



NE BRIGAJ - ODIGRAJ!



Brošura je dio projekta "Ne brigaj, odigraj" koji sprovodi NVO Brljok u okviru većeg projekta "Van izolacije - ostvarivanje prava pacijenata sa mentalnim oboljenjima" koji realizuju NVO Akcija za ljudska prava, Centar za žensko i mirovno obrazovanje ANIMA i Mental Disability Advocacy Center MDAC, a koji finansira Evropska unija. Sadržaj brošure predstavlja isključivu odgovornost autora i ni na koji način ne odražava stavove donatora.



Projekat „Ne brigaj - odigraj“ se realizuje kroz posjete i radionice i granje društvenih igara sa pacijentima Specijalne Bolnice za psihijatriju u Kotoru.

Poteškoće na koje smo naišli se ogledaju prvenstveno na neadekvatnom prostoru za realizaciju igranja društvenih igara, u smislu malih prostorija i nepostojanja dovoljnog broja stolova. Na ovu poteškoću se prvo reagovalo tako što su se aktivnosti okupljanja dešavala na odvojenim odjeljenjima međutim to nije bilo najbolje rješenje jer nije dovodilo do socijalizacije pacijenata sa različitim odjeljenja. Sledeća reakcija na problem je bilo preseljenje aktivnosti u trpezariji na hroničnom odjeljenju koje može da

primi dovoljan broj pacijenata zainteresovanih za igranje društvenih igara sa svih odjeljenja. Ovo rješenje se pokazalo kao dobro jer dovodi do povezivanja pacijenata sa različitim odjeljenja.

U okviru projekta kupljeno preko 25 igara, manji dio u Crnoj Gori, dok je veći dio igara kupljen u Francuskoj preko interneta. Razlog za to je što takvih igara nema kod nas u ponudi. U pitanju su posebno izabrane društvene igre za pacijente Specijalne Bolnice u Kotoru, podesne za njihove kognitivne sposobnosti, koje su pokazale kako povoljno utiču na njihov razvoj.

Naručeni su stoni fudbal koji su pacijenti sami tražili, kao i tri seta za pikado.

Obezbjeden je materijal za izradu osam ormarica sa zaključavanjima za skoro svako odjeljenje Bolnice, gdje bi pacijenti i osoblje mogli da čuvaju knjige, igre i slične stvari.

30. decembra, dan prije dočeka Nove godine, organizovana je novogodišnja Tombola za koju smo posebno kupili opremu za igranje Binga/Tombole, gdje su svi na kraju dobili po nagradu, (bilo je mnogo utješnih nagrada) u vidu paketića sa slatkisima, koje su obezbijedili donatori.

Vođeni pozitivnim iskustvom, sa prethodnih okupljanja organizovanjem interaktivnih muzičkih događaja, odlučili smo da akcenat bude na

muzičkom programu. Ovo u cilju rušenja predrasuda koje mladi imaju prema osobama sa mentalnim oboljenjima koji se nalaze u Bolnici, što je jedan od ciljeva projekta. Tako da je muzički program bio odlična prilika da se uključe i aktivisti koji nemaju iskustvo u radu sa pacijentima Bolnice a koji su imali određene predrasude prema njima. Kako je među aktivistima bilo i studenata psihologije, njima je ovo iskustvo profesionalno mnogo značilo za razvoj i rast. Nakon okupljanja smo primijetili da je sami projekat postao vidljiv među mladima, jer je izvršena promocija projekta prenošenjem iskustava tako da se proširila mreža uticaja projekta na širu





“Zanimljivo je bilo posmatrati rušenje barijera među samim pacijentima. Ono što smo mi primijetili je da pacijenti sa određenih odjeljenja nisu uvijek prijateljski nastrojeni prema ostalim pacijentima.”

javnost. I na ovom okupljanju su se igrale razne društvene igre, što je dovelo do prijatnog i zabavnog druženja u kojem su svi uživali.

Neke od igara zahtijevaju više razmišljanja i fokusiranosti tokom igranja, dok su druge zahtijevaju više motoričkih vještina. Atmosfera tokom okupljanja je bila prijatna i spontana. Ono što je karakteristično jeste to što je igra krenula spontano čim su pacijenti ušli u prostoriju. Komentari pacijenata su bili da im je sve zanimljivo i da im vrijeme izuzetno brzo prolazi.

