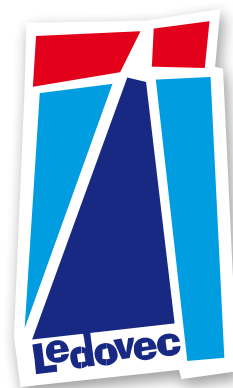


Ledovec s.r.o.

jak vytváříme služby zaměřené na zotavení
(services recovery oriented)



recovery

recovery

recovery

recovery

Co je s. r. o.?

S. r. o. v této publikaci neznamena „**s ručením omezeným**“. Znamená to „**services recovery oriented**“ neboli „**služby zaměřené na zotavení**“.

Tuto geniální zkratku vymyslela v roce 2015 naše kolegyně Vladka Křížová a jsme jí za to moc vděční! Od té doby říkáme, že Ledovec (nadále oficiálním názvem Ledovec, z. s. neboli zapsaný spolek) je na cestě přerodu na „Ledovec s. r. o.“, a myslíme tím Ledovec, jehož služby jsou zaměřené na zotavení.



Úvod

Vážení čtenáři, dobrý den z Ledovce!

Nabízíme vám příručku, ve které jsme zkusili shrnout vše podstatné o tom, co všechno jsme na Ledovci dělali pro to, aby naše služby byly více zaměřené na zotavení. Není to kuchařka s recepty a návody, chápeme totiž naše setkání se zotavením spíš jako příběh a vnímáme, že zdaleka ještě nejsme na jeho konci.

Sepsali jsme tenhle příběh jednak proto, že díky němu sami lépe rozumíme tomu, co se to na Ledovci vlastně děje a jak to můžeme využít k podpoře lidí, pro které pracujeme, jednak proto, že si myslíme, že by některé části našeho příběhu možná mohly být inspirací pro další poskytovatele služeb. Inspirací na cestě k zotavení nás jako lidí i zotavení nás jako organizací.

V této příručce se pokoušíme pojmenovat ty principy naší práce, které se vztahují k zotavení a které přispívají k tomu, že jsou naše služby víc na zotavení zaměřené.

Děkujeme všem, kteří se na vzniku tohoto textu podíleli, a děkujeme také všem podporovatelům Ledovce, bez nichž bychom řadu aktivit nemohli uskutečnit. Jsme vděční za podporu grantem z Norska, v jehož rámci tento text vznikl. Jsme přesvědčení, že o zotavení není třeba hodně vědět, ale je třeba pro něj hodně hořet. Není tolik třeba o něm mluvit, je třeba ho dělat. Nebojme se toho!

A handwritten signature in blue ink that reads "Martin Fojtíček". To the left of the signature is a small smiley face icon.

Martin Fojtíček
ředitel toho Ledovce

Definice zotavení (recovery)

Zotavení je „hluboce osobní, jedinečný proces změny vlastních postojů, pocitů, hodnot, cílů, dovedností a rolí. Je to způsob, jak žít spokojený, nadějeplný a přínosný život přes všechna omezení způsobená nemocí. Zotavení buduje nový význam a smysl života tím, že člověk katastrofální důsledky způsobené duševním onemocněním překoná.“

ANTHONY, William A. *Recovery from Mental Illness: The Guiding Vision of the Mental Health Service System in the 1990s*, *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 1993, 16(4), 11–23, 1993

Kapitola 1

„Pravěk zotavení“ na Ledovci

Myslíme si, že téma zotavení, když jsme se s ním poprvé v roce 2007 a pořádněji v roce 2010 setkali, v nás zarezonovalo mimo jiné proto, že jsme s ním měli už předtím nějakou „nevědomou“ zkušenost, že jsme některé principy zotavení ctili už dřív. Sáhli jsme proto do ledoveckých pramenů a vynesli na světlo některé dokumenty, ze kterých lze vytušit, jak jsme o tom, co děláme, tehdy přemýšleli.



ZAČÁTKY LEDOVCE

Na úvod připomínáme, že Ledovec vznikl na faře v Ledcích u Plzně v lednu 2001. Založili ho „manželé Fojtíčkovi, právník, psychiatr a kněz“ (prezentace pro VOŠ Sv. Jan pod Skalou 2004). Brzy po založení sdružení otevřelo „terapeutické centrum rodinného typu pro osoby s mentálním handicapem a/nebo duševním onemocněním“ (výroční zpráva 2003). Později jsme začali používat termín „tréninková domácnost venkovského typu“ (výroční zpráva 2007) a nepopírali jsme jistou inspiraci camphillským hnutím (viz box Camphill).

Teprve později, v roce 2005, se Ledovec rozšířil do Plzně a postupně se zaměřil na „budování komplexu služeb pro lidi s duševním onemocněním“ (2008 a dál).

PRINCIPY ZOTAVENÍ V JAZYCE LEDOVECKÉHO PRAVĚKU

Oboustranná sociální rehabilitace

Je třeba říct, že koncept „oboustranné sociální rehabilitace“ vznikl už v roce 1993 v rámci putovního tábora pro lidi na vozíku Festina Lente (viz box). Postoj oboustranné sociální rehabilitace jsme vyjadřovali takto:

Jako se snažíme lidem z naší cílové skupiny pomoci v začleňování do společnosti, tak se zároveň snažíme působit na společnost a posilovat v ní potenciál otevřenosti „k těm druhým“. (Veřejný závazek Ledovce, 2007)

Existovala i méně korektní verze: snažíme se pomoci lidem s duševním onemocněním být víc normální a normální většinové společnosti být víc bláznivou. Oboustranná sociální rehabilitace tak klade důraz na dvě věci:

- 1) Poskytováním služby se nerehabilitují jenom uživatelé služby, ale také její poskytovatelé. Zažívají změnu ve svém životě podobně jako jejich klienti.
- 2) Oboustrannost s sebou nese rovnost. Poskytovatel není mocnější než uživatel.

Hádej, kdo je kdo?

Druhý klíčový princip z pravěku Ledovce lze vyjádřit tezí „***není jasné, kdo je kdo***“.

„Jedna z věcí, kterou tenhle dům má, je to, že nehodláme komentovat, kdo je terapeut a kdo klient,“ říká Martin Fojtíček. „Tím, že je tu rodina, zaměstnanci, dobrovolníci, klienti a občas naši příbuzní – babičky a dědečkové – tak se to tak pěkně rozostří a pak už se to neřeší.“ (Článek Lucie Hniličkové Vřelý Ledovec, Point – zákaznický časopis O2, 2007)

Rozostřením toho, kdo je poskytovatel a kdo je uživa-



Camphill

Camphill je mezinárodní hnutí provozující místa pro důstojný a smysluplný život lidí s mentálním handicapem nebo s duševním onemocněním. Základním modelem je společný život „zdravé“ rodiny a několika lidí se znevýhodněním, starost o sebe navzájem, zapojení do společné práce i slavení. Tyto rodiny vytvářejí širší komunity se společnými farmami, dílnami apod.

Hnutí bylo založeno ve Skotsku ve čtyřicátých letech 20. století Dr. Karlem Königem a vychází z učení Rudolfa Steinera (tzv. antroposofie). Největší počet camphillských komunit je ve Spojeném království, ale rozšířily se do celého světa. V ČR je jediný zatím Camphill v Českých Kopistech (www.camphill.cz).

