



Kluczowe zagadnienia zaobserwowane w czasie pandemii Covid-19

Potrzeba gruntownej zmiany w systemie zdrowia
psychicznego

Globalny i lokalny plan działania



Opracowany i przyjęty przez koalicję organizacji międzynarodowych

International Mental Health Collaborating Network (IMHCN)
World Federation for Mental Health
World Association for Psychosocial Rehabilitation
Mental Health Europe European
Community based Mental Health Service Providers Network (EUCOMS)
Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks (GAMIAN)
Human Rights Monitoring Institute (HRMI)
Italian Society of Psychiatric Epidemiology (SIEP)
Transforming Australia's Mental Health Service System, Incorporated

Wspierane i przyjęte do tej pory przez:

Banyan, Indie
Asociación Argentina de Salud Mental, Argentyna
Escuelade Salud Publica Facultad de Medicina, Chile
Universidad de Chile, Chile Program for Recovery and Community
Health School of Medicine, Yale University, USA
International Aid Network (IAN), Serbia
Los Angeles County Department of Mental Health (LACDMH), USA
Walsh Trust, Nowa Zelandia
European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness
(EUFAMI)
CENAT (Centro Educacional), Brazylia
European Assertive Outreach Foundation (EAOF)
Zero Project, Organizacja Narodów Zjednoczonych (UN), Austria
Asociacion Espanola Psiquiatria (AEN), Hiszpania
UNASAM / Conferenza Nazionale Salute Mentale, Włochy
Trieste WHO Collaborating Centre, Włochy
Lille WHO Collaborating Centre, Francja
Lisbon Institute for Global Mental Health, Portugalia
Cultural & Global Mental Health, University of Middlesex, Wielka Brytania
Unit for Mental Health and Wellbeing, University of Warwick, Wielka Brytania
Fountain House, Club House International, USA

Ten dokument został opracowany w ko-produkcji z ludźmi z osobistym doświadczeniem korzystania z usług systemu zdrowia psychicznego, członków rodzin, specjalistów ds. zdrowia psychicznego, decydentów i naukowców należących do powyższych organizacji.

Cele określone w dokumencie są do wykorzystania przez ludzi i organizacje w ich lokalnych społecznościach i systemie usług zdrowia psychicznego.

Obecnie aktywnie poszukujemy wsparcia wszystkich organizacji, które chcą być częścią tej kampanii na rzecz fundamentalnych zmian.

Zapraszamy inne organizacje i osoby do przyłączenia się do nas.

1. Wprowadzenie

Pandemia koronawirusa to czas trudności, ale także szansa dla ludzkiej pomysłowości, czas starań, nauki i zmiany. Poniżej znajdują się kwestie dot. zdrowia psychicznego, których byliśmy świadomi już wcześniej, lecz pandemia nadała im szczególnego znaczenia:

- Wyraźny nacisk na prężność, odporność i sprawczość społeczności, beneficjentów usług i ich rodzin;
- Sieci usług środowiskowych zapewniające ludziom lepszą ochronę i wsparcie;
- Dostrzeżenie – i usłyszenie – w człowieku osoby zamiast postrzegać go przez pryzmat choroby;
- Uznanie, że osoby marginalizowane i wrażliwe są bardziej narażone na zagrożenia i problemy związane ze zdrowiem psychicznym;
- Zrozumienie, że instytucje lecznicze nie są bezpiecznymi miejscami;
- Promowanie potrzeby nawiązania lepszych relacji społecznych między ludźmi i organizacjami;
- Uwzględnienie społecznych uwarunkowań zdrowia psychicznego;
- Nadanie pierwszorzędного znaczenia relacjom wysokiej jakości między ludźmi i organizacjami.

Powyższe elementy stanowią swoiste lekcje i pokazują, że zarówno w przeszłości, jak i obecnie nie działano wystarczająco skutecznie na rzecz praw człowieka oraz przeciwdziałania dyskryminacji i wykluczeniu społecznemu.

Trzeba szybko zmienić tę sytuację – teraz nadarza się ku temu okazja.

