z referatami i w dyskusjach panelowych. W Forach bierze udział około 200 osób z całej Polski. W ostatnim - pt. Nasze potrzeby, nasza inicjatywa - dyskutowaliśmy na tematy związane z barierami w pracy i zatrudnianiu osób chorujących psychicznie oraz o wartości pracy i znaczeniu tzw. dobrych praktyk. Stajemy się ekspertami od własnych uzdrowień...

Stowarzyszenie zaangażowało się w starania na rzecz uchwalenia Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego, który ma uczynić leczenie psychiatryczne bardziej przyjaznym beneficjentom, ich rodzinom, a także profesjonalistom. Hasłem promującym ten program jest myśl: nie ma zdrowia bez zdrowia psychicznego.

Zawarte są w nim trzy podstawowe wyzwania dla polityki społecznej i zdrowotnej państwa, władz samorządowych i organizacji pozarządowych. Po pierwsze, promocja zdrowia psychicznego i zapobiegania jego zaburzeniom. Po drugie, unowocześnienie opieki psychiatrycznej według modelu środowiskowego, by była dostępna, równa, sprawna i godna, by chroniła i umacniała więzi oraz pozycję społeczną cierpiącej osoby, respektowała prawa obywatelskie chorych i zachęcała ich do odpowiedzialności, podtrzymywała nadzieję, udostępniała oparcie lokalnej wspólnoty i uczestnictwo w jej życiu, wspomagała rodziny chorych. Po trzecie wreszcie, prowadzenie badań naukowych i budowanie systemów informacyjnych. Nietrudno zauważyć, że Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi” - w miarę swoich możliwości - od lat realizuje zasadnicze cele tego programu.

Członkowie Stowarzyszenia niosą pomoc kolegom i koleżankom chorującym psychicznie poprzez akceptację i dawanie wsparcia psychicznego, odwiedziny w szpitalach i domach pomocy oraz własnych mieszkaniach chorych osób. Dajemy to, co mamy, czasem jest to po prostu współobecność, współtowarzyszenie w drodze do zdrowia, dobre, budujące słowo, uśmiech, żart. Przyjaźnimy się wzajemnie, obchodzimy Święta Bożego Narodzenia i Wielkanocne oraz nasze małe święta - imieniny, urodziny, ważne zdarzenia w naszych rodzinach.

Współpracujemy między innymi z podobnymi stowarzyszeniami osób chorujących zarówno z Polski, jak i z zagranicy (szczególnie z Niemiec, Ukrainy i Szkocji) oraz ze Stowarzyszeniem na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej, Stowarzyszeniem Rodzin „Zdrowie Psychiczne”, Kliniką Psychiatrii Dorosłych SU, Polskim Towarzystwem Psychiatrycznym oraz Instytutem Socjologii UJ.

Najważniejszym przesłaniem, które chcemy przekazać jest to, że choroba psychiczna nie jest czymś trwałym, że można z niej wyzdrowieć lub mieć długie okresy remisji, a więc w miarę sprawnie funkcjonować w społeczeństwie.

Trzeba tylko podjąć trud zdrowienia czyli wiedzieć, że jestem chory i chcę być zdrowym. Trzeba podjąć pracę nad sobą i zobaczyć wokół siebie innych ludzi, tak samo cierpiących jak i ja. Poczuć się akceptowanym i pokochać. Innych ludzi, świat, życie, siebie. Żeby wyzdrowieć trzeba wyjść Nadziei naprzeciw.