

BİZİMLE İLETİŞİME GEÇEBİLİRSİNİZ

Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi



19 Mayıs Mahallesi, Sinan Ercan Caddesi,
No:29, 34736 Kadıköy/İstanbul



(0216) 302 59 59



erenkoyruhsinireah.saglik.gov.tr



**ERENKÖY RUH VE
SİNİR HASTALIKLARI
EĞİTİM VE ARAŞTIRMA
HASTANESİ**



**BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
UYGULAMA VE
ARAŞTIRMA
MERKEZİ**



ERENKÖY RUH VE SİNİR HASTALIKLARI
EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ

“BAHAR” MERKEZİ

(BAĞIMLI HASTALAR İÇİN REHABİLİTASYON)



T.C. Sağlık Bakanlığı

ERENKÖY RUH VE
SİNİR HASTALIKLARI
EĞİTİM VE ARAŞTIRMA
HASTANESİ



BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
UYGULAMA VE
ARAŞTIRMA
MERKEZİ





BAHAR

**Bağımlı Hastalar İçin Ayakta
Rehabilitasyon Merkezi**

Bağımlılık kişinin ruhsal, bedensel, sosyal ve mesleki yaşamına zarar veren karmaşık bir hastalıktır.

Uzun zamandır madde kullanan kişinin hayatından bağımlı olduğu madde çıkarıldığında yaşamında büyük bir boşluk duygusu ortaya çıkar ve tekrar başlamalar sık görülebilir. Bu nedenle kişinin iyileşebilmesi için sadece madde kullanımını bırakmasına odaklanmak yeterli değildir.

Bireyin iyilik halinin sürmesi için tedavinin çok yönlü olarak ele alınması, sorunlarının kapsamlı olarak incelenmesi ve rehabilitasyon süreci ile desteklenmesi gerekmektedir.

Rehabilitasyon topluma yeniden kazandırma anlamına gelmektedir. Kişinin maddesiz yeni bir hayata uyum sağlama becerilerini güçlendirmek için bu süreçte; tıbbi, psikolojik ve sosyal açıdan desteklenmesi önemlidir.

Erenköy BAHAR Merkezi'nin rehabilitasyon sürecinde önemli bir rolü bulunmaktadır.

Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi "BAHAR" (Bağımlı Hastalar İçin Rehabilitasyon) Merkezi, 2 Ocak 2018 tarihinden itibaren hizmet vermeye başlamıştır.



BAHAR Projesi; bağımlılığı olan kişileri, ruhsal açıdan desteklemek, toplumsal, ailevi ve mesleki rollerini sürdürmelerine yardımcı olmak ve elde edilen iyilik halinin devamını sağlamak amacıyla hayata geçirilmiştir.

BAHAR'a Kimler Katılabilir?

- Arındırma tedavisini tamamlamış,
- Bağımlılıkla ilgili temel düzey psikoeğitim gruplarına katılmış,
- En az 3 haftadır iyilik halini sürdürmekte olan gönüllü kişiler tedavi ekibi tarafından değerlendirilerek merkeze kabul edilir ve BAHAR üyesi olurlar.



BAHAR'da Verilen Hizmetler

- Tıbbi Tedavi
- Bireysel Danışmanlık
- Grup Çalışmaları
- Aile Görüşmeleri
- Sosyal Beceri Eğitimi
- Psikoeğitim Grupları
- Sosyal Destek Hizmetleri
- Spor Aktiviteleri
- İş-uğraş Çalışmaları
(Mutfak atölyesi, Mozaik, Seramik, Resim,
Ahşap yakma, Müzik, Tiyatro, Drama vb.)

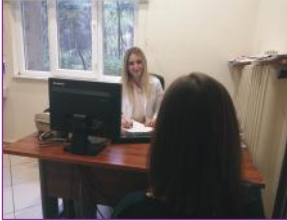




BAHAR'da Verilen Hizmetler

TIBBİ TEDAVİ

Bağımlılık ve eşlik eden ruhsal hastalar için uygun ilaç tedavileri hekim tarafından düzenlenmektedir.