Uważamy również, że konieczna jest zmiana języka oraz narracji w odniesieniu do zdrowia psychicznego z korzystając z poczucia odpowiedzialności żywionego przez społeczność, z umieszczeniem obywateli w centrum uwagi. Uwidacznia się w ten sposób fakt, że zdrowie psychiczne jest sprawą nas wszystkich:

- Życie należy do ciebie/ zrób wszystko, co w Twojej mocy
- Miej świadomość, że żyjesz wśród innych / bądź odpowiedzialny
- Unikaj biernej postawy / w partnerski sposób podchodź do pozytywnego zdrowia psychicznego
- Wzmacniaj w sobie poczucie przynależności społecznej poprzez

zaangażowanie w życie społeczności odpowiedzialność wobec innych osób żyjących w Twojej społeczności

Nadszedł czas, w którym musimy wszyscy razem przeprowadzić fundamentalne zmiany w celu poprawy zdrowia psychicznego na całym świecie, ucząc się od siebie nawzajem. Zmiany te muszą obejmować emancypację i być przeprowadzane z poszanowaniem wartości, oraz różnic kulturowych.

Uznajemy w związku z tym, że powinniśmy uczyć się podejść stosowanych we wszystkich częściach świata, nie tylko krajach zachodnich, priorytetowo traktując identyfikowanie dobrych praktyk z różnych części świata i dzielenie się nimi.

W dążeniu do poprawy opieki psychiatrycznej na całym świecie konieczne jest nieustępliwe zmierzanie do eliminacji szpitali psychiatrycznych oraz przestarzałych i szkodliwych form leczenia.

Podejścia do publicznego zdrowia psychicznego również są istotne i powinny stanowić zasadniczą część globalnych systemów opieki zdrowotnej.

Aby odpowiedzieć na „Potrzebę fundamentalnej zmiany w zakresie zdrowia psychicznego”, konieczne jest radykalne przemyślenie pojęcia globalnego zdrowia psychicznego. Priorytetem w sferze globalnego zdrowia psychicznego powinna być poprawa tegoż zdrowia w oparciu o determinanty społeczne oraz osiągnięcie równości wszystkich ludzi na świecie pod względem sytuacji w zakresie zdrowia psychicznego.

2. Nasza wizja

Świat, który szanuje i ceni różnice pomiędzy jednostkami, umożliwiając, przy odpowiednim wsparciu, osobom doświadczającym problemów ze zdrowiem psychicznym prowadzenie satysfakcjonującego i produktywnego życia, aby wykorzystując swe mocne strony i odporność wносиły swój wkład jako pełnoprawni obywatele, wzbogacający nasze społeczeństwa.

3. Argumenty za przeprowadzeniem fundamentalnej zmiany

Wszyscy musimy wyciągnąć naukę z faktów przedstawionych powyżej, co wymaga, by system zdrowia psychicznego wdrożył naszą wizję fundamentalnej zmiany myślenia, praktyki i systemów.

Aby osiągnąć ten cel, uruchamiamy nasz Plan Działania na rzecz poprawy zdrowia psychicznego społeczeństw. W celu realizacji tego Planu utworzyliśmy koalicję złożoną z międzynarodowych, krajowych oraz lokalnych organizacji zajmujących się zdrowiem psychicznym. Jest to rosnąca koalicja organizacji i osób z krajów o dochodach zarówno niskich i średnich, jak i wysokich .

Wspólnie przeobrażiliśmy sposób reagowania na potrzeby związane z ludzkim zdrowiem i dobrostanem psychicznym, koncentrując się na całościowych potrzebach życiowych (*whole life needs*) w oparciu o następujące **wartości i działania**;

Uznawanie wszystkich za równych sobie obywateli.

Nic o nas bez nas

Zrozumienie, że determinanty społeczne oparte na równości, równości i sprawiedliwości społecznej są najważniejszymi czynnikami w postępowaniu z cierpieniem psychicznym.

Opieranie się na podejściu skupionym na prawach człowieka i obywatela, kształtowanie struktur zgodnie z nim.

Procesy przemian napędzane równolegle „oddolnie i odgórnie”, inspirowane podejściem „ludzie” dla „ludzi”.

Każdemu, bez względu na jego okoliczności życiowe, powinno przysługiwać prawo do usług publicznych wysokiej jakości.

Świadectwem tego są zwiększone środki na usługi środowiskowe, pozyskane poprzez redystrybucję środków obecnie przeznaczanych na usługi w ramach opieki szpitalnej.

Świadectwem tego jest zwiększenie inwestycji rządowych na rozwój usług publicznych, w szczególności na środowiskowe usługi związane ze zdrowiem psychicznym.

*Nacisk na podejście zorientowane na wyzdrowienie i odkrywanie życia (*recovery, discovery*) – podkreślanie nadziei, emancypacji, równości, kontaktu i ciągłości.*

Oparcie się na historiach życia i całościowych potrzebach życiowych, oraz znaczeniu, jakie mają one dla danej osoby.