Festina Lente

V roce 1993 si parta vysokoškoláků, která spolu jezdila na vandry, řekla, že by mohla vyvézt na takový vandr i své o trochu mladší kolegy na vozíku, které potkávala v lázních pro děti s dětskou mozkovou obrnou v Železnici u Jičína. Tak vznikla tradice „putáků“ Festina Lente (www.festina-lente.cz, lat. Spěchej pomalu). Vždy první týden letních prázdnin vyráží skupina lidí na vozíku a jejich „tlačičů“ na putování „po svých“ českým venkovem. Smyslem této pouti je primárně zážitková dovolená pro lidi na vozíku, kteří zbytek roku tráví většinou v ústavních zařízeních. Sekundárně jde o tlačiče a místa, kam karavana přijíždí. Tlačiči jsou vesměs mladí dobrovolníci, řada z nich nemá s pomáháním profesní zkušenost. Pro ty je ten týden zásadní formační zkušeností, která výrazně posouvá jejich porozumění tomu, co to znamená pomáhat. Podobně setkání s lidmi v místech, kudy procházíme, přináší situace, které jim pomáhají měnit zažitý názor na vztah lidí zdravých a lidí se znevýhodněním.

Různá pojetí péče ve vztahu ke zmocňování klientů

Když jsme v devadesátých letech hledali inspiraci v zahraničí, pojmenovali jsme si dva různé přístupy ke zmocňování klientů služeb prostřednictvím přístupů v komunitách Archy a Camphillu, potažmo obecněji v katolické a antroposofické tradici. Zdálo se nám tehdy, že katolické Archy více akcentují svoji službu jako „péči o nemohoucí a ubohé“, a tím povyšují pečující nad ty, kterým slouží („čím více je nemohoucí nemohoucí, tím lépe a „křesťanštěji“ mu mohu posloužit“).

Antroposofický Camphill v našich očích kladl větší důraz na rovnost všech členů komunity. Antroposofie chápe znevýhodnění jako „odpočinek duše“ před nebo po významné inkarnaci (tzn. chová představu, že například lidé s mentálním postižením budou v příštím životě významnými vynálezci nebo reformátory). Postoj pečujících tak v sobě nesl více úcty a zmocnění. Jakkoli nám není vlastní teologické pozadí antroposofie, akcentovali jsme v počátcích Ledovce přístup Camphillu a od počátku – spíše než bychom o klienty pečovali – jsme s nimi společně na něčem pracovali. Důraz na rovnost rolí pro nás byl podstatný.

tel, jsme získali prostředí, ve kterém si příchozí sami hledali přiměřenou roli. Ve valné většině případů si příchozí našli role pomáhající – role, ve kterých mohli být prospěšní všem přítomným (a to i v případě, kdy byli na Ledovec doporučeni jako klienti). Společná péče o dům, o zvířata a zahradu i o sebe navzájem nabízela nepřehlednou škálu smysluplných a přínosných rolí.

Destigmatizace

Toto rozostření rolí mělo a má také významné dopady do oblasti destigmatizace duševních onemocnění, na které nám od počátku záleželo. Návštěvníci Ledovce se nás často ptali: „kdo je tenhle pán, to je váš klient nebo pracovník?“, většinou jsme na to cynicky odpovídali větou: „Proč se nezeptáte rovnou jeho?“ Při akcích pro veřejnost, které na Ledovci pořádáme,

Profesionalita jako vyvážení profesních dovedností a lidskosti

Do veřejného závazku z roku 2007 se tento princip dostal v následující formulaci:

Pečujeme o to, abychom nabízeli kvalitní a odborné služby při zachování kontextu lidské vzájemnosti.

Podrobněji to vystihuje opět citace ředitele z výše zmíněného článku: „(Chtěli jsme) ... zkusit něco, do čeho bychom byli namočení trochu víc. Standardní sociální práci vnímám jako dost sterilní, myslím, že může být ještě lidštější. Dobrý doktor taky dodrží všechny standardy, ale lidi si nakonec lékaře vyberou podle něčeho jiného – jak s nimi mluví, jak o nich přemýšlí. Tenhle barák je vlastně taková laboratoř sociálních služeb. Nabízejí se tu sociální služby pro lidi s mentálním handicapem nebo duševním onemocněním, ale zároveň zkusíme, jakou roli tam



bylo a je rozostření rolí ještě významnější, návštěvníci se nás často ptali například na lidi se schizofrenií, nejčastěji formou, „ale lidi se schizofrenií tu nemáte, že ne?“. Pokud byl farní dvůr při akci slušně zaplněný, mohli jsme si dovolit odpovědět „naopak, je jich tu teď desetkrát víc než v Plzni kdekoli na ulici“.

hraje prvek osobního vztahu, kam až se v tomto ohledu dá v sociální práci zajít. Samozřejmě si uvědomujeme, že největší strašák v našem oboru je vyhoření. Proto pracujeme pod supervizí a máme rodinného psychologa.“

... většina není vidět

Ledovec od svého založení používá motto „**většina není vidět**“. Odkazujeme se v něm na obtížnost zachycení toho, o co nám tehdy na faře v Ledcích a nyní i v dalších službách jde. Tematizuje obtížnou měřitelnost proměny, kterou člověk prožije, když se v něm probudí naděje na zotavení a síla dělat kroky k jejímu uskutečnění, rozlišuje léčení jako něco, co přichází zvenčí, a vnitřní proces uzdravování. Odkazuje k hloubce člověka. V prvních letech Ledovce se toto téma pravidelně objevuje v úvodních textech výročních zpráv. Například v roce 2003 čteme:

„To je ta špička ledovce, kterou nad hladinou dobře uvidíte. Pod hladinou je zbývajících devadesát

procent - naše každodenní práce, naše každodenní spolubytí. Většina Ledovce není vidět. Myslíme, že právě to, co se děje někde pod hladinou, je to, o čem nám jde. Možná to ani neumíme přesně pojmenovat, ale zažíváme to a žijeme z toho. Výroční zpráva bude zase spíš o té špičce, pod hladinu se přijedte s námi ponořit přímo na Ledovec.“

Podobně k tomu odkazuje citace ze závěru článku Lucie Hnilíčkové:

„Řečeno obecně se nám tu prostě líbí, je nám tu dobře a lidem, kteří sem jezdí, taky. Ale že bych věděl, čím to je, že někteří klienti, kteří si předtím každou zimu šli lehnout do špitálu, teď nemusejí, to teda nevím. Jen říkám – Pánbůh zaplať!“



Destigmatizační akce

Ledovec si pronajal faru v Ledcích u Plzně a smyslem prvních akcí pro veřejnost bylo přilákat především místní obyvatele a otevřeně představit náš projekt tak, aby nevznikaly fámy (jako například ta, že na faře vznikne ústav pro čtyři sta lidí se závislostí na drogách).

Jistou překážkou byla i budova fary, někteří lidé nechtěli mít nic společného s „kostelním prostředím“.

Proto jsme zaměřili akce na kulturu, do které jsme se od začátku pokoušeli zapojit místní ochotníky, děti ze školy a podobně.

Postupně vykrystalizovala pětice akcí pro veřejnost, které se víceméně každoročně opakují dosud:

- kulturní festivaly Ledecké velmi kulturní odpoledne a Na Ledovec! s koncerty a divadelními vystoupeními;
- tradiční „řemeslné“ akce Hromnicové svíčkování (společná výroba svíček) a Velikonoční kraslicování (kraslice, pomlázky, jidáše);
- doprovodný program při pouti Svatojanské pouťové veselí na Ledovci s pivním stanem, tradičními řemesly a živou hudbou.

Na všechny tyto akce přijíždějí také klienti Ledovce a jejich blízcí, někteří klienti také spolupracují při jejich přípravě a organizaci.



