

**Psihosocijalni tretman i
psihosocijalne intervencije koje se
provode u Jedinicama za zaštitu
mentalnog zdravlja i prevenciju
ovisnosti s posebnim naglaskom
na psihosocijalne intervencije koje
se provode prema adolescentima**

prof. dr. sc. Danijela Štimac Grbić, dr. med.

Voditeljica odjela za mentalno zdravlje i
prevenciju ovisnosti

HZJZ/Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu



Psihosocijalne intervencije

- Psychosocial Interventions for Mental and Substance Use Disorders: A Framework for Establishing Evidence-Based Standards, Committee on Developing Evidence-Based Standards for Psychosocial Interventions for Mental Disorders
- Psihosocijalne intervencije kod poremećaja mentalnog zdravlja i poremećaja nastalih upotrebom psihoaktivnih supstanci su interpersonalne ili informativne/edukativne aktivnosti, tehnike ili strategije koje utječu na biološke, bihevioralne, kognitivne, emocionalne, međuljudske, socijalne ili okolišne čimbenike s ciljem poboljšanja zdravstvenog funkcioniranja i dobrobiti osobe.



Primjeri psihosocijalnih intervencija

- **Asertivno liječenje u zajednici** obuhvaća niz usluga i intervencija koje pruža **interdisciplinarni mobilni tim za liječenje u zajednici** (Stein i Test, 1980). Tim čine voditelji slučajeva, osoba s iskustvom, psihijatri, socijalni radnici, psiholozi, medicinske sestre i stručni specijalisti.
- Pristup je osmišljen kako bi pružio **sveobuhvatni psihijatrijski tretman** u zajednici, rehabilitaciju i podršku osobama s ozbiljnim poremećajima mentalnog zdravlja i uporabe droga
- Temeljni je cilj pružiti potporu i pomoći korisnicima u razvoju osobnih vještina odnosno potencijala za zdravlje, izbjeći hospitalizaciju, poboljšati kvalitetu svog života, a krajnji cilj je potpuni oporavak
- Temeljne značajke asertivnog tretmana u zajednici su individualizacija (personalizirani pristup) i fleksibilnost usluga temeljenih na ciljevima oporavka; mali broj slučajeva; asertivno upoznavanje; kontinuirano liječenje i podrška, uključujući lijekove; i 24-satna dostupnost s kriznom spremnošću i nizom psihosocijalnih intervencija, poput obiteljske psihoedukacije, potpomognutog zapošljavanja, liječenja ovisnosti kod dualnih poremećaja i motivacijskog razgovora.

- **Kognitivno-bihevioralna terapija** koristi se za široki spektar poremećaja mentalnog zdravlja i uporabe droga.
- **Contingency management** - sustav nagrade i kazne



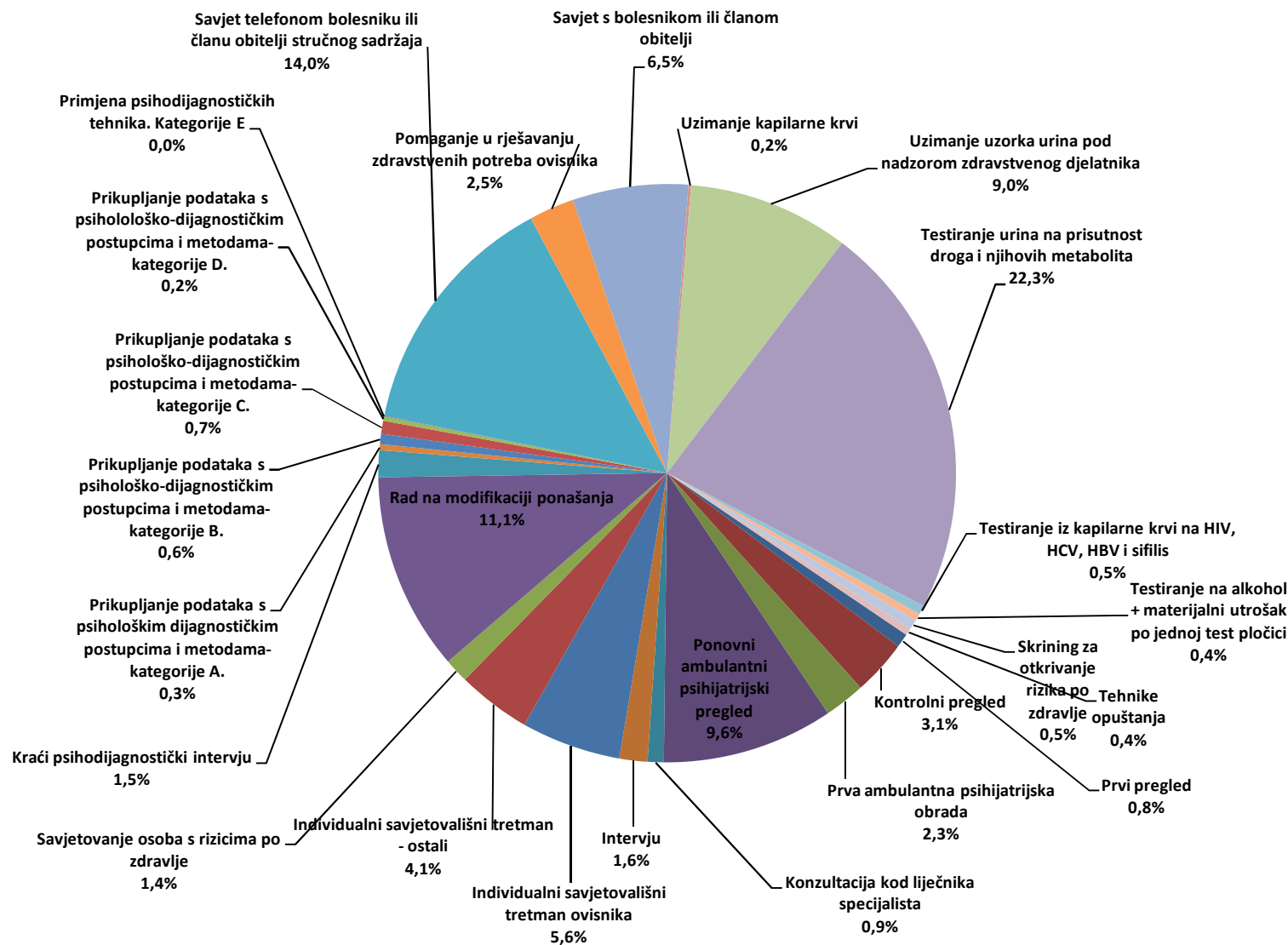
Postupci u djelatnosti za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti u 2018.