*Stymulowanie odchodzenia od wąskiego punktu widzenia i dominacji modelu choroby psychicznej, w kierunku podejścia holistycznego do osoby i jej życia (*whole person, whole life approach*).*

Powyższe wypowiedzi stały się punktem wyjścia do wskazania naszych kluczowych zagadnień i działań na rzecz zmiany.

4. Kluczowe zagadnienia i działania na rzecz zmiany: międzynarodowy i lokalny plan działania na lata 2020 - 2030 wypływający z potrzeby zawartej pod hasłem „Zmień myślenie, zmień praktykę, zmień system”

Wraz z partnerami zidentyfikowaliśmy 12 poważnych problemów, które należy rozwiązać za pomocą praktycznych działań, mogących przynieść wymagane zmiany. Wspomniane kwestie zostały rozpoznane w czasie pandemii, która ujawniła nierówności panujące w naszych społeczeństwach i obecnie funkcjonującym systemie zdrowia psychicznego.

4.1 Społeczeństwo i odpowiedzialność: budowanie odpowiedzialności społecznej i rozwiązań dla osób doświadczających problemów ze zdrowiem psychicznym

Punkty planu działania:

- Społeczeństwo powinno wziąć odpowiedzialność za wpływ na zdrowie psychiczne i dobrobyt obywateli oraz zadbać o nie w oparciu o poszanowanie praw człowieka i obywatela, a także wspólną wizję dot. sposobów zaspokojenia społecznych i ekonomicznych potrzeb ludzi.
 - Społeczeństwo musi sprostać tym wyzwaniom, gdyż są to kwestie priorytetowe – równie ważne jak dominacja globalizacji i pobudki ekonomiczne.
 - Należy priorytetowo podejść do działań z zakresu profilaktyki, promocji i edukacji, wspierających poprawę warunków środowiskowych, ekonomicznych i społecznych, które mają bezpośredni wpływ na możliwość zaspokojenia potrzeb życiowych ludzi.
 - Należy złagodzić wpływ szkodliwych czynników (takich jak globalne ocieplenie, ekstremalne susze, powodzie, burze, pożary itp.) na światowe ekosystemy. Czynniki te zwiększają cierpienie psychiczne jednostek i całych społeczności.
 - Należy opracowywać strategiczne plany holistycznego podejścia do osoby, życia i systemu (*Whole Person, Whole Life – Whole System Strategic Plans*) poprzez rozwijanie partnerstw, które wspólnie odpowiadają za zaspokajanie całościowych potrzeb życiowych ludzi w naszych społecznościach, zapewniających równość i dostępność każdemu w społeczeństwie.
- Działania te trzeba realizować na poziomie indywidualnym i na poziomie społeczności, z uwzględnieniem ścieżek inkluzji społecznej, w tym: rozwijania sieci społecznych, zapewnienia możliwości edukacji i kształcenia, korzystania z mieszkań wspomaganych, zapewnienia możliwości zatrudnienia, tworzenia przedsiębiorstw społecznych i budżetów osobistych.

- System opieki i społeczeństwo powinny zrozumieć, uwzględnić i zaspokoić potrzeby mniejszości etnicznych i rdzennych mieszkańców, a przy tym uznać nierówności i systemowy rasizm za czynniki warunkujące wystąpienie problemów psychicznych, którym należy przeciwdziałać.
- Należy zwiększyć możliwości w zakresie dostępności mieszkań, w celu wsparcia osób z problemami zdrowia psychicznego, zwłaszcza osób bezdomnych lub pozbawionych rodziny, z którą byłyby związane, bez systemu wsparcia społecznego.
- Należy zaspokoić całościowe potrzeby życiowe (*whole life needs*) uchodźców, osób ubiegających się o azyl, imigrantów i ofiar tortur, które są szczególnie bezbronne.
- Należy działać na rzecz rozwiązania trwających konfliktów, przeciwdziałania fragmentacji, pogorszeniu sytuacji politycznej, braku bezpieczeństwa i niestabilności w krajach o niskim i średnim dochodzie, ujawniających się za sprawą pandemii COVID-19.
- Pandemia przyczyniła się do pogorszenia stanu zdrowia psychicznego ludzi w tych regionach.
- Dzieci są izolowane i nie mają kontaktu z innymi dziećmi. Musimy dążyć do lepszego zrozumienia wpływu tej sytuacji na ich rozwój i zdrowie psychiczne, a na tej podstawie podjąć odpowiednie działania.
- Należy skończyć z dyskryminacją osób starszych przez społeczeństwo oraz systemy opieki społecznej i zdrowotnej. Trzeba uczyć się od społeczeństw w różnych miejscach na świecie, w jaki sposób okazywać szacunek i uznanie osobom starszym, a także zapewniać im wsparcie w swoich społecznościach.