Destigmatizace

Destigmatizací rozumíme snižování negativních postojů vůči lidem s duševním onemocněním, které se vesměs opírají o předsudky a jiné zkreslené informace. Vliv na stigma duševního onemocnění má tradice (nadáváme si například z nějakého důvodu názvy především duševních nemocí) a v současné době také (převážně bulvární) média.

Kapitola 2

První vlaštovky recovery

V roce 2004 se výrazně projevila potřeba návazných služeb pro klienty našeho terapeutického centra a tedy i potřeba růstu Ledovce. Návazné služby jsme pro naše klienty hledali vždy nejprve mimo Ledovec. V Plzni jich ale nebylo dost (pro některé klienty často žádné), a tak jsme ty největší potřeby řešili vlastními silami.

Rozvoj služeb Ledovce

Nejprve jsme na konci roku 2004 s podporou organizace Rytmus Praha otevřeli první agenturu podporovaného zaměstnávání v Plzeňském kraji. O rok později jsme otevřeli i její pobočku v Rokycanech. V roce 2005 jsme také otevřeli Poradenské centrum Ledovec v Plzni a v jeho rámci jsme zajišťovali „dlouhodobé doprovázení osob s duševním onemocněním a/nebo mentálním handicapem“ (dneska bychom řekli nejspíš „case management“). Součástí aktivit centra byla také služba podporovaného vzdělávání pro studenty s duševním onemocněním. Následoval vznik sociálních firem – Pracovní Sobota, poskytující zahradnické a úklidové práce (2006) a o dva roky později krejčovská a tkalcovská firma Truhlice.

Principy zotavení v období prvních vlaštovek „Svobodně se zbláznit“

Paralelně s rozšiřováním služeb jsme získávali zkušenosti s akcemi pro veřejnost. Kromě tradičních kulturních a řemeslných akcí v terapeutickém centru jsme čím dál častěji pořádali akce v Plzni. Tyto akce byly často motivovány hlasovacími kampaněmi, díky kterým jsme mohli s podporou veřejnosti získat příspěvky od různých firemních nadací (Eurotel, Plzeňský Prazdroj, ČSOB, ...) nebo destigmatizačními

a osvětovými kampaněmi např. v rámci dnů pro duševní zdraví. Vzhledem k principu oboustranné sociální rehabilitace jsme při nich často schválně stírali hranici „mezi normalitou a nenormalitou“ a viděno zvenku jsme vytvářeli prostor, „kde si člověk může spontánně zbláznit“, případně dokonce „kde se člověk může bezpečně a svobodně zbláznit“. Po řadě pouličních akcí se tak zrodila představa „terapeutického zmrzlináře“ (viz box). A když byl tenhle nápad hygienickými předpisy poslán k ledu, zrodil se Cirkus Paciento v psychiatrických léčebnách (viz box). V duchu cirkusu se pak nesly i četné fundraisingové a propagační aktivity Ledovce.

Dobry ledovcovy člověk

Při strategickém plánování v roce 2007 vzniknul pojem „dobry ledovcovy člověk“. „Dobry ledovcovy člověk“ byl prototyp dokonalého pracovníka Ledovce, který precizně a přitom s lehkostí a vtipem poskytuje službu doprovázení klientům a zároveň je schopný si na tuto práci sehnat prostředky fundraisingovými aktivitami nebo administrací projektů. V ideálním případě při tom i podojí ledovecké kozy, upeče chleba nebo uvaří pivo, provede po Ledovci návštěvu a neustále se přitom tváří, že – přestože má neziskový plat – dělá práci snů.

V určité fázi rozvoje firmy nám důraz na „dobrého ledovcového člověka“ přišel nosný, dnes – jakkoli se po tomto období ohlížíme s nostalgii – už máme představy o ideálním pracovníkovi jiné.

Zmocňování

Zmocňováním (empowerment, též posílení) v oblasti pomáhajících profesí rozumíme proces, který

vede člověka od pasivního přijímání pomoci k jeho „posílení“, k soběstačnosti a přijetí zodpovědnosti za svůj život. Abychom mohli někoho „zmocnit“, musíme se na něj v první řadě dívat jako na člověka, který je schopen převzít zodpovědnost za svůj život, důvěřovat v jeho schopnosti, vidět jeho potenciál. Pak můžeme člověka v tomto procesu doprovázet, motivovat ho, učit ho žít v nových rolích a přijímat zodpovědnost.

Ještě než jsme začali vědoměji pracovat s konceptem empowermentu, snažili jsme se o to, aby naši klienti, pacienti léčeben nebo zaměstnanci sociálních firem, kteří sami sebe mnohdy chápou nebo jsou jinými považováni za ne-mocné, pochopili a přijali, že jsou něčeho „mocní“. Třeba při Cirkusu Paciento jsme pravidelně sledovali proměnu pacientů psychiatrických nemocnic v účinkující žongléry či muzikanty, v maskéry nebo v učitele nějaké speciální dovednosti při cirkusových workshopech.

Problematizace rolí v instituci

V první kapitole uvádíme, že jsme na Ledovci usilovali o rozostření klasických rolí pracovník a klient. Tuto zkušenost jsme si později přinesli také do psychiatrických nemocnic a dalších zařízení, která s Cirkusem Paciento navštěvujeme.

Každá větší instituce potřebuje pro své fungování pravidla a jasné role, které do ní vnáší potřebný řád. Vedle toho však s sebou nesou i riziko přílišného stereotypu a v oblasti práce s lidmi s duševním onemocněním také stigmatizace. Myslíme si, že je proto užitečné role v institucích problematizovat.

Nebo jinak – dovolit všem zúčastněným, aby mohli ze svých rolí pružně vystupovat a být ve vzniklých vztazích a situacích také sami za sebe, autentičtí a ochotní vidět ty druhé jinak než optikou daných rolí. V některých nemocnicích to „personál“ a „pacienty“ bavilo natolik, že jste mohli být při představení svědky třeba výjevu, kdy pacient-krotitel drezúruje pana primáře v kostýmu lva, případně situace, kdy pacient učí někoho z personálu nějakou z cirkusových dovedností. Všichni tak měli možnost zažít se jinak než při běžných situacích a ve svých navyklých rolích. Věříme, že takové situace pomáhají vytvářet vztah založený na důvěře, partnerství a zmocnění, což považujeme za důležitý základ léčebného procesu.

Jak se pozná, že už jsem se zbláznil? (a Blázníš? No a?)

Když jsme začali podporovat studenty s psychickými problémy nebo s duševním onemocněním ve studiu (říkáme tomu podporované vzdělávání, viz www.normalnestuduju.cz), došlo nám, že začít je třeba prevencí.

*Tak vznikl primárně preventivní seminář „**Jak se pozná, že už jsem se zbláznil?**“ pro střední školy. Ve dvou hodinách jsme v něm přímo ve třídách představili specifika duševních onemocnění, jejich základní typy a projevy ve škole a mluvili o tom, jak je možné pomoci, jak o nich se spolužáky mluvit a kde je možné najít další pomoc.*

Od roku 2005 jsme uskutečnili už přes stovku těchto seminářů.

