



TVÁŘE

DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

ROZHOVORY K 25 LETŮM

ORGANIZACE PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ, Z. S.



Dvacet pět let. Dlouhá doba a vlastně okamžik. Tento paradox časové relativity mě má momentálně ve spárech. A teď o tom mám ještě psát...

PR manažerka Míša Venclová, budiž jí velký dík za zorganizování téhle publikace, musela vynaložit mnohem více energie než obvykle, aby ze mě dostala úvodní text. Sám si to analyzuji jako úzkost z ubývající budoucnosti. S PDZ jsem spojil skoro celou svojí profesní dráhu a ejhle, ono jí už moc nezbývá. Mám potíže vzpomínat, ohlížet se zpátky. Vážně nemůžu psát o plánech na dalších pět let? Mám se zastavit a užívat si okamžiku? Dvacet pět let v PDZ bylo jedno obrovské učení se, ale tohle se už asi nenaučím...

Víte co, už se se mnou netrapte a běžte na ty rozhovory, protože jsou skvělé. Je jich dvacet pět symbolicky jeden za každý rok existence PDZ. Ale mohlo bych jich být třeba dvě stě padesát a mnohem víc. Lidé, to je ta klíčová ingredience celého příběhu. Úžasní lidé, co touhle organizací prošli a procházejí ve všech možných rolích...

Víc ze sebe už nedostanu a nezlobte se, jestli jsem byl moc osobní. Ale PDZ je osobní záležitost, jinak to snad neumí. Díky za to vám všem.

*MUDr. Petr Hejzlar
ředitel PDZ
konec prázdnin 2020*



Poděkování:

Děkujeme všem, kteří PDZ podporují v její činnosti. Také všem, kteří se podíleli na vzniku této publikace. Především pak ilustrátorovi Janu Novotnému a všem mluvčím, se kterými jsme vedli rozhovory.

Vysvětlivky zkratk:

PDZ – Péče o duševní zdraví

CDZ – Centrum duševního zdraví

OBSAH

1	„PRÁCE PDZ JE POTŘEBNÁ A ZÁSLUŽNÁ“	MUDr. JOSEF KŘEPELA 4	14	„V KAŽDÉM SYSTÉMU SE NA ČLOVĚKA DÍVÁME JINÝMA OČIMA“	MUDr. JAKUB DVOŘÁK 24
2	„NA SEMINÁŘE PDZ JEZDÍM DODNES A POŘÁD MĚ BAVÍ“	PhDr. SOŇA ROTHANZLOVÁ 5	15	„KAŽDÁ ZMĚNA MÁ SVOJE PŘÍLEŽITOSTI A RIZIKA“	PhDr. BOHUMILA BAŠTECKÁ, Ph.D. 26
3	„PODAŘILO SE NÁM ZÍSKAT GRANT, A TAK ZAČALO VELKÉ DOBRODRUŽSTVÍ“	MUDr. JAN PFEIFFER 6	16	„KOŘEN SLOVA UŽIVATEL JE -ŽIV-, TO ZNÍ DOBŘE“	KAROLÍNA 28
4	„ŽIVÝM STŘÍBREM PDZ JSOU JEHO PRACOVNÍCI“	PhDr. JIŘÍ LIBRA 8	17	„POBOČKA PDZ V ÚSTÍ JE MOJÍ SRDCOVOU ZÁLEŽITOSTÍ“	Mgr., Bc. IVA SEDLÁČKOVÁ 30
5	„VÝMĚNÍK BYL PŮVODNĚ PRACOVNÍ NÁZEV“	JITKA PITROVÁ 10	18	„ÚSTAVNÍ PÉČE ČLOVĚKA NEROZVIJÍ DLE SKUTEČNÝCH POTŘEB“	Ing. PAVEL ŠOTOLA 32
6	„VIDÍM, ŽE TA PRÁCE MÁ SMYSL“	Mgr. JAN RYBIČKA 11	19	„PDZ JE MÍSTEM, KDE NA ÚCTU K ČLOVĚKU NENÍ ZAPOMÍNÁNO“	Mgr. JANA KRÁLÍKOVÁ 34
7	„NAUČILA JSEM SE S LIDMI LÉPE KOMUNIKOVAT“	BARBORA 12	20	„VYRAZILA JSEM SE ZEPTAT, JESTLI BY SE PDZ NECHTĚLO ROZŠÍŘIT NA NÁCHODSKO“	MARTINA CHOCHOLÁČOVÁ, DiS. 36
8	„MNOHDY JDE O MRAVENČÍ PRÁCI“	Mgr. RADKA POCHOBRADSKÁ 13	21	„PDZ PŘEDSTAVUJE BEZPEČNÉ ZÁZEMÍ“	JUDr. MARTIN KNOB 38
9	„SPECIFIKEM NA PRÁCI S LIDMI S DUŠEVNÍ NEMOCÍ JE DLOUHODOBOST VZTAHŮ“	Mgr. PETRA TILIOSOVÁ VAŇKOVÁ 14	22	„V PDZ PRACUJÍ LIDÉ, KTEŘÍ MĚ VNÍMAJÍ JAKO SOBĚ ROVNÉHO“	BLANKA 39
10	„DĚLAT DO STAROBNÍHO DŮCHODU PEERA JE BLBOST“	Bc. JOSEF OBORNÍK 16	23	„PRÁCI V PDZ JSEM VZALA JAKO VÝZVU“	KATEŘINA HRONOVSKÁ 40
11	„NA TOM, JAK SE CHOVÁME K LIDEM SE ZNEVÝHODNĚNÍM, SE UKAZUJE ÚROVEŇ NAŠÍ SPOLEČNOSTI“	Mgr. Bc. MAREK BÁRTA 18	24	„SPOLUPRÁCE S TERÉNNÍ SLUŽBOU MÁ POUZE PLUSY“	MUDr. LENKA KASÍKOVÁ 42
12	„LÍBILO BY SE MI, KDYBYCHOM MĚLI V SOCIÁLNÍ PRÁCI SPECIALIZACE“	Mgr. MARKÉTA DUBNOVÁ, Ph.D. 20	25	„PODSTATNÉ JE SE NEHROUTIT A NĚJAK VYDRŽET“	MARTINA 43
13	„PRO NĚKOHO, KDO NEMÁ RÁD ZMĚNY, TO V PDZ NENÍ“	Mgr. MARTIN HALÍŘ 22			

„PRÁCE PDZ JE POTŘEBNÁ A ZÁSLUŽNÁ“

MUDr. JOSEF KŘEPELA

Psychiatr působící na Chrudimsku, který byl průkopníkem multidisciplinárního přístupu ještě před tím, než začal vznikat koncept transformace psychiatrie. S PDZ započal spolupráci v době založení chrudimského střediska v roce 2005. Spolupráce se sociální službou pro něho nebyla nutným zlem, ale vítanou podporou pro pacienty, na kterých mu vždy záleželo. Dnes si již užívá zaslouženého důchodu, ale ani tak neztrácí přehled o dění v psychiatrii.

Pane doktore, mohl byste k výročí 25 let existence PDZ říci naší organizaci pár slov? Něco vzkázat? Zavzpomínat na začátky PDZ a naší spolupráce?

Milá Péče o duševní zdraví, chtěl bych touto cestou vyslovit dík za práci vašeho kolektivu pro duševně nemocné. Víím, jak je potřebná a záslužná!

Přiznám se, že jsem na počátku činnosti PDZ nebyl nijak nadšený. Možná proto, že ve mne přetrvávala určitá roztrpčenost z násilného ukončení poliklinického psychiatrického oddělení v roce 1993. Tehdy v našem

týmu spolupracovali lékaři, psychologové, zdravotní sestry a sociální pracovníci. Celkem 15 lidí. Náplní byla nejen léčebně-preventivní péče ale i poskytování psychologické pomoci včetně psychoterapeutických skupin pacientů a také sociální činnost. Např. zmapování domova pacientů, vzájemných vztahů v rodině, dodržování léčby i pomoc v pracovním zařazení.

Jsem si ale vědom, jak se činnost PDZ rozrostla. K mému kladnému vztahu k vaší práci velkou měrou přispěla i členka vašeho týmu Vladka Wysocká (dnes Svobodová). Poskyto-

vala psychiatrické ambulanci zpětnou vazbu o našich pacientech.

A tak vám chci ještě jednou poděkovat za činnost, kterou pro duševně nemocné lidi děláte i pro jejich lepší začlenění do společnosti. Přeji celému kolektivu jen to dobré v práci i ve vztazích mezi vámi, ale i začlenění psychiatra do vašeho týmu v Chrudimi.

Váš Dr. Křepela

Vzkaz pro PDZ při rozhovoru zaznamenala Lucie Kopecká

„NA SEMINÁŘE PDZ JEZDÍM DODNES A POŘÁD MĚ BAVÍ“

PhDr. SOŇA ROTHANZLOVÁ

Soňa Rothanzlová je klinickou psycholožkou denního stacionáře při psychiatrickém oddělení Pardubické nemocnice. S PDZ spolupracuje dlouhá léta a je předsedkyní představenstva organizace. V krátkém rozhovoru vzpomínala na její napojení na PDZ.

Co se vám jako první vybaví, když se řekne PDZ?

Jako první se mi vybaví Tonda Šimek a pak další bezva lidé, kteří pomáhají těm, kdo to potřebují...

Jaká je vaše nejranější vzpomínka na PDZ?

S PDZ jsem se úplně poprvé setkala na Psychoterapeutických seminářích, kam jsem jezdila ještě jako studentka. Tehdy se konaly v budově záchranky, byla tam vždycky spousta lidí, zajímavé přednášky, jezdím na ně dodnes a pořád mě baví.

Jakým způsobem momentálně spolupracujete s PDZ, jaký byl vývoj spolupráce?

Dlouhodobě spolupracuji se sociálními pracovníky, na které se obracím, když potřebuji pomoc s ná-

slednou péčí o některé mé pacienty. V posledních letech působím i jako člen představenstva PDZ.

Vzpomněla byste si na nějakou veselou událost s PDZ?

Ráda vzpomínám na Týdny pro duševní zdraví- výstavy a koncerty, které se v rámci TDZ pořádají, a také na následné „afterparty“, které byly vždy veselé. 😊

Existuje nějaký konkrétní případ člověka, kterému jste ve spolupráci s PDZ pomohla a tato spolupráce se vám vryla do paměti?

Určitě, těch lidí je asi víc, zrovna v poslední době jsem v intenzivnějším kontaktu s paní, kterou jsme před mnoha lety ve spolupráci s PDZ pomáhali „stavět na vlastní nohy“ a která díky PDZ stále funguje samostatně.

„Je dobře, že se spolupráce s dalšími kolegy a obory rozšiřuje.“

Jak vnímáte současný rozvoj organizace směrem k multidisciplinaritě a Centrum duševního zdraví?

Já myslím, že je dobře, že se spolupráce s dalšími kolegy a obory neustále rozšiřuje a organizace roste - snad to bude ku prospěchu našim pacientům.

Rozhovor vedla Iva Sýkorová

„PODAŘILO SE NÁM ZÍSKAT GRANT, A TAK ZAČALO VELKÉ DOBRODRUŽSTVÍ“

MUDr. JAN PFEIFFER

Psychiatr Jan Pfeiffer viděl potřebnost péče o lidi s duševním onemocněním už od začátku svého působení v této oblasti trochu jinak než za zdi velkokapacitních ústavů. Proto s pár dalšími lidmi založil první komunitní službu v ČR- FOKUS. Následně se zasadil o vznik a rozšíření dalších komunitních služeb, do kterých patří i PDZ. Nyní působí v různých evropských zemích jako expert na reformu péče o duševní zdraví a je velmi aktivně zapojen do reformy péče o lidi s duševním onemocněním v ČR. Rozhovor je tedy nejen o začátcích služeb pro lidi s duševním onemocněním, ale také o jejich budoucnosti.

Tím, že jste jeden ze zakladatelů vůbec první komunitní služby v ČR, zajímaly by mě ty začátky a historie...

Organizace Fokus letos slaví 30 let existence a tím i komunitní služby jako takové. Založení Fokusu bylo vedeno ideou nějaké alternativy k tomu klasickému systému.

Pracoval jsem ve Výzkumném ústavu psychiatrickém – dnes se to jmenuje Národní ústav duševního zdraví, tenkrát sídlil na pavilonu 23 a 19 v Bohnicích. Bylo nás tam pár takových alternativců – Ondřej Peč, Vendula Probstová a já. A snažili jsme se v té době (ještě komunitické) přes svaz zdravotně postižených, pod který jsme se částečně skryli, začít pracovat s lidmi jinak. V Botanické zahradě jsme měli takový domeček, kde jsme dělali rehabilitaci lidí s duševní nemocí formou práce atd.

Jakmile režim padnul, tak hned v březnu při mé noční službě (to si pamatuji, že to bylo v noci) jsme s Lubošem Krbcem a pár dalšími vymysleli jméno Fokus a založili jsme organizaci. Podařilo se nám přes Ministerstvo zdravotnictví získat poměrně rychle grant. Bylo to asi 8 milionů, což byly na tu dobu velké peníze. A tak začalo velké dobrodružství.

Kde jste s Fokusem sídlili?

V té době se problematizoval koncept jeslí. Najednou se začaly uvolňovat. Takže byly volné prostory a Fokus začal vlastně v jeslích. Naše první správní rady byly na takových těch slavníčkách. Bylo to vše hodně amatérské a nové. Nikdo nestátní sektor neznal, včetně třeba kontrol. Takže se stala taky situace, že k nám přišli na kontrolu. My měli účetního, který byl velmi svérázný, geniální a zároveň trochu zvláštní.

„Naše účetnictví bylo v krabicích od bot, co měl u sebe v bytě.“

A když přišla kontrola, tak byl nějak nedostupný a my jsme u něj v noci hlídali v pronajaté Škodovce, kdy přijde domů. A takových příhod bych mohl líčit nespočet. To byly prostě „divoké devadesátky“. 😊

Kde jste pro svou práci brali zkušenosti a inspiraci?

Neměli jsme předtím žádný kontakt s okolním světem, nevěděli jsme, jak to dělají jinde, a tak jsme si to vymýšleli nějak sami. Ale měli jsme nějakou blízkost v přemýšlení takovým psychodynamickým způsobem v SURu. To byla

tehdy jediná vzdělávací instituce, která nabízela formu individuálního psycho-terapeutického vzdělávání. Pak jsme prostě jezdili autobusem do Londýna, kde jsem měl tetu a mohli jsme u ní přespávat. Nechávala nás vždycky v takovém malém pokojíčku. No, celkově nás tam živila, protože peníze tehdy nebyly. Našli jsme si tam známé- paní Edith Morganovou, která byla předsedkyní evropské pobočky Světové organizace pro duševní zdraví. A pak jsem se dostal k pánovi Jenkinsonovi, se kterým dneska spolupracuji už 30 let. Takhle jsem tam jezdil tak jednou po půl roce, protože jsem potřeboval vždy jistou dávku korekce, něco se naučit a načerpat energii, že ten jiný přístup k lidem s duševní nemocí je možný a že to není nesmysl, o co se v ČR snažíme a děláme.

Jak služby tenkrát fungovaly?

Počátek byl takový, že jsme byli zaměstnaní v tom „výzkumáku“ a v Dolákovce vznikl denní program - stacionář. Pracovali jsme na lůžkách v nemocnici (ve „výzkumáku“) a pracovali jsme v komunitní péči. Léčili jsme své lidi v nemocnici a následně jsme je doprovázeli ven. Mysleli jsme, že to tak zůstane a vytvoříme takový model pro Prahu 8. Pak se ale stalo to, že se primářem stal pan Libiger, který, se vši úctou k němu, byl hrozně rigidní člověk a měl silnou víru v biologickou psychiatrii. Byl se u nás ve stacionáři podívat na vizitu a pak mě pozval, mám pocit, někam do hospody a řekl mi: „Honzo, já tuším, že to, co děláte, není špatné, ale pod mými křídly to být nemůže.“ Takže to padlo a zpětně viděno, zaplat' pánbůh za to. Protože tím mohla vzniknout paralelní kultura, která si pak procházela různé fáze hledání své identity a taky vzdáleností mezi klasickou psychiatrií a tou naší alternativní.

A jak to bylo v roce 1995, kdy vznikla naše organizace PDZ? Víme, že jste při jejím vzniku byl a měl jste na ní zásluhu...

Jak se oblast péče o duševní zdraví přesunula pod Ministerstvo práce a sociálních věcí, byla z Ministerstva také financována.

„Na celou oblast péče o duševní zdraví byl jeden rozpočet.“

V té době 1995 se organizace Fokusu decentralizovaly, ale ten celkový balík peněz nerostl podle toho, kolik vznikalo organizací, protože byl limitovaný. A tak nastala nálada, že už se organizace nechťejí dál rozšiřovat, protože by tím pádem mohly mít problém s rozdělením financí. Což mně se nelíbilo, protože jsem si říkal, čím více organizací, tím větší tlak, i za cenu toho, že se budeme muset uskromnit. Nicméně můj pohled byl jiný, než ostatních ředitelů.

Z tohoto důvodu jsme začali hledat nějaké další možnosti. Spojili jsme se s Holanďany a z projektu MATRA jsme vytvořili koncept vzniku Centra pro rozvoj péče o duševní zdraví, které bude pilotovat trochu jinou formu vzniku dalších zařízení.

Byl jsem na výcviku, kde byl i Tonda Šimek z Pardubic a povídali jsme si, kdo co dělá. Já jsem mu říkal, že připravuji projekt s Holanďany a Tonda mi řekl: „To bych chtěl i u nás.“ Pak následně v rámci projektu MATRA vznikla 4 místa, která byla 2 roky financována z nizozemských

fondů, a Pardubice byly mezi nimi. Takže jsme s Tondou byli vlastně takoví otci zakladatelé PDZ. Prvním ředitelem PDZ byl Filip Španiel, který následně odešel do NUDZu, a pak v 1997 převzal vedení Petr Hejzlar.