BİREYSEL DANIŞMANLIK

Vaka danışmanları, her hafta düzenli olarak bireysel görüşmeler ile üyeleri takip etmektedir.



GRUP ÇALIŞMALARI

Günaydın toplantıları, paylaşım grupları, film gösterimi ve ardından tartışma oturumları yapılmaktadır.



AİLE GÖRÜŞMELERİ

Üyelerin tedavi süreci hakkında aileleri ile belirli periyotlarda görüşmeler planlanır. Gerekli durumlarda aile danışmanlığı birimine yönlendirilir.



SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ

Eğitmenler tarafından drama ve kişisel gelişim ile ilgili grup çalışmaları yapılmaktadır.



PSİKOEĞİTİM

İyileşme becerilerini geliştirme amacıyla; tekrar kullanmayı önleme, ruhsal gelişim (iletişim becerileri, öfke, streste başa çıkma vb.) ve yaşam becerilerini geliştirme ile ilgili psikoeğitim grupları gerçekleştirilmektedir.



SOSYAL DESTEK HİZMETLERİ

Merkezimizde takipli üyelerimizin sağlık hizmetleri dışındaki barınma, ulaşım, ekonomik, sosyal entegrasyon ve ihtiyaçlarının desteklenmesi amacıyla diğer kurumlarla işbirliği oluşturularak ayda bir multidisipliner ziyaret yapılmaktadır.



SPOR AKTİVİTELERİ

Üyelerimiz haftanın her günü spor hocası eşliğinde germe-kuvvetlendirme egzersizi, bisiklet sürme, doğa yürüyüşü vb. spor faaliyetleri yapmaktadırlar.



SOSYAL / KÜLTÜREL AKTİVİTELER

Üyelerin sosyal yaşama uyumunu arttırmak amacıyla haftanın bir günü planlanan tarihi yerlere, müzeler, sergi vb. yerlere ziyaret gerçekleştirilmektedir.



İŞ-UĞRAŞ ÇALIŞMALARI

Mutfak atölyesi,
mozaik, seramik,
resim, ahşap yakma,
tiyatro, drama vb.
çalışmalar
yapılmaktadır.



BELLEK, DİL, DİKKAT GELİŞTİRME EGZERSİZLERİ

Teknoloji destekli
zihinsel egzersizler,
bilmece, tekerleme,
yapboz, kutu oyunları
gibi bilişsel işlevleri
geliştirici aktiviteler
düzenlenmektedir.



HOBİ SAATI

Kitap okuma,
bahçe işleri,
masa tenisi,
langırt gibi
faaliyetler
yapılmaktadır.



Multidisipliner Vizit

Merkezimizde takip edilen üyelerin sağlık hizmetleri dışındaki barınma, ulaşım, ekonomik ve sosyal entegrasyon ihtiyaçlarının desteklenmesi açısından diğer kurumlarla iş birliği yapılmaktadır. Bu amaçla her ayın ilk arşamba günü multidisipliner vizit yapılmaktadır. Bu toplantılarda üyelerimizin ihtiyaçlarına göre planlamalar yapılarak hızlı zm yoluna gidilmektedir.


































Toplantımıza katılan kurum ve kuruluşlar aşağıda belirtilmiştir.

- İlçe Sağlık M¼d¼rl¼đ¼ Bağımlılık Danışma Birimi
- İlçe Kaymakamlığı Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı
- İlçe Belediyesi b¼nyesinde hizmet veren birimler
(ocuk Koruyucu Ruh Sağlığı Birimi, Sosyal Destek Hizmetleri M¼d¼rl¼đ¼, K¼lt¼r ve Sosyal İşler M¼d¼rl¼đ¼)
- İŐKUR İş ve Meslek Danışmanları
- Aile ve Sosyal Politikalar İl M¼d¼rl¼đ¼
- İlçe Halk Eğitim Merkezi M¼d¼rl¼kleri
- İSMEK
(İstanbul B¼y¼křehir Belediyesi Hayat Boyu Öğrenme M¼d¼rl¼đ¼)
- T¼rk Kızılayı İstanbul M¼d¼rl¼đ¼ Bağış ve Sosyal Hizmetler Y¼netimi Birimi



