



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost

# “JAK PRACUJEME S MODELEM ART V NAŠÍ PRAXI”

Metodika Modelu ART  
organizace Domov Na cestě

DOMOV  
NA  
CESTĚ



## OBSAH

Předmluva .....	2
<b>PROČ ART?</b> .....	3
<b>CO JE ART:</b> .....	3
<b>ART V PRAXI</b> .....	7
Intervence, které mohou pomoci obnovit stagnující proces zotavení.....	7
Sedm základních kroků v rámci ART .....	7
Specifické intervence podporující zotavení.....	9
<b>CÍTIT SE V BEZPEČÍ</b> .....	11
Některé aspekty pro vytvoření bezpečného prostředí: .....	11
Navýšení péče v rámci ART.....	12
Příprava na odchod .....	13
Složení týmu .....	13
<b>IMPLEMENTACE ART</b> .....	13
Ukázka z online tematických setkávání nad kapitolami Modelu ART s týmem a odborným garantem .....	15
<b>ZMĚNY SMĚREM K PÉČI PODLE METODY ART</b> .....	19



## Předmluva

Tento materiál vznikl v rámci projektu „Podpora a rozvoj komunitních služeb v potransformační fázi ve Skutči“ a odráží získané zkušenosti se zaváděním Modelu ART v Domově Na cestě. V návaznosti na Model CARE, který je již v organizaci zavedený a který považujeme za základ praxe, jsme se zaměřili především na vybraná témata z Modelu ART, která se ukázala v rámci dlouhodobé péče o lidi s duševním onemocněním jako významná a kterým nebyla dosud věnována dostatečná pozornost. Vzhledem k tomu, že Model ART je koncipován především pro služby poskytující dlouhodobou zdravotní péči a je zasazen do systému péče v Nizozemí, bylo třeba u některých kritérií Modelu ART zohlednit podmínky poskytování služeb v České republice. Jako hlavní zdroj pro vytvoření metodiky jsme využili zkušenosti z realizovaných auditů věrnosti Modelu ART, zkušenosti z odborných stáží a především metodickou příručku Modelu ART:

Tom van Mierlo, Lisette van der Meer, Yolande Voskes, Bram Berkvens, Bert Stavenuiter, Jaap van Weeghel. *PRAKTICKÁ PŘÍRUČKA K METODĚ založené na aktivním třístranném partnerství pro zotavení (Active Recovery Triad) ART aneb co dělat, když zotavení v dlouhodobé psychiatrické péči stagnuje. (přeloženo z holandského originálu De kunst van ART Werkboek Active Recovery Triad, Wanneer het herstel in de langdurige psychiatrische zorg stagneert, 2016, de Tijdstroom Uitgeverij, Utrecht), Domov Na cestě, Skuteč, 2022. [www.domovnacesta.cz](http://www.domovnacesta.cz)*

V metodice odkazujeme na tuto publikaci číslem stránky českého vydání překladu, abychom zabránili nadbytečnému kopírování přímých citací textu. Metodika se zaměřuje především na zachycení klíčových témat a postupů Modelu ART, se kterými tým Domova Na cestě v rámci implementace pracoval. Postupně tak vznikaly také interní metodické materiály, které jsou zmíněné názvem.



## PROČ ART?

### Co nás zaujalo...

- ✓ základní východiska a postupy modelu CARE, který máme již v praxi zavedený, je v souladu s Modelem ART, který určitá témata dále specifikuje a nabízí doporučení pro konkrétní organizaci péče
- ✓ ART říká „co dělat, když zotavení v dlouhodobé psychiatrické péči stagnuje.“<sup>1</sup>
- ✓ přináší rovnost – jsme s klientem na jedné úrovni - na názoru klientů záleží - jsou partnery ve spolupráci i ve vytváření/zkvalitňování služby
- ✓ expertem na svůj život a své zotavení je klient sám (pracovníci jsou podporou a vytváří příležitosti pro učení se a změnu)
- ✓ → umět každého povzbudit: když dnes není dobrý den, zkusíme to zítra, každý den je nový začátek, nová příležitost
- ✓ přehodnocování – lidé se mění (i diagnóza), přání a potřeby se mění, okolnosti a podmínky se mění – kupředu
- ✓ když se zdá, že věci stagnují, je na čase spojit všechny síly, přizvat další odborníky, nezávislé osoby a podívat se na to ještě jinak - skutečně jsme již vyzkoušeli vše, co bylo možné?
- ✓ **aktivní** spolupráce s rodinou a blízkými - zotavení se týká každého, klienta i jeho podpůrné sítě, na zotavení by člověk neměl být sám
- ✓ naděje a pozitiva – „čemu věnujeme pozornost, to roste“
- ✓ už zkoušení je úspěch, každá zkušenost je příležitost k učení a růstu
- ✓ snaha normalizovat = všimnout si, rozvíjet a vytvářet možnosti (příležitosti) v komunitě

## CO JE ART:?

Filozofie ART: „nenecháme ty lidi padnout“, tj. za 3 roky spojíme síly a uděláme všechno pro to, aby klienti mohli žít lépe → je v tom práce s nadějí směrem ke klientům, pracovníkům i blízkým klienta.