Ta 4 místa- Praha 10, Mladá Boleslav, Pardubice a Brno měla v rámci projektu hodně různých tréninků. Byl tam „input“ holandského myšlení, protože se jezdilo i ven za hranice. Tahle 4 místa žila dost pospolu, paralelně k Fokusu. Žili si každý svým životem, a i když se propojovali, je dodnes znát, že jsou to vlastně jiné rodiny.

Dlouho jsme mluvili o začátku služeb, tak teď zase skočíme úplně nakonec. Jak vidíte budoucnost psychiatrické péče?

Budoucnost služeb vidím tak, že to nebude „psychiatrická péče“. Bude to „péče o lidi s duševním onemocněním“. Ten pojem „psychiatrická péče“ totiž poukazuje na model a na jednu profesi, která určuje priority a dané zájmy té profese, a nikoli priority těch všech lidí.

Takže budoucnost „péče o lidi s duševním onemocněním“: Bude multidisciplinární a bude opravdu propojená, tedy sociální, zdravotní a další služby. / Bude dominantně tam, kde ti lidé žijí. / Bude pro všechny skupiny- staré lidi, děti, lidi s drogovou či alkoholovou závislostí atd. / Lůžková péče bude k dispozici komunitní péči. To znamená, že ideálně i ta komunitní péče bude mít svou lůžkovou péči, a ne, že to bude paralelně... Je totiž evidentní, že když péče v komunitě dobře funguje, tak se potřeba lůžkové péče dá minimalizovat. Anebo že se dají hledat různé další alternativy.

Takto by mohla budoucnost vypadat...

Rozhovor vedla Věra Moravcová

„ŽIVÝM STŘÍBREM PDZ JSOU JEHO PRACOVNÍCI“

PhDr. JIŘÍ LIBRA

Klinický psycholog, psychoterapeut, supervizor služeb péče o duševní zdraví, lektor psychoterapeutických výcviků. Pracoval v psychiatrických léčebnách v Jihlavě a Havlíčkově Brodě, podílel se na založení sdružení Fokus poskytující mimonemocniční léčbu a rehabilitaci duševně nemocným. Od konce devadesátých let pracuje v adiktologických službách a rozvíjí model komplexní individualizované péče. Aktuálně na Klinice adiktologie 1. lékařské fakulty a ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze. S organizací Péče o duševní zdraví spolupracuje od jejího vzniku až do současnosti. V čem se PDZ za 25 let změnila a co mu spolupráce s ní přinesla?

Co Vás první napadne, když se řekne PDZ?

Petr Hejzlar a Tonda Šimek! Dva konkrétní lidi. Tonda, který mi řekl: „Poslouchej, my tam máme takového jednoho šikovného mladého psychiatra. Nedávno se vrátil z Indie. Má dlouhé vlasy jako ty. Ten by se ti líbil. Vy byste si mohli rozumět... Nepodceňuj ho. Zajíměj se o něj. Je to zajímavý člověk.“ No a pak jsem Petra potkal a dnes perfektně vím, že ho nepodceňuji a zajímám se o něj, protože je to zajímavý člověk...

Můžete říct 3 věci, co jsou podle Vás jinak, když srovnáte PDZ staré 1 rok a PDZ 25 let?

Tou první „věcí“ je delegace pravomocí Petrem Hejzlarem na další pracovníky, především vedoucí center. Druhou je dojem omládnutí tváří v PDZ (dnes jsem viděl aktuální fotografie „týmu PDZ“). Původní tým PDZ byly starší (ovšem stejně krásné)

tváře, než které teď vidím na aktuálních materiálech. A třetí je rozšíření do prostoru – myslím tím nejen teritorium, ale i potenciál (ten dělají ti lidi).

V čem vám přijde PDZ jedinečné?

Myslím, že PDZ mělo hned na začátku velmi dobrý odhad, že cesta nevede přes chráněné dílny a programy péče organizované v blocích. Šli rovnou cestou práce s individuálním plánem v modelech case managementu v „terénních“ týmech, ve využívání přirozených zdrojů.

Jedineční jsou lidi, kteří v něm pracují. Poznal jsem v PDZ velmi zajímavé lidi. A má jedinečnou atmosféru, ve které se zvláštním způsobem snoubí pevný řád a autorita se svobodomyšlností a respektem k původním zakladatelům a duchovním vůdcům. Tak v té atmosféře pořad zůstává něco z Tondy Šimka, ostatně

často vzpomínaného takovým vřelým a živoucím způsobem.

Vzpomínka z dlouholeté spolupráce, která Vám utkvěla v paměti? Někjaká „srdcovka“ nebo veselá historka?

Já veselý historky z PDZ nemám, vždycky jsem tu externě převážně pracoval. Ale mně se strašně líbila a utkvěla mi v mysli Petrova historka, kterou uvedl na nějakém setkání k předchozímu výročí v Pardubicích. Je to pro mě taky takový symbol, metafora o PDZ. Petr tam mluvil o své vzpomínce, jak se seznámil se svým spolužákem Filipem Španíelem (psychiatrem-spolubojovníkem v PDZ) v prvním dnu na gymplu (nebo lékařské fakultě?). Tehdy neznámí spolužáci se setkali ve sklepě budovy. Oba se tam nezávisle vydali zavěsit rukama na trubky plynového vedení, aby vydýchali aktuální zážitek ze setkání s novou institucí. Myslím, že to k obrazu PDZ patří. Že buduje insti-

tuci a dobře ví, že to je život nelehký. Nebo že pravdu je dobré hledat i ve sklepech? Atd.

A tak nemusí být veselá ta Vaše vzpomínka...

Já si (už trochu v mlze) vzpomínám na prostředí a atmosféru začátku mého supervizního kontaktu s PDZ. Zdravotní sestry a další účastníci supervize se nejprve museli dokázat vymanit z prostor psychiatrického oddělení. A dokázali to a setkávali jsme se pak v prvním centru PDZ, v tzv. Výměniku (byl to původně opravdu objekt pro rozvod tepla na sídlišti). Tam jsem za nimi pak jezdil, tam začíná můj letopočet PDZ. Pak jsme se setkávali, začali objevovat nové možnosti, řešili tíhu starých vest. Odvažovali jsme se k odhalení svých nejistot, spoluprožívali svoje ztráty ze starých pořádků, zvykali si na nové pracovníky, dávali si dotěrné a postupně přímé otázky na to, co vlastně funguje a co ne. Co je to třeba ten individuální plán v praxi. Na konci naší spolupráce jsem dostal dárek, plastiku- masku z černého dřeva, teh-

dy u nás nové africké lidové umění. Tehdy to pro mě bylo zvláštní, dnes to považuju za symbol toho, jak jsme se tenkrát všichni snažili obstát... Když jsem žil a pracoval v Brně, měl jsem ji v bytě denně na očích, nebyla moc hezká – ale vypadala jako obal z desky Frippových King Crimson. Vypadá to na srdcovku.

Co Vám spolupráce s PDZ dala?

Naději a přesvědčení, že celá reforma a možnost vývoje péče o duševní zdraví není v Čechách mýtus. Probíhá ovšem jiným způsobem, než jsem si na začátku kontaktu s PDZ uměl představit, probíhá mnohem pomaleji, týká se zájmů více institucí, které mají často protichůdné zájmy.

„PDZ mi dalo poznání, že to je nelehký proces, v počátcích plný ztrát.“

Až pak přijdou zisky. Spolupráce s PDZ mi ovšem posiluje naději, že je trvalý a nezvratný. Že jsme nevsadili na špatného koně, hodnoty, postupy.

To je hezký závěr... Je ještě něco, co byste chtěl doplnit?

Děkuji, že jste to ocenila. Jen se rozloučím: Myslím si, že „rodinným“ i živým stříbrem PDZ jsou jeho pracovníci. Tak jestli je tohle vhodná příležitost, chci je pozdravit a popřát jim všem (včetně administrativních pracovníků a zejména pak manažerům), ať je jejich práce baví, ať jim přináší další zájem o sebe, ať v ní nachází vždycky něco pro sebe. Těm v přímé péči velmi přeji, ať najdou odvahu nestat se o klienty příliš svědomitě, perfektně. Odvahu nechat jim prostor pro uplatnění jejich chybných a pošetilých plánů.

Rozhovor vedla Anna Bočková



„VÝMĚNÍK BYL PŮVODNĚ PRACOVNÍ NÁZEV“

JITKA PITROVÁ

Působila jako psychiatrická sestra na psychiatrickém oddělení Pardubické nemocnice. Zde spolupracovala s Petrem Hejzlarem, Tondou Šimkem, Marií Karlovou a Vlastou Vargovou, se kterými vytvořila první terénní tým PDZ. Mimo to byla předsedkyní představenstva PDZ a iniciovala vznik Výměníku.

Jak myšlenka založit kavárnu Výměník, která se v průběhu let rozrostla na pobočný spolek PDZ-středisko Výměník s několika chráněnými provozy, vlastně tenkrát vznikla?

Občanské sdružení Péče o duševní zdraví již dva roky provozovalo terénní služby. Od klientů jsme často slyšeli o chuti pracovat, někam chodit, něco dělat. Největší inspirací byla pro mě v Praze otevřená kavárna „Na půl cesty“. Viděli jsme tam poprvé mladé lidi, kteří prošli nemocnicí nebo léčebnou, jak tam s podporou asistentů pracují, obsluhují hosty, učí se komunikovat a získávají pracovní návyky. Moc se mi to líbilo, protože v Pardubicích bylo také hodně mladých pacientů, kteří neměli po hospitalizaci žádné další možnosti rehabilitace. Po čase se opět vraceli na lůžkové oddělení. Rozhodli jsme se „pořídít“ si takovou chráněnou dílnu a tam poskytovat klientům pracovní rehabilitaci.

Na co vzpomínáte, když se to opravdu začalo dít a Výměník začal vznikat? Šlo vše hladce?

No to určitě nešlo hladce. Bylo zapotřebí získat nějaký objekt. Tepebné hospodářství města nám vyšlo vstříc - nabídli nám pronájem objektu

výměníku tepla v Polabinách. Budovu bylo nutno nejdříve zrekonstruovat. Projektovou dokumentaci nám sponzorsky udělal pan architekt Macas. Podobným způsobem se podařilo zajistit část stavebního materiálu a učně ze stavebního učiliště i s mistrem. Pomohly i finanční dary od VZP pojišťovny, od kamarádů, sousedů a jejich firem.

Moc lidí dnes již asi nezná pravý důvod, proč se Výměník vlastně jmenuje Výměník. Můžete nám tuto historku popsat?

Výměník byl pracovní název od samého začátku i během stavby. Občas přišla řeč na to, abychom vymysleli nějaký lepší název vznikající chráněné dílny, ale stále nás nic nenapadlo. Až jsme se jednou domluvili, že zajdeme do restaurace pro podporu inspirace. Dohodli jsme se, že neodejdeme, dokud nový název nevymyslíme. Padaly tam různé návrhy, konzumace utěšeně narůstala a nic. Když jsme odcházeli zůstal nám zase jen Výměník.

Jaké bylo tehdy fungování Výměníku?

Výměník fungoval z počátku jenom jako kavárna s čtyřmi stoly. V létě byla venku zahrádka.

Klientů bylo 6-7, zaměstnanci 3. Po několika letech jsme opět přestavěli další část Výměníku a vznikla šicí dílna, oprava oděvů, obchod a jídelna. V malé kuchyni se začalo vařit.

Jak byste hodnotila vývoj poskytovaných služeb z tehdejší práce na současnost?

Služby pro klienty před 23 lety byly v podstatě stejné. Snažili jsme se vytvářet pracovní místa a poskytovat pracovní a sociální rehabilitaci. Klienti pracovali ve 4-6 hodinových směnách, po osmnácti hodině pokračovali brigádníci nebo personál. Poskytovali jsme náhradní plnění. Naším cílem byla finanční soběstačnost.

Co byste ještě chtěla říci na závěr?

Ve Výměníku jsem prožila 8 zajímavých let, která se nedají zapomenout. Výměník by nikdy nevznikl bez podpory PhDr. Antonína Šimka, MUDr. Petra Hejzlara a mnoha ostatních.

Rozhovor vedla Barbora Urbanová

„VIDÍM, ŽE TA PRÁCE MÁ SMYSL“

Mgr. JAN RYBIČKA

Honza je dlouholetým pracovníkem PDZ, bez kterého si nelze pardubický tým vůbec představit. Od sociálního pracovníka vedla jeho cesta k vedoucímu týmu, ale přímá práce s klienty mu byla nakonec bližší než manažerská, a tak se následně stal zástupcem vedoucí střediska a nyní v CDZ Pardubice je vždy ten první člověk, se kterým se nový klient potká. Že je k tomu právě on ten pravý poznáte v rozhovoru.

Co se ti vybaví, když se řekne PDZ, a jak dlouho v ní pracuješ?

Parta lidí, co mají stejný zájem, směr a cíl. Letos je to 16 let.

Jaká je tvá nejranější vzpomínka na PDZ?

Vybavilo se mi výběrové řízení, které se shodou náhod odehrálo v této kanceláři, kde teď sedíme. Dříve v těchto prostorách sídlilo vedení organizace. Pardubické středisko bylo tehdy jedináčkem, bylo nás tady asi 5. Musím uznat, že práce s klienty byla méně hektická, než je to dnes. Nicméně potřeby klientů byly obdobné jako v současnosti.

Co nějaké zážitky s PDZ?

Moc rád vzpomínám na naši účast na festivalu Babí léto v Psychiatrické nemocnici v Bohnicích. Když jsme vyjeli ven, potkali se s jinými lidmi, oslovovali jsme kolemjdoucí veřejnost... Byla to příjemná změna oproti každodenní práci. Zařadil bych sem i rekondiční pobyty, při kterých máš možnost vidět klienty v normálních, přirozených situacích.

Byly nějaké případy s klienty, které ti obzvláště uvízly v paměti?

Teď jsem si vzpomněl na paní z obce nedaleko od Pardubic, se kterou jsem spolupracoval. Měla ve svém bytě celou řadu zvířat, o které se v rámci svých možností starala. Některé z mazlíčků, když umřeli, jsme spolu pohřbívali, byli jsme v tu chvíli spolu, byl to silný moment.

Kdybych měl jmenovat nějaký případ, ze kterého mám radost, bude to klient, se kterým jsem se profesionálně potkal v předchozím zaměstnání - v Domě na půli cesty, já jsem tam pracoval a on tam byl ubytovaný. Naše cesty se střetly později i v PDZ. Klient nastoupil do našeho tréninkového bytu, z něho dosáhl na městský byt, ve kterém žije dodnes, pracuje jako pokladník v supermarketu. Dokonce už ani nepotřebuje psychiatrickou medikaci. Kdykoliv se potkáme, zastavíme se a dobře se spolu pobavíme.

Jsi členem PDZ řadu let. Jak vnímáš současný posun organizace směrem k multidisciplinarity a CDZ?

Pozitivně. 😊 Hlavně to, že jsme spojeni se zdravotnictvím. Máme při

ruce zdravotníky a při zhoršení zdravotního stavu jsme schopni člověka zachytit v systému a podpořit ho.

Nedá mi to se tě nezeptat, co je tvým hnacím motorem? Co tě na této práci už tolik let baví?

Je toho vícero: Příběhy lidí - co klient, to individualita. / Když vidím, že ta práce má smysl. / Když lidé nejsou dlouhodobě v nemocnicích. / Práce v terénu, která není stereotyp. Nejsem totiž úplně kancelářský typ. / Práce v týmu. Jak jsme každý jiný, s různými zkušenostmi a dovednostmi, a přesto to funguje a vím, že se na kolegy můžu spolehnout. / Navíc je stále se co učit, třeba teď v rámci CDZ, kdy se učíme pracovat se zdravotníky, poznáváme trochu jiný přístup, než na který jsme byli zvyklí.

Co bys PDZ popřál k 25 letům existence?

Ať nám to funguje, ať existujeme, ať děláme svoji práci tak dobře jako doposud či ještě lépe. A hlavně, ať neztrácíme smysl pro humor.

Rozhovor vedla Iva Sýkorová

„NAUČILA JSEM SE S LIDMI LÉPE KOMUNIKOVAT“

BARBORA

Pochází z malebného městečka Opočna, kde žije se svou rodinou v domě se zahradou. Studovala střední pedagogickou školu. Ráda se věnuje ručním pracím, jezdí na výlety, maluje, zpívá, hraje na klávesy a kytaru. V PDZ našla zázemí pro rozvíjení svých dovedností a zálib a také nové přátele.

Vzpomínáte si ještě na začátek spolupráce s PDZ, jak to tenkrát bylo?

Začalo to tak, že mamka tenkrát našla PDZ na počítači a domluvila první kontakt s pracovníci z Hradce Králové. Začali jsme s ní komunikovat o tom, že by mi jejich služba mohla pomoci. Pracovnice PDZ za námi dojížděla domů, naučila mě např. používat finanční deník, který si do dnes vedu. Domluvila mi tréninkové bydlení v bytě PDZ v Hradci Králové, kde jsem bydlela dva roky. Chodila jsem ještě asi tři čtvrtě roku do práce, ale potom mě propustili.

Kdy jste začala využívat sociálně terapeutickou dílnu střediska Výměník. Jak v ní trávíte čas?

V roce 2011 mi pracovnice PDZ doporučila, abych začala docházet do střediska Výměník. Tak jsem začala dojíždět do Pardubic, protože taková dílna, jako je „STDéčko“, široko daleko není. Tenkrát byla dílna ještě jinde, v podzemním suterénním prostoru kousek od kavárny Robinson. Jako pracovník sociálně terapeutické dílny tam byl pan Tomáš Retka. S ním jsem začala tvořit první výrobky, ze kterých jsem mohla mít radost. Ze začátku mi

to moc nešlo, ale bavilo mě to. Učila jsem se plést košíky z pedigu apod. Kromě toho jsem zde poznala spoustu nových lidí a navázala s některými přátelství.

V čem pro Vás ještě vidíte přínos sociálně terapeutické dílny?

Naučila jsem se s lidmi lépe komunikovat, respektovat soukromí své i druhých. Někdy jsem se konfliktu nevyhnula, ale to se časem zlepšilo. Když jsem mluvila o nějakém tématu v kolektivu, tak mi pracovníci vysvětlili, co je vhodné rozebírat a co ne. To mi pomohlo se zorientovat v tom, jak se v kolektivu chovat.

