



Role Školy zotavení ve zdravotní a sociální péči v CDZ

Vlasta Řezníková, Petra Kubinová, Markéta Dubnová, Martina Černá

Proč škola zotavení?

„Škola zotavení je programem vzdělávání a osobního růstu dospělých, ale zřejmě především unikátní příležitostí pro setkávání lidí s různými životními zkušenostmi, různou mírou prožívané pohody a zdraví, sociálního zázemí, kultury či odborných profesí.”

Kubinová et al. (2021). Škola zotavení jako louka plná života: Stopařův průvodce na cestě zakládání a fungování škol zotavení. Praha: Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví

- jiný způsob nazírání na klienty
- posun od tradičních služeb k zaměřeným na zotavení
- jiné hodnoty
- jiný jazyk



Principy posilující inovativní přístup a fungování škol zotavení (McGregor et al., 2016)



- edukace (neterapeutická instituce)
- spolupráce (mix lidí)
- důraz na silné stránky (smysl duševního onemocnění)
- progres (studenti spoluvytváří nabídku kurzů)
- inkluze zkušeností (v kurzu jsou využívány zkušenosti všech zúčastněných)
- community focused (vytváření mostu, propojení služeb a aktivit v komunitě)
- person-centered (student navštěvuje kurzy, které vnímá jako přínosné pro sebe sama)

McGregor, J, Brophy, L., Hardy, D., Hoban, D., Meddings, S., Repper, J., Rinaldi, M., Roeg, W., Shepherd, G., Slade, M., Smelson, D., Stergiopoulos, V., on behalf of RCICoP Group (2016). Proceedings of June 2015 Meeting. Recovery Colleges International Community of Practice (RCICoP)

Zaměřit službu na Zotavení znamená změnu uvažování, postojů a hodnot

tradiční přístup		přístup zaměřený na zotavení
	Uspořádání hodnot a pravomocí	
(Zdánlivě) bez hodnot		Zaměřený na hodnoty
Odpovědnost odborníků		Osobní odpovědnost
Zaměřený na kontrolu		Zaměřený na možnost volby
Moc nad lidmi		Probouzí pravomoci člověka ve vlastním životě
	Základní pojety	
Vědecké		Humanistické
Patografie (popis vlastní nemoci pacientem)		Biografické (životní příběh)
Psychopatologie		Bolestivé zkušenosti
Diagnóza		Osobní význam
Léčba		Růst a objevování
Pracovníci a pacienti		Odborníci skrze vzdělání a odborníci skrze vlastní zkušenosti
	Vědomostní základna	
Randomizované kontrolované studie		Návodné příběhy
Systematická přezkoumání		Vytvořena ze vzorů – příběhů skutečných osob
Vynětí z kontextu		V rámci společenského kontextu
	Praxe ve službách	
Popis		Porozumění
Zaměření na poruchu		Zaměření na osobu
Založena na onemocnění		Založena na silných stránkách
Založena na omezování nepříznivých příhod		Založena na nadějích a snech
Jednotlivec se přizpůsobuje programu		Poskytovatel se přizpůsobuje jednotlivci
Odměňuje pasivitu a vyhovění		Podporuje zplnomocnění
Koordinátoři odborné péče		Self-management
	Cíle služby	
Proti nemoci		Pro zdraví
Dostat pod kontrolu		Vlastní kontrola
Vyhovění		Možnost volby
Návrat k normálu		Transformace

Naděje – Mít pod kontrolou – Příležitosti

Škola zotavení v Jihlavě

Od roku 2017 v rámci povinného předmětu pro studenty oboru ZSP na KSP VŠPJ navázána spolupráce s peer lektory přes CRPDZ Praha.

Během tří let hodnocení od 53 studentů - focus group před a po výuce s peer lektory.



Zkušenosti studentů s výukou s peer lektory



- změna v popisu člověka se zkušeností s duševním onemocněním, kdy došlo k uvědomění si, že akutní projevy nemoci jsou často epizodického rázu a nelze skrze je nahlížet na člověka s duševním onemocněním po zbytek jeho života

„Vůbec jsem si nedokázala představit, že by se lidé s duševním onemocněním z toho mohli vyhrabat.“

- vybalancování náhledu na hospitalizaci v psychiatrické nemocnici a užívání medikace, které studenti zprvu vnímali jako nekriticky pozitivní a nezbytné

„Člověk s nějakou poruchou nemusí být jen zavřený v blázninci, ale může projít tím recovery.“

„Mně asi nejvíce utkvělo v hlavě to, že se ten člověk vlastně může léčit i jinak než jen s pomocí léků a taky ten self management - jak můžeme toho člověka zavést do běžného života díky tomu, co měl rád a co rád dělal a pomoci mu vrátit se na tu cestu.“

Zkušenosti studentů s výukou s peer lektory

- z hlediska pomoci (Z)SP byl zdůrazněn vztah klienta a pracovníka, trpělivost, podpora vlastní motivace člověka s duševním onemocněním na cestě recovery a uvědomění si a oceňování i malých „krůčků“ klienta na cestě zotavení

„Já jsem si uvědomil, jak nějaké maličkosti mohou pomoci, že to nemusí být jen velké věci.“

- poznání přínosu peer pracovníka v multidisciplinárním týmu

„Peeři jsou strašní bojovníci... dokáží se srovnat se svou nemocí a ještě pomáhat ostatním lidem.“

- potřeba uplatňování kritického myšlení u vyhodnocování informací

„Pro mě asi nejintenzivnější bylo se dívat na video o lidech s psychickým onemocněním, jak říkali, že se pokusili o sebevraždu a jak je to v médiích omiláný tím způsobem, že jako další sebevrah a další s psychickou poruchou, ale neřešíjou to, že jim vlastně nikdo nepomohl a nikdo nezabránil, aby se tohle dělo.“

- přínosy zážitkové formy výuky

„Diagnóza až tak důležitá není jako ten přístup ostatních lidí, rodiny, sociálních pracovníků a organizace, do které se dostali.“

„Jsem si prostě myslela, že tito lidé jsou nebezpeční a ukázalo se mi, že prostě jsou to normální lidé, kteří jsou mezi námi.“



Závěr

Škola zotavení pomáhá měnit paradigma poskytování pomoci lidem, podporuje změnu postojů, změnu kultury poskytování péče služeb o duševní zdraví.

Kde čerpat inspiraci?

web Centra rozvoje péče o duševní zdraví:

- Průvodce na cestě zakládání a fungování škol zotavení
<https://www.cmhcd.cz/centrum/co-delame/skola-zotaveni/aktuality/>
- Škola zotavení Praha <https://www.cmhcd.cz/centrum/co-delame/skola-zotaveni/>
- Burza vzájemné podpory mezinárodní sítě Škol zotavení
<https://www.cmhcd.cz/centrum/aktuality/burza-vzajemne-podpory-mezinarodni-site-skol-zotav/>

