



Wojewódzki Szpital dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu wspólnie z Fundacją Terapia to NIE WSTYD prowadzi kampanię społeczną pt. „Terapia to nie wstyd”

Kampania Terapia to NIE WSTYD, ma na celu odzyskanie podejścia Polaków do psychoterapii. Statystyki w zakresie rozwodów, samobójstw, liczby osób żyjących samotnie, uzależnień w naszym kraju są nadal zatrważające.

Naszą misją jest zmiana przekonań dotyczących terapii oraz korzystania z pomocy psychologa i psychoterapeuty. Każdy z nas posiada swój sztab wsparcia zdrowia fizycznego: internistę, ginekologa, stomatologa i innych specjalistów – w zależności od potrzeb. Niestety nadal rzadko w tym gronie jest psychoterapeuta. Dlaczego gdy boli nas zębami nie mamy problemu aby udać się do dentysty, a gdy czujemy, że nie radzimy sobie ze stresem, stratą bliskiej osoby, zmianą pracy to tak trudno nam zdecydować się na fachową pomoc? Mimo XXI wieku psychoterapia nadal nie jest traktowana tak poważnie jak powinna być. Brakuje nam wiedzy i podstawowych informacji dlatego nic dziwnego, że terapia nadal kojarzy się z czymś wstydliwym czym nie warto się chwalić – ponieważ to co nieznanne wzbudza nasz niepokój. Często słyszymy „nie jestem wariatem żeby iść do psychologa, psychiatry”.

Główne cele kampanii:

- Przede wszystkim edukacja! – na temat procesu psychoterapii, do jakich specjalistów z jakimi problemami możemy się udać.
- Informowanie o miejscach i instytucjach, w których można uzyskać bezpłatną pomoc.
- Pokazanie psychoterapii jako najlepszej inwestycji w siebie, która owocuje lepszymi wynikami na polu zawodowym, prywatnym oraz szczęśliwym życiem.

info/2023/06/terapia