Co zde máte ráda a co je pro Vás v dílně důležité?

Důležité pro mě je, že mám nějakou činnost a že jsem většinou mezi kamarády.

„V STD mám ráda rozhovory s pracovníci...“

...když je mi úzko nebo se potřebuji s něčím svěřit. Také ráda tvořím výrobky z korálků, pletu košíky atd.

Na co z STD ráda vzpomínáte?

Párkrát jsme byli na nějakém výletě, to mě celkem bavilo. Byli jsme na jedné akci s Tomášem Retkou, kde jsme vyráběli svíčky. Ráda se účastním besídek, které pořádáme v STD. Obvykle na besídkách hraji na klávesy nebo na kytaru a zpívám. V STD jsem se účastnila různých aktivit. Ráda jsem chodila na divadélko, které organizovala Gabriela Pecuchová, na časopis, na výtvarnou relaxační skupinu, kterou vedla Kristýna Osvaldová, po ní Lucka Antes, a teď to organizuje Nela Lisá.

Co byste ještě chtěla říci na závěr?

Jsem ráda, že sem chodím. Sice bydlím daleko a musím dojíždět, což je někdy náročné, ale mám tu kamarády, kteří mi za tu námahu stojí a také výrobky v STD.

Rozhovor vedla Barbora Urbanová

„MNOHDY JDE O MRAVENČÍ PRÁCI“

Mgr. RADKA POCHOBRADSKÁ

Vedoucí sociálního odboru na Městském úřadě Chrudim, která se aktivně zajímá o dění v sociální sféře na chrudimském okrese i mimo něj. Spolupracuje s PDZ od roku 2002 a je nepostradatelným spojovacím článkem v síti služeb. Nejen o spolupráci se dozvíte více v rozhovoru.

Co se Vám vybaví, když se řekne Péče o duševní zdraví?

Profesionálové, kteří jsou schopni doprovázet klienta, tak aby vedl kvalitní život. Obdiv, že se zabývají tématem (cílovou skupinou), které je pro veřejnost těžké a neuchopitelné. Mnohdy jde o mravenčí práci, kterou navíc stěžují legislativní překážky. Jde o pracovníky, kteří mají určitý nadhled, nehonosí se nálepkou dokonalosti, ale jsou schopni se zasmát i sobě.

Jak vypadala spolupráce s PDZ na začátku? Změnila se od té doby nějak?

Spolupráce vznikla v roce 2002 díky síťování, kdy docházelo k mapování sociálních služeb v Chrudimi. Pro pracovníky Městského úřadu uspořádali sociální pracovníci PDZ edukační přednášky. Měli jsme možnost navštívit i prostory klubu Polárka a odnést si výrobky od klientů, které mám dodnes doma. Nastavila se dobrá spolupráce. Především se jedná o spolupráci na konkrétních případech (kazuistikách). Změnu vidím ve formě odbornosti spolupráce.

„Zmizely mylné předsudky, víme, na koho se s čím obrátit, abychom dostali profesionální odbornou pomoc.“

Můžete se podělit o zkušenost, kdy se díky spolupráci s PDZ podařilo pro Vás něco významného?

Uvedla bych případ dobré praxe prezentovaný na Krajském úřadě o spolupráci Městského úřadu s PDZ. Jednalo se o klienta, který měl problémy se sousedy, díky svému způsobu života (hluk, zápach, návštěvy osob bez domova), podezření na psychickou nemoc, neléčený. Oslovili jsme proto PDZ a rozběhlo se řešení situace. - Edukace rodiny a sousedů,

oslovení psychiatrické ambulance. Následuje nedobrovolná hospitalizace a kontaktování klienta pracovníky PDZ v Psychiatrické nemocnici Havlíčkův Brod. PDZ a Městský úřad mapují možné zdroje pomoci. Řešení dluhů. Městský úřad pomáhá s vyklizením nahromaděných věcí v bytu a částečným vybavením nábytkem. Také sjednává zapojení Městské policie v případě nežádoucích návštěv osob bez domova v klientově bytě. Až jsme se dostali k úspěšnému návratu klienta do bytu, který začal chodit do psychiatrické ambulance a obnovil kontakt s rodinou.

Co byste popřála PDZ do dalších let?

Přeji Vám hodně sil, správného nadhledu, zdravého rozumu a nadále si uchovejte svoji profesionalitu.

Rozhovor vedla Lucie Kopecká

„SPECIFIKEM NA PRÁCI S LIDMI S DUŠEVNÍ NEMOCÍ JE DLOUHODOBOST VZTAHŮ“

Mgr. PETRA TILIOSOVÁ VAŇKOVÁ

Petra vystudovala na Ostravské univerzitě obor sociální práce se zdravotním zaměřením. Při studiu začala pracovat v Domě duševního zdraví a občanském sdružení MENS SANA v Ostravě. Po přestěhování do Pardubic pracovala v PDZ, kde působila 10 let. Po odchodu z organizace se věnovala rozvoji komunitní práce v sociálně vyloučených lokalitách Moravskoslezského kraje a 5 let působila jako expert na komunitní práci na Úřadě vlády ČR. Nyní je koordinátorkou sociálních služeb v organizaci Člověk v tísni, o.p.s. Jak vzpomíná na své začátky v komunitních službách, jak tenkrát služby fungovaly a co konkrétně obnášela práce v PDZ?

Kdy jste v PDZ začala pracovat a jak jste se k práci v ní vlastně dostala? Zнала jste se už s jejím ředitelem Petrem Hejzlarem?

Já jsem přišla do Péče o duševní zdraví v roce 2000, když jsem se přestěhovala do Čech. Pracovala jsem před tím v Ostravě ve sdružení MENS SANA a byla jsem za naši organizaci členkou správní rady Asociace komunitních služeb v oblasti péče o duševní zdraví, jejímž členem byl i Petr, takže jsem ho znala. Znali jsme se i díky projektům programu MATRA nizozemského ministerstva zahraničí, které za českou stranu koordinovalo Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví (CRPDZ), v jejichž rámci jsme absolvovali mezinárodní výcviky Train the Trainers CARE – Ucelené Psychosociální Rehabilitace duševně nemocných. Výcviky byly úžasné – vedli

je přímo autoři této metodiky Jean Pierre Wilken a Dirk den Hollander. Petr byl v prvním výcviku, který byl koncipovaný pro psychiatry a zdravotníky a já ve druhém, který byl pro sociální pracovníky a terapeuty. Výcviky byly mezinárodní a do každého byly z ČR vybraní 4 profesionálové z různých regionů. Těch 8 lidí z ČR se mezi sebou docela znalo. Když jsem se stěhovala do Čech, zmínila jsem se o tom v Asociaci a Petr mi nabídl, zda bych to nechtěla zkusit v Péči o duševní zdraví v Pardubicích.

A jak to v PDZ vypadalo?

Přišla jsem mezi lidi, kteří PDZ založili. Všichni působili na psychiatrickém oddělení Pardubické nemocnice – psychiatr Petr Hejzlar, psycholog Tonda Šimek, psychiatrická sestra Jitka Pitrová a sociální pracovníce Vlasta

Vargová. V rámci projektu Matra I, který běžel v letech 1995-1997, a do kterého se tento tým zapojil, začali zavádět nové služby a rozšiřovat spektrum dosavadních činností – zvláště propojovali zdravotní a sociální péči a rozšiřovali péči v období po propuštění. Když jsem do Pardubic přišla, již tu byl základ regionální komunitní péče. Mimo psychiatrického oddělení fungoval v nemocnici denní stacionář, v rámci PDZ působil terénní tým zdravotníků a sociálních pracovníků poskytujících lidem s duševním onemocněním terénní péči, v provozu bylo Středisko denních aktivit- klub ve Štrossově ulici. Měli jsme jednu kancelář nad kavárnou Evropa na Pernštýnském náměstí. Péče se neposkytovala jen v nemocnici, ale i mimo ni. A z výměníku tepla na sídlišti v Polabinách se začínala budovat kavárna Výměník.

Když jste do PDZ nastupovala, již jste byla přijímána na pozici odborné vedoucí, nebo tahle pozice přišla časem?

V tu dobu tato pozice ještě nebyla. Začínalo se s case managementem a já byla přijata na pozici case managera terénního týmu. Po dokončení výcviků v CARE jsme začali v praxi aplikovat metodu psychosociální rehabilitace. Myšlenka CRPDZ a GGZ Nederland byla taková, že metodiku CARE rozšíří absolventi výcviku po celé republice – jak do zdravotnictví, tak do sociálních služeb. Mým přestěhováním došlo k tomu, že jsme najednou v Pardubickém kraji byli tři, kteří výcvik měli. Mimo Petra Hejzlara a mě to ještě byla MUDr. Markéta Zemanová z havlíčkovobrodské psychiatrické léčebny.

„V našem regionu se tak dařilo dost rychle metodiku CARE plošně aplikovat.“

Všichni jsme pracovali touto metodou a já jsem se v roce 2001 stala vedoucí psychosociální rehabilitace. Tato pozice v tu dobu vznikala v mnoha organizacích komunitní péče o duševní zdraví a v Asociaci komunitních služeb vznikla i pracovní skupina vedoucích rehabilitace, kterou jsem administrovala. V roce 2006, kdy byl přijat Zákon o sociálních službách, jsem se později stala metodickou vedoucí sociálních služeb sdružení.

Jaká byla práce odborné vedoucí na začátku a následně s růstem organizace?

Po přijetí Zákona o sociálních službách jsme registrovali několik sociálních služeb-slужby následné péče, sociální rehabilitaci, centrum denních služeb

(kluby), podporu samostatného bydlení, podporované zaměstnávání a sociálně terapeutické dílny. Ve všech službách jsme pracovali metodou ucelené psychosociální rehabilitace. Koncept měli všichni stejný, ale každý měl trochu jiný záběr. V roce 2005 přibyl nový tým v Chrudimi, který se o něco více než my zaměřoval na volný čas, a v roce 2007 vzniklo středisko v Hradci Králové. To už jsme cíleně přemýšleli nad rozrůstáním a proměnou řízení organizace. Petr byl ředitel a já vedoucí rehabilitace, ale jak přibývala další střediska, bylo jasné, že s naší dosavadní jednoduchou strukturou organizace a řízení to dál nepůjde. Kromě supervizí přímé práce s Dr. Librou jsme začali mít supervize řízení s Ivo Kačabou, dělali jsme výjezdní strategická plánování, která nám vždy hodně přinesla. Díky tomu šlo pak rozrůstání vědomě, organizované a zvládnutelně. Rozhodli jsme, že každé středisko bude mít svého odborného a provozního vedoucího a organizace metodickou vedoucí služeb, aby všichni měli metodické postupy a východiska stejné a také projektového manažera, kterým se stal Martin Halíř.

Když se ještě vrátím k práci s klienty, jak jste v PDZ pracovali?

V PDZ jsme usilovali o takový systém, ve kterém by pracovníci mohli vydržet dlouhodobě a nevyčerpali se. Měli jsme nastavené limity počtu klientů na pracovníka, sledovali jsme pásma frekvence kontaktu s klientem. Hlídali jsme, aby neměli klientů příliš, aby práci zvládali a měli čas o ní hovořit. To bylo strašně fajn. Z toho se inspiroji do teď. Potřebných klientů bylo samozřejmě hodně. Vždy jich bylo víc, než jsme měli kapacity, ale snažili jsme se pracovníky nepřetěžovat.

Pro mě byla zajímavá dlouhodobost vztahů s klienty a jejich rodinami. To je specifikem práce s lidmi s duševní nemocí. Jsou období, kdy je jim dobře, naše služby nevyužívají a pokud se po-

tkáváme, tak mimo kontext naší spolupráce. A pak cyklicky přicházejí období, kdy se vrací do služeb, a potkáváme se v rámci spolupráce. A tato období se střídají. Např. jsem přišla v Pardubicích nebo Chrudimi jako host do restaurace a obsluhoval mě číšník profesionál a pak v jiném kontextu a jiné době, třeba za půl roku, přišel tentýž člověk do služeb jako klient a v roli profesionála jsem byla já. A to se opakovalo. To bylo na práci s lidmi s duševní nemocí jiné- hodně lidské, v něčem těžší, ale na druhou stranu myslím, že nás to drželo v partnerském a respektujícím přístupu. Toho jsem si hodně cenila.

„Čeho si dodnes ještě cením je, že jsme měli možnost do práce přinášet nové nápady.“

Bylo to tvůrčí a velmi kreativní. Vymýšleli jsme způsoby, jak klienty podporovat. Líbilo se mi, že se hodně pracovalo se zdroji, které by člověka s nemocí mohly podporovat, aby dosáhl svých přání a cílů, aby zvládl příznaky nemoci a dokázal s nimi žít život podle svých představ. A druhá věc, které si cením a byla bych ráda, aby na závěr zazněla, je, že se o nás organizace a management dobře staraly. Vždycky jsme měli čas na supervize, na výjezdy a na vztahy mezi námi. To bylo strašně fajn.

Rozhovor vedla Michaela Venclová

„DĚLAT DO STAROBNÍHO DŮCHODU PEERA JE BLBOST“

Bc. JOSEF OBORNÍK

Pepa byl v PDZ historicky úplně prvním peer konzultantem. Je tak považován za průkopníka této pracovní pozice. Působil v jičínském středisku necelé 4 roky, a to ve specifické dvojroli peer konzultanta a sociálního pracovníka. Pepa však není jen výjimečným bývalým zaměstnancem, sám sebe definuje také jako tatínka, bývalého házenkáře, milovníka šachů a mariáše.

Pepo, ty jsi pracoval v PDZ dlouhou dobu jako peer a sociální pracovník. Byl jsi úplně prvním peer konzultantem v naší organizaci, takže takovým průkopníkem. Jak vzpomínáš na své začátky v PDZ?

Jako na část celého mého vývoje a zotavení. Protože, když jsem do PDZ přicházel, tak jsem na tom tak dobře nebyl. Když jsem nastoupil, byl jsem ze všeho hodně vyděšený. Nevěděl jsem, jak to uchopit, jak se sebou pracovat. Co všechno říct, abych někomu neublížil, nebo ho navedl nějakým směrem. Ale časem jsem si to v sobě zpracoval. Vy, jako jičínský tým PDZ, jste mi dali velkou podporu. A taky jsem jezdil na kurzy, kde jsem se naučil, jak tu práci uchopit, jak s tím tématem pracovat a jak toho peera vlastně dělat. Pomáhal mi moc i vedoucí týmu Marek, který mi dával zpětnou vazbu. Musel jsem hodně pracovat s energií. Nasával jsem jako houba a musel se naučit, aby to po mě steklo, aby mě ta práce vnitřně nezničila.

Jak vnímáš roli peerů?

Považuji ji za velmi důležitou. Já jsem na jedné supervizi kdysi řekl, že moji roli nikdo z kolegů zastoupit

nemůže. Myslel jsem to tak, že jelikož já jsem měl dvojroli – sociální pracovník a peer, tak já je v roli sociálního pracovníka zastoupit mohl, ale oni mě v roli peera ne...

Myslíš, že my tu zkušenost s nemocí prostě nemáme...

Přesně. A viděl jsem, že je ta role peera fakt důležitá. Když s někým začnu hovořit a představuji se jako člověk s duševní nemocí, který si taky prošel obdobím temna, bylo to hrozně náročné, ale našel jsem cestu ven... Můžu pak být jejich „světlo-šm“ , který jim může ukázat, jak to zvládl on, ale tu svoji cestu si musí najít sami a začít na sobě pracovat. Oni vidí, že tu zkušenost mám, a tak mi věří víc než sociálním pracovníkům, si myslím. Je to hodně o vztahu.

Jakou vidíš užitečnost PDZ pro klienty – z pohledu člověka s duševním onemocněním?

Především v práci v terénu, v přirozeném prostředí. Je důležité, aby tam s člověkem byl někdo přítomen a pomohl mu. Člověk to vnímá jinak, než když dochází do nějaké instituce, tam si má sednout, říct svoje problémy. Když je pracovník s ním u něho

doma, tak vidí i to jeho prostředí, vidí to ale jinýma očima, může mu pomoci vhodnou radou...

Takže vidíš užitečnost spíš v terénní práci než ambulanci, nebo v klubových aktivitách...

Přesně. V Jičínském PDZ jsou velcí profíci a pracují s lidmi hodně dobře. A já přímo viděl, jak to pro ty lidi je přínosné.

Ty jsi nám ale kdysi řekl, že když si byl na začátku svého onemocnění, tak by pro tebe PDZ nebylo... Že bys naše služby nevyužil. Proč?

To je pravda. Protože jsem „hlava dubová“ a myslím si, že vše zvládnou sám. Vychází to ale taky z mojí zkušenosti...Měl jsem negativní zkušenost s jinou organizací a skupinovými aktivitami (práce s hlínou ve stacionáři) navíc s lidmi s duševním i mentálním onemocněním dohromady, a to nešlo. Tam mě chválili za můj výtvar a hladili mě po hlavě, jak malého kluka, a to teda na mě nepůsobilo dobře. Tam jsem si řekl, tudy cesta nepovede. Řekl jsem si: „Já se můžu uzdravit jen ve zdravé společnosti.“ To byla moje teorie. Začal jsem chodit mezi zdravé lidi, opustil jsem

tohle prostředí, asimiloval jsem se do normální společnosti, chodil jsem hrát badminton, posedět s chlapama do hospody atd. A ten okamžik, že jsem ve zdravé společnosti a chovám se „normálně“, byl pro mě strašně cenný.

Ty už si o tom trochu mluvil hned na začátku, ale stejně se optám...

Jak vnímáš vývoj svojí osobnosti od začátku působení v PDZ po odchod?

Já to vnímám jako šílený progres.