•4.2 Zdobywanie wiedzy dot. sposobu, w jaki beneficjenci usług i ich rodziny radzili sobie w czasie pandemii i zmięrzali do zmiany swej sytuacji. Odkrywanie i waloryzowanie sposobów, na jakie ludzie wykazywali się odpornością i umiejętnością radzenia sobie z trudnościami

Punkty planu działania:

- Zbieranie świadectw i doświadczeń beneficjentów usług, członków rodzin, współpracowników i członków organizacji poprzez badania w działaniu i organizację otwartych forów dyskusyjnych. Dostęp do smartfonów i Internetu okazał się bardzo ważny dla niektórych osób.
- W związku z tym należy zapewnić większy dostęp do tych środków tym, którzy są ich pozbawieni.
- Należy inwestować w rozwój nieformalnych sieci i grup wsparcia, prowadzonych przez beneficjentów usług / osoby z doświadczeniem problemów ze zdrowiem psychicznym w ramach szerszej społeczności i systemu usług.

4.3 Należy przede wszystkim skupić się na zrozumieniu znaczenia społecznych uwarunkowań zdrowia psychicznego dla zaspokajania całościowych potrzeb życiowych (*whole – life needs*)

Punkty planu działania:

- Opracowywanie lokalnych planów strategicznych dot. społecznych uwarunkowań zdrowia psychicznego w oparciu o partnerstwa społeczne z poszanowaniem międzynarodowych ram i celów.
- Świadczeniodawcy usług w zakresie zdrowia psychicznego muszą priorytetowo podchodzić do lokalnych planów strategicznych, ponieważ są one równie ważne jak rozwój usług klinicznych.
- Demokratyczny i inkluzywny proces rozwoju musi objąć wszystkich lokalnych interesariuszy jako równorzędnych partnerów.
- Proces ten obejmie więc nas samych, społeczności, w których żyjemy, członków naszej rodziny, nasze usługi.
- Należy przyznać, że różne podmioty (publiczne, pozarządowe i prywatne) zapewniają społeczeństwu ważne usługi, w związku z czym powinno się podjąć współpracę z nimi, aby zaspokoić całościowe potrzeby życiowe ludzi w lokalnej społeczności oraz, w stosownych przypadkach, zwiększyć i utrzymać przeznaczone na ten cel finansowanie.
- Należy działać na rzecz rozwiązania problemów nierówności, systemowego rasizmu i dyskryminacji.
- Należy położyć szczególny nacisk na uwzględnienie potrzeb i głosu najsłabszych grup społecznych, uciskanych i marginalizowanych. Spotykającą ich niesprawiedliwość można zwalczyć, podejmując konkretne działania.

4.4 Zmiana sposobu myślenia wśród profesjonalistów w ośrodkach zdrowia psychicznego, w organizacjach i społecznościach

Punkty planu działania:

- Promowanie, przy wsparciu organizacji, innego stosunku wśród specjalistów, opartego na uwzględnieniu potencjału każdej osoby do wyzdrowienia oraz odzyskania poczucia celu i nadziei w życiu.
- Organizacja spotkań/warsztatów pod hasłem „Zmień myślenie, zmień praktykę, zmień system” oraz programów partnerstwa i współpracy między organizacjami.
- Promowanie partnerstw oraz włączenia beneficjentów usług, z udziałem ogółu populacji.
- Współtworzenie (ko-kreacja) i wspólne świadczenie usług, obejmujące ich projektowanie i rozwój, jest zawsze najważniejsze.

- Zrozumienie potrzeby uznania osoby za głównego aktora („bohatera”) własnego życia i zakwestionowania potęgi systemu.
- Opieka środowiskowa powinna być oferowana jak najbliżej domu, w okolicy znanej danej osobie.
- Usługi środowiskowe muszą być prowadzone na małą skalę i w sposób odpowiedzialny, zapewniający możliwość kontroli i rozliczenia, muszą być dostępne, mobilne i elastyczne.
- Usługi środowiskowe muszą być dostępne 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu, a wielospecjalistyczny personel powinien zapewnić również leczenie domowe i stacjonarną opiekę krótkoterminową (*respite beds*) jako alternatywę dla hospitalizacji.
- Działania te mają na celu zapewnienie opieki osobom doświadczającym poważnych problemów psychicznych.