*Veliký úspěch měl seminář i u učitelů, pro které jsme vyvinuli „ozávorkovanou“ verzi „**Jak se pozná, že už (jsem) se zbláznil?**“. Z ní se později vyvinul akreditovaný čtyřhodinový kurz „**Když jednooký vede slepého aneb o duševním zdraví ve školství**“.*

*V roce 2015 jsme se nechali vyškolit od Fokusu Praha v poskytování celodenního semináře „**Blázníš? No a?**“, který ve třídách lektoruje společně s pracovníkem podporovaného vzdělávání peer konzultantka Ledovce.*



Pracovní Sobota

Pracovní Sobota byla (a dosud je) sociální firma při Ledovci. Vznikla velikou náhodou v roce 2006, kdy jeden z klientů Agentury podporovaného zaměstnávání Ledovec hledal zahradnickou práci a kdy jeden přítel Ledovce hledal pro sebe nové zajímavé zaměstnání. Předložili jsme představu sociální firmy poskytující zahradnické a úklidové práce a firma (zatím jako OSVČ) vznikla. První zakázka byla od města – úklidy městských parků. Další soukromé i městské zakázky následovaly.

V roce 2010 jsme firmu se sedmi zaměstnanci přetvořili na společnost s ručením omezeným a zažádali o evropskou dotaci na zdvojnásobení kapacity. Získali jsme finanční podporu z ESF a v roce 2012 měla firma už osmnáct zaměstnanců. Po dalších změnách v následujících letech se dnes se firma (pod názvem Garden Gang s. r. o.) trvale drží v černých číslech a zaměstnává cca 25 pracovníků se zdravotním postižením.

www.pracovnisobota.cz, www.gardengang.cz



Truhllice

Krejčovská a tkalcovská sociální firma Truhllice zaměstnávala mezi lety 2008 a 2012 3 lidi se zkušeností s duševním onemocněním. Její počátky se pojí s Ledovcem a také se Slunečním obchodem, v jehož prostorách v centru Plzně Truhllice svou dílnu otevřela a zde také svoje výrobky nabízela. Mezi stojany s oblečením a šperky tak lidé mohli sledovat, jak se tká látka nebo jak vznikají oděvy. Po necelém roce se provoz Slunečního obchodu stal neudržitelným, a Truhllice s dílnou přesídlila do soukromých prostor. Zde ještě tři roky vyráběla na objednávku – od klasických krejčovských zakázek po zakázky pro malé firmy. Vedle toho nabízela své zboží v oděvních galeriích a také na jarmarcích – spolu s výrobky z terapeutických dílen Ledovce.



Začal to zmrzlinář

Představa, že po velké psychiatrické nemocnici jezdí v letní sezóně zmrzlinář na zmrzlinářském kole, prodává zmrzlinu a přitom si „jen tak povídá“ s pacienty a personálem, se na Ledovci objevila v roce 2008 a zalíbila se nám. Několik měsíců jsme vymýšleli, jakými všemi způsoby lze zmrzlinářskou roli rozehrát tak, aby nakupující potěšila a něco milého a podstatného jim do života přinesla. Myšlenka zaujala dokonce vedení léčebny a zastavily ji teprve striktní požadavky hygieniků.

Přemýšlení o tom, jak potěšit pacienty v psychiatrických nemocnicích, nás vehnalo do náruče Zdravotních klauzů. Jejich stručně vyjádřené poslání „neseme do nemocnic život“ v nás hodně rezonovalo.





Cirkus Paciento

Úplně nejdřív jsme pozvali na Ledovec zakladatele Zdravotního klauna v ČR Garyho Edwardse na seminář s názvem „Využití humoru v naší práci“. Mluvili jsme o zmrzlináři a Gary nám nabídl svůj „bakfiets“ – nákladní kolo bez využití zaparkované kdesi v severním Německu. Tím získal náš ředitel Garyho na dva dny (jízdy do Německa a zpátky) jen pro sebe a vrátil se zpátky s projektem „Cirkus Paciento v psychiatrických léčebnách“ (dnes „nemocnicích“).

Cirkus Paciento jako takový vynalezl Zdravotní klaun a provozuje ho na dětských odděleních nemocnic. Naše verze cirkusu je určena především dospělým pacientům (a personálu) v psychiatrických nemocnicích. Jde o vícedenní socializační a aktivizační program. Náš cirkusový tým (společně se zdravotním klaunem) s pacienty a pokud možno i s personálem přímo v léčebně čtyři dny v rozličných aktivitách zkoušejí, co umí. Vyvrcholemím toho je závěrečné společné „cirkusové představení“ pro celou nemocnici i pro veřejnost. Od roku 2009 děláme pět až deset představení za sezónu a s projektem jsme projeli prakticky všechny psychiatrické nemocnice v ČR (většinu z nich i vícekrát).

www.cirkuspaciento.cz

Kapitola 3

Říkáme recovery nahlas

Termín „recovery“ jsme znovuobjevili někdy v zimě 2013. Vzpomněli jsme si, že jsme o něm kdysi slyšeli v Holandsku, a podívali jsme se, co se o něm píše na Internetu. Objevili jsme toho (především v angličtině) hodně a ohromně nás bavilo o tom číst. Na jaře 2013 vznikly první překlady a sepsali jsme i své první vlastní reflexe.

Přestože jsme se necítili jako odborníci na zotavení, vycházeli jsme s tématem na veřejnost. O zotavení jsme mluvili na konferencích, akreditovali jsme první celodenní kurz o recovery, zveřejňovali jsme překlady a vlastní články na internetu.

Uvádíme to zde jako rys, který je podle nás pro téma zotavení klíčový: není tolik rozhodující, kolik toho teoreticky o zotavení víme, ale jak pro něj hoříme.

UCHOPUJEME DALŠÍ PRINCIPY ZOTAVENÍ

Naděje

Mezi čtyřmi prvky zotavení podle Marka Raginse – nadějí, zmocněním, zodpovědností a smysluplnými životními rolami – upoutala naši pozornost především naděje. K ostatním prvkům jsme si totiž uměli celkem dobře představit typy intervencí, které lze v sociální službě poskytovat. U naděje tomu je jinak.

Jakkoli má většina z nás s nadějeplnými zážitky a také se zážitky beznaděje vlastní zkušenost, jasné slovo o naději dokážeme vyslovit jen velice obtížně.

Naše tázání po naději se zúžilo do tří otázek:

- Co je naděje?
- Kde se bere?
- Lze ji předat? (Pokud ano, jak?)

Toto tázání zvýšilo naši citlivost ohledně naděje v příbězích našich klientů (a také v našich vlastních) a také podpořilo hledání prvků naděje v tom, jak poskytu-

jeme naše služby. Zároveň jsme se snažili o naději dozvědět od jiných.

V té věci proběhlo (v dubnu 2015) jednodenní kolokvium o naději na Církevním gymnáziu v Plzni. Během zimy 2015–16 jsme o ní natočili a zveřejnili několik rozhovorů (Dr. Ragins, prof. Hogenová, Caine-Mi), naději jsme věnovali také hlavní blok v rámci Dnů pro duševní zdraví v Plzni 2016 (Dr. Pindáková, Dr. Holly, Mons. Holub). Na naději se také soustavně ptáme partnerů při našich zahraničních stážích.

Expertnost je mít zkušenost

Součástí přístupu zaměřeného na zotavení je zapojování lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním do poskytování služeb (tzv. peer-konzultanti). Díky podpoře projektu CMHCD jsme prvního peer-konzultanta zaměstnali už v roce 2012 a získali přechodně vyšší supervizní podporu pro tým, jehož se stal členem. Nyní – s odstupem času – vnímáme přítomnost „peera“ v týmu jako samozřejmou a nezbytnou. Díky zkušenostem ze sociálních firem jsme si nicméně uvědomovali, že využití osob s vlastní zkušeností s duševním onemocněním není limitováno pozicí peer konzultanta v týmech služeb. Na mysl jsme měli také postřeh Dr. Raginse, že lidé s duševním onemocněním nemají být zaměstnaní pro jejich onemocnění, ale pro to, co umí a v čem jsou dobří – jako manažeři, trenéři, kuchaři, řidiči... Proto jsme na Ledovci hledali i další podoby zapojení osob s duševním onemocněním.