| Županija | Ukupno | 1. Individualni tretmani | 2. Obitelj | 3. Psihoterapija | 4. Rad u grupi | 5. Intervencije | 6. Obrada podataka i izrada mišljenja | 7. Preventivne aktivnosti | 8. Medijske aktivnosti | 9. Ostale aktivnosti nužne za funkcioniranje tima | 10. Ostali poslovi |
|------------------------|----------------|--------------------------|---------------|------------------|----------------|-----------------|---------------------------------------|---------------------------|------------------------|---|--------------------|
| UKUPNO | 333.113 | 234.338 | 11.476 | 30.937 | 2.231 | 5.543 | 20.765 | 15.453 | 2.224 | 757 | 9.389 |
| Grad Zagreb | 55.407 | 42.994 | 418 | 7.185 | 0 | 398 | 2.934 | 687 | 375 | 115 | 301 |
| Zagrebačka | 7.123 | 4.947 | 581 | 37 | 681 | 31 | 777 | 54 | 0 | 15 | 0 |
| Krapinsko-zagorska | 8.785 | 5.711 | 271 | 176 | 0 | 81 | 249 | 1.630 | 391 | 27 | 249 |
| Sisačko-moslavačka | 7.284 | 4.253 | 1.141 | 462 | 0 | 0 | 455 | 409 | 14 | 6 | 544 |
| Karlovačka | 7.475 | 4.365 | 596 | 1.911 | 0 | 0 | 322 | 13 | 0 | 12 | 256 |
| Varaždinska | 15.375 | 8.823 | 932 | 2.455 | 899 | 0 | 1.547 | 25 | 8 | 20 | 666 |
| Koprivničko-križevačka | 6.127 | 3.851 | 120 | 323 | 0 | 314 | 242 | 659 | 56 | 24 | 538 |
| Bjelovarsko-bilogorska | 6.945 | 4.561 | 93 | 60 | 0 | 0 | 87 | 1.021 | 4 | 32 | 1.087 |
| Primorsko-goranska | 27.440 | 16.040 | 1.265 | 4.581 | 24 | 600 | 1.912 | 1.123 | 111 | 76 | 1.708 |
| Ličko-senjska | 3.940 | 2.027 | 124 | 196 | 0 | 8 | 311 | 893 | 182 | 29 | 170 |
| Virovitičko-podravska | 3.861 | 2.418 | 97 | 329 | 0 | 12 | 223 | 578 | 186 | 8 | 10 |
| Požeško-slavonska | 3.175 | 2.582 | 33 | 50 | 1 | 5 | 108 | 168 | 48 | 19 | 161 |
| Brodsko-posavska | 16.422 | 13.620 | 658 | 919 | 2 | 636 | 359 | 178 | 27 | 23 | 0 |
| Zadarska | 41.053 | 33.773 | 289 | 2.911 | 0 | 1.997 | 1.120 | 910 | 36 | 15 | 2 |
| Osječko-baranjska | 15.538 | 11.608 | 520 | 1.926 | 0 | 0 | 1.125 | 210 | 44 | 15 | 90 |
| Šibensko-kninska | 19.536 | 13.352 | 873 | 1.082 | 4 | 290 | 2.713 | 530 | 86 | 39 | 567 |
| Vukovarsko-srijemska | 5.764 | 4.158 | 164 | 444 | 0 | 144 | 380 | 427 | 28 | 19 | 0 |
| Splitsko-dalmatinska | 33.698 | 21.439 | 967 | 905 | 325 | 777 | 2.553 | 3.665 | 296 | 111 | 2.660 |
| Istarska | 29.557 | 22.430 | 1.466 | 3.229 | 3 | 131 | 2.205 | 22 | 30 | 10 | 31 |
| Dubrovačko-neretvanska | 10.739 | 6.331 | 554 | 1.357 | 0 | 37 | 585 | 1.603 | 157 | 115 | 0 |
| Međimurska | 7.869 | 5.055 | 314 | 399 | 292 | 82 | 558 | 648 | 145 | 27 | 349 |