„Před nemocí jsem byl člověk, který nevěřil na nějaký psychický onemocnění.“

Myslel jsem si, že jsem psychicky silný člověk, že mě nic nepoloží! Ani jsem nikoho v okolí neznal, kdo by měl nějaký problémy a byl jsem takovej necitlivěj. Tehdy jsem pracoval ve věžeňství. Nejdůležitější pro mě bylo „chránit společnost“ a myslel jsem si, že když je někdo takhle nemocný, tak by měl být zavřený v instituci. Jelikož jsem ale onemocněl a pak i začal pracovat v PDZ, tak jsem pracoval v úplně jiným prostředí a s jinými lidmi a změnil jsem názor. Hrozně si vážím

toho, že mi byla dána ta příležitost pracovat v tak skvělém kolektivu a organizaci jako je PDZ. To mě nastartovalo „k normálu“ a životní stabilitě. PDZ mě posunulo nejvíc (teda nechci opomenout svoji manželku), ale ta smysluplná práce byla pro mě hodně důležitá. Kdyby nebylo PDZ, tak jsem zotavený, jako teď... Navíc, jsem přesvědčený, že teď žiju smysluplnější život, než jsem žil před nemocí, i když je to těžko pochopitelné... Připadám si silnější, víc se znám a přijdu si jako „lepší člověk“, než jsem bejval...

To je krásná sebereflexe ...Chceš ty sám ještě něco dodat? Něco ti v otázkách chybělo?

Chyběla mi otázka na moji specifickou dvojroli – sociální pracovník a peer. Mně to totiž přijde hodně důležité. Není to pro každého. To vím. Ale mně to právě sedlo. S některými klienty jsem měl témata peerovská a s jinými jsem dělal „jen“ sociální práci a ti nevěděli, že jsem člověk s nemocí, nebylo by to pro ně nějak přínosné (to vědět). A s někým jsem to kombinoval. Nepotřeboval jsem k sobě toho sociálního pracovníka. Díky mému vzdělání speciální pedagogiky jsem mohl využívat obě svoje role. Přišlo mi důležité, že můžu pracovat takhle sám a pomáhat svým klientům z vícero stran. Navíc mi to hodně stimulovalo mozek, dělat

sociální práci, než se stále jen věnovat mé nemoci.

Slyším v tom, že kdybys dělal „jen“ roli peera, že by to pro tebe možná nebylo dost...

Přesně. Jsem rád, že mi PDZ dalo šanci moje vzdělání využít a nebylo to postavený jen na tom, „že jsem se zbláznil“... Že jsem mohl dělat i práci, která není postavená na mojí nemoci. Proto si myslím, že by peeri měli dělat i sociální práci. Dělat do starobního důchodu peera je blbost. Někde jsem zaslechl, jaká je „životnost peera“? Zamyslel jsem se nad tím...a myslím si, že když začneš pracovat mimo své duševní onemocnění, tak je to nejvyšší možné zotavení. Prostě se „nebahnit“ jen v té nemoci, ale najít si k tomu ještě něco jiného. Třeba na menší úvazek dělat v úplně jiném oboru a tam se realizovat. To mi přijde nejvíc recovery.

To je zajímavý pohled. Chtěl bys ještě něco vzkázat?

Chtěl bych pracovníkům vzkázat, že dělají skvělou práci. A že kdyby mi nebylo dobře, třeba se mi vrátila ataka, že teď už bych rád využil služby PDZ. 😊

Rozhovor vedla Anna Bočková

„NA TOM, JAK SE CHOVÁME K LIDEM SE ZNEVÝHODNĚNÍM, SE UKAZUJE ÚROVEŇ NAŠÍ SPOLEČNOSTI“

Mgr. Bc. MAREK BÁRTA

Působí jako evangelický farář v Šonově u Nového Města nad Metují. Mimo to je ale také mediátor, terapeut, supervizor, sociální pracovník a v neposlední řadě manžel a otec. Věří, že každý člověk někde v nitru ví, co je pro něj dobré a touží se podle toho i zařídit, jen je někdy potřeba mu napomoci odstranit na této cestě některé překážky. Nejen o jeho práci a o pomoci lidem je tento rozhovor.

Marku, Vy vykonáváte hned několik profesí a Vaše profesní dráha je velice zajímavá. Po ukončení studia sociální práce na UK jste se rozhodl pro studium teologie. Co Vás k tomu vedlo?

Byla to asi touha studovat něco, kde bych se mohl dozvědět, jak je to se mnou a s mým místem ve světě. Tenkrát jsem se rozhodoval ještě mezi filosofií a psychologií. Teologie nakonec zvítězila i kvůli rodinné evangelické tradici. Jistou roli hrálo i to, že jsem se chtěl vyrovnat otci, který je evangelickým farářem a i to, že v té době učili na evangelické fakultě veliké osobnosti protřibené působením v disentu. Mám-li být upřímný, nějaké obzvláštní povolání shůry jsem však tehdy nevnímal. To přišlo až později. Vlastně až když jsem teologii dostudoval.

Následně jste se rozhodl ještě pro studium v oblasti psychoterapie, psychosomatiky, mediátorství. Víím, že Vás tato oblast práce částečně i živí, dá se ale využít i při práci faráře? „Netluče“ se to navzájem?

Může se to tlouct jen časově, pokud si nedávám pozor. Jinak naopak psychoterapii vnímám jako rozšíření a prohloubení evangelijního zájmu o člověka. Vždycky jsem považoval pro sebe za důležité, že v evangeliu se popisuje, jak Ježíš nejen kázal, nejen vyprávěl příběhy, které lidi vedly k radikální změně života, ale také měl moc uzdravovat.

Ono to jde ruku v ruce: způsob přemýšlení, hodnoty, které vyznáváme, míra důvěry, kterou chováme k druhým lidem, k životu i k sobě (a z toho vyplývající naše emoce) i to, jak je nám v našem těle a jak se sebou celkově zacházíme.

„Psychoterapii vnímám jako rozšíření a prohloubení evangelijního zájmu o člověka.“

V náhodském PDZ Vás známe jako mediátora, oslovili jsme Vás ke spolupráci na jednom pro nás zapeklitém případě. (Tedy jestli jako farář v „zapeklitých“ případech můžete působit?) Bylo to pro Vás něčím specifické, jiné, zajímavé?

Byla to pro mne výzva! (Mám rád zapeklité případy. Jako křesťan vyznávám, že Ježíš Kristus „sestoupil do pekel“. Čímž se chce říct, že

Bůh pomáhá i v pekle, tedy, civilně řečeno, že člověk má šanci a může se setkat s dobrem i v těch nejhorších- zapeklitých případech. I my se můžeme učit pomáhat v situacích, kdy je to zapeklité a otevírat se při tom silám dobra.) V tu dobu jsem navíc ještě nebyl mediátorem dlouho, a měl jsem možnost si své dovednosti takto ověřit. Velmi mě ta práce v PDZ bavila a byl jsem rád, že domluva mezi stranami tehdy dopadla ke všeobecné spokojenosti. Bylo to kolem Vánoc, a to usmíření na mě působilo jako zázrak. Dost jsem se v tom případě učil i od paní vedoucí PDZ Lucie Kudrnáčové.

Kromě toho jste k nám také jednou přivedl paní v nouzi. Myslíte, že PDZ pokrývá část poptávky lidí se zkušeností s duševním onemocněním? Vnímáte pro tyto lidi nějaký užitek ze služby?

Určitě! PDZ toho dělá pro lidi procházející duševním onemocněním mnoho. Velmi důležité je to pravidelné setkávání se s těmito lidmi, návštěvy u nich doma, dohlížení, zda berou

léky, nabízení psychoterapie, ale třeba také té již zmiňované mediace při sporech a konfliktech, do nichž se mohou tito lidé nechtěně dostávat. Nesmírně užitečná je rovněž nabídka pomoci při hledání bydlení a práce. Lidé bojující s duševním onemocněním bývají více sami, jejich okolí jim často nerozumí a neinformovaní lidé se jich mohou někdy i obávat. Svou profesionální pomocí dělá PDZ naprosto nezastupitelnou službu. Psychologů (natož psychiatrů) je žalostně málo a nemají vůbec kapacitu se svým pacientům takto důkladně věnovat (což není vůbec jejich kritika, ale konstatování toho, jak to při jejich katastrofálním nedostatku funguje). Ještě že tu PDZ existuje!

PDZ letos slaví 25. výročí svého působení. Pokud bychom Vás požádali o pomyslný příspěvek, čím a jak byste si s námi připil?

Moc přeji PDZ, aby se o ní více vědělo a měla čím dál tím větší respekt včetně odpovídajících prostředků ke své činnosti. Na tom, jak se chováme k lidem s různým znevýhodněním (ať

již s tělesným, ale zejména s duševním), se ukazuje úroveň kultury, ohleduplnosti a laskavosti naší společnosti.

„Čím lépe se budeme umět chovat k lidem, kteří potřebují naši pomoc, o to lépe se bude dařit nám všem.“

Přál bych tedy Náchodu prospívající, respektovanou a se všemi navazujícími odvětvími dobře propojenou a spolupracující PDZ! Přál bych vám, zaměstnancům PDZ i lepší finanční ohodnocení.

Rozhovor vedla Hana Hejzlarová



„LÍBILO BY SE MI, KDYBYCHOM MĚLI V SOCIÁLNÍ PRÁCI SPECIALIZACE“

Mgr. MARKÉTA DUBNOVÁ, PhD.

Vedoucí katedry sociální práce na Vysoké škole polytechnické v Jihlavě byla jednou z prvních terénních sociálních pracovníc v PDZ v Pardubicích. V rozhovoru povyprávěla o tom, jaká byla sociální práce terénní pracovníce a jaké je nyní na výkon sociální práce připravovat studenty.

Petr Hejzlar o Vás říká, že jste byla tahounem rozvoje v PDZ, ale to je všechno, co já o Vás vím... Kdy jste přišla do PDZ a co tím mohli asi myslet?

Co pak říká o sobě on? On byl takový náš taťka. 😊 Přišla jsem docela na začátku, ale to už PDZ alespoň 5 let fungovala. Neměli jsme tehdy moc metodik, měli jsme ale odborné zájemství, propojení s nemocnicí, s Tondou Šimkem, se zdravotními sestřičkami - s paní Vargovou, s Jitkou Pitrovou. Pokud Petr byl vnímán jako táta, tak Jitka Pitrová byla taková máma, i z hlediska porozumění, odborné podpory a znalostí. Já přišla po roce práce v Psychiatrické nemocnici v Havlíčkově Brodě, kde jsem byla sociální pracovnící a neměla jsem znalost terénní sociální práce. Všechno jsem to přirozeně „nasávala“ od svých kolegů, šla jsem s týmem, s proudem a nebylo to pro mě v tomhle vůbec těžké. Snažila jsem se pracovat a rozvíjet poslání PDZ dál, a to tím Petr možná myslel.

Když jsem jela na schůzku s Vámi, tak jsem vzpomínala na přijímací pohovor do PDZ. Takovou komisi (8 lidí)

už jsem potom měla jenom, když jsem obhajovala disertační práci. 😊 Ale o to víc jsem si toho považovala, když mě do PDZ vybrali. A to je signál, informace o tom, jak už tenkrát záleželo na tom, jaký lidi v týmu budou.

A jak jste v PDZ dlouho pracovala, na jaké pozici?

Asi 5 nebo 6 let, než jsem šla na mateřskou. Pracovala jsem v terénním komunitním týmu, v podporovaném zaměstnávání, a po odchodu Petry Vaňkové i jako vedoucí rehabilitace. Podílela jsem se na zpracování prvních metodik. Před tím, než jsem odešla na mateřskou, se nám podařilo otevřít pobočku v Chrudimi, což byl v té době velký úspěch a nová výzva pro celé PDZ.

Úplně symbolické je, že jsem dnes sem na rozhovor s Vámi přijela na kole. Tehdy jsme všude jezdili jen na kole nebo pěšky, protože peníze na provoz byly opravdu skromné. Proto znám Pardubice asi líp než město, kde žiji teď.

A jak jste tehdy byli velký tým?

Myslím, že jsme byli jen tři v terénním komunitním týmu a měli jsme jednu místnost v Evropském domě. Takže jsme museli hodně vymýšlet, jak to udělat, když jsme tam měli klienta, abychom se nerušili. Pak asi za rok jsme se přestěhovali na Polabiny a tam to zázemí už bylo komfortní.

Ted' už je nás přes sto, hodně jsme se rozšířili, což je super...

To si taky myslím. Je to obrázek toho, že jsou v PDZ lidi, kteří to táhnou a rozvíjejí. A začíná to u toho přijímacího řízení, o kterém jsem mluvila. Je to vždy o „hlavě“ organizace, to ano, ale když pod sebou nemá lidi, kteří jsou nadšení a pracovití, tak jeden člověk nic neudělá. Myslím, že Petr to dělá dobře, on umí pracovat s lidmi a dokáže z nich dostat to nejlepší třeba i tím, že jde příkladem. Byla jsem mu vděčná za to, že nám dával velký prostor, alespoň mě prostor dával. Ale pamatuji si i na to, že když bylo potřeba, uměl být direktivní. A to je ta schopnost dobrého manažera/ředitele, který vede a řídí tým, že umí dávat prostor a ve chvílích, kdy je to potřeba, tak direktivně nařídí

nebo kontroluje. A toho si vážím, to je podmínka úspěchu a důvod toho, že už máte dneska přes sto lidí. Že lidi neodchází, ale rozvíjejí sebe i PDZ a stojí jim to za to.

Jak jste se vůbec dostala k práci s lidmi s duševním onemocněním?

Pro mě to prostředí a ti lidi byli přirození, protože moje mamka pracovala celý život kolem psychiatrie a já jsem za ní často chodila nebo s ní jezdila na pobyty s pacienty. Proto mě prý tenkrát do PDZ vzali. Já jim tehdy na výběrovém řízení řekla, že v léčebně je to pro mě jako doma, že jsem tam v podstatě vyrostla.

A je to stále Vaše doména, o kterou se zajímáte i v rámci současné práce ve škole?

Určitě, já teď mám na starosti i výuku psychiatrie na naší katedře. Kombinujeme při ní přednášky psychiatrů a sociálních pracovníků s cvičeními, které vedou peer lektoři. Na jejich zapojení a výběru jsme intenzivně spolupracovali s Centrem pro rozvoj péče o duševní zdraví, s Pavlem Říčanem. Bez peer lektorů a lidí v Centru bychom to sami nebyli schopni začít a zrealizovat. Tento způsob výuky cvičení má vynikající odezvu u studentů i destigmatizační efekt, který se snažíme objektivně měřit a publikovat. A dává nám smysl více než frontální, teoretická výuka.

Co si myslíte, že by bylo účinné v boji se stigmatizací duševního onemocnění?

Peer lektoři jsou právě skvělí pro budoucí sociální pracovníky, kteří s lidmi s duševním onemocněním budou pracovat, aby je nestigmatizovali. Takže to začíná u odborníků, aby lidi s onemocněním vnímali jako rovnocenné a aby více vnímali jejich

možnosti a schopnosti než jejich omezení vyplývající z nemoci.

A jak dlouho působíte na škole?

Od počátku vzniku katedry sociální práce, skoro 8 let. Líbilo by se mi, kdybychom měli v sociální práci ještě specializace. Vždyť třeba do duševních onemocnění patří i demence, poruchy autistického spektra a další. Stálo by za to víc vzdělávat, jak s těmito lidmi pracovat, pomáhat jim začlenit se zpátky do života, obnovit sociální role nebo najít nové. A mám pocit, že se i po těch letech snažení o transformaci stále udělalo málo, nebo se nám to ještě pořád nedaří. Nedávno mi studenti, a byli to „deňáci“ i „dálkaři“, řekli...

„...že by pomohlo, kdyby už na základních školách bylo něco jako je výchova k duševnímu zdraví.“

Myslím, že i na naši školu se hlásí studenti, kteří by, ne asi vědomě, spíš podvědomě skrze klienty, rádi pomohli sobě. Máme studenty, kteří si museli v životě projít velmi náročnými situacemi a obtížně se s tím doteď vyrovnávají. Takže by to taková výchova pomohla podchytit včas.

Takže to není jen o destigmatizaci, ale i o informovanosti, o tom, že existuje pomoc, už od dětství...

Ale to je pak otázka, jestli máme co nabídnout?! Jaká je například síť pedopsychiatrů, psychologů, psycho-terapeutů a jak je péče dostupná? Ale asi by z části pomohlo, že děti

a mladí lidé budou svoje problémy umět pojmenovat a budou vědět, že každý z nás si někdy prochází těžkým obdobím, že v tom nejsou samy. A že se budou mít kam obrátit o pomoc, nejlépe už v té škole.

Když se zaměříme na předpoklady sociálních pracovníků... Vyučujete, jste u přijímacích zkoušek, říkáte si někdy: „Aha, tak ten to v sobě má a ten rozhodně ne“?

Ne, to určitě nedělám, v tom jsem se osobně posunula. V počátku jsem to dělala přirozeně, ale ty lidi se během studia vyvíjejí. Na začátku byste o někom řekla, že je „nepoužitelný“, ale on během tří let udělá takový pokrok, že víte, že až půjde do praxe a bude pracovat s cílovou skupinou, která ho baví, tak může překvapit i sám sebe. A to je to, co mám na práci učitele ráda. Na sociální práci se nehodí lidé, kteří jsou egocentričtí, manipulativní, je pro ni důležitá hlavně schopnost sebereflexe. Kdo je toho schopen (a s tím se člověk nerodí), má základní předpoklad, že bude dobře pracovat i s lidmi.

Co byste popřála do další pětadvacítky PDZ?

Aby se vám povedlo něco otevřít na Svitavsku. 😊 Taky aby organizace, které s vámi spolupracují, ale i úřady nebo ambulance, nemocnice, k vám byly vstřícné. A vy abyste měli dost energie a síly v tom pokračovat, protože to, čeho PDZ dosáhlo za těch 25 let je úžasné a inspirující. A abyste dál byli tým, i když už je vás tolik. Aby vám ta pospolitost a soudržnost vydržela.