BAHAR MERKEZİ'nin Programı

| | 08.30-09.00 | 09.00-09.20 | 09.30-10.00 | 10.15-11.00 | 11.15-12.00 |
|------|--|--|---|--|--|
| PTS |  Güne Hazırlık |  Spor Aktiviteleri |  Günaydın Toplantısı / Haftalık Görev Dağılımı |  1. Grup Mutfak Atölyesi 2. Grup Psiko eğitim Grubu |  1. Grup Mutfak Atölyesi 2. Grup Psiko eğitim Grubu |
| SALI |  Güne Hazırlık |  Spor Aktiviteleri |  Günaydın Toplantısı |  Türk Halk Oyunları |  Türk Halk Oyunları |
| ÇRŞ |  Güne Hazırlık |  Spor Aktiviteleri | Vizit Saati/ Mozaik Çalışması | Vizit Saati/ Mozaik Çalışması | Vizit Saati/ Mozaik Çalışması |
| PRŞ |  Güne Hazırlık |  Spor Aktiviteleri |  Günaydın Toplantısı |  1. Grup Psiko eğitim Grubu 2. Grup Mutfak Atölyesi |  1. Grup Psiko eğitim Grubu 2. Grup Mutfak Atölyesi |
| CUMA |  Güne Hazırlık |  Spor Aktiviteleri |  Günaydın Toplantısı |  Yabancı Dil Eğitimi (İspanyolca A1) |  Yabancı Dil Eğitimi (İspanyolca A1) |

| 12.00-12.30 | 12.30-13.20 | 13.30-14.20 | 14.30-15.20 | 15.30-16.30 | 16.30-17.00 |
|--|---|--|--|--|-------------------|
|  Yemek Saati |  Resim Atölyesi |  Senaryo Yazarlığı Atölyesi |  Senaryo Yazarlığı Atölyesi |  Senaryo Yazarlığı Atölyesi | Kapanışa Hazırlık |
|  Yemek Saati |  Resim Atölyesi | 1. Grup Psiko eğitim Gr. 2. Grup Mozaik Çalışması / Sosyal Etkinlik | 1. Grup Bilişsel İşlevleri Geliştirme Çalış. 2. Grup Mozaik Çalışması / Sosyal Etkinlik | 1. Grup Hobi Saati 2. Grup Mozaik Çalışması / Sosyal Etkinlik | Kapanışa Hazırlık |
|  Yemek Saati |  Resim Atölyesi |  Yaratıcı Drama Atölyesi |  Yaratıcı Drama Atölyesi |  Yaratıcı Drama Atölyesi | Kapanışa Hazırlık |
|  Yemek Saati |  Resim Atölyesi | Kişisel Gelişim Eğitimi | Kişisel Gelişim Eğitimi | Kişisel Gelişim Eğitimi | Kapanışa Hazırlık |
|  Yemek Saati |  Resim Atölyesi | Ahşap Yakma Atölyesi /  Resim Atölyesi | Ahşap Yakma Atölyesi /  Resim Atölyesi | Ahşap Yakma Atölyesi /  Resim Atölyesi | Kapanışa Hazırlık |



BAHAR MERKEZİ'nin Hedefleri





İlk 3 Ay Sonunda Hedeflenen Kazanımlar



Üyemizin;

- Grup kurallarını öğrenebilmesi ve uygulayabilmesi,
- Bir çalışmayı kesintisiz bir şekilde sürdürebilmesi,
- Diğer BAHAR üyeleri ile ilişkisini merkez sınırları dışında sürdürmemesi,
- Günlük hayatında değişiklikler yapmaya başlayabilmesi,
- Öğrendiği becerileri hayatına entegre edebilmesi,
- Tedavi ekibi ile iş birliğine açık bir tutum içerisinde olması,
- Programa kişinin söz verdiği gün ve saatlerde devamlılığını sağlayabilmesi hedeflenmektedir.