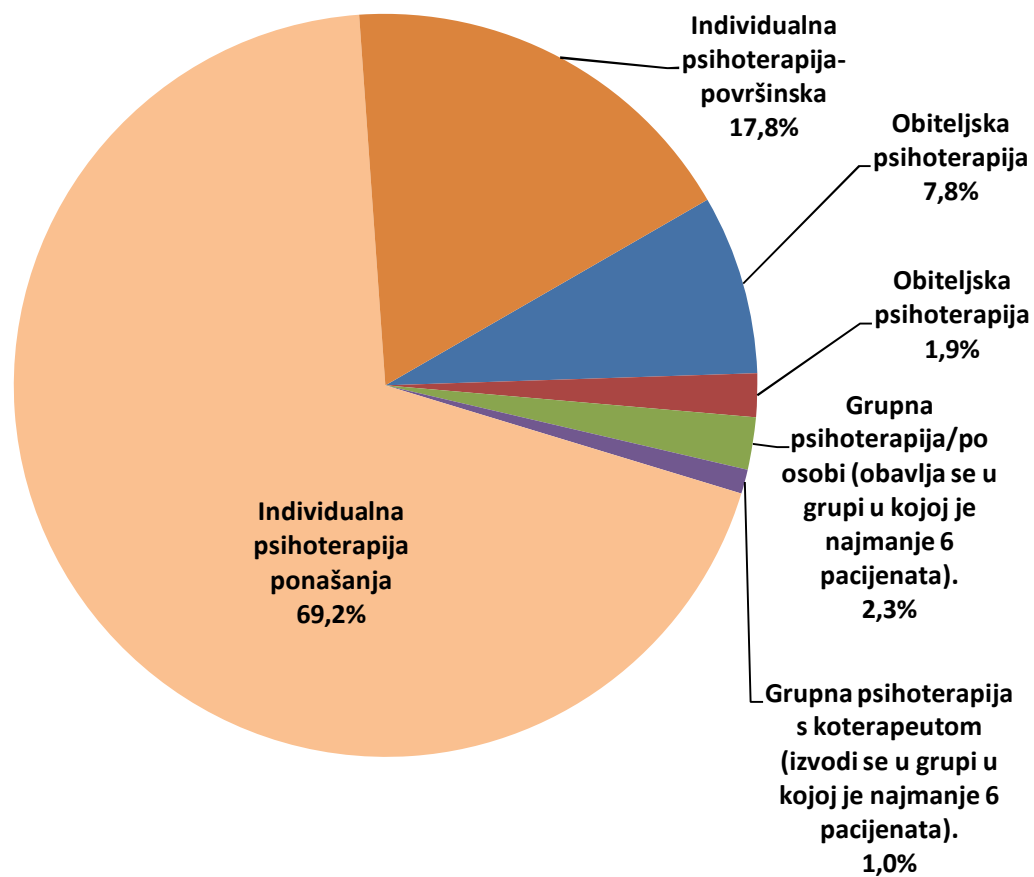
Postupci u djelatnosti za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti u 2019. (I-IX mj.)