Rozhovor vedla Pavla Mňuková

„PRO NĚKOHO, KDO NEMÁ RÁD ZMĚNY, TO V PDZ NENÍ“

Mgr. MARTIN HALÍŘ

Martin Halíř, odborný ředitel a předtím dlouhá léta projektový manažer PDZ, který do organizace nastoupil na počátku jejího velkého rozvoje, vystupoval původně psychologem a byl klinickým psychologem na klinice v Hradci Králové. Co ho do PDZ přivedlo, jak vnímal změnu své profese a následně všechny změny spojené s rozvojem organizace?

Martine, ty už jsi v PDZ hodně dlouho a leccos jsi s v ní zažil. Kolik že let už tu pracuješ?

No, letos je to 15 let.

A jak to vlastně vzniklo? Víš, že jsi předtím pracoval jako klinický psycholog. Proč jsi tuhle práci opustil a šel do PDZ? Znal jsi už v té době ředitele Petra Hejzlara?

Já jsem pracoval 5 let v nemocnici, kde jsem ukončil pracovní poměr a odjel do Irska, kde jsme žili téměř rok. Chtěl jsem si od té profese odpočinout. Po návratu byla práce v PDZ to první, co na mě narazilo, a bylo to opravdu přes Petra. Volal mi tehdy, že hledají projektového manažera. Byť to byla pro mě úplně neznámá práce, se kterou jsem neměl zkušenost, tak jsem to vzal. Vtipné je, jak jsem se s Petrem seznámil. On, když končil na klinice v Hradci, tak já jsem po něm zdědil kancelář. Takže jsme se seznámili, když si vyklízel věci ze skříně a já jsem tam nastupoval jako psycholog na oddělení. A tenhle krátký okamžik mi změnil vlastně život, kvůli tomu jsem se pak ocitl v PDZ.

A co tě vlastně vedlo k tomu rozhodnutí do PDZ opravdu nastoupit?

Já jsem spíše člověk, kterého lákají nové výzvy, který potřebuje nějakou změnu v životě. Mě nejvíc lákala ta výzva zkusit úplně něco jiného, protože klinický psycholog v podstatě nemá tak pestré nabídky, co může v životě dělat. Takže nejvíc mě přitáhla ta možnost uplatnit se úplně jinak, úplně jinde.

Tak v tom případě předpokládám, že na tohle období vzpomínáš pozitivně, že ti to dalo nový směr?

No relativně. Přeci jen jsem vůbec nepracoval s mojí kvalifikací psychologa a dělal jsem čistě projekty. Bylo to pro mě hodně učení, spousta nových věcí, a tak to bylo namáhavé.

„Musím říct, že mě nakonec dostal ten duch nadšení, který v PDZ byl.“

A ten byl i hodně spojený s osobou Tondy Šimka. Myslím, že to

nadšení přežívá v PDZ furt. Já si nepamatuji jediné období, kdy by lidi, ať už manažeři nebo lidi v přímé péči, nevěřili tomu snu, že to půjde a že to, co děláme, je skutečně potřeba. Ten sen byl vždycky prioritou.

A na začátku, když těch lidí bylo strašně málo a služby byly ještě v plenkách, to byl fakt sen. To bylo nepředstavitelné, že někdy bude existovat něco jako Centrum duševního zdraví. V tom roce 2005, když jsem já nastupoval, všechno stálo na vizi, že tu práci jde dělat jinak, s ohledem na jiné hodnoty a že to má smysl a jde toho dosáhnout. To mi přišlo jako největší osvěžení, protože tohle ve špitále neexistuje. Tam se jen učíš svojí práci a máš představu, že jí budeš dělat, sice dobře, do konce života, a jen čekáš, zda vyhoříš za 5 let nebo za 10. Usilovat o změnu, to tam nepoznáš.

Kolik Vás tam tehdy vůbec bylo?

Málo, už si úplně nevzpomínám. Myslím, že tam byla šéfová komunitního týmu Pardubice a v tom týmu bylo 5 lidí, v Chrudimi byli 2 lidi a ve vedení organizace byl jen Petr, já a provozní Saša Stehlíková. Takže asi 11 lidí.

Ta změna z tohoto počtu do dneška byla obrovská, když teď máme 120 lidí...

Neuvěřitelná. Ty perspektivy byly úplně jiné, tehdy nám připadalo otevřít pobočku v Chrudimi jako velké dobrodružství. A teď působíme v 7 okresech, to je nesrovnatelné.

A jak ten rozvoj probíhal? Asi to nebylo snadné, organizace rostla docela rychle. Byla nějaká situace, kterou si vybavíš, že něco nešlo podle plánu? Nějaký zádrhel?

Právě že moc ne, naopak ten rozvoj byl nějak až příliš snadný. Už já sám jsem přišel do organizace v rámci rozvojového projektu. Byly peníze zaplatit novou pozici s výhledem, že když organizace bude mít projektového manažera, bude schopná dál se rozvíjet. Od té chvíle se spustila řada, ve které bylo docela snadné pořádk postupovat dál. Nikdy to nebylo o tom, že my bychom na to museli nějak tlačit. Naopak se otevíraly další a další dveře a jediné, co jsme museli dělat, bylo rozhodnout se, zda je otevřeme. To platí dodnes. Možnosti rozvoje tu jsou. Ale co si myslím, že bylo nesnadné a s čím se potýkáme dodnes, je to, že s tím rozvojem se taky mění rychle způsoby práce. Každý růst organizace kladl nároky na to, že když se jako pracovník něco naučíš a zabere ti to rok či dva, tak to musíš najednou změnit a dělat to zase jinak. Takže pro někoho, kdo se potřebuje

jednu věc naučit, a pak už jí dělat, to u nás v PDZ není. A vím, že spousta lidí z těchto důvodů odešla, protože není snadné co dva roky se učit něco jinak a smířit se s tou nedílnou dávkou chaosu a stresu, které ty změny přináší. Právě ten dočasný zmatek a stres vnímám jako jediné krizové okamžiky.

Ale přeci jen, PDZ byla jedna z prvních komunitních služeb. Nebylo obtížné prosadit tu myšlenku, že jsou terénní služby potřeba a že by se měly rozvíjet?

„Nebylo těžké prosadit terénní služby, nikdy jsem necítil, že by tomu někdo házel klacky pod nohy.“

Na začátku byl možná nějaký nezájem, ale postupem času se to změnilo. Klíčové byly i postoje samosprávy a hlavně kraje. Takto jsme vlastně začali v Hradci Králové. Jednou nám zavolali a řekli: „Nechcete otevřít další pobočku?“ Takže ve vývoji PDZ

hrálo velkou roli, že to ti důležití aktéři (kraje / města) chtěli sami. Nikdy to nebylo tak, že bychom za tu myšlenku museli sami rázně bojovat proti všem. To, co je pak problematické, je spíše nastavení systému jako celku. Na to narážíme dneska ohledně CDZ. Všichni se shodneme na tom, že je CDZ užitečná služba, ale málo kdo je ochoten změnit celý ten systém. Tam je to hodně pracné.

Ted' je tedy otázkou, co bude do budoucna. Jak vidíš vývoj organizace naší, tak celkově služeb do dalších let? Co bys jim popřál?

Já bych jim a nám popřál, aby v organizaci zůstal ten sen, o kterém jsem mluvil. Ta energie. Protože cesta k tomu, aby se komunitní služby etablovaly a začaly hrát významnou roli, je ještě daleká. Hodně práce bude se změnou celého systému. To je asi otázka dalších 10 až 15 let, než se bude schopen transformovat a než se změní myšlení lidí, kteří v něm jsou. A to nejen těch, kteří v něm pracují, ale i těch, kteří služby přijímají, a jejich okolí. Takže bych si nejvíce přál, aby ten sen zůstal dál žít. Aby pracovníci měli pocit, že pro něco dýchají, že za něčím při jejich práci jdou a že to k něčemu směřuje.

Rozhovor vedla Michaela Venclová

„V KAŽDÉM SYSTÉMU SE NA ČLOVĚKA DÍVÁME JINÝMA OČIMA“

MUDr. JAKUB DVOŘÁK

Jakub je lékař, který vystudoval 2. lékařskou fakultu v Motole. Studia ukončil v roce 2006 a následně pracoval na 2. interní klinice a na Oddělení urgentního příjmu v Olomouci, kde pracuje doposud. Absolvoval několik zajímavých stáží z okrajových oblastí medicíny- v domácím i kamenném hospicu, stáž z infekční a tropické medicíny atp. Jednou z nich byla i stáž v PDZ v Centru duševního zdraví Hradec Králové a práce ve středisku PDZ Rychnov nad Kněžnou. Profesionálně tíhne k multidisciplinarity, ke vztahu interní medicíny a psychiatrie, k psychosomatice. Jeho pohled z pozice lékaře na práci v PDZ se dočtete v rozhovoru.

Jak a kdy ses o PDZ dozvěděl?

O PDZ jsem se dozvěděl asi paralelně ze dvou zdrojů – od Pavla Provazníka (vedoucího rychnovské pobočky PDZ), který mě na gymnáziu učil základy společenských věd a o kterém jsem věděl, kde pracuje a co přibližně dělá. A teoreticky i z probíhající reformy psychiatrické péče, která kromě reformy psychiatrických nemocnic služby typu PDZ a CDZ zahrnuje.

Co tě vlastně nalákalo, aby sis zkusil roli sociálního pracovníka?

Pavel? Do PDZ jsem šel na stáž, na 2–3 týdny si okoukat, jak vaše práce vypadá, co přesně obnáší, jaké jsou její výhody a úskalí. No a Pavel mi nabídl místo. Člověk se nikdy nic nenaučí tak dobře, jako když si to

vyzkouší, takže jsem souhlasil. Navíc být stážistou s sebou nese nejasnosti okolo kompetencí, myslím, že je znát, když nejste se svou rolí identifikováni. Když přijmete práci, jste tam jak v pozici, kterou se učíte, tak sami za sebe.

Myslíš, že tvoje vnímání lidí s duševním onemocněním bylo jiné před a po praxi u nás?

Myslím že ne. Podle mě to není „od futra k futru“, tedy jeden pohled na určitou problematiku a po nějaké zkušenosti změna o 180°. Je to spíš kontinuální proces, takže i když jsem se zkušeností v PDZ obohatil, není to úplná změna. Tolik k pohledu na klienty.

„Přístup sociálního pracovníka k práci s klientem je ale odlišný od přístupu lékaře.“

Za prvé je klientovi blíží. Za druhé je těžiště jeho zájmu v sociální rovině – v rodině, bydlení, práci... Není tolik zaměřené na diagnózu, ta vlastně v určitých aspektech není důležitá vůbec. Zásadní změna úhlu pohledu je ale v zakázce. Studium medicíny vás učí, že zakázka je: „zlepšení stavu“. Kvůli tomu k nám lidé chodí. Provedeme diagnostiku a pak zahájí-

me léčbu. Většinou. (Pak jsou obory jako třeba preventivní nebo paliativní medicína, tam tomu je samozřejmě trochu jinak.) V sociální práci může být zakázkou třeba jen „zachování stavu, jeho monitorace a prevence zhoršení“. A to je něco zcela jiného.

Je něco, co bys změnil v systému sociální práce v PDZ z pohledu lékaře?

No jasně. Udělal bych z něj CDZ. Problém zdravotních i sociálních služeb je v jejich „rozprostraněnosti“. Ukázal bych to na příkladu – představ si, že by doručení balíčku poštou zařizovaly třeba 4 firmy. Doručovatelka z jedné by balíček převzala, další firma by si ho vyzvedla, ale až potom, co by si od třetí firmy půjčila dodávku, no a čtvrtá firma v místě tvého bydliště by ti balíček doručila. Jak dlouho by to asi trvalo? Balíček by možná nikdy nedošel. No a ve „službách“ je to podobně. Když máš na Interním oddělení pacienta a potřebuješ ho nechat vyšetřit neurologem a chirurgem zároveň, může to trvat půl dne. Výjimkou jsou Urgentní příjmy, tam je vše po ruce a optimalizované na čas. CDZ dělá to samé – potřebuje tvůj klient krizovou linku?, sociálního pracovníka?, psychologa?, zdravotní sestru nebo doktora? Všichni jsou pod jednou střechou. A především se mohou kdykoli poradit a sdílet své úhly pohledu. Pravdu o pacientovi nevíte ani vy, jako sociální pracovníci, ani my, jako lékaři. Přístup k ní má jen pacient a my se jí pouze snažíme, každý ze svého úhlu, nějak přiblížit.

V čem je zdravotní systém jiný než ten sociální?

Pokud bychom měli oba systémy analyzovat, bylo by to na dlouho. Pokud mi dovolíš odpovědět trochu intuitivně: tak ve všem. My se totiž na člověka díváme jinými očima. Proto každý vidíme někoho jiného. Pointa komplexní péče není v tom, že klienta rozdělíme na 10 různých obrazů a těm

se budeme zvlášť věnovat, pointa je, že ve svém středu hledáme jeho skutečnou podstatu. Na tom bychom měli pracovat. Pak by ty rozdíl až tak velké být nemusely.

V čem tě praxe u nás nejvíc ovlivnila, pokud vůbec?

Myslím, že právě v tom, co tu zaznělo. Před zkušeností s prací sociálního pracovníka bych o tom takhle neuvažoval, nezažil bych vaši roli na vlastní kůži, a tak bych nemohl úplně pochopit, jaké to v praxi vlastně máte. Sociálnímu pracovníkovi je blíž chápání klienta jako zdravé osoby. Lékař je vždycky zatížen diagnostickým uvažováním, proto, alespoň přechodně, musí klienta vnímat jako nemocného. A od toho je někdy moc příjemné si odpočinout.

Vypíchnul bys nějaký moment či událost z praxe u nás?

Mám jednu trochu nadsazenou příhodu. Přijde takhle klient a má typické bolesti na hrudi. Vyšetří ho lékař a po delším rozhovoru přijde s tím, že to infarkt pravděpodobně nebude. Promluví s ním sociální pracovník a dojde mu, že se klientovi potíže netýkají ani jeho bydlení, ani životosprávy, ani práce. A pak projde někdo kolem, pro naše vyprávění není ani důležité kdo, a ten mu uvaří čaj a nabídne sušenku. A problém je vyřešen. Zní to asi banálně. Co tím chci ukázat, je to, že kdyby ten, kdo se s klientem potká na prvním místě, byl „prostě“ a „jen“ člověk, všichni odborníci by měli mnohem méně práce a mnohem více času na to, co je jejich skutečnou pracovní náplní. A klienti by k nám možná nemuseli chodit s „vymyšlenými“ příznaky, ale rovnou s tím, co je trápí. Ale to už zabíháme někam jinam...

Umíš si představit, že by práce s lidmi s duševním onemocněním byla tvůj denní chleba?

Já bych to tak nenazval. Určitě nežiju, a myslím, že ani nebudu žít, jen

prací. Moji duševní potravou je příroda, rodina, přátelé a samozřejmě i ta práce. Abych odpověděl, práce s lidmi s duševním onemocněním jednou určitě může být mým zaměstnáním.

Na co jsem se ještě měla zeptat a nezeptala?

Jestli jsem u vás viděl něco, co na první pohled není moc patrné. A viděl. Viděl jsem, že sociální práce není nic lehkého.

„Na jednu stranu lidem v dnešní době chybí opora, nějaká životní jistota.“

Dřív to byl pan farář, pak pan doktor. Kdo to je ale dnes, ve víru města a třeba pro člověka, který se bojí vyjít z bytu? Pro někoho to můžete být vy. Jste na tuhle roli během studia připravovaní? Lékař moc ne. A jaké je vaše místo v „potravním řetězci“ služeb? Myslím tím, jak rychle s vámi ostatní subjekty komunikují, jak vážně vás berou, jaký máte na celý proces vliv? Odpověď nechám na svědomí každého čtenáře (včetně toho svého).

Je něco, co bys popřál PDZ do budoucna?

Dobrého šéfa, sebevědomé zaměstnance a jisté místo ve světě služeb. Pokud má dojít k transformaci v CDZ, tak ať se to dobré zachová a neztratí a to špatné, ať se odstraní. Ale hlavně ať to všechno funguje pro klienty dál...

Rozhovor vedla Pavla Mňuková

„KAŽDÁ ZMĚNA MÁ SVOJE PŘÍLEŽITOSTI A RIZIKA“

PhDr. BOHUMILA BAŠTECKÁ, Ph.D.

Psycholožka působící v sociální a klinické oblasti. Učí na Evangelické teologické fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Zabývá se supervizí, komunitně orientovanou pomocí po neštěstích, hodnotovým poradenstvím a krizovou připraveností. Ve spolupráci s dalšími autory napsala řadu učebnic. Na jedné z nich spolupracovala s jedním z týmů PDZ. A nejen o tom je tento rozhovor...

Dlouhá léta působíte jako supervizorka. V čem obecně pomoc supervizora vlastně spočívá? Proč je supervize pro pomáhající profese důležitá?

Supervize má tři funkce. Má pracovníka odborně vzdělávat, formovat ho. Má pracovníka vést, aby zachovával hodnoty dané profese. Má pracovníka obnovovat, čistit od profesního kalu.

Supervize není vázána jen na pomáhající profese. Důležitá je tam, kde jde o spolupráci lidí s lidmi. Zvláště tam je třeba obnovovat důvěru, zachovávat hodnoty dané profese a celoživotně se vzdělávat.

Kdy jste se o PDZ poprvé dozvěděla a dostala se s ní do kontaktu? Bylo to až v rámci supervize, nebo dříve?

To už se nepamatuji. Je to opravdu hodně dlouho. Pravděpodobně až v rámci supervize.

Se supervizí jste u nás začala před mnoha lety a spolupracujete s námi dodnes. Co Vás u spolupráce s PDZ drží, co Vás na ní přitahuje?

Považuji PDZ za organizaci, která svým důrazem na partnerskou spolupráci s lidmi s těžkým duševním onemocněním a jejich okolím předběhla současnou reformu psychiatrie o mnoho let. To mě těší. A považuji za čest a štěstí, že u toho můžu být. Sama jsem povahou inovátorka, vizionář. Superviduji z pozice ideálu.

