



# Radna terapija u mentalnom zdravlju

*Miloš Vuković*  
*Strukovni radni terapeut*

# Osnovni pojmovi

Šta je terapija?

Šta je (mentalno) zdravlje?

Šta je radna terapija?

# Istorijat radne terapije



1. Drevni Egipat- Muzika I Baštovanstvo



2. Hipokrat- Ko želi ostati snažan, zdrav i mlad I da produži život, neka bude umeren u svemu. Neka diše svjež zrak, neka neguje i vežba telo, neka čuva hladnu glavu i tople noge



4. Mračni srednji vek- Znatno humaniji pristup u Pravoslavnim manastirima na Istoku



3. Celsus Aurelianus I Celzus u Starom Rimu- Sport, Muzika, Čitanje, Šumovi vodopada, Pozorište, šetanje, jahanje, rad I zabava!



5. Filip Pinel (1792.) - Skida lance I ponovo uvodi aktivnosti!

# RTh u 20. veku



Četiri žene su poslate u Francusku da pomognu vojnicima iz Prvog svetskog rata da se oporave od „šoka od granate“ i „ratne neuroze“, kako bi kroz rad obezbedili „skretanje od bola i situacije“ i radili na „oporavaku funkcije i specifičnih deficita“



Eleanor Clarke Slagle- glavna ideja bila je da su navike jedan od najboljih načina za poboljšanje dobrobiti osobe. Za postizanje najboljih rezultata potrebno je pronaći ravnotežu između rada, odmora i slobodnog vremena.



Zvaničnim početkom rada bolnice označen je 16. jula 1924. godine, a za prvog Uprave postavljen je dr Dezider Julijus.. Za sadašnje prilike, bolesnici su se lečili uspešno, i to novom metodom: radnom terapijom, za koju se može reći da je bila primarno stručno uverenje dr Julijusa.



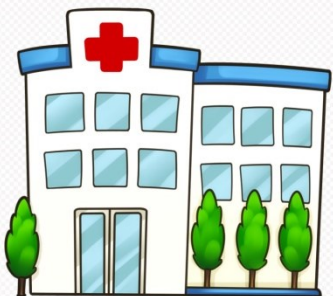
Браварска радионица



Ковачница



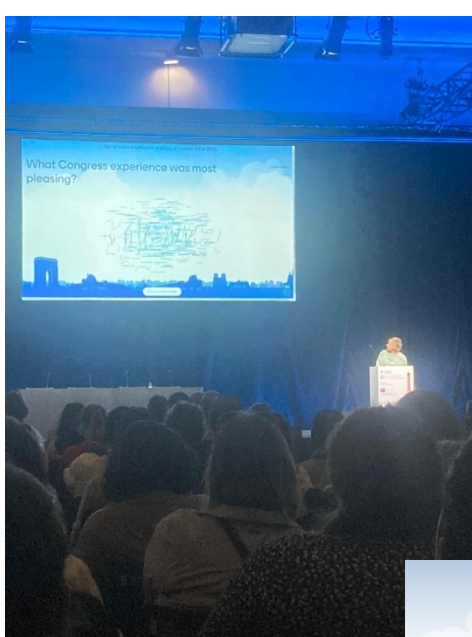
Обука са болесницима према радионица



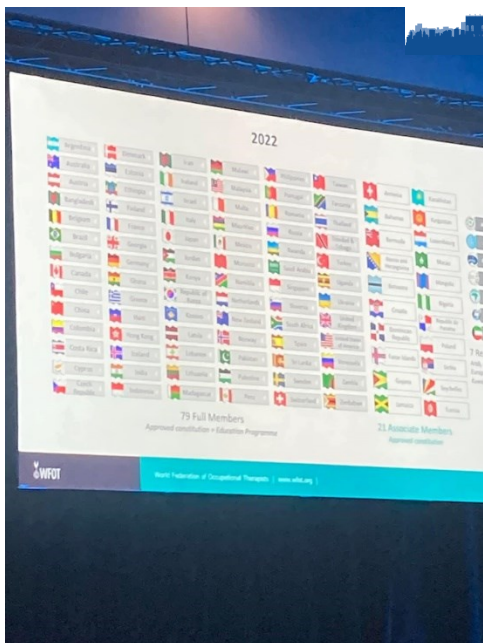
Posle II Svetskog rata dolazi do formalizacije struke, radna terapija postaje obavezni sastavni deo kao rehabilitacija u okviru specijalnih psihijatrijskih bolnica osnivaju se standardizovane obuke i kursevi a kasnije i pravi studijski programi!