| Županija | Ukupno | 1. Individualni tretmani | 2. Obitelj | 3. Psihoterapija | 4. Rad u grupi | 5. Intervencije | 6. Obrada podataka i izrada mišljenja | 7. Preventivne aktivnosti | 8. Medijske aktivnosti | 9. Ostale aktivnosti nužne za funkcioniranje tima | 10. Ostali poslovi |
|-------------------------------|----------------|--------------------------|--------------|------------------|----------------|-----------------|---------------------------------------|---------------------------|------------------------|---|--------------------|
| UKUPNO | 268.820 | 189.798 | 8.316 | 25.940 | 2.205 | 4.929 | 17.106 | 11.252 | 1.740 | 596 | 6.938 |
| % | 100 | 70,6 | 3,1 | 9,6 | 0,8 | 1,8 | 6,4 | 4,2 | 0,6 | 0,2 | 2,6 |
| Grad Zagreb | 50.607 | 38.372 | 399 | 7.610 | 0 | 161 | 2.412 | 681 | 395 | 96 | 481 |
| % | 100 | 75,8 | 0,8 | 15,0 | 0,0 | 0,3 | 4,8 | 1,3 | 0,8 | 0,2 | 1,0 |
| Zagrebačka | 7.028 | 4.928 | 519 | 0 | 496 | 155 | 761 | 37 | 39 | 16 | 77 |
| % | 100 | 70,1 | 7,4 | 0,0 | 7,1 | 2,2 | 10,8 | 0,5 | 0,6 | 0,2 | 1,1 |
| Krapinsko-zagorska | 6.472 | 4.318 | 249 | 150 | 0 | 52 | 163 | 1.102 | 269 | 15 | 154 |
| % | 100 | 66,7 | 3,8 | 2,3 | 0,0 | 0,8 | 2,5 | 17,0 | 4,2 | 0,2 | 2,4 |
| Sisačko-moslavačka | 5.637 | 3.172 | 908 | 350 | 0 | 0 | 314 | 318 | 13 | 8 | 554 |
| % | 100 | 56,3 | 16,1 | 6,2 | 0,0 | 0,0 | 5,6 | 5,6 | 0,2 | 0,1 | 9,8 |
| Karlovačka | 5.165 | 2.849 | 614 | 1.254 | 0 | 0 | 267 | 8 | 0 | 9 | 164 |
| % | 100 | 55,2 | 11,9 | 24,3 | 0,0 | 0,0 | 5,2 | 0,2 | 0,0 | 0,2 | 3,2 |
| Varaždinska | 14.404 | 8.547 | 647 | 2.301 | 931 | 0 | 1.496 | 23 | 6 | 14 | 439 |
| % | 100 | 59,3 | 4,5 | 16,0 | 6,5 | 0,0 | 10,4 | 0,2 | 0,0 | 0,1 | 3,0 |
| Koprivničko-križevačka | 4.821 | 3.067 | 41 | 353 | 0 | 253 | 129 | 461 | 31 | 20 | 466 |
| % | 100 | 63,6 | 0,9 | 7,3 | 0,0 | 5,2 | 2,7 | 9,6 | 0,6 | 0,4 | 9,7 |
| Bjelovarsko-bilogorska | 6.480 | 4.714 | 66 | 65 | 0 | 0 | 78 | 694 | 4 | 27 | 832 |
| % | 100 | 72,7 | 1,0 | 1,0 | 0,0 | 0,0 | 1,2 | 10,7 | 0,1 | 0,4 | 12,8 |
| Primorsko-goranska | 18.690 | 10.828 | 670 | 3.502 | 0 | 495 | 1.900 | 330 | 70 | 51 | 844 |
| % | 100 | 57,9 | 3,6 | 18,7 | 0,0 | 2,6 | 10,2 | 1,8 | 0,4 | 0,3 | 4,5 |
| Ličko-senjska | 2.981 | 1.855 | 100 | 184 | 0 | 16 | 219 | 367 | 88 | 24 | 128 |
| % | 100 | 62,2 | 3,4 | 6,2 | 0,0 | 0,5 | 7,3 | 12,3 | 3,0 | 0,8 | 4,3 |
| Virovitičko-podravska | 2.450 | 1.519 | 76 | 185 | 0 | 0 | 116 | 374 | 166 | 10 | 4 |
| % | 100 | 62,0 | 3,1 | 7,6 | 0,0 | 0,0 | 4,7 | 15,3 | 6,8 | 0,4 | 0,2 |
| Požeško-slavonska | 2.300 | 1.754 | 25 | 48 | 5 | 11 | 126 | 155 | 38 | 14 | 124 |
| % | 100 | 76,3 | 1,1 | 2,1 | 0,2 | 0,5 | 5,5 | 6,7 | 1,7 | 0,6 | 5,4 |
| Brodsko-posavska | 11.714 | 8.887 | 310 | 882 | 0 | 668 | 229 | 703 | 8 | 27 | 0 |
| % | 100 | 75,9 | 2,6 | 7,5 | 0,0 | 5,7 | 2,0 | 6,0 | 0,1 | 0,2 | 0,0 |
| Zadarska | 37.210 | 31.098 | 428 | 2.268 | 0 | 2.001 | 895 | 489 | 8 | 11 | 12 |
| % | 100 | 83,6 | 1,2 | 6,1 | 0,0 | 5,4 | 2,4 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Osječko-baranjska | 10.967 | 7.711 | 419 | 1.476 | 0 | 1 | 1.175 | 100 | 8 | 11 | 66 |
| % | 100 | 70,3 | 3,8 | 13,5 | 0,0 | 0,0 | 10,7 | 0,9 | 0,1 | 0,1 | 0,6 |
| Šibensko-kninska | 15.122 | 10.375 | 637 | 93 | 0 | 271 | 2.331 | 847 | 161 | 18 | 389 |
| % | 100 | 68,6 | 4,2 | 0,6 | 0,0 | 1,8 | 15,4 | 5,6 | 1,1 | 0,1 | 2,6 |
| Vukovarsko-srijemska | 4.595 | 3.445 | 130 | 282 | 0 | 149 | 357 | 191 | 30 | 11 | 0 |
| % | 100 | 75,0 | 2,8 | 6,1 | 0,0 | 3,2 | 7,8 | 4,2 | 0,7 | 0,2 | 0,0 |
| Splitsko-dalmatinska | 25.961 | 16.240 | 655 | 1.012 | 248 | 546 | 1.995 | 3.038 | 203 | 92 | 1.932 |
| % | 100 | 62,6 | 2,5 | 3,9 | 1,0 | 2,1 | 7,7 | 11,7 | 0,8 | 0,4 | 7,4 |
| Istarska | 22.132 | 17.066 | 772 | 2.507 | 93 | 97 | 1.529 | 14 | 19 | 7 | 28 |
| % | 100 | 77,1 | 3,5 | 11,3 | 0,4 | 0,4 | 6,9 | 0,1 | 0,1 | 0,0 | 0,1 |
| Dubrovačko-neretvanska | 8.283 | 5.245 | 358 | 1.189 | 72 | 8 | 402 | 853 | 58 | 98 | 0 |
| % | 100 | 63,3 | 4,3 | 14,4 | 0,9 | 0,1 | 4,9 | 10,3 | 0,7 | 1,2 | 0,0 |
| Međimurska | 5.801 | 3.808 | 293 | 229 | 360 | 45 | 212 | 467 | 126 | 17 | 244 |
| % | 100 | 65,6 | 5,1 | 3,9 | 6,2 | 0,8 | 3,7 | 8,1 | 2,2 | 0,3 | 4,2 |

