

Aplikace závěrů studie „Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis“ na dva základní texty recovery centra MHA Village, Los Angeles, USA

Seminární práce pro kvalifikační kurz sociální pracovník

Martin Fojtíček

květen 2013

Poznámka překladatelská:

„Recovery“ obecně nejraději překládám do češtiny jako „zotavení“ (někteří jiní překládají „úzdava“, ale to mi evokuje představu, že nemoc zcela zmizí, s čímž recovery nutně nepočítá). Naopak zotavení známe i nezdravotního prostředí – „zotavit se z rozchodu s partnerem“, „finančně se zotavit“ atp.

Nepřeložené ho v článku nechávám, pokud označuje ten specifický způsob uvažování a práce v rehabilitaci lidí s duševním onemocněním. Nakládám s ním trochu češtinou nepěkně, buď jej nechávám jako substantivum samotné, nebo jej jako adjektivum lepím k českým slovům – např. „recovery přístup“ (orig. „ recovery approach“).

Recovery naopak překládám (jako zotavení), když označuje stav nebo proces v životě lidí. Také „recover“ překládám, a to jako „zotavit (se)“.

Aplikace závěrů studie „Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis“ na texty recovery centra MHA Village, Los Angeles, USA

1. Úvod

V této práci jsme se pokusili českému čtenáři zpřístupnit klíčový výstup studie *Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis* (dále jen „studie“) a dva kratší texty z recovery orientovaného centra služeb pro lidi s duševním onemocněním MHA Village v Los Angeles, USA. Vlastním jádrem práce je pak posouzení, zdali je koncept recovery používaný v MHA Village zrcadlí se ve zkoumaných textech v souladu s obecnými znaky recovery tak, jak jsou publikovány ve svrchu zmíněné studii.

2. Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis

Studie *Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis* byla publikována v *The British Journal of Psychiatry* v roce 2011. Jde o jednu z prvních metastudií, která se pokouší moderními prostředky narativní syntézy zachytit obsahové jádro společné dostupným anglicky psaným vědeckým textům o recovery.

Prostřednictvím databázových dotazů v několika mezinárodních odborných katalozích i prostředky ručního dohledání odborných textů autoři shromáždili 87 relevantních studií o recovery a podrobili je analýze.

Klíčovými výsledky studie jsou základní pojmy typické pro recovery strukturované do tří oblastí. Jde o 1. Charakteristiky cesty zotavení, 2. Procesy zotavení a 3. Etapy zotavení zasazené do obecného modelu změny. Výsledky studie jsou shrnuty do tří tabulek, jejichž překlad zde uvádíme.

Tabulka č. 1 – charakteristiky cesty zotavení

Tabulka 1: Charakteristiky cesty zotavení	
Charakteristika	Počet studií, které charakteristiku uvádí (n=87)
zotavení je aktivní proces	44
individuální a jedinečný proces	25
nelineární proces	21
zotavení je cesta	17
zotavení jako etapy nebo fáze	15
zotavení jako boj	14
mnohodimenzionální proces	13
zotavení jako postupný proces	13
zotavení jako zkušenost, která mění celý život	11
zotavení bez léčby	9
zotavení je pomoheno podpurným a uzdravujícím prostředím	6
zotavení se může objevit bez zásahu profesionálů	6
proces typu "pokus a omyl"	6