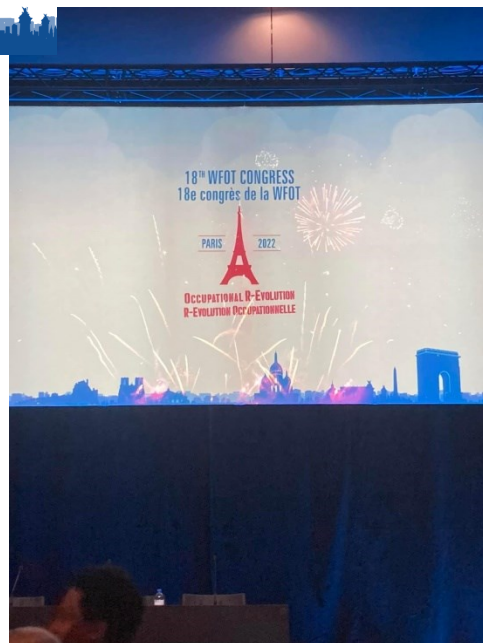
80-ih I 90-ih godina RT je I naučno utemeljena. Razvojem tehnologije za snimanje mozga (CT, Neuroimaging) egzaktno je dokazan pozitivan uticaj kreativnosti I ostvaren je ogroman napredak kada je u pitanju legitimizacija učinkovitosti!



Na poslednjem Svetskom kongresu u Parizu u avgustu ove godine bilo je preko 2000 radnih terapeuta iz 148 država sa svih kontinenata širom sveta!



Danas je radna terapija disciplina s milionima sledbenika širom sveta. Trenutno, radni terapeuti pokušavaju da se prilagode novim vremenima i pomognu sve većem broju ljudi, nastavljajući razvoj prakse i teorije.



# Rth u 21. veku

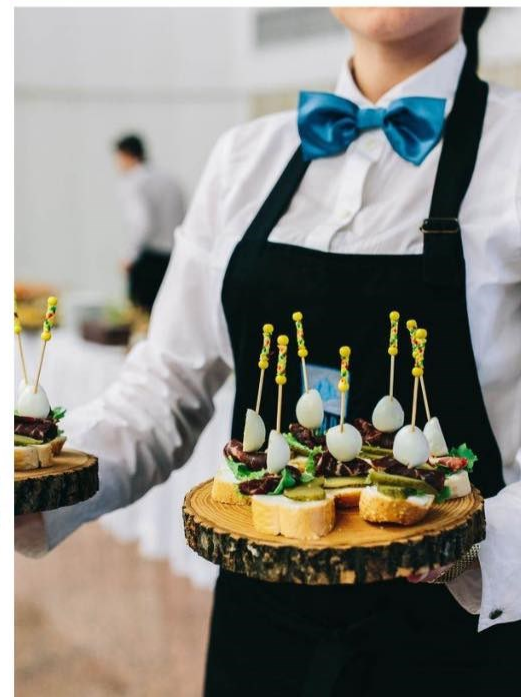
- **Reforma** psihijatrije
- Uspeh bolničke rehabilitacije (radne i rekreativne terapije), napredak u farmakologiji i jačanje pokreta za ljudska prava dovele su do novog koncepta tretmana koji danas podržavaju SZO, institucije EU i sve relevantne stručne organizacije a on podrazumeva:
- **Deinstitucionalizaciju, Psihosocijalnu rehabilitaciju i humaniji tretman!**



