

Öz Yardımlaşma Grupları ne demektir?

Yardımlaşma grupları, bazı insanların biraraya gelerek kendilerinin veya yakınlarının psikolojik ve sosyal problemleriyle ilgili, ortak sorunlarla hep beraber yardımlaşarak ve mücadele ederek çözüm bulmaya çalışan bir gruptur.

Öz Yardım nedir?

Öz yardım demek, kendi problemlerini kendi imkanları çerçevesinde aktif ele almak demektir.

Öz yardım demek, öncelikle aynı problemleri ve hastalıkları paylaşan insanların, karşılıklı fikir alışverişinde bulunmaları, birbirlerine güç vermeleri ve teşvik etmeleridir. Bunların arasında en tanınmış olanı alkol bağımlılarından oluşan yardımlaşma gruplarıdır. İlk anonim alkol bağımlılarından oluşan grup Amerika'da 1930'lu yıllarda oluşturulmuştur.

Öz Yardımlaşma Gruplarının kapsadığı en önemli konular şunlardır:

Tecrübe ve bilgi alışverişinde bulunmak, problemler hakkında gereken bilgileri ve sorumlulukları üstlenmek, hastalık ve mevcut sağlık sisteminin temin edilmesi, duygusal ve sosyal destek, izolasyonun kaldırılması, kendini değiştirmek için yardım sunmak ve problemlerin yeniden tanımlanması v.b.

Öz Yardımlaşma Gruplarının Etkileri

Öz yardımlaşma gruplarının etkileri yapılan araştırma sonuçlarında ve yazılan raporlarda ifade edilmiştir. Öz yardımlaşma gruplarının üyelerinde, depresyon ve ruhsal bozukluklardan ileri gelen bedensel şikayetler ender görülür, aynı durumdaki diğer insanlara göre daha bağımsız ve sosyal ilişkilerde daha güçlüdürler. Kronik hastalar, grup içerisinde kendi hastalıklarını kabul etmeyi ve onunla yaşamayı öğrenirler. Daha iyi bir yaşam sürdürmek için aktif bir şekilde mücadele eder ve tedavi imkanları hakkında daha iyi bilgi sahibidirler. Profesyonel yardımlardan amaçları doğrultusunda ve eleştirel faydalanırlar. İlk etapta kendi kendine yardım etme fikrinin yanında, ek olarak tıbbi terapi tedavisinin de gereksiz olduğu söylenemez. Kriz geçiren ve zor kişisel problemleri olan insanlara ulaşmak mümkün değildir. Öz yardımlaşma gruplarının en önemli görevi profesyonel danışmanlıkta, yardım sunmada ve her türlü imkanı tedarik etmede öncülük etmektir.

Öz Yardımlaşma Grupları'nın finansmanı

§ 20 paragraf 4 Sosyal Kanun Kitabı 5'e göre bütün Sağlık Sigortaları kanunen sağlık içeren tüm etkinlikleri desteklemekle yükümlüdür. Sağlıkla ilgili her türlü çalışmalar için başvurulabilecek teşvik paraları, doğrudan ya da bu yardımlarla ilgili birimler üzerinden talep edilebilir.