„Ničilo by mě, kdybych se při supervizi musela potýkat se špatnou praxí.“

V rámci své práce jste publikovala mnoho knih. Na knize Týmová supervize autorů Baštecká, Čermáková, Kinkor jste spolupracovala s jedním z týmů PDZ. O jak dlouhé období supervize se jednalo?

Myslím, že s tímto konkrétním týmem jsme tehdy měli za sebou asi rok supervize. Supervizní kontrakty mívám nejdéle pětileté. Tedy i s tímto týmem jsem končila po pěti letech. V knize jsem díky tomuto týmu mohla konkrétně popsat, jak probíhá dojednávání cílů. Popis jsem pak dala týmu k autorizaci. Jsem moc ráda, že kolegové kapitolku autorizovali.

V knize je též autorsky uvedená kapitola Petra Hejzlara „Zadavatelův pohled na supervizi.“ V Poděkování jsme pak uvedli: „Děkujeme všem vám, od nichž se učíme“ a jmenovali jsme mj. Petra Hejzlara a tým Péče o duševní zdraví.

Za tu řadu let spolupráce můžete dobře posoudit a vidět proměny, které se u nás odehrály. Jak byste PDZ popsala? Co se u nás za tu dobu změnilo?

Prošla jsem v PDZ několika týmy. Ačkoli jsou všechny z jedné organizace, jsou různé, což souvisí s místními podmínkami a zdroji. Zároveň všechny od počátku spojovala hodnota partnerství. Toho si na PDZ vážím nejvíce. Pozorovatelné jsou proměny kvantitativní – organizace i týmy se rozrůstají. I kvalitativní – lidé mají více odborného i týmového sebevědomí.

Zároveň je stále kam se vyvíjet. PDZ sice tvoří špičku v komunitních službách, zrovna ale v komunitním působení vidím řadu možností pro další rozvoj. Stále platí původní vize PDZ – aby lidé s vážným duševním onemocněním mohli žít po svém, ve svém, za své. To je dobrá vize. Jenže jí kupodivu chybí právě komunitní rozměr, kterým je pro mě vzájemnost. Pokud si lidé v komunitě pomáhají, pomáhají si navzájem, učí se ze zkušeností svých i druhých, spolupracují.

Velkou radost mi proto udělalo, že v týmech PDZ jsou zaměstnávání lidé s osobní zkušeností s vážným duševním onemocněním. Díky své zkušenosti jsou věrohodní a mohou

zvat lidi s duševním onemocněním k účasti a naději.

Myslíte tím zaměstnávání peer konzultantů?

Já slovu peer konzultant odmítám rozumět. To je umělý jazyk. Pro mě je osobně i organizačně důležitá hodnotová integrita. To znamená, že to, co člověk říká, platí i v tom, co dělá. A když zastáváme hodnotu partnerství, máme mluvit tak, abychom si navzájem rozuměli. Nevytahovat se na druhé umělým projektovým jazykem nebo třeba psychiatrickou či psychologickou hantýrkou.

PDZ se v rámci reformy psychiatrie mění a otevírá novou službu center duševního zdraví (CDZ). Je podle Vás CDZ dobrý koncept? Jaká vidíte úskalí?

Centra duševního zdraví jsou pilíři psychiatrické reformy, takže aspoň v tom ideálu to musí být dobrý koncept. Z hlediska teorie řízení má každá transformace svoje rizika a příležitosti. Příležitosti jsou vesměs důvodem transformace. Rizika jsou obecná a konkrétní. Obecně platí, že při zavádění změny se objevuje též odpor ke změně. Proto se změna a vize, která je za ní, musí dobře komunikovat. A samozřejmě sdílet.

Konkrétním rizikem je například zvětšování týmu. Při zvětšování a stárnutí týmu je nutné měnit manažerské postupy. Už nejde o malý tým nadšených jedinců, které baví být spolu a vše podstatné si sdělí ústně. Začíná se hodně psát, dokumentovat atp. Rizikem pak je byrokratizace.

Příležitostí i rizikem v jednom je samotná mezioborovost.

V současnosti supervizně spolupracujete s několika kolegy z královéhradeckého CDZ. Jak vidíte proměnu PDZ v CDZ?

CDZ je nová forma, teprve se ověřuje a hledá, mnohdy pokusem a omylem. To bývá doprovázeno nejistotou. O to víc obdivuji elegantní vplutí královéhradeckého PDZ do těchto neznámých vod. Připravenost. Schopnost nahlížet pastí a možnosti sociálně zdravotní oblasti. Partnerskost, otevřenost, týmovost a udržování těchto hodnot i při skokovém rozrůstání týmu.

Moc držím palce, aby to tak bylo i nadále.

Rozhovor vedla Věra Moravcová

„KOŘEN SLOVA UŽIVATEL JE -ŽIV-, TO ZNÍ DOBŘE“

KAROLÍNA

Karolína spolupracovala s PDZ dva roky, během nichž se jí podařilo udělat obrovský posun. Dostala se závislosti, získala novou práci, zlepšila vztahy se svým okolím a rodinou. Začala žít život naplno. Nyní dokonce prošla vzdělávacím kurzem na peer lektora a vede svépomocnou skupinu.

Karolínko, relativně nedávno jste ukončila spolupráci s PDZ, vzpomene si ještě na začátky spolupráce? Jak jste se vlastně o PDZ dozvěděla?

Vzhledem k mé životní situaci, do které jsem se dostala víceméně svou vinou, jsem se před třemi lety dostala na doléčování do žambereckého léčebného ústavu, kam jsem se dostala z hradecké psychiatrie. Tam jsem měla najít sama sebe, najít smysl života, jiný, než byl doposud, protože se závislostí byl smysl života jasný. Každý, kdo si nějakou závislostí prošel, ví, že jsou priority v životě naprosto jinak posazené. Začátky byly těžké. Stále jsem brečela, nemohla jsem se se svojí povahou a temperamentem vejít do léčebného režimu. Ale dostávala jsem impulsy, jak se z toho sebrat. Jedním z těch impulsů byl i leták, kontakt na hradecké PDZ, který jsem dostala od zdejší sociální pracovnice. Vzala jsem telefon a zavolala jsem na telefonní číslo z letáku, nepamatuji si přesně ten hovor, co jsem přesně koktala, ani nevím, s kým jsem tenkrát mluvila, ale závěrem bylo, že v určený den a čas přijede někdo z Pédézetka za mnou do Žamberka.

Jaká byla Vaše očekávání, představy, s čím Vám služba pomůže?

Nedokázala jsem si to vůbec představit, v letáku jsem si přečetla, že nabízíte podporu a sociální pomoc. Ale co je to u člověka, který má rodinu, zaměstnání, co je to vlastně ta sociální pomoc? Dávky, příspěvky? Teď už vím, že je to mnohem víc. Měla jsem pocit, že jsem v malé, nevím, co dál, nevím, jestli žít nebo nežít, myslela jsem si: „Pojďte mi prosím někdo říct, jak mám žít, někdo mi z toho průšvihů pomozte, protože nechci tady na světě končit a chci zase žít, ale nevím jak, řekněte mi to.“

Vzpomenete si na tu schůzku, když za Vámi přijel pracovník z našeho střediska do Žamberka?

První schůzku si pamatuji, i když jsem byla pod silnými dávkami léků. Přišla jsem do místnosti, která nám pacientů byla zapovězená, taková úzká nudle s malinkatým stolečkem a třemi židlemi. U stolečku seděla na první pohled živelná, temperamentní, hezká žena s rentgenovým pohledem, kterým se mi zadívala hluboko do očí, jako by snímala obrázky od duše až po hlavu. Hrozně rychle na mě mluvila, nedokázala jsem se soustře-

dit, spíš jsem se soustředila na ní jako na osobu než na to, co mi říká. Slova „spolupráce, klient, duševní zdraví“ mě zprvu vyděsila.

Co Vás tedy přesvědčilo k další spolupráci a domlouvání termínu další schůzky?

Romana nechala všechno na mně, řekla mi, jaké mám možnosti, co mi může nabídnout, s čím mi může pomoci a poradit a já jsem vnitřně cítila, že to je to, co nyní potřebuji a budu dál potřebovat.

Jaká pro Vás byla první schůzka u nás na středisku?

Je to tak dva roky zpět, byl hezký dubnový den, byla jsem nervózní. Dům na Kavčím plácku jsem v minulosti tolikrát míjela a teď do něj vstupuji. Potkala jsem tady spoustu lidí, což mě zaskočilo, ale Romana přišla s úsměvem na rtech, pevným stiskem ruky a veškeré obavy opadly. Na dalších schůzkách jsem postupem času dostala i vlastní složku s mým jménem. Udělalo mi to podivně dobře. Romana mi trpělivě vysvětlovala význam slov jako smlouva, sociální služba, uživatel. „Uživatel,“ v duchu si opakuji, kořen slova je-živ-, to zní dobře.

Říkáte, že je to dva roky, co jste s námi spolupracovala, co všechno se u Vás změnilo?

Postupně jsem poznávala středisko. Setkávala jsem se s novými pracovníky, tvářemi, jmény. Měnil se také náš vztah s Romanou, byly jsme si schůzku od schůzky bližší. Mohla jsem jí říct naprosto všechno. Poslouchala mé nářky, vyprávění mých smutných i úsměvných příhod. Řešily jsme moje problémy s komunikací s okolím. Zajímala se, jak se mám, co jsem dělala, dělám a budu dělat. Začala jsem se zúčastňovat výletů, které PDZ organizovala, poznala jsem další klienty a přátele, cítila jsem, že někam patřím.

„V PDZ jsem znovu našla to, co mi chybělo. Nikdo mě nesoudil, nic nevytýkal.“

Romana byla otevřená, upřímná, líbilo se mi její jednání, i když mě někdy zbolelo, rozesmutnilo i rozplakalo. Vnímala jsem pocit bezpečí. Díky Romaně si umím emoce a situace pojmenovat, umím si je zařadit. Sice dělám chyby, jako každý, ale teď je to jiné. Mám teď úplně jiný život, který jsem si sice nastartovala sama, ale nešlo by to bez těch berliček jako vaší organizace, centra ve Věkoších, Laxusu. Změnily se mi od základu životní priority. Mám práci, vztahy v rodině se velmi zlepšily, otevřela jsem se i novému partnerskému vztahu. Taky jsem si prošla vzdělávacím kurzem na peer lektora a vedu svépomocnou skupinu.

To jsou skvělé úspěchy! Postřehla jste i nějaké změny u nás v PDZ?

Určitě, zaznamenala jsem nárůst lidí, setkávám tady nové pracovníky. Ví, že tu máte lékaře a zdravotní sestry, což tu před dvěma lety nebylo. Jsem přesvědčená o tom, že veškeré tyto změny jsou k lepšímu. Abych mluvila konkrétně, pamatuji si sestřičku Janu při hospitalizaci v nemocnici. Po zdravotní stránce o duševním onemocnění hodně ví a může být ostatním pracovníkům se sociálním vzděláním hodně ku prospěchu, když se obě profese snoubí, je to super

i pro nás klienty. Jako výhodu vidím i to, že vás tady je více, když si někdo s někým nesedne, může požádat o změnu pracovníka.

Je něco, co byste nám v PDZ popřála do dalších let?

Největší odměnou je pro vás určitě to, když vidíte zotaveného a silnějšího klienta, než když přichází. Vidím to sama na sobě. Já jsem přišla jako troska, a i když se mi někdy něco nezdaří, jsem daleko silnější, a to díky vám. Takže Pédézetku přeji silnější, samostatnější klienty, schopné zařadit se do zdravé společnosti. Spousta klientů, se kterými se znám, jsou schopní pracovat, mít koníčky, věnovat se svým zálibám. Někteří lidé začínali v koutě s rukama na obličejích a pláčem, ale díky vaší organizaci se stále posouvají. Přeji vám více úspěchů, více spokojených klientů, abyste je mohli potkávat ve městě na ulici, aby měli úsměv na tváři a byli obklopeni lidmi.

Rozhovor vedla Věra Moravcová

„POBOČKA PDZ V ÚSTÍ JE MOJÍ SRDCOVOU ZÁLEŽITOSTÍ“

Mgr. Bc. IVA SEDLÁČKOVÁ

Iva je profesí psycholožka. V sociálních službách se pohybuje 17 let, avšak na úplně jiné pozici. Vykonávala pozici sociální pracovníce s mládeží i ředitelky neziskové organizace. V PDZ pracuje 10 let. Zakládala středisko Ústí nad Orlicí a působila v něm jako vedoucí. Následně se po návratu z mateřské dovolené stala manažerkou kvality PDZ. Orlickoústecké středisko však stále zůstává její srdcovou záležitostí a nadále působí v komunitním plánování města Ústí nad Orlicí.

Jak jsi se do PDZ dostala?

Měla jsem kouče a ten mi doporučil, abych zkusila PDZ. Hledala jsem v té době změnu a pracoviště v Ústí nad Orlicí se zdálo být ideální s ohledem na mé bydliště. Kouč mě doporučil Petrovi Hejzlarovi. Petr mi zavolal a domluvili jsme se na spolupráci. Po pár vyměněných e-mailech jsme se potkali na výběrovém řízení v Pardubicích, které jsem vyhrála. Vše se odehrálo v roce 2010, což je i rok otevření pobočky v Ústí nad Orlicí.

Takže jsi zakládala novou pobočku a byla jsi první vedoucí střediska Ústí nad Orlicí. Čím jsi na středisku začala?

Jednalo se o prostory střediska. Místo vybral a zařídil Petr s Martinem. Společně jsme místo vybavili nábytkem dle mého návrhu. Následovalo výběrové řízení na sociální pracovníky, které se uskutečnilo v místě

sídla organizace na Bělehradské v Pardubicích. Ze zájemců si pamatuji jen ty, které jsme vybrali. ☺ V dubnu jsme přijali Vendulu Kubíčkovou a následně v červnu Lenku Papáčkovou. S děvčaty jsme postupně zúžňovaly prostory orlickoústeckého střediska. Od června 2010 už přicházely první schůzky. S PDZ jsme začali dělat komunikační a seznamovací kampaň po vedení měst a obcí a mezi úředníky sociálních odborů městských úřadů. Stali jsme se aktivní součástí komunitního plánování a mohli se podílet na komunitních plánech. Byl to velký boom. Středisko bylo hodně aktivní a mělo obrovské množství klientů.

Pamatuješ si prvního klienta?

Ano, pamatuji. Vidím ho před očima, velký a hodný Vláďa. Přesně si vybavuji, jak vypadal, kde bydlel, co jsme spolu zažili. Byl to opravdu velký dobrák a velký jedlík. Bohužel již není mezi námi. Měla jsem ho ráda.

Vzpomeneš si, jak nastupovali jednotliví pracovníci do orlickoústeckého střediska PDZ?

Určitě...Vendula, Lenka, Jana, Sabina, Martina, Tereza, Katka K., Katka P., Kryštof, Lucka, Marsi, Zuzka, Dušan...

A nyní mě potěšil návrat po mateřské dovolené jedné z prvních dvou pracovnic. Protože zachování kontinuity s růstovou dynamikou je fajn. Aby se nově příchozí mohli vždy zeptat, jak to bylo a fungovalo dříve. Starší členky jsou takový archiv informací, zkušeností a zážitků. Věřím, že jsou i tahouni a předávají pozitivní energii. Třeba i s ohledem na znalost klientů, kteří nebyli zaneseni do evidence a byli v minulosti anonymní a nyní se po nějakém čase a sletu událostí objevují v PDZ znovu. Měly jsme skvělý tým. Děvčata, díky...

„Měly jsme skvělý tým. Děvčata, díky...“

Jak se přihodilo, že ses po mateřské nevrátila jako vedoucí střediska, ale šla jsi na jinou pozici?

V té době jsem se přiklonila spíše k rodině, potřebovala jsem jí věnovat více času. A tak jsem přijala nabídku stát se manažerkou kvality v PDZ. Ta pozice je na částečný úvazek a mám

při ní možnost pracovat z domu. Rozhodnutí nevrátit se na středisko nebylo lehké. Ale věřím tomu, že jak je to teď nastavené, že to tak mělo být. Jsem ráda, že „kárka“ PDZ Ústí nad Orlicí putuje dál, a přeji celému týmu hodně štěstí.

Cítím v tom, že tě k PDZ něco táhne. Co to je, co máš na naší organizaci ráda?

Můžu říct, že je to asi tím, že organizace má vizi, která se mi líbí, a jsou v ní lidi, které mám ráda. Je tam prostě nějaká symbióza. Nyní už je organizace velká, ale v roce 2010 nás bylo v celé organizaci kolem 30. Všichni jsem se znali, vztahy byly neformální a na toto my „služebně starší“ vzpomínáme velmi rádi. Zároveň má PDZ vedení, které je podporující a dává prostor pro samostatnost a kreativitu. Ta možnost být u zrodu orlickoús-

teckého střediska a tvořit si vše zcela od začátku podle svých představ byla fantastická. Skvělá zkušenost. Navíc jsem měla skvělý a doplňující se tým. Vždy jsme se domluvily a vždy jsme se na sebe mohly spolehnout. A i když už je PDZ velkou organizací, tak ta týmovost a spolupráce, sdílení a bezpečí, kde si můžeme všechno říct, je něco, co tu stále zůstává. To jsou důvody, proč je PDZ pro mě zajímavá organizace a pobočka v Ústí nad Orlicí mojí srdcovou záležitostí.

Přeji současnému týmu Orlickoústeckého střediska spokojené klienty i pracovníky.

Rozhovor vedla Kateřina Kálesová



„ÚSTAVNÍ PÉČE ČLOVĚKA NEROZVIJÍ DLE SKUTEČNÝCH POTŘEB“

Ing. PAVEL ŠOTOLA

Člen Rady Pardubického kraje zodpovědný za sociální péči a neziskový sektor Pavel Šotola vystudoval ČVUT a následně působil v oboru regionálního rozvoje. Při nástupu na Krajský úřad tak pro něj sociální oblast byla krokem trochu do neznáma. Jaký byl vstup do této sféry a jak ji dnes po 10 letech, co v ní působí, vidí?

Jako člen Rady jste získal do gesce sociální péči a neziskový sektor a dostal se tak trochu mimo svůj původní obor. Co to pro Vás tehdy znamenalo? Byl Vám neziskový svět blízký?