“Osoblje Bolnice je aktivno učestvovalo u igranju igara sa pacijentima, dok su pacijenti pokazali interesovanje i inicijaciju za učenjem novih igara, tako da su pacijenti imali priliku da nauče igre koje do sada nisu igrali.”

Zanimljivo je bilo posmatrati rušenje barijera među samim pacijentima. Ono što smo mi primijetili je da pacijenti sa određenih odjeljenja nisu uvijek prijateljski nastrojeni prema ostalim pacijentima. Okruženje u kojem zajedno za istim stolom igraju igre dovelo je do veće socijalizacije i prihvatanja među njima.

“Svaki pacijent koji je želio da učestvuje je imao listić sa kombinaciom brojeva. U novogodišnjem duhu dobitnici su imali priliku da osvoje nagrade.”

Odaziv “novogodišnjem druženju” je premašio očekivanja i pozitivno iznenadio učesnike u projektu, samim tim, što je trpezarija bolnice bila maksimalno ispunjena, te da su učestvovali pacijenti sa VIII muškog, VIII ženskog, sudskog i odjeljenja za liječenje zavisnosti, koji rijetko imaju priliku da učestvuju u zajedničkim aktivnostima. Kako se okupljanje organizovalo u trpezariji na hroničnom odjeljenju koja nije dovoljno velika da primi toliki broj pacijenata odjednom, pojavile su se određene poteškoće u vidu veće buke i potrebe za asistencijom u igri tombole. Dobra koordinacija aktivista je dovela do rješavanja problema, a u asistenciji pri igranju tombole uključilo



se i osoblje bolnice. Kroz reakcije i komentare pacijenata zaključili smo da je druženje za njih bilo prijatno i lijepo i da su se zabavili.

Kad igraš igru
► cilj je pobjeda ◄
ali bitan je cilj
i ne pobjeda

Dr Reiner Knizia

Iako sam mislila da sam slobodna od predrasuda osjetila sam da mi nekada i nije baš priyatno da budem u društvu mentalno oboljele osobe, pa sam tokom ovog projekta pomjerila sopstvenu granicu komforne zone.

S obzirom da su korisnici jako rijetko posjećivani, kao i da rijetko imaju zajedničke aktivnosti, naše posjete su im jako prijale i bile su propraćene komentarima kao što su: „Duševna hrana je najbolja hrana. Kada ćete opet doći?“ Pružili smo im interesantan interaktivni sadržaj i podstakli ih na socijalizaciju.

Na ovom projektu sam se oslobođila predrasuda koje sam imala o ovoj bolnici ljudima u njoj. I ono što me posebno raduje, shvatila sam da imam dovoljno senzibiliteta da provodim vrijeme sa osobama sa mentalnim oboljenjima. Svaki put kada sam napuštala bolnicu nakon aktivnosti bilo mi je malo žao što naše druženje prestaje.

Shvatio sam, da ljudi koji borave u bolnici Dobrota, ne treba da pripadaju izolovanom mjestu. Ovaj projekat me je naučio da ne vjerujem svemu što čujem, naučio me je koliko je bitno raditi i pomagati svoju zajednicu kroz društveno korisni rad. Projekat kao ovaj pruža drugačiju, svjetliju perspektivu mladima u Crnoj Gori.



“Mladi ljudi puni entuzijazma, bez predrasuda, bolnica je od njih dobila više nego je očekivala.”

U kojoj mjeri smatrate da je realizacija ovog projekta doprinijela poboljšanju vremena koje korisnici psihijatriske bolnice u Kotoru provode?

- Humanizovano im je slobodno vrijeme, puno su naučili i doprinio je socijalizaciji i grupnom radu.

- Mislim da je ovaj projekat bio pun pogodak. Subota posle podne je vrijeme koje pacijenti provode odmarajući. Ovi mladi ljudi unijeli su puno pozitivne energije, ophode se prema pacijentima bez predrasuda. Svake subote iznenade kako pacijente tako i osoblje novim idejama.

Da li ćete nakon završetka projekta koristiti igre za okupacionu terapiju?

- Zahvaljujući mogućnosti da se igre sklade u ormarićima pa se kontrolisano koriste, puno ćemo ih koristiti u okupacionoj terapiji.

Šta biste izdvojili kao najveću vrijednost projekta?

- Masovnost. Prvi put imamo mogućnost okupljanja pacijenata sa više odjeljenja i integrisanost sa volonterima.

“Kroz reakcije i komentare pacijenata zaključili smo da je druženje za njih bilo prijatno i da su se zabavili.”