Participace

V roce 2014 zpracovala naše kolegyně diplomovou práci, v níž věnovala pozornost mimo jiné participa-

ci (D. Franzová: Zkušenosti se zaváděním modelu peer konzultantů do vybrané organizace poskytující služby osobám s duševním onemocněním, FHS UK Praha 2015). Došlo nám, že naše služby dostatečně participativní nejsou.

Heslo „nic o nás bez nás“ nenaplňujeme. Podobně princip „služba se přizpůsobuje klientovi, ne klient službě“ naplňujeme spíše formálně (ptáme se každoročně uživatelů, jak jsou s našimi službami spokojeni a co jim v nich chybí, ale o moc dál nejdeme).

Pokud se přidržíme schématu úrovní participace (viz box), lze říci, že Ledovec od počátku pečlivě kladl důraz na informování klientů (úroveň 1). Konzultace s klienty ohledně toho, jak službu poskytovat (úroveň 2), se dělala, ale vždy jen na individuální rovině (klíčový pracovník s klientem formu poskytování služby vždy domlouval, nenařizoval). Na skupinové



úrovni se podoba služeb s uživateli konzultovala ale jen velmi zřídka, na setkání všech stakeholderů (ta se udála jen asi dvakrát v dějinách Ledovce).

Systémové společné rozhodování uživatelů a poskytovatelů (úroveň 3) se prakticky neděje. Pracovníci v Poradenském centru Ledovce samozřejmě přinášejí návrhy, které slyší na svých schůzkách s klienty, o rozhodování o podobě služby ale nejde. Společné

jednání (úroveň 4) se nám paradoxně daří mnohem snadněji a mnohem častěji, jak je možné zjistit dále. Důraz na nezávislou podporu aktivit (úroveň 5) klademe vědomě a systémově teprve poslední dva roky.

S. r. o. má svůj jazyk

Zaměření na zotavení chápeme jako určitý postoj, postoje uchopujeme v myšlení a myšlení je silně strukturováno jazykem.

Přemýšleli jsme o různých možnostech, jak naše postoje formovat, a přístup ze strany jazyka nám vyšel jako jeden z nejuchopitelnějších, nejvíc „vědecký“, nejméně „magický“.

Protože řada pracovníků byla ovlivněna systemickým přístupem nebo prošla sebezkušenostními výcviky, soustředění na slova a věty, které říkáme, nebylo odmítáno.

Zjistili jsme, že manuály o tom, jak mluvit s klienty/pacienty tak, aby to podporovalo zotavení, lze v angličtině na internetu najít (zejména z Austrálie a Nového Zélandu, USA, Velké Británie). Tamtéž jsme našli poučení ohledně toho, jakou podobu v přístupu zaměřeném na zotavení mají texty psané (lékařské zprávy, záznamy o poskytování služby).

Základní poučení z těchto textů jsme příležitostně předávali na poradách týmů, v interních kurzech i v kuloárech (dotýká se toho také náš akreditovaný kurz Služba zaměřená na zotavení). Některá ustanovení se následně dostala i do vnitřních předpisů organizace a ve zkoumání jazyka zaměřeného na zotavení dál pokračujeme (viz například Jazykový koutek na www.zotaveni.cz).

Naděje není to přesvědčení, že něco dobře dopadne, ale jistota, že má něco smyslu – bez ohledu na to, jak to dopadne.

Václav Havel

Naděje je jako nákaza. Není v tvých silách určit, kdo se nakazí. Můžeš ale pečovat o to, abys byl dobrým bacilonosičem.

Camilla Bogarve

Participace

Participace je „proces, během kterého mají jednotlivci, skupiny i organizace možnost se aktivně zapojit do nějakého projektu či činnosti nebo jsou s nimi tyto projekty či činnosti konzultovány.“

Úrovně participace

5. Nezávislá podpora zájmů (aktivit) komunity

4. Společné jednání

3. Společné rozhodování

2. Konzultace

1. Informování

Wilcox, D. [online]1994. *The guide to effective participation*. Brighton: Delta Press. [cit. 19. 5. 2014].

Dostupné z <http://partnerships.org.uk/pguide/index.htm>.



První zkušenosti s peer konzultanty

Zapojení lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním do poskytování služeb je v souvislosti se zotavovacím často uváděné. Na Ledovci jsme si to uvědomovali, nicméně jakýkoli předpis procentní kvóty povinného podílu peer pracovníků v týmech se nám nelíbí.

Jakmile pražské CMHCD v roce 2012 nabídlo vyškolení a spolufinancování peer konzultanta – člověka s vlastní zkušeností s duševním onemocněním, který podporuje klienty prostřednictvím vlastního příběhu onemocnění a zotavení v rámci týmu poskytujícího sociální službu – neváhali jsme.

Tento pracovník je nyní členem týmu sociální rehabilitace na plný úvazek. Zároveň jsme byli otevření i dalším formám zapojování lidí s vlastní zkušeností. V letech 2014–2016 jsme poskytovali muzikoterapeutická sezení v Psychiatrické nemocnici v Dobřanech a udělali jsme zajímavou zkušenost. Z Ledovce přijížděla na sezení dvojice pracovníků: muzikoterapeutka a ko-terapeut. Jako ko-terapeut vyjížděl obvykle někdo z pracovníků týmu sociální rehabilitace a někdy také jeden z klientů chráněného bydlení, talentovaný bubeník, který v Dobřanech předtím prožil osm let. Úkolem ko-terapeuta bylo obvykle v závěru hodiny představit nabídku služeb Ledovce. Kdykoli představoval služby Ledovce tento „bubeník s vlastní zkušeností“, strhla se naprosto pravidelně ještě během představování lavina otázek a pacienti na skupině se o služby Ledovce velice živě zajímali. Kterýkoli profesionální pracovník týmu nikdy takový zájem nezaznamenal.



Mlýn

V roce 2014 jsme si pronajali ledecký mlýn.

Celý příběh je samozřejmě trochu složitější, ale bylo to tak: s majitelem mlýna jsme se dohodli, že se pokusíme kolem chátrajícího vodního mlýna v Ledcích rozběhnout projekt na jeho záchranu a že k tomuto projektu přizveme dobrovolníky, včetně dobrovolníků z řad klientů Ledovce a pacientů Psychiatrické nemocnice v Dobřanech. Kromě záchrany mlýna, který nyní žádá o uznání za kulturní technickou památku, nám šlo o zážitek společné práce napříč rolími zdravý/nemocný a o prožitek zotavení. Projekt ochotně podpořila Nadace České spořitelny. V letech 2014 až 2016 proběhlo mnoho dobrovolnických dnů, podařilo se nám při nich především vyklidit a vyčistit budovu mlýnice a její okolí. Podílely se na tom desítky dobrovolníků z firem a různých organizací a také mnoho lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním. Řada z posledně jmenovaných uváděla při závěrečných hodnoceních dobrovolnického dne jako důležité například to, že „jsme mohli dělat něco užitečného“, „nechali jste mě dělat samostatně s náradím a nebáli jste se, že něco zkazím“, „pracovali jsme a obědvali spolu“, „je za mnou něco vidět“.