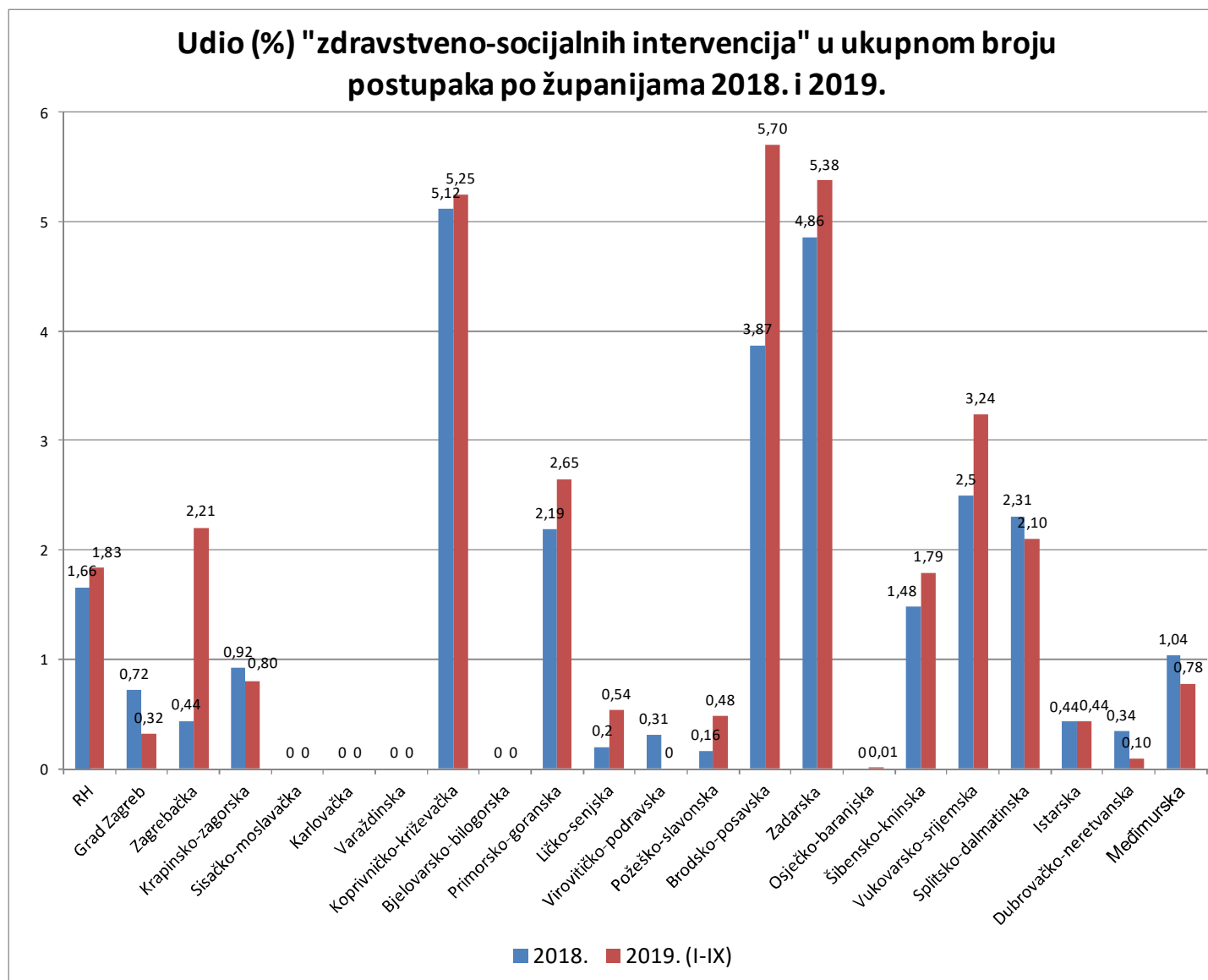
Udio pojedinih postupaka u okviru individualnih tretmana



Udio pojedinih postupaka u okviru psihoterapije



Zdravstveno-socijalne intervencije u ukupnom broju postupaka po županijama 2018. i 2019.