*„Největší výzvou pro metodu ART je posílit začlenění do každodenního života, výrazně omezit využívání metod založených na donucování a omezování a nabídnout perspektivu naděje. Vše se odehrává v rámci třístranného partnerství, které tvoří klient, jeho blízcí a odborní pracovníci.“<sup>3</sup>*

---

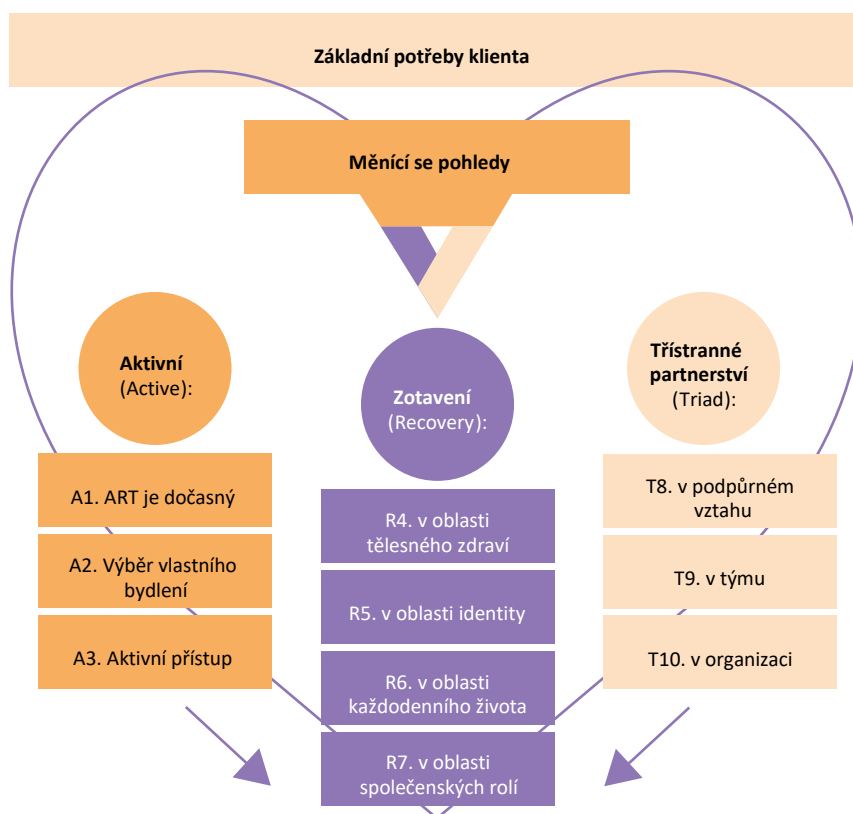
<sup>1</sup> Podtitul knihy Umění ART - praktická příručka k metodě ART založené na aktivním třístranném partnerství pro zotavení (Active Recovery Triad)

<sup>2</sup> Poznámky z minikonference MODEL ART online 8. 12. 2020

<sup>3</sup> str. 6



## ART = aktivní zotavení v Triádě: srdce ART<sup>4</sup>



### A jako AKTIVNÍ:

- Pro obnovu procesu zotavení je třeba **proaktivní přístup** všech zúčastněných.

Aktivní klient – je ochoten přijímat výzvy, ví o svých silných stránkách, cítí podporu, aby hledal a zkoušel nové cesty, učí se podstupovat přiměřená rizika a rozumí tomu, že jsou součástí procesu zotavování.

*„Strauss a kol. (1985) již dříve varovali před rizikem příliš mnoha změn najednou. Prostřednictvím metafory mountain climbing (výstupu na horu) vysvětlovali, že pacienti musí nejprve získat „pevnou půdu pod nohama“ v jedné oblasti života, například v oblasti bydlení, a teprve potom udělat další krok v jiné oblasti, například v práci či ve vztazích (Akční plán pro léčbu, poradenství a podporu vážných duševních onemocnění, 2014).“<sup>5</sup>*

*„Klientské organizace již před lety přišly s pojmem the dignity of risk: i lidé s postižením mají právo a sílu podstupovat rizika v rámci svého zotavení. Naučit se, co jsou přiměřená a co již nepřiměřená rizika, je důležitým cílem jak při rehabilitaci, tak při zotavení (či jeho podpoře).“<sup>6</sup>*

<sup>4</sup> str. 13

<sup>5</sup> str. 14

<sup>6</sup> str. 14



Aktivní profesionál – Na první místo spolupráce klade klientův proces zotavení. Z odborníka, který intervnuje, se stává podpůrným pracovníkem, který se snaží co nejlépe poznat a podpořit člověka, se kterým pracuje. To nelze bez skutečného zájmu o člověka a ochoty vložit do spolupráce i něco ze sebe. Tento způsob práce často vyžaduje od profesionálů změnu v přístupu a aktivní práci na sobě.