Naši pracovníci několikrát prožili společně s dobrovolníkem na mlýně příběh určitého „lokálního zotavení“, který vypadá například přibližně takto: dobrovolník přichází ráno (do sebe stažený a přihrbný) s ostatními na mlýn a konstatuje, že v noci špatně spal, není mu dobře, má silné prášky atp. a vyjadřuje přání raději nic nedělat. Organizátoři vlídně upozorní na dobrovolnický status, což znamená, že každý si řídí míru pomoci na mlýně podle sebe a není žádný problém nedělat nic, nabídnou mu klidně „místo, kde se dobře kouří“. Po nějaké době se dobrovolník jaksi mimoděk pod nějakou záminkou (například: Můžu ti to podržet?) připojí k organizátorům a nabídne malou pomoc, organizátor ji uvítá a rozvine s dobrovolníkem rozhovor. Během rozhovoru pokračuje společná práce, dobrovolník se více a více zapojuje. Během oběda se dobrovolník svěří, že by si rád vyzkoušel sekání sekačkou. Po obědě je zaškolený a celé odpoledne nadšeně a samostatně seká. Při odpoledním závěrečném hodnocení se (zpocený, možná i špinavý, ale různolící, vzpřímený a dívající se ostatním do očí) iniciativně ptá, kdy bude další dobrovolnický den.

V současné době hledáme možnosti rekonstrukce a obydlení některých budov mlýna s výhledem na chráněné bydlení a pokračování dobrovolnického zvelebování památky.



Pomocná škola

Na počátku roku 2015 se management Ledovce vracel autem z nějakého projektového meetingu v Belgii a aby jim cesta rychleji utíkala, pracovali. A vymysleli Pomocnou školu – „vzdělávací vynález Ledovce“, „specializované pracoviště pro podporu osob, které mají potřebu pomáhat“.

Heslo této instituce je „Všechno, co jsem v životě potřeboval, jsem se naučil v Pomocné škole!“ a jejím smyslem je vzdělávat v tom, jak lépe pomáhat (tak, jak tomu rozumíme na Ledovci).

Pomocná škola nabízí akreditované kurzy o zotavení a o pomáhání na cestě k němu, stáže a konzultace s cílem působit především na postoje pomáhajících profesionálů tak, aby byly otevřenější a lidštější. I proto nabízí Pomocná škola také stáže na Ledovci a při jejich poskytování se inspiruje zkušenostmi z formace pomáhajících profesionálů v Belgii a Finsku. Stále platí ledovcové motto „většina není vidět“, ale myslíme si, že stáže na Ledovci umožňují lépe než kurzy k tomu neviditelnému alespoň přičichnout.

www.pomocnaskola.cz



1. česká mezinárodní konference o recovery a zotavení.cz

Texty o zotavení, které jsme od roku 2013 na Ledovci překládali a psali, jsme chtěli zpřístupnit co nejširší veřejnosti. Zřídili jsme proto „recovery sekci“ na ledoveckém webu.

Konference s hrdým názvem „1. česká mezinárodní konference o zotavení (recovery)“ se v únoru 2016 zúčastnily dvě stovky účastníků, z toho asi 25 z jiných zemí. Hlavními přednášejícími byli Mark Ragins z Los Angeles, Zsolt Bugarski z talinské univerzity (jménem CARE Europe) a Martin Hollý, ředitel Psychiatrické nemocnice Bohnice (jako garant reformy psychiatrie), jejich příspěvky doplnily následné tematické workshopy.

Konference poskytla další materiál k propagaci zotavení, rozhodli jsme se proto zřídit tematické webové stránky www.zotaveni.cz. Dnes jsou zde kromě teoretických příspěvků o zotavení i osobní příběhy lidí, kteří se zotavují, jejich umělecká tvorba a i další texty a videa k tématu. Při tvorbě stránek vznikl tzv. redakční kruh, v němž jsou zastoupeni pracovníci Ledovce, profesionální novináři, lidé s vlastní zkušeností s duševním onemocněním a mezi dalšími spolupracovníky také tzv. styční důstojníci z psychiatrických lůžkových zařízení v našem regionu.

Slavnostní spuštění plné verze webu [zotaveni.cz](http://www.zotaveni.cz) se uskutečnilo 8. března 2017 v rámci ledovecké akce „PF – psychická fspruha – 2017“.



Ledovecká akademie

V lednu 2016 bylo Ledovci patnáct let. Před vánocemi 2015 jsme rozběhli akci „Ledovci je patnáct, dali byste mu dárek?“. Poprosili jsme klienty Ledovce o zachycení svého příběhu zotavení (nebo zotavování). Průběh akce byl „plíživý“ – během ledna jsme dostali první psaný příběh, s několika klienty jsme v dalších měsících vyprávění natáčeli. Dopad akce jsme si uvědomili až později během roku, kdy nám různí lidé říkali o tom, že stále příběh píše, že se k němu vrací, že ho s vypětím sil „rodí“. V několika případech „cesta byla cíl“ – příběh není určen veřejnosti, ale při jeho společné tvorbě se dělo něco velice cenného, některé příběhy jsme naopak zveřejnit mohli.

Patnáctiny Ledovce jsme oslavili v polovině ledna tradiční tanečnou v kulturním domě v Ledcích (s kapelami Traband a Echt!) a na duben 2016 jsme připravili ještě jednu dostupnější veřejnou akci – Výroční ledoveckou akademii. Na akademii jsme se chtěli cíleně setkat se všemi stakeholdery Ledovce, pozvali jsme tedy pracovníky i klienty Ledovce, jejich rodinné příslušníky, členy Ledovce, psychiatry, svépomocné organizace, místní politiky, zástupce Ministerstva zdravotnictví. Program byl složený ze zdravic i kulturních vystoupení s důrazem na pestrost a prolínání – politické zdravice střídaly příběhy klientů Ledovce, hudební vystoupení byla vesměs připravena skupinami „napříč stavy“ – vystupovali klienti Ledovce, jejich přátelé i ledovcoví pracovníci.

Součástí „jedinečného příběhu“ bylo i slavnostní požehnání webových stránek www.zotaveni.cz biskupem Radkovským (příčemž bylo třeba – poněkud nadsazeně řečeno – vyřešit průlomovou teologickou otázkou, CO v případě webových stránek žehnat).

V procesu zavádění služeb zaměřených na zotavení vidíme tuto akci jako zlomovou v tom smyslu, že byla první vědomě uchopena ne jako akce připravená „pracovníky pro uživatele“ nebo „pracovníky s pomocí uživatelů pro veřejnost“, ale jako společná akce „Ledovčanů“ pro sebe sama (s přizváním veřejnosti), tedy jako „společné slavení“. V tom smyslu i řada pracovníků reflektovala zkušenost nového vztahu k lidem, kterým jinak „poskytují službu“.

Kapitola 4

Vědomá implementace recovery

Stejně jako v předchozích kapitolách se zaměříme na principy. V této kapitole se však nebudeme věnovat principům recovery.

Kapitola 4 se posouvá o úroveň výš – soustředí se na principy implementace recovery. V našem případě se jedná hlavně o výzvu udržet v křehké rovnováze ledovcové zaměření na rozvoj, individualitu, osobní nastavení, potřebnou míru živelnosti na straně jedné a nárok implementačních (a tedy zákonitě řízených a „škatulkovacích“) procesů na straně druhé. K tomu ještě přistupuje podmínka nutná – udržení celého tohoto soukolí v žitých (či alespoň částečně zažívaných) principech recovery.

Implementace recovery do praxe Ledovce byla nese- na převážně těmito principy:

- respekt k autonomii pracovníků a pracovních týmů;
 - udržení přiměřené živelnosti a přiměřené strukturovanosti v rovnováze (více viz box „s.r.o. schůze“).
- Podobu implementačních procesů určovalo také přesvědčení, že implementovat přístup, který zmocňuje a předává zodpovědnost, lze jedině procesem, který je sám zmocňující a předávající zodpovědnost.