4.5 Zwiększenie możliwości zapewnienia ludziom wzajemnego kontaktu, utrzymania ich zaangażowania oraz zapewnienia informacji i wsparcia.

Punkty planu działania:

- Należy sprawić, by głos beneficjentów usług i ich rodzin znalazł się w centrum procesu podejmowania decyzji, dzięki czemu możliwe będzie zbudowanie rzeczywistych więzi, zaufania i możliwości wsparcia partnerstwa.
- Zbieranie, ocenianie, promowanie i wprowadzanie w czyn metod wykorzystywanych przez organizacje i grupy podczas pandemii w celu zachowania i poszerzenia więzi/relacji.
- Opracowywanie sposobów rozwoju i ulepszania osobistych sieci społecznych poprzez angażowanie lokalnych społeczności i służb zdrowia psychicznego.
- Promowanie działań społecznych prowadzonych przez organizacje pozarządowe, stowarzyszenia rodzinne, trzeci sektor, organizacje społeczeństwa obywatelskiego (sfery dotyczące całego życia, np. potrzeba artystycznej ekspresji, potrzeba uprawiania sportu, udział w życiu społeczności, kompetencje obywatelskie związane z rozumieniem życia publicznego i polityką itp.).
- Rozwój i dostęp do sfery cyfrowej muszą być kształtowane z myślą o osobie, o poprawie związanych z tą sferą doświadczeń, z poszanowaniem kwestii dostępności i własności prywatnej oraz sposobu wykorzystania tych informacji.
- Rola technologii w podejmowaniu tych kwestii i wyzwań jest ważna, ale musimy jednocześnie zapewnić możliwość zachowania bezpośredniego fizycznego kontaktu.

4.6 Prawa człowieka: działania w zakresie praw człowieka i podstawowych wolności: Dążenie do unikania praktyk przymusu

Punkty planu działania:

- Ustawodawstwo międzynarodowe i krajowe powinno opierać się na poszanowaniu zasad włączenia społecznego i nie powinno wykluczać osób ze względu na cechy przypisywane im ze względu na ich stan psychiczny (etykietowanie) lub diagnozę.
- Przyjęcie kultury bezwzględnej przestrzegania praw człowieka poprzez poszanowanie zapisów Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych (UNCRPD).
- Opowiadanie się za alternatywnymi metodami działania we wszystkich sytuacjach, gdy stosowane są środki przymusu.
- Zmniejszenie nacisku na awersję do ryzyka.
- Unikanie nakazów leczenia przymusowego, stosowania metod zamkniętych drzwi, izolacji i unieruchomienia.
- Zmiana postaw, wprowadzanie podejść opartych na dowodach w celu ograniczenia i wyeliminowania wspomnianych form kontroli.
- Wyciąganie wniosków z przykładów najlepszych praktyk i sposobów postępowania w różnych miejscach na świecie, pozostających w zgodzie z prawami człowieka. Wykorzystanie zdobytej na tej podstawie wiedzy w tworzeniu rodzimych polityk i praktyk.

4.7 Edukacja i szkolenie: prowadzenie edukacji, szkoleń, kształcenia ustawicznego i przekwalifikowania wszystkich pracowników służb opieki nad zdrowiem psychicznym w celu zwiększenia umiejętności i wiedzy na temat powrotu do zdrowia, społecznej inkluzji i partnerstw społecznych

Punkty planu działania:

- Należy skłonić uniwersytety i szkoły wyższe oraz organizacje zawodowe do rewizji podstaw nauczania oraz programów doskonalenia zawodowego w celu stworzenia nowego podejścia, opartego na prawach człowieka oraz wartościach jakimi są wyzdrowienie i odkrywanie życia (*recovery, discovery*).
- Obecne programy szkoleniowe powinny co najmniej w równym stopniu koncentrować się, na zdrowiu psychicznym, dobrym samopoczuciu i odporności, jak na zagadnieniach zaburzeń psychicznych i perspektywie klinicznej.
- Należy zapewnić kursy przekwalifikowujące i programy rozwoju zawodowego dla wszystkich pracowników służby zdrowia, które koncentrowałyby się na zmianie sposobu myślenia i postępowania (praktyka).