Deklaracija o mentalnom zdravlju: London 2018.

Empowering people /Osnaživanje

- Potrebno je poduzeti mjere kako bi se unaprijedile **socijalne odrednice mentalnog zdravlja, holističkim pristupom i intersektorskom suradnjom** s ciljem smanjenja nejednakosti među ljudima te kako bi najizloženije i najranjivije osobe imale jednake šanse voditi zdrav život, kako u smislu tjelesnog tako i smislu mentalnog zdravlja.
- Fokusirati se na poboljšanje mentalnog zdravlja i dobrobiti djece i mladih te stvoriti uvjete za poboljšanje ishoda u zaštiti mentalnog zdravlja za buduće generacije.
- Provoditi javno zdravstvene aktivnosti koje potiču fleksibilnost sustava, djeluju na smanjenju rizika i usmjerene su na glavne uzroke kroničnog stresa koji dugoročno ugrožavaju obitelj i obiteljsko okruženje, u cilju promicanja, unapređenja i zaštite mentalnog zdravlja djece i mladih.
- Poticati osobe s mentalnim poremećajima i drugim problemima mentalnog zdravlja (peer workeri/stručnjaci po iskustvu) kako bi aktivno sudjelovali u kreiranju politike mentalnog zdravlja, dizajnu i provedbi usluga u zaštiti mentalnog zdravlja te bili aktivno uključeni i djelovali na osnaživanju i osposobljavanju za preuzimanje odgovornosti za vlastito zdravlje do potpunog oporavka.
- **Kontinuirano traženje mogućnosti za razvoj boljih i održivijih sustava mentalnog zdravlja u zajednici.**

Lancet komisija:
Važnost vršnjačke podrške u
unaprjeđenju mentalnog zdravlja

- Razdoblje adolescencije je osobito vulnerabilno razdoblje te je nužno provoditi mjere za smanjenje rizika te povećanje otpornosti adolescenata na stres.
- Ključnu ulogu imaju: obitelj, roditelji, vršnjaci i zajednica. Važno je razvijati njihovu zaštitnu ulogu u životu adolescenta.





Preporučene intervencije

Jačanje socijalnih i emocionalnih kompetencija kroz cjeloživotno socio-emocionalno učenje (SEL) u zajednici i školi

- ✓ Jačaju socijalno i emocionalno funkcioniranje
- ✓ Poboljšavaju akademski uspjeh
- ✓ Smanjuju rizična ponašanja uključujući pušenje, pijenje i rizično spolno ponašanje

Pružatelji SEL intervencija:

- vršnjaci (peers)
- učitelji
- stručni suradnici u školama

Programi jačanja
socijalnoemocionalnih
kompetencija trebaju biti
integrirani u školski kurikulum.

- Potrebno : edukacija učitelja,
podrška zajednice, stručna
supervizija, intervencije u
školskom okruženju (whole
school approach)





SEL

Cost-effective analize su pokazale da su intervencije usmjerene jačanju socijalnih i emocionalnih kompetencija i ekonomski najisplativije te uz poboljšanje zdravstvenih ishoda smanjuju troškove u pravosudnom sustavu smanjenjem stope kriminalnih aktivnosti u mlađoj populaciji

Programi u prevenciji ovisnosti

- Komprehenzivni pristup koji uključuje:
 - ✓ Edukaciju
 - ✓ Intervencije koje povećavaju asertivnost
 - ✓ 'Kako reći ne!' – učenje vještina
 - ✓ '*self-management*'
 - ✓ Jačanje socijalnih vještina
 - ✓ *Screening* u kombinaciji sa kratkom intervencijom, motivacijskim intevjuiranjem, obiteljskom terapijom i KBT daje najbolje rezultate kod visoko rizičnih.

Najvažnija je uloga vršnjaka

Tretman: preporuke



- Aktivno uključivanje mladih osoba u izradu i provedbu intervencija i usluga (peer podrška)
- Izbor intervencija višeg i nižeg intenziteta:
 - guided self-care interventions: on-line intervencije
 - individualna savjetovanja
 - stand alone youth friendly centers (pruža usluge za poteškoće s kojima se susreću mlade osobe vezane za društvene i zdravstvene probleme te poteškoće vezane uz mentalno zdravlje)
 - psihoterapija temeljena na KBT- najučinkovitija kod anksioznosti i depresije u kombinaciji sa ograničenim brojem psihofarmaka
 - kratka intervencija
 - motivacijsko intervjuiranje
 - obiteljska terapija
 - farmakoterapija

Island free of drugs

Sveobuhvatni pristup – univerzalne intervencije za smanjenje pijenje mladih

Država:

- Zakon o vremenskom ograničenju koliko dugo djeca mogu biti vani 'outdoor time limits'
- Dobna granica, pristup mjestima koja prodaju alkohol
- Visoka dobna granica za kupnju alkohola

Regije/gradovi/zajednica:

- intervencije temeljene na istraživanjima
- adekvatno informiranje roditelja i ostalih stakeholdera
- poticanje roditelja/njegovatelja da se pridržavaju zakona
- pristup organiziranim sportskim i drugim konstruktivnim aktivnostima u slobodno vrijeme - "The leisure card"