- Prvo ove mlade ljude, njihovu volju i pozitivnu energiju. Način na koji su animirali pacijente i njihov odnos prema njima.

U kojoj mjeri je ovaj projekat ispunio vaša očekivanja?

- I više od očekivanog, jer smo bili skeptični oko realizacije, ipak je ovo specifična ustanova.

Više od očekivanog!!! Hvala i bravo!!!

- Mladi ljudi puni entuzijazma, bez predrasuda, bolnica je od njih dobila više nego je očekivala.

Da li smatrate da je ovaj projekat djelovao podsticajno kada je u pitanju primjena različitih metoda za okupacionu terapiju?

- Mislim da je okupaciona terapija do sad podrazumijevala samo neke manuelne aktivnosti, poput izrade predmeta od gline. Igranje društvenih igara je dalo jednu potpuno novu dimenziju učenja, opažanja, druženja i što je najvažnije saradnje između pacijenata sa različitim odjeljenja.

- Naravno da je djelovao podsticajno. Pacijenti su svakog puta bili bolji



“Najočiglednije je to što dobrovoljni aktivisti mnogo opreznije koriste ili uopšte više ne koriste termine *ludnica* i *ludak*. Smanjio se i osjećaj da su to tamo neki ljudi”

u društvenim igrama. Dosta njih je željelo da igra šah i polako su prešli na zahtjevnije igre. Poznato je da igre pospješuju maštu i kognitivne funkcije umja. Uz igre kao alate i muzički bend kao rekreativne dali su pozitivan rezultat.

- Brlok društvene igre su same po sebi poprilično originalne, a svakako društvene igre podstiču socijalizaciju. Uvijek je dobro uvesti nešto novo, osoblje je vidjelo kako igre fino utiču na pacijente pa ih možda to podstakne da se još više potruđe za okupacionu terapiju.

- Poznato je da igranje društvenih igara podstiče razvoj sposobnosti čovjeka.

Interesovanje pacijenata za iste je ohrabrujuće i treba da bude znak osobljju da se više posvete ovoj metodi rada sa pacijentima.

Šta biste izdvojili kao najveću vrijednost projekta?

- Najočiglednije je to što dobrovoljni aktivisti (a samim tim i osobe iz njihovog bližeg okruženja) mnogo opreznije koriste ili uopšte više ne koriste termine „*ludnica*“, „*ludak*“! Smanjio se i osjećaj da su to tamo neki ljudi. Osmjesi, tuga i radost koje smo osjetili tokom igranja su nam pokazali da među nama nema zida.





UDRUŽENJE LJUBITELJA DRUŠTVENIH IGARA NAUČNE I EPSKE FANTASIKE I MODELARSTVA

BRLJOK! KLUB

KLJUČNI POZITVNI REZULTATI

- ✓ Strateško i kritičko razmišljanje
- ✓ Analiziranje kompleksnih situacija
- ✓ Produktivna komunikacija i odnosi
- ✓ Zabavno i konstantno učenje
- ✓ Lični rast i razvoj
- ✓ Liderske sposobnosti

IGRANJE DRUŠTVENIH
IGARA DVA PUTA
SEDMIČNO UBRZAVA
RAD MOZGA 27-32%



STANFORD UNIVERSITY

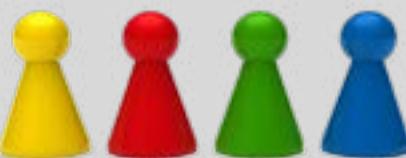
ONI KOJI IGRaju IGRE
RAZVIJAJU JAČI OSJEĆAJ
ZA KREATIVNOST I
RADOZNALOST



MIT / UC-BERKELEY STUDIES



Zabava je najsnažniji alat za efektivno učenje. Redovno igranje stvara atmosferu koja vodi ka razvoju ličnih sposobnosti. Kolekcija od preko 100 društvenih igara. Mi smo uvijek tu da vam pomognemo pri izboru igara i objašnjenju pravila.



LJUDI PAMTE...

20% STVARI KOJE ČUJU
30% STVARI KOJE VIDE
90% STVARI KOJE AKTIVNO RADE



PEOPLE AND STRATEGY
VOLUME 34, 2011.

VIŠE INFORMACIJA NAĐITE NA NAŠOJ FACEBOOK STRANICI

OKUPLJANJA, TURNIRI, RADIONICE, PROJEKCIJE,
AKCIJE I RAZNE DRUGE AKTIVNOSTI