Tabulka č. 2 - procesy zotavení

Tabulka 2: Procesy zotavení	
<i>Procesy zotavení</i>	<i>Počet studií, které proces uvádí (n=87)</i>
<i>Kategorie 1: Sounáležitost</i>	75
peer podpora a podpůrné skupiny	39
vztahy	33
podpora od jiných	53
někam patřit	35
<i>Kategorie 2: Naděje a důvěra v budoucnost</i>	69
víra, že zotavení je možné	30
motivace ke změně	15
vztahy, které povzbuzují naději	12
pozitivní myšlení a oceňování úspěchu	12
mít sny a ambice	7
<i>Kategorie 3: Identita</i>	65
dimenze identity (<i>pozn. překl. - mé různé role</i>)	8
vypracování pozitivní identity (<i>pozn. překl. - postavit porozumění sobě na tom, co umím, v čem jsem dobrý?</i>)	57
překonání stigmatu	40
<i>Kategorie 4: Životní smysl</i>	59
smysl zkušenosti duševního onemocnění	30
spiritualita	6
kvalita života	57
smysluplný život a sociální role	40
smysluplný život a dosažení sociálních cílů	15
přebudování života	19
<i>Kategorie 5: Zplnomocnění</i>	79
osobní zodpovědnost	79
kontrola nad životem	78
zaměření na silné stránky	14

Tabulka č. 3 - Etapy zotavení zasazené do obecného modelu změny

Tabulka 3: Etapy zotavení zasazené do obecného modelu změny						
<i>kurzívou uvedeny poznámky k překladu</i>						
Číslo studie	Stav před úmyslem změny	Úmysl	Příprava	Akce	Udržování a růst	
32		"noviciát zotavení" - zápasení s postižením		polo-zotavení	plné zotavení - život "za postižením" (<i>orig. beyond disability</i>)	
73	"zaseknutost"	přijetí pomoci	věření	učení se	Soběstačnost	
3	sestup do pekel	zažehnutí jiskry naděje	rozvoj vzhledu / aktivování schopnosti se bránit	objevení klíčů ke spokojenému životu	udržování rovnováhy mezi vnitřními a vnějšími silami	
44	Rozvrat		rozvoj a dosahování nezávislosti		snaha o integraci do komunity	
36	činnostní závislost		pracovní výkon s podporou	aktivní zapojení ve smysluplných činnostech	dostatečný vlastní pracovní výkon	
14	závislý/nevědomý si toho	závislý/ toho vědomý		Nezávislý/vědomý si toho	"propojená závislost" (<i>orig. "interdependant" - někdo pomáhá mně a já taky pomáhám někomu</i>)/vědomý si toho	
29	Moratorium	Uvědomění	příprava	přebudování	Růst	
78		záblesky zotavení	obrat	cesta k zotavení		
61		znovuprobuzení naděje po období zoufalství	už se nadále nevidí primárně jako osoba s duševním onemocněním	posun od stažení se k zapojení se	aktivní zvládání spíše než pasivní přizpůsobování se	
40	přemožen postižením		zápas s postižením	život s postižením	život "za postižením" (<i>orig. beyond disability</i>)	
35	započetí zotavení			dosažení toho, co bylo ztraceno/posun vpřed	zlepšování kvality života	
59	krize (vzpamatování se)		rozhodnutí (přebudovávání nezávislosti)	probuzení (budování zdravé propojené závislosti - <i>orig. "interdependant" - někdo pomáhá mně a já taky pomáhám někomu</i>)		
43		Obrat	odhodlání		sebedocenění	

3. Texty MHA Village

V této práci jsme přeložili a zkoumali tyto dva texty: „Základní principy MHA Village“ a „14 věcí, které můžeš udělat, aby se tvůj život změnil“. Jejich překlad následuje.

Základní principy MHA Village

Věříme, že ...