Sveobuhvatni pristup - univerzalne intervencije za smanjenje pijenje mladih

Škole-centri za mlade

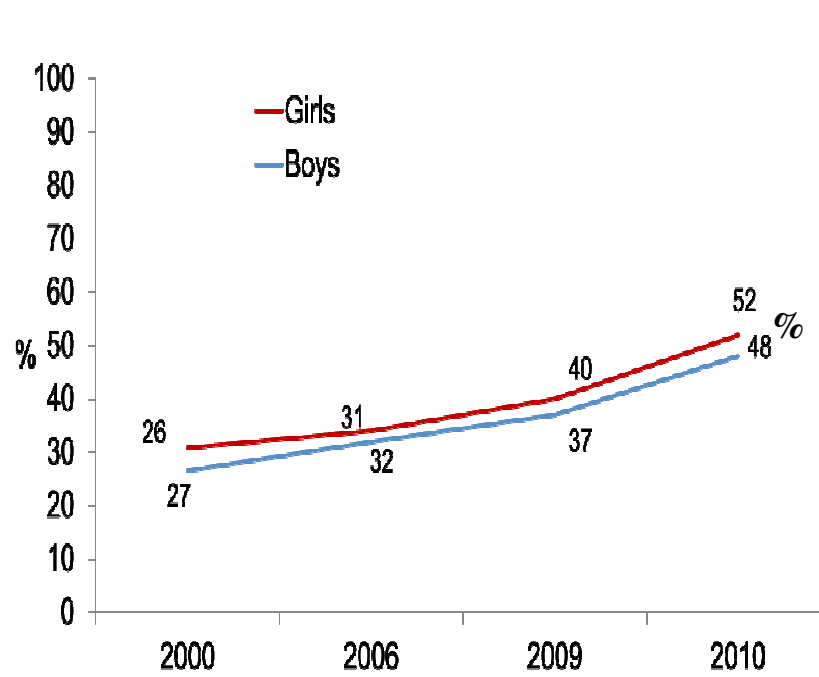
- Okupljanja bez alkohola – unutar dozvoljenog vremena za boravak vani
- Edukacija roditelja i učenika
- Podrška roditeljskim organizacijama (obrazovanje, pružanje objekata za njihov rad)

Roditelji

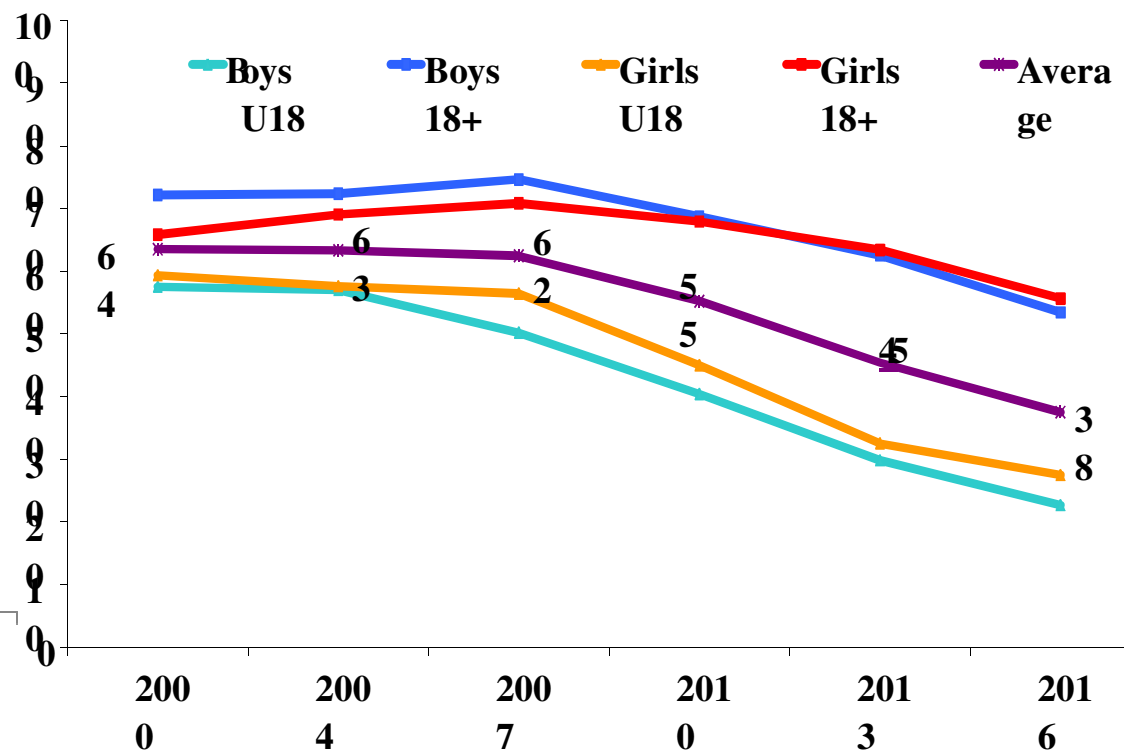
- Organizirane šetnje roditelja po kvartovima
- Ugovori s roditeljima
- Zajedničko obiteljsko vrijeme-> poticanje da provode više vremena sa svojom djecom
- Podupiranje sudjelovanja u rekreacijskim aktivnostima kao što su organizirani sportovi