3-6
AY

3 – 6 Ay Sonunda Hedeflenen Kazanımlar



Üyemizin;

- Merkez dışında verilen sorumlulukları yerine getirebilmesi,
- Diğer BAHAR üyelerinin yönlendirmesi dışında kendi istek, duygu ve düşüncesi ile hareket edebilmesi,
- Aile, iş ve sosyal ilişkilerini geliştirebilmesi,
- Diğer BAHAR üyeleri ile ilişkisini merkez sınırları dışında sürdürmemesi,
- Merkez dışında kalan boş zamanlarında kendi kendilerine aktivite planlayabilmesi,
- Eşlik eden diğer bağımlılık yapıcı maddelerden (kahve, sigara, kumar gibi) uzak durması,
- Merkez içerisinde verilen sorumlulukları üstlenmesi ve sürdürebilmesi,
- Sosyal sorumluluk alanında yeni fikirler üretebilmesi ve planlayabilmesi,
- Sosyal sorunlarını rahatça ifade edebilmesi ve yardım isteyebilmesi,
- Gerekli kurum ve kuruluşlarla işbirliği yapabilmesi,
- Ailesinin tedavi sürecine katılması, ailenin psikoeğitimi tamamlaması ve ailenin düzenli danışmanlık alması hedeflenmektedir.



BAHAR Üyelerinden Beklentiler





BAHAR Üyeleri...

- Programa geliş-gidiş saatlerine özen gösterirler.
- Gelmeyeceği zaman haber verirler.
- Geç gelen veya mazereti olan üyeler, AMATEM Klinik şefliğinden "geç / mazeret kağıdı" alıp bireysel vaka yöneticisine teslim ederler.
- Gizliliği korumaya dikkat ederler.
- Her oturuma zamanında katılırlar.
- Başkalarının sözünü kesmeden dinlerler.
- Başkalarına tehdit edici sözler söylemezler veya davranışlarda bulunmazlar.
- Hiç kimseye aşağılayıcı söz veya davranışlarda bulunmazlar, hakaret etmezler.
- Herkesin aynı fikirde olmayabileceğini kabul ederler.
- Alkol veya uyuşturuculardan özendirici tarzda söz etmezler.
- Cep telefonlarını sessize alırlar.
- Verilen ödevleri bir sonraki oturuma getirirler.
- Bir çalışmayı kesintisiz şekilde sürdürebilirler.
- Eğitmenlerin verdiği mola saatlerine uyum gösterirler.

- Sigarayı (her ne kadar içmemelerini beklesek de 😞) belirlenen sigara içme alanında içerler.
- Bağımlılık yapıcı her şeyi (alkol, madde, davranışsal bağımlılıklar) hayatlarından çıkarırlar.
- Kullandıkları tüm alanların (atölye, bahçe, mutfak, odalar, tuvalet ve sigara içme alanı) temizlik ve düzeninden sorumludurlar.
- Mutfak kullanım kurallarına dikkat ederler.
- Giriş çıkışlarda ana kapıyı kullanırlar.
- İstenecek idrar numunelerini zamanında verirler.
- Merkez içerisindeki eşyaları korurlar.
- Etkinlikler esnasında uygunsuz davranış ve söylemlerden kaçınırlar.
- Grup üyeleriyle ilişkilerini merkez sınırları dışında sürdürmezler.
- Kişisel bilgilerini, telefon numaralarını ve sosyal medya hesaplarını diğer üyelerle paylaşmazlar.
- Sağlık ve kişisel bakımlarına özen gösterirler.
- Merkez içerisinde yapılan görev dağılımlarında rol alırlar.
- Tedavi süreci ile ilgili baş etmekte zorlandıkları durumları ekip ile paylaşıp, destek alırlar.

Hazırlayanlar

1. Doç. Dr. Rabia BİLİCİ
2. Uzm. Dr. Başak ÜNÜBOL
3. Psikolog Elif ÇİNKÂ
4. Psikolog Gizem AKÜLKER
5. Dr. Fatma KANTAŞ YILMAZ