Respekt k autonomii pracovníků a pracovních týmů se odrazil ve zvoleném implementačním procesu, který lze shrnout do následujících kroků:

- rozhodnutí vedení;
- vzdělávání pracovníků;
- přenášení zodpovědnosti na pracovní týmy a podpora jejich autonomie v implementaci recovery;
- specifické implementační procesy – pracovní skupiny pro implementaci (napříč organizací a tématy).

„Rozhodnutí“ vedení

Na začátku vědomé implementace (v roce 2015) stálo důležité manažerské rozhodnutí, zdali zaměření na zotavení „nařídít nebo čekat, až se samo prosadí“ (jakkoli „nařídít“ je na Ledovci stále velice nezdомácnělé slovo).

Vzhledem k tomu, že zaměření na zotavení bylo nějakým způsobem na Ledovci přítomné od počátku, zvolená formulace, že se „chceme víc přibližovat recovery přístupu“ neznamenal žádný násilný zvrát v přirozeném směřování. Je to nicméně jiná pozice, než pasivní „čekání, až se recovery samo prosadí“, je to – dnešními slovy – jeho „vědomá implementace“. Toto rozhodnutí nicméně velmi respektovalo autonomii pracovníků a pracovních týmů a také reflektovalo to, že více než polovina ledoveckého dění se odehrává v kontextu zákona o sociálních službách (se všemi výhodami a omezeními, které tento kontext přináší). Důraz na osobní zodpovědnost pracovníků s sebou nutně nese nezbytné diskuse o smyslu nových směrů, jejich vlivu na kvalitu poskytování služby a prospěšnost pro klienty služeb. Jinými slovy – pracovníci byli velmi citliví na změny, které by jejich práci ovlivňovaly směrem k menší kvalitě služby.

Vzdělávání pracovníků

V množství vzdělávacích akcí pro pracovníky v posledních letech jsme některá interní školení věnovali zotavení a jeho principům. Následné diskuse vedly k jednotnějšímu porozumění pojmu zotavení i k tomu, jak se služba zaměřená na zotavení poskytuje. Filosofičtěji laděné příspěvky k zotavení ze strany ředitele Ledovce vyvážilo v létě 2016 proškolení v metodice CARE, které nabídlo pracovníkům kon-

krétní praktické postupy na zotavení zaměřené práce s klienty.

Práce týmů

Práce týmů s tématem „recovery“ probíhala několika formami:

- přímými diskuzemi v týmech (většinou vyvolanými interními školeními);
- cíleným dotazováním na úroveň implementace recovery do práce týmů (vyplnění Recovery Self-Assessment dotazníků v lednu 2016 a v lednu 2017);
- jistým nenásilným a plíživým vstupováním recovery principů do běžné praxe týmů.

V přímých diskuzích si týmy vyjasňovaly své porozumění recovery a vztahovaly ho ke své dosavadní praxi. Velkou výzvou byla definice zotavení zejména pro tým Denního stacionáře, který pracuje s cílovou skupinou „dospělí lidé s mentálním postižením“. Pracovníci tohoto týmu se při svém pátrání po překladu definice zatím dostali do bodu – „přijímáme zajímavé podněty do své práce a hledáme, jestli lze recovery beze zbytku přijmout pro práci s naší cílovou skupinou“.

Na Ledovci jsme pilotně uskutečnili dvě kola dotazníkového šetření pomocí dotazníku Recovery Self-Assessment – v lednu 2016 a v lednu 2017. Kromě získání dat o tom, jak a v čem chápeme naše služby jako na zotavení zaměřené, přineslo vyplnění dotazníku také potřebu diskutovat jeho otázky v týmech a tím si společně vyjasňovat, jak se jednotlivé dotazy vztahují k problematice zotavení.

Nenásilné vstupování recovery do běžné praxe týmů lze pozorovat mj.:

- na měnícím se jazyku spolupráce;
- ve vědomějším zaměřování se na silné stránky a výzvy;
- ve větší odvaze k rozmazávání profesních hranic;
- v nových nápadech, jak nabízet klientům jiné životní role.

S. r. o. schůze

Vědomá implementace zaměření na zotavení vyžadovala vyhrazený čas a možnost setkávání. S. r. o. schůze byly prostorem pro debaty nad tématy zotavení a byly otevřené pro všechny pracovníky Ledovce – každý se mohl zapojit dle svého zájmu do jakéhokoli setkání k jakémukoli tématu.

Úvodní setkání přineslo rozdělení do čtyř pracovních podskupin podle identifikovaných klíčových témat:

- neslužbové aktivity;
- komunikace;
- participace;
- tool box.

Tyto pracovní podskupiny se následně scházely nezávisle na sobě a stále otevřené pro všechny.

Zároveň probíhala v pravidelných intervalech společná setkání, která sloužila k reflektování výstupů pracovních skupin, přinášení námětů k další práci, propojování témat a také byla platformou k uvědomování si „hranice zodpovědnosti“ – šlo nám o to jasně vnímat, která rozhodnutí je možné udělat v rámci živelného s.r.o. procesu a která rozhodnutí je třeba přenést na kompetentní rozhodovací rovinu, např. na úroveň managementu.

Účast na společných setkáních byla pro pracovníky dobrovolná, s výjimkou manažerů týmů, kteří měli účast povinnou, neboť jsou zároveň zodpovědní za přenos recovery podnětů do týmových diskuzí. Všichni pracovníci Ledovce byli s postupem práce na tématech průběžně seznamováni formou rozesílaných zápisů ze společných s.r.o. schůzí i z pracovních podskupin.

Těmito způsoby byla zajišťována kontinuita informování a zároveň podporován princip „respekt k autonomii týmů“ a propojování probíraných recovery témat s praxí poskytovaných sociálních služeb.

Cesty k zotavení

Na začátku bylo rozhodnutí pracovníků podrobně prostudovat knihu *Cesty k zotavení* (P. Ridgeway at al. *Cesty k zotavení*, University of Kansas, 2014). Nejlepším způsobem, jak se k tomu „donutit“, bylo připravit vybrané kapitoly knihy na skupinovou práci s klienty sociální rehabilitace. A tak se v létě 2016 uskutečnil první cyklus „setkávání nad knihou *Cesty k zotavení*“. Do setkávání se zapojili čtyři pracovníci SR a průměrně se každého setkání zúčastňovalo šest klientů.

Klienti skupinová setkávání vítali a vyjádřili vůli v nich i po prázdninách pokračovat, tým sociální rehabilitace se shodl na tom, že budou další setkávání tohoto typu podporovat. Bylo ale třeba rozhodnout zásadní otázku participace: kdo má mít zodpovědnost za přípravu a vedení jednotlivých setkání? Ze dvou možností – peer konzultant, který je členem týmu sociální rehabilitace, nebo vhodní účastníci prvního cyklu setkávání z řad klientů – tým zvolil vyšší participativní úroveň. Od podzimu 2016 se tedy rozběhl další cyklus „Cest k zotavení“, ve kterém doprovázejí své kolegy na cestě k zotavení dva klienti služby.