Co se týká sociální oblasti, tak to byl skok do neznáma, do oblasti, kterou jsem se do té doby profesně nezabýval, a tak jsem se musel vše hodně rychle učit. Avšak s neziskovým sektorem jsem měl částečnou zkušenost, neboť v roce 2006 jsem byl jedním ze tří zakládajících členů občanského sdružení „Centrum Jana XXIII.“ v Hlinsku. Naším cílem bylo vybudovat v prostoru sídliště volnočasové a vzdělávací centrum pro děti, rodiny i seniory. Centrum dodnes tento cíl naplňuje. Dalo by se říci, že od neziskového sektoru k sociální oblasti je velmi blízko a jsem rád, že mohu v těchto oblastech působit a setkávat se s řadou skvělých lidí.

Všimla jsem si, že je to letos přesně 10 let, co jste se stal radním Pardubického kraje. Hezké kulaté výročí v působení v neziskové a sociální oblasti tak neslavíme jen my, ale také Vy. Jak nyní oproti začátkům tyto oblasti vidíte? Proběhl za těch 10 let nějaký zásadní vývoj?

Za 10 let se změnila celá řada věcí jak v sociální oblasti, tak i v nezisku. Například opouštíme ústavní formu péče o osoby se zdravotním postižením i duševním onemocněním ve všech krajských zařízeních. Téměř 500 osob (62%) opustilo ústav a žije komunitně v běžném prostředí. Děti z ústavních dětských domovů se postupně stěhují do bytů či domků. Máme v kraji nastavené víceleté financování sociálních služeb z rozpočtu kraje. Vznikají specializované služby např. pro autisty. Vedle běžné podpory neziskových organizací realizujeme již 9. rokem Burzu filantropie, která podpořila přes 320 prospěšných projektů částkou přesahující 11 mil. korun. V kraji máme také nastavenou podporu rozvoje sociálního podnikání, které významně přispívá k integra-

ci a uplatnění znevýhodněných osob na trhu práce.

Je podle Vás celkový systém sociálních služeb dobře nastaven? Co by se mohlo ještě změnit?

„Co by se určitě mělo změnit je financování sociálních služeb.“

Stávající systém nepřináší poskytovatelům služeb stabilitu ani možnost potřebného rozvoje. Poskytovatelé služeb by měli mít státem garantované pokrytí veškerých nákladů s poskytováním služby. Není udržitelné, aby organizace poskytovala službu a zároveň sháněla prostředky na pokrytí nákladů. Jinak stávající systém sociálních služeb by bylo dobré zrevidovat tak, aby bylo možné operativněji reagovat na potřeby. Cestou může být zjednodušení škály sociálních služeb, nastavení sektorové

spolupráce sociálních věcí, zdravotnictví a školství a větší podpora osob v přirozeném prostředí.

Od začátku jste byl velkým zastáncem toho, aby byly sociální služby lidem poskytované mimo ústavní zařízení a stavěl jste se tak na stranu komunitních služeb. Proč považujete deinstitucionalizaci za důležitou?

Ten důvod je jednoduchý. Ústavní péče člověka omezuje a nerozvíjí dle skutečných potřeb. I když bude ústav krásně opraven, budou tam skvěle vařit a vyrábět úžasné věci, stále to bude zařízení, kde život člověka bude podřízen režimu velkého zařízení. Tím člověk přichází o soukromí i svobodu. Ze zkušeností z našeho kraje víme, že komunitní služba v běžném prostředí člověka rozvíjí a zvyšuje jeho kompetence v osobním životě, a ti co ústav opustili se zpět vrátet nechtějí, a to včetně zaměstnanců služeb.

Podporoval jste v tomto ohledu ve značné míře i naše služby. V čem si myslíte, že je naše služba prospěšná?

Péče o duševní zdraví odvádí nejen v Pardubickém kraji obrovský kus práce pro osoby s duševním onemocněním. A to nejen v poskytování služeb, v realizaci Center duševního zdraví, aktivního zapojení se do procesu reformy psychiatrické péče, ale také v oblasti osvěty a destigmatizace. To vše vnímám jako soubor logicky navazujících kroků, které jsou realizovány s velkou profesionalitou a citem pro cílovou skupinu. PDZ je pro nás významným partnerem a jsem vděčný za dlouholetou spolupráci.

Takže máte pocit, že zavádění Center duševního zdraví je krok správným směrem. V čem podle Vás spočívá největší přínos této služby?

„Zavádění Center duševního zdraví je zcela jistě cesta správným směrem.“

Velký přínos vidím především v tom, že se jedná o zdravotně-sociální službu, kde multidisciplinární tým odborníků vč. peer konzultantů operativně reaguje na aktuální potřeby osob s duševním onemocněním. Služba potřebným se tak stává dostupnější, komplexnější a efektivnější.

Jak vnímáte aktuální stav péče o lidi s duševním onemocněním?

Myslím, že v současné době se péče o lidi s duševním onemocněním zlepšuje. Díky postupným změnám celého systému je péče více zaměřena na komunitní služby, individuální přístup ke klientům, na užší spolupráci zdravotních a sociálních služeb. Zároveň snaha o destigmatizaci postupně vytváří pro osoby s duševním onemocněním lepší podmínky ve společnosti. Je to sice ještě běh na dlouhou trať, ale důležité je, že už se běží.

Proč u nás pořád panuje představa, že lidé s duševní nemocí patří do ústavů?

Myslím si, že je to především z důvodu strachu. Také se na tomto postoji podepsala doba komunismu, kdy postižení byli umisťováni do ústavů a ústavy byly co nejdál od společnosti. Prostě se společnost s těmito lidmi stále nenaučila žít.

Začíná být naše společnost v tématu duševního zdraví osvícenější a vůči těmto lidem méně skeptická? Vidíte nějaké zlepšení?

Určitě se situace postupně zlepšuje. Jsou to sice malé krůčky, ale jsou. Příkladem může být proces opouštění Domova na hradě Rychmburk, kde jsme čelili peticím a obávám ze strany veřejnosti, ale zastupitelé Pardubického kraje i dotčené samosprávy se postavili na stranu osob s duševním onemocněním, a tak se celý proces transformace domova realizuje. Někteří uživatelé služby již žijí v běžné zástavbě ve Skutči a na začátku příštího roku zcela opustíme hrad a lidem bude poskytována služba v nově postavených domcích rodinného typu.

Jakou byste PDZ a všem dalším komunitním službám popřál budoucnost?

Péči o duševní zdraví a jejím pracovníkům bych do dalších let rád popřál hodně sil a elánu i potřebnou trpělivost. A ať jste i nadále tak skvělým týmem odborně i lidsky.

A komunitním službám přeji, aby se staly opravdu běžnou a nedílnou součástí systému sociálních služeb i naší společnosti.

Rozhovor vedla Michaela Venclová

„PDZ JE MÍSTEM, KDE NA ÚCTU K ČLOVĚKU NENÍ ZAPOMÍNÁNO“

Mgr. JANA KRÁLÍKOVÁ

Regionální konzultantka reformy psychiatrické péče pro Královéhradecký kraj, psychoterapeutka a bývalá kolegyně PDZ. Jak vzpomíná na své začátky v oblasti péče o duševní zdraví a na práci v královéhradeckém týmu PDZ, se dozvíte v rozhovoru.

Jani, znám tě jako jednu z nejak-tivnějších osob pro reformu psychiatrické péče. Kdy ses dostala poprvé do kontaktu s PDZ a jak v té době služby vypadaly?

Bylo to v roce 2009 v době, kdy mě životní okolnosti opět zavály blíže k rodnému místu. A síly, možná vědomí potřebnosti péče o duševní zdraví, mě stále drží poblíž. Na čas jsem se stala součástí právě rozrůstajícího se týmu v Hradci Králové. Bylo nás pět a služby byly poskytovány v ranku sociální práce, metodou case managementu.

„Byl mi blízký způsob, jakým byly služby tvořeny a jak se postupně pracovalo na jejich rozvoji.“

Každý z nás, pokud jsme chtěli, jsme měli prostor spolupodílet se na podobě služeb. V každé práci s člo-

věkem neseme jako pracovní nástroj především sami sebe, proto jde rozvoj služeb ruku v ruce s rozvojem nejen metod, ale také s rozvojem všech, kteří podporu druhým nabízíme.

A PDZ pro mě bylo a je místem, kde na úctu k člověku jako k jedinečné bytosti, úctu k životu, ke světu a k bytí samotnému není zapomínáno.

Takže jsi byla přímo i interním členem týmu PDZ v Hradci. Co tě vedlo k tomu rozhodnutí, co bylo zásadním impulzem?

Občas se vracím ve vzpomínce na krátké setkání s Antonínem Šimkem, které bylo pro mě natolik inspirující, že se možná snažím být jeho energií stále nablízku. Kdo ví. Antonín Šimek byl duchovním otcem PDZ a krátký čas i mým učitelem na vysoké škole.

Pragmaticky... na začátku to bylo hledání práce v oboru a postupem času pokračování v započatém. V samotě se můžeme mnohému naučit, snadno se v ní však také ztratit. Proto jsme společně s kolegyně využily příležitost rozšířit individuální práci a umožnit

lidem vzájemné setkávání a spolubytí v rámci skupinové práce. No a skupinová setkání jsou tím praktickým pojítkem, které mě drží ve spolupráci s PDZ až dodnes.

Jak bys popsala začátky spolupráce, máš nějakou veselou historku?

Věrko... ať vzpomínám, jak vzpomínám... radostné pro mě bylo téměř vše.

Např. první dny v práci se mnou pobývalo maličké nalezené koťátko, které příliš brzy přišlo o maminku. A když potřebná péče nebyla překážkou pro práci, věděla jsem, že jsem na správném místě.

„V žádném případě v práci nebyla nuda.“

Jako samé ženy v týmu jsme ladily naši spolupráci a já se učila pohybovat pro mě v pracovně neznámém prostředí. Studovala a pracovala jsem předtím v Praze, takže s partnery pro spolupráci jsem se seznamovala za pracovního běhu.

To se u nás ve středisku nezměnilo, stále nám dělají společnost zvířecí kamarádi, psi i kočky. Vidíš ale nějaké změny ve službách, které poskytujeme?

Podívám-li se na proměnu kvantitativně, mám radost z toho, že se podařilo sdružení služby péče o duševní zdraví postupně rozšířit do všech okresů v kraji, a ze zvyšujícího se počtu pracovníků, kteří mohou přispět k podpoře lidí s vážným duševním onemocněním. Vážím si toho, že vedení organizace má víze a odvahu posouvat služby k jejich komplexnosti a vedoucím pracovníkům středisek, tak jako zaměstnancům, dává stále prostor k osobitému růstu. Každá

služba má své limity a držím pěsti, aby tyto byly s odvahou viděny a brány jako výzvy.

Kvalitativní posouzení přináleží službám samotným, tak jako jejich klientům. Stále je co zlepšovat, na čem pracovat. Prostor pro rozvoj vidím v rozvoji časové dostupnosti, tak jako spolupráci s potřebnými partnery v síti. Podpora lidí není mechanickou záležitostí, proto je podstatné dále rozvíjet a podporovat rovinu vztahů na všech úrovních.

Vybavíš si nějaký příběh s dobrým koncem, nějaký pozitivní okamžik ve spojitosti s PDZ?

Myslíš příběh člověka, se kterým jsem spolupracovala? Samozřejmě že ano. Všichni lidé jsou stále naživu, proto jejich příběh pokračuje, nemohu tedy mluvit ještě o konci. Držím jim a vlastně nám všem pěsti, aby naše příběhy vedly... Každý sám nejlépe víme, kam chceme dojít. A pokud ne, Péče Domů Zve. ☺

Pozitivních okamžiků ve spojení s PDZ je stále mnoho, obtížné vybrat jeden. I když vlastně, jeden z nejlepších příběhů je ten, který se stále píše. Péče o duševní zdraví žije, roste a kvete.

Letos je to 25 let, co jako služba fungujeme. Co bys nám popřála do dalších let?

Sdružení tvoří lidé, proto všem lidem, kteří jsou spjati s Péčí o duševní zdraví přeji, aby je investovaná energie do vztahů a pracovních úkolů stále obohacovala, tak jako oni svojí energií a prací obohacují organizaci.

Přeji, ať neutučá odvaha pro změny a dosažená zkušenost, nechť pomáhá zvládnout všechny přicházející výzvy.

Rozhovor vedla Věra Moravcová

„VYRAZILA JSEM SE ZEPTAT, JESTLI BY SE PDZ NECHTĚLO ROZŠÍŘIT NA NÁCHODSKO“

MARTINA CHOCHOLÁČOVÁ, DiS.

Martina vystudovala obor sociální práce v Praze. Než přišel nápad, zeptat se na rozšíření PDZ o novou pobočku v Náchodě, pracovala jako sociální pracovnice i pracovnice v sociálních službách v domovech pro seniory, na lince důvěry pro děti a mládež. Má dvouletý sebezkušenostní psychoterapeutický výcvik. V náchodském týmu je jí přezdíváno „matka zakladatelka“ a patří k tahounům a zkušeným pracovníkům. Má vždy na zřeteli osobnost klienta a jeho právo žít si život po svém. A jak to vlastně bylo s tou pobočkou, se dozvíte v rozhovoru...

Martino, vím, že jsi byla u zrodu náchodské pobočky PDZ – vlastně hlavní iniciátor jejího vzniku. Jak k tomu došlo?

V roce 2010 jsem se zúčastnila psychoterapeutického výcviku a od kolegyně z Pardubic jsem se dozvěděla o PDZ. Myšlenka propojení zdravotní a sociální služby mě ihned nadchla. Od té doby jsem začala přemýšlet, jak zavést tuto službu i na Náchodsko.

Proběhlo nesčetně setkání s kamarádkami u vína, než jsem si dodala odvahy (za jejich značné podpory) vyrazit v dubnu 2013 do Pardubic na Psychoterapeutický seminář pořádaný PDZ, kde mě známá z výcviku seznámila s Petrem Hejzlarem. Zeptala jsem se ho, jestli by se PDZ nechtělo rozšířit i k nám na Náchodsko, on řekl, že o tom už přemýšleli a dal mi na sebe vizitku, ať se mu ozvu... 😊

„No a pak už to mělo celkem rychlý spád - v září 2014 se otevřelo pracoviště v Náchodě.“

Nejdřív jsi náchodskou pobočku zastupovala ty sama – je to tak?

První měsíc jsem jezdila na zkušenu do Rychnova a od září jsme byly 2 – já a Lucie Kudrnáčová. (Lucka z důvodu mateřských povinností chvíli na kratší úvazek a od roku 2015 na plný úvazek.) Lucka už měla v té době několikaleté zkušenosti s prací v PDZ z Hradce Králové. Začátky měly své kouzlo a ráda na ně vzpomínám. Byly jsme odloučené pracoviště rychnov-

ského střediska a naším vedoucím byl Pavel Provaník. Děkuji mu za jeho nadhled, pohodového ducha a dobrodružné srdce.

Říkáš, že máš na toto období hezké vzpomínky. Vybavíš si nějakou konkrétní?

Vzpomínám si na můj první kontakt se zájemcem o službu. Stojím na autobusovém nádraží plném lidí s kolegou z Rychnova. On ani já jsme nikdy předtím pána neviděli. Hlavou mi běží: „To jsem zvědavá, jak se sejdeme, když jsme se nikdy neviděli? To jako budeme oslovovat každého muže, který tady stojí? Co když vůbec nedorazí?“... A najednou přichází muž. Kolega klidně říká: „To bude on.“ A pán se vydává přímo k nám. Kouzlo! 😊 Od té doby nepochybují, že se poznám se zájemcem v terénu, opravdu to funguje!

Co tě na práci v PDZ nejvíc baví?

Rozmanitost, pestrost, jistá dávka dobrodružství, týmovost, skvělý kolektiv, svobodný duch organizace, cenné zkušenosti kolegů... a pak mám radost z každého posunu, pozitivní změny. - Např. klientka, která zhruba před 3 lety vydržela na schůzce maximálně 20 minut, odpovídala v uzavřených větách a byla doma s rodiči, nyní chodí do práce, je aktivní na schůzkách a hodinové setkání s ní uteče jak voda. Tohle mě těší asi nejvíce.

Co tě naopak netěší?

Administrativa. A pak jsem nepřišla na to, jak skloubit tuto práci

s rodinou, abych stíhala oboje s uspokojivým pocitem...

Myslíš, že PDZ nabírá v současných změnách dobrý směr? V čem?

„Myslím, že PDZ nabírá takový směr, který je v současnosti potřeba.“



Jestli je to dobrý směr, ukáže čas. Rozhodně to co se daří díky vzniklým CDZ, je propojení zdravotní a sociální služby.

Kdybys měla PDZ vystihnout třemi slovy. Jaká by to byla?

Profesionalita, osobní přístup a v poslední době obrovský rozvoj.

Představ si, že posíláš PDZ vzkaz v láhvi. Co by obsahoval?

Dobrý vítr! Držím pěsti!

Rozhovor vedla Hana Hejzlarová

„PDZ PŘEDSTAVUJE BEZPEČNÉ ZÁZEMÍ“

JUDr. MARTIN KNOB

Advokát a společník Advokátní kanceláře Knob & Plíšek s.r.o. se sídlem v Jičíně, která s PDZ spolupracuje od roku 2012. Jaká je spolupráce sociální služby s advokátní kanceláří a na jaké bázi funguje?

Co tě první napadne, když se řekne PDZ?

Skvělá parta pozitivně naladěných lidí.

Jakou roli podle tebe na Jičínsku hrajeme?

PDZ pomáhá lidem s duševní nemocí začlenit se do běžného života. Již tento základní předmět činnosti staví PDZ do jedinečné a nezanedbatelné role ve společnosti na Jičínsku. Ze spolupráce s členy týmu PDZ je mi známo, že řeší obtížné situace, ve kterých se někteří jejich klienti nachází. I přes bezvýhodnost poměrů u některých klientů, představuje PDZ pro své klienty bezpečné zázemí, kam se mohou bez obav obrátit s žádostí o pomoc.