# METODE U RADNOJ TERAPIJI



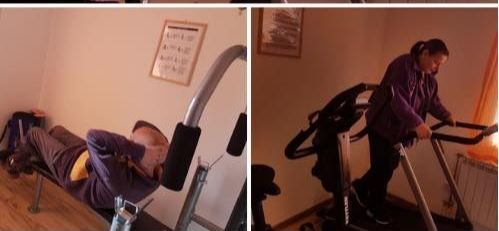
# Profesionalna radna terapija



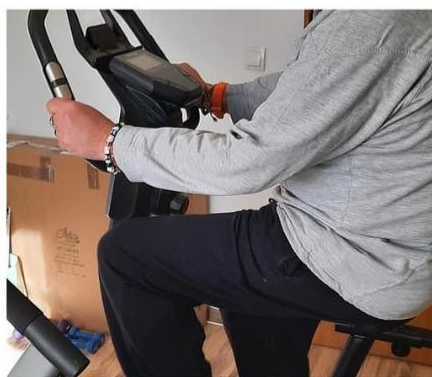


# Socijalno preduzetništvo





# Rekreativna terapija





# Art terapija





# Terapijski izleti

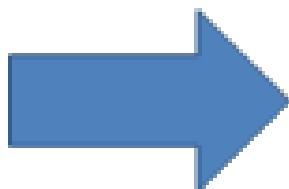


Metode se kombinuju u skladu sa problemima, potrebama i mogućnostima pacijenta!

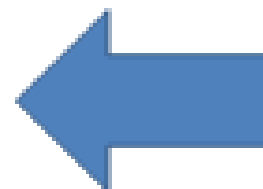
**Radna  
(Profesionalna)  
Terapija**



**Okupaciona  
Terapija**



**Rekreativna  
Terapija**



**Socioterapija**

Uz adekvatne medikamente i kvalitetno sprovedenu rehabilitaciju, moguće je postići zadovoljstvo pacijenta uprkos postojanju bolesti!

# Ciljevi Rth

Pomaže pacijentovu integraciju i socijalizaciju u društvenoj sredini.

Ponovno razvijanje radnih navika, tolerancije prema radu i održavanje sposobnosti za određeno zanimanje ili zvanje;

Da kao jedna od terapijskih procedura pomaže pacijentu da korisno i konstruktivno koristi slobodno vreme;

Da probudi i usmeri interese pacijenata za neprofesionalne i rekreativne delatnosti (umetnost, hobi, igra, sport);

Ponovno uspostavljanje osnovnih aktivnosti svakodnevnog života;

# Efekti RTh na psihu

- Efekat na psihomotorne funkcije
- Efekat na emocije
- Efekat na voljne aktivnosti
- Efekat na integrativne funkcije svesti
- Kočenje neprikladnih impulsa I stanja
- Adaptacija na psiho-fizičke promene
- Efekat na psiho-socijalne aktivnosti
- Adaptacija na normalan zivot

# Efekti RTh

## Telesni

- Ubrzava metabolizam, pomaže gubitak suvišnih kilograma
- Jača mišiće I imunitet
- Smanjuje potrebu za cigaretama, slatkišima, kafom..
- Smanjuje bolove
- Izaziva prijatni zamor
- Čini nas lepšim

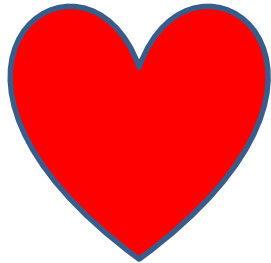
## Socijalni

- Poboljšava odnose sa osobljem I drugima
- Stiču se nova znanja I veštine
- Prevazilazi se društvena izolacija
- Otkrivaju se nova interesovanja
- Potencionalno povećanje prihoda (zarada)

# DODJITE NA RADNU TERAPIJU!



Hvala na  
pažnji!



- *Koja aktivnost vama pomaže da očuvate I unapredite mentalno zdravlje?*