



How to provide mental health support? The example of the training for mental health care users. The trainer's and trainee's perspective.

Lidia Zabłocka-Żytka, Iwona Wegner, Paweł Bronowski
30.06.2022., online, zoom platform
The Annual Enter Conference



4 main messages:



1. Mental health care users as care givers
– a short history in Poland;
2. The training program for mental health care users;
3. The trainee's perspective
4. The trainer's perspective





Mental health care users as care givers – a short history in Poland;



Not a long history of mental care users as care givers (Bronowski at all, 2019)



- No long tradition in coworking with mental health users
- Ngo's activities f.g. „POMOST” Association
- There have been organized trainings for a few years e.g. by The Maria Grzegorzewska University in cooperation with The „POMOST” Association





The training program for mental health care users „Doradcy ds. zdrowia”



POWR.03.01.00-00-T014/18-00

Akademia
Pedagogiki
Specjalnej
im. Marii Grzegorzewskiej
rok założenia 1922



**Doradcy do Spraw Zdrowienia.
Wsparcie procesu zdrowienia i aktywizacji społecznej
osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego.
Narodowe Centrum Badań i Rozwoju
(2019-2022)**



Fundusze
Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



General information about the training



- The main aim of the training was to support the recovery process and increase the personal competences of mentally ill people;
- The trainees – Mental health care users; age: 18 -70 year old;
- Duration of the training – 100 hours; 5 weekends, 20 hours/weekend
- The content of the training - 6 modules.



6 modules of the training:



1. The Empowerment and the treatment;
2. How to protect your rights and get support?
3. How to feel useful?
- 4. Giving support for other people;**
5. Social and work activity;
6. Using modern information technologies.

+

5 individual meetings with clinical psychologist/psychotherapist



General information about the training



- There were 7 editions of the training
- 196 people started the training
- 157 people finished the training and received the certificate.

Every edition and every modul was evaluated.





The trainee's perspective





The trainer's perspective



My module: Giving support for other people - general information



- The aim of the module – to prepare trainees to support other people
- Duration of the module - 20 hours of workshops
- The content of the module- 6 topics



My module: Giving support for other people - general information



The content of the module- 6 topics:

1. Helping/support - what is it and what it should not be?
ON -LINE HELP.
2. Communication skills; online communication
3. Building a contact for support;
4. Problem solving steps;
5. A person in a crisis - what is helpful?
6. Taking care of your own resources.



My module - my perspective



The Advantages:

- A Chance to meet other people and be active;
- A Chance to increase one's knowledge, awareness, self – esteem...
- Personally- a great experience



My module - my perspective



The Disadvantages:

- Too intensive (?)
- A next step of training is needed.



References:



- Bronowski, P., Kaszyński H., Macielewska o. (2019). Kryzys psychiczny. Odzyskiwanie zdrowia, wsparcie społeczne, praca cocjalna. Warszawa: Difin.
- Curwen, B., Palmer, S., Ruddler, P. (2006). Poznawczo-behawioralna terapia krótkoterminowa. Gdańsk: GWP.
- Egan, G. (1997). Kompetentne pomaganie. Poznań: Zysk i Spółka Wydawnictwo.
- Maultsby, M.C. (2013). Racjonalna terapia zachowania. Podręcznik terapii poznawczo-behawioralnej. Żylin: Wydawnictwo Dominika.
- Murgatroyd, S. (2000). Poradnictwo i pomoc. Poznań: Zysk i Spółka Wydawnictwo.
- Okun, B. F. (2002). Skuteczna pomoc psychologiczna (s. 6- 57). Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP.
- Sokołowska, E., Zabłocka-Żytka L. (2013) Psychologia rozwojowa dla klinicystów. Warszawa: Fraszka Edukacyjna- rozdział dotyczący sporu konstruktywnego.
- Sokołowska, E., Zabłocka-Żytka, L., Kluczyńska S., Wojda- Kornacka J. (2015). Zdrowie psychiczne młodych dorosłych. Wybrane zagadnienia. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Wilczak-Rużycka ,E. (2007). Komunikowanie się z pacjentem chorym psychicznie. Lublin: Wyd. Czelej.
- Zabłocka-Żytka, L., Hintze, B., Sokołowska, E., Kluczyńska, S. (2011). Ćwiczenia z podstawowych umiejętności pomagania. W: B. Weigl, (red.) Psychologia rozwoju i podstawy pomagania. Teoria – ćwiczenia – praktyka (s. 91-162). Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej





Thank you!

Lidia Zabłocka-Żytka izablocka@aps.edu.pl
Iwona Wegner iwona.wegner2@wp.pl