Jak bys popsal naši spolupráci?

Naše advokátní kancelář poskytuje jednorázové právní konzultace klientům PDZ v rámci právních služeb pro bono. Nejprve se na nás obrátí pracovník PDZ s žádostí o konzultaci, která se týká právní problematiky klienta PDZ. Pokud položený dotaz nevyřešíme prostřednictvím e-mailu nebo telefonicky, domluvíme si osobní setkání. Na schůzku do naší advokátní kanceláře přichází pracovník PDZ s klientem. Právní otázku zanalyzuji a navrhuji možné způsoby řešení. Na závěr všichni zúčastnění stanovujeme postup, který je pro klienta nejvhodnější.

U jakého případu jsi vnímal největší užitečnost spolupráce s PDZ?

Největší přínos spolupráce s PDZ byl v řízení o omezení svéprávnosti,

kde jsem vystupoval jako opatrovník posuzované osoby. S členy týmu PDZ jsem mohl konzultovat to, jak posuzovaná osoba soudní řízení vnímá. Našli jsme společné stanovisko, které jsme poté prezentovali u soudu. V dané věci jsem ocenil, že jsem mohl za pomoci PDZ klientovi předat informace o soudním řízení z formy právní do formy laické.

Co tě v naší spolupráci překvapilo?

Příjemným překvapením je vždy pozitivní přístup ze strany PDZ.

Rozhovor vedla Anna Bočková

„V PDZ PRACUJÍ LIDÉ, KTEŘÍ MĚ VNÍMAJÍ JAKO SOBĚ ROVNÉHO“

BLANKA

Blanka je mladá žena, která je ve službách PDZ od roku 2006. Z počátku hledala přátele, kteří ji budou brát jako rovnocenného partnera, a našla při tom sama sebe.

Co se Vám jako první vybaví, když se řekne Péče o duševní zdraví?

Prostor, kde mohou navazovat přátelství lidé, kteří si prošli duševní nemocí. Pro mě konkrétně je přátelství smyslem života. Jako další, pomoc s vyřizováním úředních záležitostí. A že vím, na koho se obrátit, když se chci postavit na vlastní nohy. Nově se mně také vybaví zdravotní sestra.

Jak vypadala spolupráce s PDZ na začátku? Změnila se od té doby nějak?

Prvním, kdo mi nabídl spolupráci, byla Vladka Wysocká (dnes Svobodová). To jsem ale z počátku odmítala.

Teď už vím, že chybně. Díky spolupráci se sociální pracovníci jsem zjistila, že jsou lidé, kteří mě vnímají jako sobě rovného. Tuto zkušenost jsem na úřadech do té doby nezažila, cítila jsem se v komunikaci podřadně.

Pro mě se za ty roky nic zásadního ve spolupráci s PDZ nezměnilo. Pro mě jsou důležité kluby a rekondiční pobyty, a ty jsou stále.

Můžete se podělit o zkušenost, kdy se díky spolupráci s PDZ pro Vás podařilo něco významného?

Pro mě je důležité, že jsem zde poznala přátele a mohu jezdit na

pobyty. Jsem také obecně sebejistější člověk.

Co byste popřála PDZ do dalších let?

Přála bych vám větší finanční podporu (vyšší dotace a také zasloužené vyšší platy) a aby nebyli pracovníci přetíženi. Dále vám přeji spoustu šťastných klientů, kteří díky vám žijí plnohodnotný život.

Rozhovor vedla Lucie Kopecká

„PRÁCI V PDZ JSEM VZALA JAKO VÝZVU“

KATEŘINA HRONOVSKÁ

Katka je od roku 2020 pracovnící v sociálních službách v organizaci PDZ ve středisku Rychnov nad Kněžnou. Její cesta k tomuto povolání však nebyla snadná. Vedla od psychiatrických hospitalizací, zotavování se z nemoci, předávání zkušeností prostřednictvím svého příběhu jako peer konzultant až konečně, díky její pílí a vytrvalosti, k práci pracovnice v sociálních službách. Rozhovor o tom, jak to celé bylo a jakou roli v tom PDZ hrála.

Ty jsi u nás ve středisku pracovala nejdříve jako peer konzultantka, ale k tomu vedla celkem dlouhá cesta. Jak dlouho jsi pracovala jako peer a jak ses k tomu vlastně dostala, respektive k PDZ?

Jako peer jsem pracovala 3 roky. A k PDZ, jak jsem se dostala? To je celkem dlouhý příběh. Díky svému onemocnění jsem se ocitla v Domově na Stříbrném vrchu v Rokytnici v Orlických horách. Po asi dvou letech tam, jsem začala jezdit do Rychnova nad Kněžnou do organizace Pferda, kde jsem byla klientkou. Zapojila jsem se do projektu „Takový normální život“ a zároveň pracovala v kavárně Láry Fáry v sociální rehabilitaci. A tam mi nabídli spolupráci s PDZ, jestli bych to nechtěla zkusit. Zkontaktoval mě Vašek Koráb (bývalý pracovník PDZ) a s tím jsme se domluvili na spolupráci.

Takže jsi byla jako klient, nebyla jsi ještě oslovena jako peer.

Ne, to byl můj úplně první kontakt s PDZ a tehdy jsem ještě nevěděla zdaleka, co nastane v budoucnu.

To znamená, že jsi v té době potřebovala nějakou podporu sociální služby...

Byla jsem po hospitalizaci, a to nehezke pohospitalizační období trvalo asi dva / tři roky. Měla jsem spíš deprese než nějaké psychotické problémy a s tím bylo spojeno i to, že jsem neměla chuť do života, nic mě netěšilo a ty výlety do kavárny Pferdy, to byla taková první vlaštovka, že jsem vypadla ze „Stříbrňáku“ a nějakým způsobem se začala vracet do běžného života.

Když tě teď nacpu zpátky do nějaké škatulky – jak dlouho jsi byla tedy klientem PDZ?

Myslím, že to vychází na 5 let, od roku 2012 až 2017.

Jak jsi vnímala pomoc od PDZ v té době? Víš, že se to špatně hodnotí, ale bylo by to bez PDZ jiné?

To se fakt špatně hodnotí, ale já mám pocit, že mi PDZ pomohlo hlavně v tom roce 2017 tím, že mi nabídlo tu práci peera. Do toho roku 2017 mi pomáhalo hlavně to, že s Vaškem ty schůzky byly hodně na partnerské

bázi, to bylo skvělé. Že jsem chodila do klubu a na páteční čtení s Vaškem. To se mi líbilo, že mi někdo četl, já se mohla schoulit a nemusela jsem nic.

Já tam vím o jednom zásadním momentu vaší spolupráce s Vaškem, kdy se ti zhoršil zdravotní stav...

Jo jo, to je pravda. Tam mi PDZ výrazně pomohla. Vašek na mě poznal, že se něco děje a odvezl mě se svým kolegou Dušanem k mé psychiatrice. A paní doktorka, tím asi že viděla nějaké zázemí ve spolupráci s PDZ, tak mi nabídla ambulantně řešit tuhle krizi a já jsem to využila. Byla jsem pak v častějším kontaktu s Vaškem, telefonicky i osobně, a tak se zvládla ta krize z domova. Rozhodně tam byl mnohem rychlejší návrat do běžného života, nedostala jsem postpsycho- tickou depresi, jen se vlastně trochu navýšily léky a ty se pak zase snížily, takže jsem z toho života tak nevy- padla. Dokonce jsem jako práci tehdy měla u Pferdy žehlení prádla a chodi- la jsem dál i do práce. Sice to prádlo vypadalo hrozně, ale snažila jsem se soustředit na manuální činnost. A to mi pomáhalo.

A to bylo poprvé, co jsi to mohla řešit touhle cestou a ne hospitalizací?

Jo, to bylo poprvé a zároveň taky naposledy, protože to byla zatím má poslední ataka.

A potom v roce 2016 tě oslovil Vašek s tím, že se vytváří nové místo peera...

No, ono ten zrod toho místa procházel různými peripetemi, takže se to uskutečnilo až v roce 2017, ale oslovení bylo už v roce 2016.

A proč jsi do peerství šla?

Já vím, že se říká ta o pomoci druhým, ale já chtěla na prvním místě pomoci sobě. Jednak finančně to pro mě bylo zajímavé a byla to zároveň pro mě výzva. Já jsem byla vlastně zvědavá, jestli to zvládnu. Nevěděla jsem ani moc, co to obnáší, měla jsem jen nějaké teoretické informace, co je náplní práce. Vzala jsem to fakt jako výzvu.

Předpokládám, že když jde člověk do něčeho neznámého, tak má nějakou obavu. Jaká byla ta největší u tebe?

Asi taková ta obava, co by se stalo, kdyby se mi zhoršila nemoc. Kdybych se zhoupla, co by se stalo se mnou a tou prací. Jestli bych dostala vý- pověď nebo jestli bych to mohla dál vůbec dělat. Jo, a ještě jedna obava, z veřejného vystupování.

A tu už jsi překonala?

Jo. ☺

Peerem jsi byla 3 roky a teď nastává nové období, nová role, a to je pracovník v sociálních službách. Tam jsou nějaké obavy?

Mně se úplně hrnou slzy do očí... Obavy, jako se vším novým, co přichází... Trošku nejistoty... Jestli to zvládnu, jestli mi to bude vyhovovat, jestli se mi nebude stýskat po peer- ství. To je to, proč se mi hrnou slzy do očí, protože jsem si uvědomila, že jsem tím hodně získala a tím, že jsem teď o to vlastně přišla. Je pryč to, co jsem si vybudovala – sebevědomí šlo zase o něco zpátky dolů, hlavně co se týká pracovních znalostí a dovednos-

tí. Musím se znova začlenit v týmu se změnou nové pozice. Uvidím, co mi to přinese s nástupem nového peera. Nejtěžší bude teď ty tři roky upozadit a vybudovat na tom pozici pracovníka v sociálních službách.

„Je to zase výzva. Je to posun.“

Na konci roku 2019 jsem už cítila, že moje životnost peera je u konce. Cítila jsem určitou stagnaci a chtěla jsem, aby se to pohnulo dál. A ono se to pohnulo.

A už dám poslední otázku – co podle tebe znamená PDZ pro lidi s duševním onemocněním?

Myslím, že pomáháme lidem otevřít pomyslné dveře, o kterých se jim ani nezdá v té situaci, ve které se nachází.

Rozhovor vedla Pavla Mňuková

„SPOLUPRÁCE S TERÉNNÍ SLUŽBOU MÁ POUZE PLUSY“

MUDr. LENKA KASÍKOVÁ

Doktorka Lenka Kasíková je psychiatrička, u které na Vás při vstupu do ordinace dýchne pohoda – tichá hudba, vonné svíčky a její usměvavá tvář Vás pozve dál. V Náchodě působí od roku 2014 a od té doby spolupracuje i se zdejším střediskem PDZ.

Paní doktorko, jak dlouho se věnujete psychiatrii a co Vás vlastně právě k tomuto oboru přivedlo?

Psychiatrii se věnuji od roku 2001, kdy jsem ukončila studium na 1. lékařské fakultě. O studiu na lékařské fakultě jsem snila prakticky již od základní školy, ale bohužel jsem se k němu dostala pro složitou rodinnou situaci až v 25 letech.

Domnívala jsem se a stále se domnívám, že mysl a vědomí je v příčinách onemocnění prvotní. Psychiatrie v tomto směru samozřejmě učinila pokroky, ale nikoli tak velké, jak jsem čekala. Věřím ale, že v kontextu s celostním přístupem k medicíně další pozitivní změny přijdou. Každopádně obor psychiatrie se zabývá stejně jako ostatní obory medicíny diagnostikou a léčením onemocnění. A já jsem velmi šťastná, že jsem si tento obor vybrala, s každým příběhem, který od lidí slyším, se cítím bohatší.

Vím, že máte zkušenosti ze spolupráce s terénními sociálními službami již z dřívějších let. Co Vás na terénních službách zaujalo?

Než jsem otevřela svojí vlastní praxi, pracovala jsem v RIAPSu Trutnov. Zkušenost v oblasti spolupráce

s terénní službou tedy mám. Takováto spolupráce má z mého pohledu pouze plusy. Pro lékaře především v tom, že pokud klient souhlasí s poskytováním informací, může se lékař dozvědět další věci, k nimž jinak nemá šanci se dostat – třeba co klientovi dělá v běžném životě problém a sám si to třeba ani neuvědomuje, no a v čem naopak vyniká. Už se mi i stalo, že na základě informací tohoto druhu mohla být stanovena správná diagnóza a tedy i nastavena správná léčba. Psychiatrie nemá objektivní laboratorní testy, lékař je tedy při vyšetření odkázán na informace od pacienta.

Od roku 2014 působíte jako ambulantní psychiatr také v Náchodě a myslím, že v tom samém roce jste začala spolupracovat i s námi. V čem vidíte výhody/nevýhody spolupráce se sociální službou v terénu?

Za spolupráci s PDZ jsem velmi vděčná ze svého profesního hlediska – viz co již bylo řečeno.

„Především ale vidím velký přínos pro Vaše klienty.“

Nesporné výhody vidím v tom, že je lidem poskytnuta pomoc v situacích, se kterými mají problém. Je poskytnuta pomoc v úředních jednáních, doprovodu k lékaři; lidé jsou podporováni, aby si trénovali situace, kterých se obávají; jsou podporováni ve svém rozvoji; v neposlední řadě je důležitá lidská účast, vztah. To jsou léčebné prostředky někdy možná účinnější než léky.

Jako PDZ slavíme letos 25. výročí vzniku. Můžeme Vás požádat o nějaké „narozeninové“ přání do dalších let?

Vaší organizaci přeji, aby vzkvétala a rozvíjela se. Myslím, že funguje skvěle, a to především proto, že stojí na skvělých lidech. Přeji tedy každému pracovníkovi, aby ho práce v organizaci naplňovala, abyste měli skvělé vztahy jak mezi sebou, tak i s klienty, aby vás práce bavila. Jsem velmi ráda a poctěna, že s vaší organizací mohu spolupracovat.

Rozhovor vedla Hana Hejzlarová

„PODSTATNÉ JE SE NEHROUTIT A NĚJAK VYDRŽET“

MARTINA

Martina je samostatnou mladou maminkou, která byla klientkou střediska Rychnov nad Kněžnou od roku 2010 do roku 2018. Během spolupráce s PDZ procházela Martina nespočtem životních změn – období po rozvodu, stěhování, osamostatňování se s dvěma malými dcerami, nástup do nového zaměstnání i udržení si práce. Martina je člověkem, který přijal svoje onemocnění a žije naplno.

Vy jste byla jednou z prvních klientek rychnovského střediska, pamatuje si na začátky spolupráce?

Bohužel si moc nevzpomínám. Je to přeci jen řada let, ale vím, že to byla dobrá volba a dodnes jsem za tu spolupráci opravdu ráda. Hodně mi to pomohlo.

Jaké bylo mluvit s cizími lidmi o svém soukromí a potížích?

Myslím si, že jsem se svěřila do péče skvělé organizace. Usuzuji z toho, jaký jsem měla pocit právě z těch lidí, kteří ji vedli a stále vedou. Měla jsem pocit, že se jim mohu svěřit a nebudou mne za to odsuzovat ani to dál rozšiřovat.

V čem pro Vás byla spolupráce s PDZ, kde jste byla klientkou 8 let, významná? Co byste „vypíchla“?

Hlavně si vybavuji zhoršení svého stavu a jak jsme to s tehdejší pracovníci zvládli. Ten odjezd do Fakultní nemocnice v Hradci Králové, kde se o mne bezvadně postarali.

Jste maminkou samoživitelkou dvou báječných dcer. Jak lze zvládnout duševní nepohodu a péči o děti? Co je při tom podstatné?

Děkuji za otázku! Asi se nehroutit a tak nějak vydržet. 😊

Myslíte, že Vaše širší okolí ví o Vašem onemocnění?

Na první pohled možná veřejnost nic neví, tedy doufám. Víc to vnímám při častějším kontaktu. Možná mne čekají úplně jinou, než jsem. A jsou překvapení. Nedokážu navázat tolik vztahy a s očním kontaktem mám taky dost problém.

Prošla jste v průběhu let významnou úzdavou. Co nebo kdo Vám v tom nejvíce pomohl?

Určitě rodina a mí blízcí. Chtěla bych poděkovat mamince, která pohlídala dcerky, když bylo potřeba.

Co byste poradila těm, kteří se potýkají s duševní nemocí, aby ji měli pod kontrolou jako Vy?

Každý to máme jinak. Mně hodně pomáhá hudba. Poslední dobou také zajímají lidé. Přečíst si v časopise

rozhovor s inspirativním člověkem je moc fajn a posune vás to dál. Minimálně máte o čem přemýšlet.

Jste od roku 2016 zaměstnána v sociálním podniku. V čem je pro Vás důležité pracovat a přemýšlíte o nějakém dalším osobním rozvoji, ať už pracovním či osobním?

Je důležité nezavřít se mezi čtyřmi zdmi a pracovat na sobě. Určitě bych chtěla oprášit řidičské schopnosti, ale už se nezhroutím z toho, když se mi to nepodaří. Postupně bych se chtěla vzdělávat ve své nemoci a třeba nějaké informace a zkušenosti předat dál.

A poslední otázka – pokud by někdo váhal, zda má služby PDZ využít, doporučila byste mu to? A pokud ano, tak proč?

Myslím si, že využít služby PDZ je prospěšné. Už jen to se někomu svěřit nebo se setkávat a jen tak pobýt v klubu PDZ.

Rozhovor vedla Pavla Mňuková

Vydal: Péče o duševní zdraví, z. s.
Bělehradská 389, 530 09 Pardubice
www.pdz.cz

Uspořádal: Michaela Venclová

Rozhovory vedl: Anna Bočková, Hana Hejzlarová, Kateřina Kálesová, Lucie Kopecká, Pavla Mňuková, Věra Moravcová,
Iva Sýkorová, Barbora Urbanová, Michaela Venclová

Ilustroval: Jan Novotný

Graficky zpracoval: Radek Tejkl