Mladi

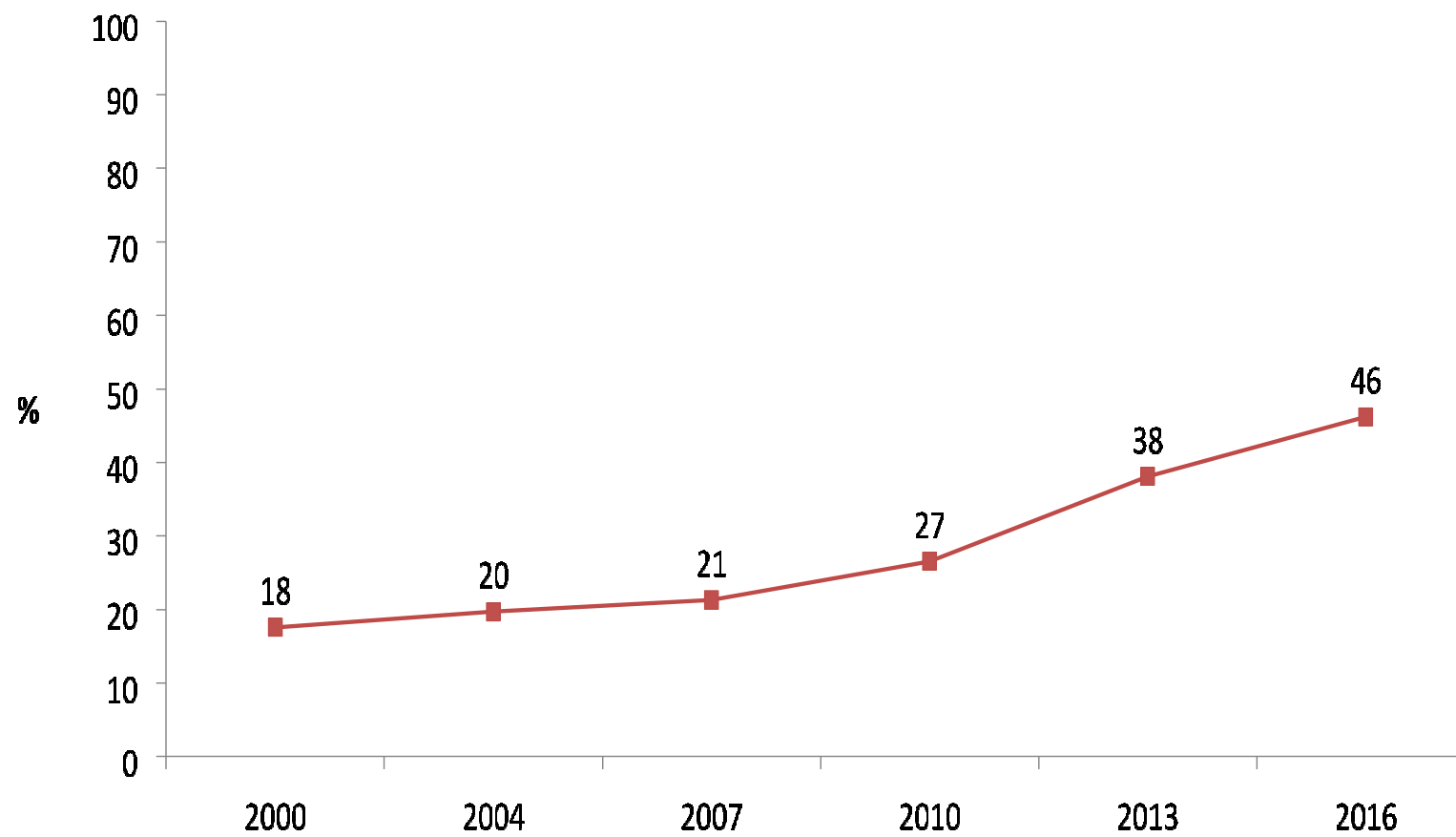
- Informirani o zakonima i propisima
- Provode više vremena s roditeljima/obitelji
- Pojačano sudjelovanje u sportskim i drugim organiziranim aktivnostima u slobodno vrijeme



Vrijeme provedeno s roditeljima



Trend korištenja alkohola kod učenika islandskih škola u dobi od 16-20 godina



Učenci koji nikada u životu nisu bili pijani (dob 16-20 godina)

Praksa utemeljena na dokazima učinkovitosti

| TRADICIONALNI MODELI | NOVI MODELI |
|---------------------------|----------------------------|
| Tretmanski model | Model promocije |
| Model ekspertize | Model izgradnje kapaciteta |
| Usmjerenost na nedostatak | Usmjerenost na snage |
| Usmjerenost na usluge | Usmjerenost na resurse |
| Stručnjak u fokusu | Korisnik u fokusu |