1. Naděje dělá zotavení možným, umožňuje léčení duše, těla i ducha.
2. V tom, jak vycházíme lidem vstříc, se odráží důraz na vytváření atmosféry přijetí se snadno dostupnou integrovanou podporou a se snadno dostupnými službami.
3. Zaměření na celého člověka znamená být otevřený jeho silným i slabým stránkám, jeho schopnostem i omezením, jeho zraněním i darům.
4. Každý si tvoří svoji cestu k zotavení sám a sám si i stanovuje i tempo svého zotavení.
5. Proces zotavení je cesta spolupráce při podpoře lidí v tom, aby dosáhli svých životních cílů.
6. Vztahům prospívá vzájemný respekt a reciprocita, což zahrnuje i otevřenost k vytváření skutečných citových vazeb.
7. Pomáhání lidem v tom, aby čestně a zodpovědně pracovali se svými duševními onemocněními, závislostmi a citovými problémy, tvoří pevné základy zotavení.
8. Lidem se daří, rostou a získávají odvahu ke změně v respektujícím prostředí, které podporuje jejich zodpovědnost za sebe sama.
9. Praxe zotavení se děje v běžném prostředí.
10. Každý člověk má právo na férové a spravedlivé léčení v běžném prostředí, které je podpořené obhájci práv (*advocacy*) a sociální zodpovědností.
11. Každý touží po příležitosti mít místo, které považuje za svůj domov.
12. Zajišťováním přirozené podpory, smyslem pro humor a smyslem pro sounáležitost zvyšujeme kvalitu života.
13. Zaměstnání a vzdělání jsou účinné prostředky, jak pomoci lidem budovat životy, ve kterých svoji nemoc přemohli.
14. Úspěšnost služeb je postavena na zvyšování kvality života a podpoře zotavení.

14 věcí, které můžeš udělat, aby se tvůj život změnil

Mark Ragins, MD

Mnoho lidí přichází do služeb se spoustou vážných životních problémů. A zotavit se a změnit svůj život, to není jako v televizních show nebo reklamách na léky, spíš to stojí hodně práce. Naneštěstí si mnoho lidí myslí, že návštěvy lékaře a braní léků k tomu bude stačit. Léky často lidem pomohou se cítit lépe a lépe “fungovat”, ale to je tak asi všechno. Pokud chceš víc než tohle, máme pro tebe nějaké další služby, které by tě mohly zajímat. Aby se nám služby lépe plánovaly, zatrhni prosím cokoli z níže uvedeného seznamu, co by tě zajímalo a co bys chtěl zkusit.

1. Mluvit s lidmi spíše než být izolovaný
2. Aktivně budovat ve svém životě bezpečí – dost peněz na živobytí, bezpečné bydlení, kontakt s rodinou, přátelé, spiritualita
3. Skutečně věci prožívat a zakoušet, ne emoce tlumit, lékovat je, vyhýbat se jim nebo si je vyrábět uměle
4. Naučit se, jak zvládat své emoce
5. Naučit se léky pro sebe “využívat” místo je jen “užívat”
6. Začít (nebo znovuzačít) aktivity, které ti dělají radost nebo tě zajímají
7. Vzít zodpovědnost za svůj vlastní život a něco na sobě změnit
8. Jít něco dělat, i když se zrovna necítíš dobře
9. Dělat něco jiného než být psychiatrickým pacientem a někde jinde než v systému zdravotní péče a sociálních služeb
10. Zlepšit své psychické zdraví a pohodu
11. Milovat jiné – rodinu, partnera, děti
12. Pracovat na přijetí a odpuštění místo obviňování a mstění se
13. Něco dávat (*nejen brát*) skrze pomoc druhým
14. Nacházet v těžkostech smysl a požehnání a znovuobjevit Boha a spiritualitu

4. Analýza textů a posouzení souladu s výsledky studie

Analýza Základních principů

V textu základních principů lze nalézt tyto zřetelné reference k následujícím charakteristikám z tabulky 1 studie:

- zotavení je aktivní proces principy 4-8
- individuální a jedinečný proces principy 4, 5
- zotavení je cesta principy 4, 5, 8
- zotavení jako postupný proces princip 4, 8
- zotavení je pomoheno podpurným a uzdravujícím prostředím princip 2, 3, 8

Nepřímo lze dedukovat vztah i k dalším charakteristikám.

Základní principy zároveň vyjadřují procesy uvedené ve všech pěti kategoriích tabulky 2 studie:

- 1) Sounáležitost (zejména vztahy a podpora od jiných) principy 2, 5, 6
- 2) Naděje a důvěra v budoucnost (zejména naděje samotná, ale i další) principy 1, 6
- 3) Identita (zejména pozitivní identita) principy 1, 3, 7
- 4) Životní smysl (zejména kvalita života) principy 1, 12, 14
- 5) Zplnomocnění (zejména osobní zodpovědnost) principy 7, 8

A konečně základní principy odkazují i k tabulce 3, protože popisují proces zotavení jako změnu. Nevztahují se nicméně k žádné specifické terminologii popisu této změny (Ragins v MHA Village vytvořil totiž svoji vlastní).