Aktivní rodinný příslušník nebo blízký klienta – obdobně jako lidé z profesionální sítě mohou blízcí a rodina měnit perspektivu a pozici, ze které ve vztahu ke klientovi vystupují. Blízcí nejsou jen zdroj energie pro obnovu procesu zotavení. Chceme také jim dávat možnost zotavit se, přijímat podporu od formálních i neformálních zdrojů, aby i oni mohli situaci dobře zvládat a byli pro klienta tím, kým mají být - rodinou a blízkými.

- **Časové omezení** vytváří perspektivu budoucnosti. Podněcuje spolupráci nejen v Triádě, ale i s následnými službami.

*„Péče ART se vyznačuje mimo jiné tím, že léčba a podpora je dočasná (maximálně tři roky, pokud...). Vždy se tedy z principu snažíme, aby klienti z programu odcházeli a bydleli samostatně, pokud neexistuje dobrý důvod, proč by to (ještě) nebylo možné nebo žádoucí. Znamená to, že odchod klienta a ukončení péče ART je od počátku implicitně či explicitně bráno v potaz. Od počátku je zřejmé, čeho je potřeba dosáhnout, na čem se musí pracovat a kdy je člověk zralý, aby postoupil dále. Proces ukončování je stejně důležitý jako začátek.“<sup>7</sup>*

V našich službách toto řešíme smlouvami o poskytnutí služby na dobu určitou – nejdéle 3 roky – a pravidelnými schůzkami – viz metodický materiál „Přehodnocování poskytování služeb a ukončování“: *„S klientem v rámci spolupráce pravidelně vyhodnocujeme jeho spokojenost se službou, jeho přání, potřeby a cíle, především prostřednictvím individuálního plánování – práce s Osobním plánem. Toto reflektujeme i společně v týmu pravidelně na poradách, metodických intervizích či v rámci supervize (podíváme se na cíle klienta, jeho Osobní plány, Osobní profil, zdravotní stav apod.). Ideálně spolu s klientem a dalšími zainteresovanými osobami (rodina, opatrovník, významní lidé pro klienta) mluvíme o tom, jak klienta dále podpořit v zotavení, o jeho dovednostech, které klient ve službě získal nebo rozvinul, mluvíme o tom, o co chce klient dále usilovat, kam se může posunout, zda se nezměnila jeho situace a potřebnost poskytování služby.“*

- ART staví na možnosti **výběru vlastního bydlení** – aby klient mohl žít v místě a způsobem, jaký mu vyhovuje.

Pokud (zatím) není možné naplnit představy klienta o bydlení, snažíme se jeho přání co nejvíce přiblížit. Může se to týkat může se to týkat např. i výběru pokoje nebo některých úprav prostředí, vybavení osobními věcmi atd. Mapujeme představy a preference v této oblasti a vytváříme příležitosti pro vlastní rozhodování klienta, jak jen je to možné.

## **R jako RECOVERY:**

- zaměření na zotavení rozumíme tak, že nemusí jít o kompletní remisi, mohou to být malé krůčky. Zaměřujeme se na podporu procesu zotavení v několika oblastech:

---

<sup>7</sup> str. 32



- ✓ Zdraví (duševní i fyzické) → aneb jak pečovat o své psychické a fyzické zdraví, jakou potřebuji podporu, mít snadný přístup k informacím, vzdělávání, mít možnost výběru a snadnou dostupnost potřebných služeb atd. Je třeba spolupracovat se všemi odborníky, specialisty nevyjímaje.
- ✓ Identita → aneb posílit vědomí toho, kdo jsem, znovu si uvědomit, o co se v sobě opírám, z čeho vycházím, co je pro mě podstatné a co si přeji, získat větší autonomii ve svém životě
- ✓ Každodenní život → aneb jak trávím čas, co dělám, co potřebuji, aby mě život bavil, jak se o sebe a své věci starám, jak zvládám každodenní povinnosti a rutinu jako nákup, vyprat si atd.
- ✓ Společenské role a zapojení do komunity → aneb jaké jsou mé role, co mě zajímá, co dělám mimo "domov", čeho se chci účastnit, čím mohu druhým přispět, jak se mohu uplatnit.