- Ze względu na zasadniczy wpływ, jaki mają pracownicy służb ratunkowych, podstawowej opieki zdrowotnej, wsparcia i pomocy społecznej, a także pracownicy środowiskowi, na sposób reagowania na potrzeby osób z problemami ze zdrowiem psychicznym, trzeba ich wesprzeć, zapewniając odpowiednie szkolenia i dzieląc się wiedzą.
- Szkolenie wszystkich specjalistów zajmujących się zdrowiem psychicznym w zakresie poszerzenia umiejętności podstawowych, podejść ekosystemowych, budowania i rozwoju społeczności, oraz holistycznych systemowych podejściach (*whole system approach*) opartych na dialogu.
- Służby opieki nad zdrowiem psychicznym powinny dostarczać wszelkich informacji i wiedzy osobom z doświadczeniem problemów ze zdrowiem psychicznym, osobom niosącym uzdrowienie (*healers*) i byłym beneficjentom usług, na temat systemu opieki psychiatrycznej oraz obowiązujących praw i zasad. Dzięki temu osoby te zostaną włączone w proces podejmowania decyzji, a prowadzone przez nich działania staną się bardziej efektywne.
- Kluczowe znaczenie ma także rozwijanie i utrzymywanie relacji opartych na zaufaniu oraz włączenie tej kwestii do programów szkoleniowych.

4.8 Samopomoc: zapewnienie dostępności istniejących form skoncentrowanej na osobie samopomocy, a także powiązanych z nimi narzędzi i instrumentów; zwiększenie wykorzystania zasobów oferowanych przez psychoedukację i rozwijanie nowych zasobów.

Punkty planu działania:

- Udostępnienie istniejących materiałów, książek, aplikacji, narzędzi i instrumentów dot. podejścia skoncentrowanego na osobie.
- Tworzenie kompendium dostępnych materiałów i rozpowszechnianie ich wśród organizacji, grup i osób.
- Zapewnienie możliwości szkoleń lokalnych w zakresie korzystania z tych narzędzi dla beneficjentów usług, członków ich rodzin oraz pracowników zajmujących się zdrowiem psychicznym.

4.9 Wzajemne wsparcie: zapewnienie i rozwój wzajemnego wsparcia beneficjentów usług i opiekunów w celu wzmocnienia poczucia wspólnoty, zwiększenia wiedzy, odporności oraz nadziei i poczucia przynależności.

Punkty planu działania:

- Zwiększenie liczby grup wzajemnego wsparcia, grup kierowanych przez beneficjentów usług, grup samopomocy, forów społecznych i zgromadzeń obywatelskich, formalnego i nieformalnego rzecznictwa.
- System musi w sposób aktywny zachęcać i wspierać (w tym finansowo) rozwój i utrzymanie tych grup jako niezbędnych usług podstawowych.

- Należy szkolić i wspierać twórców grup i moderatorów wraz z kluczowymi partnerami w środowisku.
- Należy zwiększać dostępność wzajemnego wsparcia (*peer support*) poprzez szkolenie byłych beneficjentów usług w zakresie holistycznego podejścia do życia (*Whole Life*).
- Należy wspierać rozwój nowych grup.
- Należy powoływać komitety z udziałem wszystkich zainteresowanych stron i członków społeczności w ramach systemu usług opieki nad zdrowiem psychicznym.
- Należy działać na rzecz włączenia grup wzajemnego wsparcia w proces kształtowania polityki oraz opracowywania i świadczenia usług.

4.10 Deinstytucjonalizacja: zamknięcie dużych instytucji psychiatrycznych poprzez wdrażanie strategicznych planów stopniowego działania, przy jednoczesnym zwiększeniu dostępności kompleksowych systemów opieki środowiskowej, w ramach przygotowań do zamknięcia oddziałów psychiatrycznych w szpitalach

Punkty planu działania:

- Dzielenie się uzyskaną w czasie pandemii Covid-19 wiedzą na temat znaczenia i korzyści płynących z całego środowiskowego systemu usług opieki nad zdrowiem psychicznym z władzami rządowymi, stowarzyszeniami zawodowymi, organizacjami pozarządowymi, uczelniami, władzami lokalnymi, a także zabieganie o priorytetowe potraktowanie tych usług.
- Uznanie, że instytucje i duże placówki opieki stacjonarnej stoją przed dużymi wyzwaniami związanymi z zapewnieniem bezpieczeństwa podczas pandemii, w związku z czym organizacje nie mogą polegać na skali oddziaływania tych placówek w takim stopniu, jak wcześniej.
- Uczenie się na doświadczeniach organizacji świadczących usługi opieki środowiskowej, które już dokonały zmian. Upowszechnienie zdobytej przez nie praktycznej wiedzy na temat deinstytucjonalizacji i przejścia do środowiskowego modelu opieki psychiatrycznej.
- Promowanie i przekazywanie istniejących wytycznych dot. podejść i usług w ramach środowiskowego modelu opieki nad zdrowiem psychicznym.
- Oferowanie szkoleń opartych na przykładach metod budowania środowiskowego systemu opieki nad zdrowiem psychicznym oraz stopniowego zamykania placówek psychiatrycznych.