Co to vlastně je „pracovat recovery“

Při diskuzích v týmech se rozhovory pracovníků stáčely na témata, jak konkrétně se recovery projevuje v přímé práci s uživateli – tedy jak recovery ovlivňuje (doplňuje, mění) zažité metody sociální práce. Zde jsou uvedeny dílčí závěry jednoho pracovního týmu, který doporučil:

- podporovat samostatnost;
- zapojovat jiné zdroje;
- zapojovat rodiny;
- ctít silné principy – dodání sebevědomí (obdivuhodnost), lpění na silných stránkách;
- pozor na přístup „sladce nadějný“ – nejlepší cesta, jak si vylámat zuby na realitě;
- přinášet příběhy – své zkušenosti v určité části příběhu (více mluvím o sobě, o svých věcech, co mi pomáhalo);
- dávkovat sama sebe – vím, proč zrovna toto zmiňuji (dávkuji) – opravdovost ve vztahu;
- přinášet příběhy a zkušenosti jiných lidí se zkušeností.

Kapitola 5

Kde jsme teď

Proces přerodu služeb Ledovce na služby více zaměřené na zotavení nemá z povahy věci zřetelný konec – vždycky je možné mít služby „na zotavení ještě více zaměřenější“. Pokud přesto nyní chceme naši reflexi cesty k zaměření na zotavení alespoň formálně uzavřít, můžeme to udělat snad jediné tak, že popíšeme, jak jsme na tom teď, v březnu 2017.

Celolevodcká konference

V rámci firmy jsme se rozhodli strukturovaný dvouletý proces „přerodu na s. r. o.“ korunovat celofiremní konferencí. Program dvoudenní konference byl rozdělený do dvou částí:

- představení nástrojů vzniklých v rámci schůzí s. r. o. a pracovních podskupin;
- práce na (znovu)popsání principů a poslání Ledovce.

Podstatným přínosem konference byl především obtížně popsatelný zážitek společné práce a sdílení: hodně z nás je na Ledovci spolu prostě rádo.

Nástroje, které se na konferenci oficiálně představily, byly různého typu:

- metodická doporučení („gramatika s. r. o. jazyka“, s. r. o. prvky porad týmů, ...);
- záměr newsletteru Ledovky – pravidelného bulletinu pro Ledovčany (klienty, pracovníky, členy, příznivce, podporovatele, ...);
- v aktualizované verzi znovuspuštěný portál www.zotaveni.cz;
- nový systém organizace skupinových aktivit pro klienty;
- záměr pro clubhouse a recovery college;
- ...

V oblasti principů a poslání organizace jsme udělali první společný výkop, práce ale budou ještě dál pokračovat.

Díky procesu směrem k s. r. o. jsme organizace otevřená šířeji, s velkou chutí více prolínout skupiny pracovníků a klientů organizace, tvořit širší strukturu spolupráce a vzájemné podpory na vztazích odlišných od vztahu „poskytovatel – uživatel služby“ a tvořit více či méně formální regionální podpůrnou síť.

Další rozhodnutí

Důraz na prolínání skupin pracovníků a klientů se zhmotnil mj. v „rychlou kurzu pomáhání prostřednictvím vlastní zkušenosti s duševním onemocněním“ (viz box).

Nezávisle na tomto kurzu se zrodil projektový záměr na provozování „clubhousu“ – centra vedeného samostatně lidmi s vlastní zkušeností s duševním onemocněním, které poskytne zázemí pro setkávání, vzdělávání (s možným nakročením k tzv. recovery college) a trávení volného času. První žádosti o finanční podporu tohoto projektu už jsou podány.

V neposlední řadě se Ledovec přihlásil k zodpovědnosti za proces reformy psychiatrie v Plzeňském kraji. Je pravda, že v předchozích strategických dokumentech organizace byl obsažen mimo jiné zákaz jejího přílišného růstu a tvrdá pravidla pro rozběh nových projektů (částečně také proto, aby se organizace „nerozměnila na drobné“ a neztratila hodnoty, které jí byly a jsou drahé). Zodpovědnost za reformu nyní ale převážila. Toto rozhodnutí opíráme o naději – o naději, bez které žádné zotavení, tedy ani českého systému psychiatrie podle nás není možné.

„Kopírovací (příp. co-peerovací) kurz“

Ten kurz se vlastně jmenoval „Ledovecký rychlokurz pomáhání prostřednictvím vlastní zkušenosti s duševním onemocněním“ a původně byl nasměřovaný na formaci peer lektorů s vlastní zkušeností s duševním onemocněním do seminářů Blázníš? No a?

Prvním motivem pro uspořádání kurzu byla skutečnost, že se na lednové výběrové řízení na pozici peer konzultanta přihlásilo deset uchazečů a my jsme mohli vybrat jen dva. Nechat ale těch zbylých osm jít nešlo. Rozhodli jsme se nabídnout rychlokurz pomáhání a pozvat do něj jak odmítnuté kandidáty na pozici peer konzultanta, tak klienty Ledovce, kteří se již angažovali v podpoře druhých.

Kurz byl tvořen deseti devadesátiminutovými vzdělávacími bloky a hodinovým individuálním pohovorem pro každého účastníka. Setkávání probíhalo v měsíci březnu a nastoupilo do něj třináct zájemců. Obecná témata o zotavení, komunikaci, sociálních a zdravotních systémech v péči o duševní zdraví a peer worku doplnily bloky práce s vlastními příběhy účastníků.

Výsledek měsíčního kurzu: všichni účastníci kurz dokončili a skupina se chce scházet dál jako svépomocná skupina s nakročením k přerodu do clubhousu. Kromě toho je velká část skupiny nadále otevřená pro peerovskou práci a profiluje se v ní také podskupina „obhájců“, která se plánuje seznámit s aktivitami organizací a iniciativ Kolumbus, VIDA, Dialogos apod.



Recovery slovní fotbal

Recovery slovní fotbal je hra, kterou jsme vymysleli v prosinci 2016 v autě cestou ze stáže v Nizozemí, kde jsme navštívili několik zařízení poskytujících služby zaměřené na zotavení.

Hra se hraje stejně jako klasický slovní fotbal, to znamená, že hráči postupně říkají slova, která začínají stejným písmenem/slabikou, jakým/jakou končí slovo, které řekl předchozí hráč. Jsou ale dovolena pouze slova, která nějak souvisí se zotavením. Každý hráč tak vždy musí zdůvodnit, jak použité slovo se zotavením souvisí.

Hra se nehraje na body ani na vítězství, ale do té doby, dokud hráče baví :-)

Závěr

Děkujeme, že jste dočetli až sem!

Pokusili jsme se v naší příručce co nejjasněji sdělit, jak to máme se zotavením na Ledovci. Pojmu zotavení rozumíme široce, to znamená, že se soustředíme na zotavení lidí s duševním onemocněním, ale nebojíme se aplikovat principy zotavení ani na lidi s jinými životními trápeními a dokonce na celé organizace (včetně té naší). Dokonce vnímáme pojem zotavení jako klíčový pro celou současnou reformu psychiatrie v ČR: myslíme si, že česká psychiatrie se má a může zotavit.

Máme naději, že se to stane, a jsme přesvědčeni, že to začíná určitými vnitřními změnami v každém z nás. Od vzniku naší organizace používáme motto „Ledovec – většina není vidět“. Aby něco dobře fungovalo „na hladině“, musí se toho mnoho stát „pod hladinou“ – v našich hlavách a v našich srdcích.

Myslíme si, že to je zotavení.

Tato příručka byla vydána v rámci doplňkové aktivity **Recovery oriented Ledovec nad zlato** projektu **Ledoveckým rodinným stříbrem za destigmatizaci** díky podpoře grantu z Norska.

Autoři textu:

Petra Bernhardtová, Štěpánka Syrovátková, Martin Fojtíček

Fotografie: Jiří Pasz a archiv Ledovce

Design & layout: Pavel Botka

© Ledovec 2017

Podpořeno grantem z Norska. / Supported by Norway grants.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