Analýza 14 věcí, které můžeš udělat, aby se tvůj život změnil

V tomto textu nacházíme další charakteristiky a procesy, které zmiňuje studie. Konkrétně:

Charakteristiky (tab. 1)

- zotavení jako aktivní proces (téměř všechny body nabídky)
- zotavení jako (náročný) proces osobní změny (úvodní text)
- zodpovědnost jako součást procesu zotavení (7)

Procesy (tab. 2)

- vztahy (1, 2, 11, 13)
- motivace ke změně (celý text)
- mít sny a ambice (prakticky také celý text)
- vypracování pozitivní identity (12, 13, 14)

- smysl zkušenosti duševního onemocnění (14)
- spiritualita (2,14)
- smysluplný život a sociální role (především 9)
- přebudování života (hlavně 7)
- osobní zodpovědnost (hlavně 7)

Jak posoudit soulad

Po zkoumání dvou výše uvedených textů je možné si klást otázku, jestli je soulad s charakteristikami a procesy studie dostatečný a zdali lze tedy jednoznačně rozhodnout.

K tomu je předběžně třeba poznamenat toto:

- 1) Jednoznačné autoritativní soudy není možná nutné vynášet. Pojem recovery je používán různými skupinami v různých částech světa a konsensus nad jednoznačnou definicí neexistuje. Navíc by uniformita výkladu popírala jeden z konstitučních principů recovery jako cesty jedinečné a unikátní pro každého jednotlivce.
Spíše než vynesení soudu je pro nás klíčový samotný proces rozlišování a porovnávání jednotlivých principů a charakteristik, díky němuž dochází k jejich hlubšímu pochopení. A protože „překlad je vždy už výklad“, považujeme za důležité také hledání vhodného českého překladu řady klíčových termínů obsažených ve studii i dalších textech.
- 2) Argumentem pro rozhodnutí je podle nás spíše než „míra souladu“ (kolik principů odpovídá studii) „míra nesouladu“, tedy otázka, zdali najdeme v základních textech tezi, která je s charakteristikami, procesy a etapami ze studie v rozporu.
Vzhledem k tomu, že jsme (zatím) žádnou takovou tezi nenašli, je možné konstatovat, že recovery přístup, jak jej známe z textů MHA Village, je přístupem v duchu recovery.

5. Závěr

Praktickým závěrem této práce je pro Ledovec toto:

Pojetí recovery, které praktikuje MHA Village (teoreticky zpracované Dr. Raginsem) je nám na Ledovci velmi blízké a lze ho (více či méně) považovat za určitý teoretický podklad naší (částečně již současné a hlavně kýžené budoucí) praxe.

Díky souladu jeho principů s charakteristikami, procesy a etapami studie je možné tento přístup s dobrým svědomím za „recovery přístup“.

Ledovci se tím otevírá možnost veřejně se k recovery přístupu přihlásit a stát se tak (pokud víme) prvním na recovery zaměřeným poskytovatelem služeb lidem s duševním onemocněním v ČR.

6. Literatura

- 1) Leamy M, Bird V, Le Boutillier C, Williams J, Slade M.: *Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis*, The British Journal of Psychiatry, 2011, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22130746>
- 2) Kol.: *MHA Village Guiding Principles*, MHA Village, <http://mhavillage.squarespace.com/storage/MHA%20Village%20Guiding%20Principles.pdf>
- 3) Ragins M.: *14 Things You Can Do To Rebuild Your Life*, MHA Village, <http://mhavillage.squarespace.com/writings/>
- 4) Ragins M.: *Road to Recovery*, MHA Village, 2002 <http://mhavillage.squarespace.com/storage/08ARoadtoRecovery.pdf>