4.11 *Discovery and Recovery*: zwiększanie dostępności i wyboru metod opartych na podejściu *discovery* i *recovery* (odkrywanie i wyzdrowienie)

Punkty planu działania:

- Określenie zakresu dostępnych metod pracy, narzędzi i terapii opartych na podejściu *discovery-recovery*, oraz zrozumienie płynących z nich korzyści.
- Wprowadzanie i integrowanie praktyk opartych na odkrywaniu (*discovery*) ze ścieżką obraną przez beneficjentów usług oraz włączanie tych metod do codziennej praktyki na wszystkich poziomach świadczenia usług.
- Przedstawienie właściwego sposobu stosowania leków w oparciu o rzetelne dowody i zwiększenie dostępności alternatywnych form terapii, które nie zawsze wymagają ciągłego przyjmowania leków.
- Uczenie się na podstawie sposobów, w jakie ludzie skutecznie ograniczyli przyjmowanie leków dzięki opracowaniu alternatywnych strategii radzenia sobie w życiu.

4.12 Należy pilnie działać na rzecz zwiększenia oczekiwanej długości życia osób, u których zdiagnozowano problemy ze zdrowiem psychicznym

Punkty planu działania:

- Organizacje zajmujące się zdrowiem psychicznym powinny koncentrować się na zwiększaniu oczekiwanej długości życia osób doświadczających problemów psychicznych.
- Należy przeciwdziałać społecznym i ekonomicznym czynnikom, które szkodzą naszej odporności oraz zdrowiu fizycznemu i emocjonalnemu na przestrzeni całego życia – od urodzenia do starości.
- Należy zapewnić powszechne zastosowanie narzędzi i poradnictwa w zakresie najlepszych praktyk służących poprawie zdrowia fizycznego ludzi.
- Należy wspierać podejmowanie zdrowego stylu życia poprzez udostępnienie informacji, porad i zasobów.
- Należy zmniejszyć szkodliwe skutki uboczne leków, w tym przyrost masy ciała.

5. Procesy i metody

5.1 Osiągnięcie konsensusu

Współpraca naszych międzynarodowych organizacji zajmujących się zdrowiem psychicznym, mająca na celu zidentyfikowanie kluczowych zagadnień i wezwanie do działania podczas i po pandemii, przynosi dodatkowe korzyści. Wypracowaliśmy i przyjęliśmy Plan Działania w ramach wspólnej kampanii. Wierzymy i mamy nadzieję, że w ten sposób będziemy mieli większe szanse i skuteczniej będziemy wpływać na rządy, dostawców usług w obszarze zdrowia psychicznego i organizacje

pozarządowe, tak, by wdrażały nasz Plan Działania.

5.2 Rozpoczęcie i rozpowszechnianie za pośrednictwem naszych globalnych i lokalnych sieci

Organizacje objęte tą kampanią posiadają ogólnoswiatowe sieci zrzeszające tysiące członków, co zapewnia jej potencjał umożliwiający dotarcie do decydentów, aktywistów, rzeczników oraz opinii publicznej na poziomie krajowym i lokalnym.

Rozpoczęcie kampanii będzie koordynowane przez partnerów koalicji.

5.3 W jaki sposób korzystać z Planu Działania?

Przewidujemy, że Plan Działania będzie wdrażany jednocześnie na szczeblu międzynarodowym, krajowym i lokalnym.

Uważamy, że działania wspierane przez międzynarodowych liderów w obszarze zdrowia psychicznego, organizacje krajowe i ich lokalne oddziały, dostawców usług w sektorze zdrowia psychicznego, zrzeszenia osób korzystających z usług i stowarzyszenia rodzin, mają znacznie większą szansę na skuteczne wprowadzenie w życie.

Duży nacisk kładziemy na identyfikowanie i docenienie dobrych praktyk opartych na prawach człowieka i wartościach. Na całym świecie istnieje wiele przykładów dobrych praktyk, które można wykorzystać by służyć wsparciem we wskazanych przez nas kluczowych zagadnieniach, wspomagając to, co już zostało w tym zakresie osiągnięte.

Można organizować wydarzenia na całym świecie, stymulujące proces rozpoznawania, w jaki sposób dostosować niniejszy Plan Działania do różnych kontekstów. Może to być szczególnie pomocne w krajach przekształcających swoje usługi w zakresie zdrowia psychicznego.

5.4 Stały rozwój i wsparcie

Jest to kampania przewidziana na dziesięć lat, w którym to czasie pragniemy nadal rozwijać i udoskonalać nasz Plan Działania poprzez uczenie się od siebie nawzajem. Będzie ona wspomagana wykorzystaniem mediów społecznościowych i platform internetowych w celu wzbogacenia doświadczeń, oraz praktyką w ramach wymiany międzynarodowej i grup Action Learning.

6. Dodatkowe argumenty i wpisy

Dokument ten jest tekstem odrębnym i roboczym. Z zadowoleniem przyjmujemy wkład pochodzący od stron trzecich i chętnie go uwzględnimy w jego treści.

7. Linki i odniesienia do przydatnych oświadczeń, raportów i wezwań do działania.

International Mental Health Collaborating Network
www.imhcn.org

World Federation for Mental Health
<https://wfmh.global>

World Association for Psychosocial Rehabilitation
<http://www.wapr.org>

Mental Health Europe
<https://www.mhe-sme.org>

European Community based Mental Health Service Providers (EUCOMS) Network <https://eucoms.net>

Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN
<https://www.gamian.eu>

Human Rights Monitoring Institute (HRMI)
<https://hrmi.lt/en/>

Italian Society of Psychiatric Epidemiology (SIEP)
www.siep.it

Transforming Australia's Mental Health Service System, Inc
<https://tamhss.wordpress.com>

World Health Organisation survey: COVID-19 disrupting mental health services in most countries,
<https://www.who.int/news-room/detail/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health>

[services-in-most-countries-who-survey#.X3v2Lpob6l1.linkedin](https://www.who.int/news-room/detail/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health)
United Nations: Right of everyone to the enjoyment of the highest attainable standard of physical and mental health
<https://undocs.org/A/75/163>

8. Websites of Supporting Organisations

The Banyan, India
<https://thebanyan.org>

Asociación Argentina de Salud Mental, Argentina
<https://www.aasm.org.ar/es>

Escuela de Salud Publica Facultad de Medicina,
Universidad de Chile, Chile
<http://www.saludpublica.uchile.cl>

Program for Recovery and Community Health School of Medicine,
Yale University, USA
https://medicine.yale.edu/psychiatry/research/programs/clinical_people/recovery/?locationId=382

Los Angeles County Department of Mental Health (LACDMH), USA
<https://dmh.lacounty.gov>

Walsh Trust, New Zealand
<https://www.walsh.org.nz>

European Federation of Associations of Families of People with
Mental Illness (EUFAMI) <http://eufami.org>

European Assertive Outreach Foundation (EAOF)
<https://eaof.org>

Zero Project, United Nations (UN), Austria
<https://zeroproject.org>

Asociacion Espanola Psiquiatria (AEN), Spain
<http://www.sepsiq.org>

UNASAM / Conferenza Nazionale Salute Mentale, Italy
<http://www.conferenzasalutementale.it>

Trieste WHO Collaborating Centre, Italy
<http://www.triestesalutementale.it/english/index.htm>

Verona Mental Health Service and University Clinic, Italy
<http://www.psychiatry.univr.it>
Lille WHO Collaborating Centre, France
<http://www.ccomssantementalelillefrance.org/?q=presentation-0>

Lisbon Institute for Global Mental Health, Portugal
<https://www.lisboninstitutegmh.org>

Cultural & Global Mental Health, University of
Middlesex, UK
<https://www.mdx.ac.uk/about-us/our-people/staff-directory/>

[profile/colucci-erminia](#)

Unit for Mental Health and Wellbeing,
University of Warwick, UK
<https://warwick.ac.uk/fac/sci/med/research/hscience/mhwellbeing/>

Tłumaczenie

26.04.2021

"MBM" Import-Export PHUPs.c. M.Hartman,W.Hartman-Momatiuk,M.Momatiuk
na zlecenie Polskiego Instytutu Otwartego Dialogu www.otwartydialog.pl
i Fundacji Wspierania Rozwoju Społecznego "Leonardo" www.fundacja-leonardo.pl