**Interní metodické materiály:** Zotavení, Plán zotavení ve 4 oblastech, Nástroje pro rozvoj v oblastech zotavení, pomocné otázky

### **T jako TRIÁDA:**

Klient + blízcí + tým

Triáda vytváří prostředí, ve kterém se klient cítí bezpečně, je viděn, zván a vyzván k práci na zotavení.

*„Klienti vědí, že pracují modelem ART, setkání 2x ročně (hodnocení péče) - Do čeho chceme vkládat energii? V čem se chcete zotavit – náplň dne, zajištění potravin...? Od „víme, co Vám pomůže“ k ptaní se „jak Vám můžeme pomoci?“ Hledat silné stránky klientů, talenty, zvrátit náhled, že už to nikam nejde.“<sup>8</sup>*

- **Třístranné partnerství v podpůrném vztahu**

*„Význam zkratky ART je tak vykládán nejen jako aktivní třístranné partnerství pro zotavení, ale někdy také jako aktivní zotavení třístranného partnerství.“<sup>9</sup>*

- **Třístranné partnerství v týmu**

Spolupracující tým složený z různých profesí včetně lidí s vlastní zkušeností nebo peer rodinných příslušníků, který umí být věcný i inspirativní a je schopen dialogu. Jedná se také o získávání zpětné vazby k práci týmu a k péči a rozvíjení námětů pro zlepšení péče.

- **Třístranné partnerství v organizaci**

V organizacích pracujících metodikou ART se klienti a jejich blízcí od samého počátku podílí na tvorbě strategií organizace.

Velmi často naši klienti nemají rodinu, nestýkají se s ní: „ten, kdo nemá žádné kontakty, i tam je třeba se podívat: „s kým ses dříve stýkal, koho jsi měl rád, sportoval jsi...koho bys rád ještě viděl...proč se to

---

<sup>8</sup> Zápisky z online stáže 12. 10. 2021 v organizaci pro péči o duševní zdraví „GGZ Westelijck Noord Brabant“

<sup>9</sup> str. 18



*nedají? Stydíš se za nemoc? Jiné důvody? Co sestra – můžeme jí napsat...jednou se potkat...třeba se něco stane.*<sup>10</sup>

Vždy má smysl usilovat o obnovu nebo vytvoření sítě vztahů mimo prostředí služby. I velmi blízký, lidský, otevřený profesionální vztah stále zůstává zarámován “službou” a nemůže plně nahradit osobní vztahy s blízkými. “Vy se se mnou bavíte, protože jste za to placená”, jak kdysi sdělil jeden z našich klientů. **Chceme, aby lidé, se kterými pracujeme, mohli zažívat, že jsou víc, než “něčí práce” a že mají někoho, komu mohou věřit a komu na nich opravdu záleží.**

**Interní metodické materiály:** Rodina, blízcí, opatrovník klienta

## ART V PRAXI

Intervence, které mohou pomoci obnovit stagnující proces zotavení

**Základem péče ART je hledání, nalezení a obnovení životní perspektivy.**

Sedm základních kroků v rámci ART

Názvy kroků jsou podle metodiky ART (podrobněji popsány v publikaci). Obsahem je to, co používáme nebo chceme používat:

### 1) Příjem a vyhodnocení kritérií pro zařazení do péče ART

Nový klient musí z přístupu pracovníků poznat, že to JDE jinak, že má novou šanci. Aby si zrekapituloval, co se stalo, co si přeje, jaké má cíle a priority, mohou pomoci otázky:

- „- Co se s tebou stalo?
- V čem jsi zranitelný a v čem jsi silný?
- Kam se chceš dostat?
- Co k tomu potřebuješ?“<sup>11</sup>

U klienta, který je u nás ve službě již delší dobu, je třeba položit si otázku:

- Podporuje současná forma péče zotavení v nejvyšší možné míře, jakou můžeme klientovi nabídnout?<sup>12</sup>

### 2) Vybudování a udržení kontaktu

ART staví na tom, že první setkání je klíčové pro další průběh péče a podpory a získání důvěry klienta. Důležitá otázka pro tuto fázi je:

---

<sup>10</sup> Zápisky z online stáže 13. 10. 2021 v organizaci sdružující rodinné příslušníky MIND Ypsilon

<sup>11</sup> str. 20

<sup>12</sup> str. 21





*„Kdo by ti podle tvého názoru mohl ve tvém procesu zotavení pomoci?“<sup>13</sup>*

Tak se otevírá možnost přizvat do spolupráce lidi, kteří jsou pro klienta důležití.

**Interní metodické materiály:** Klíčový pracovník klienta a jeho role

### **3) Setkání za účelem plánování a koordinace péče (tzv. ZAG - ZorgAfstemmingsGesprek)**

Metodika ART mluví o plánování přechodu do péče ART, což u nás odpovídá vstupu klienta do služby.

**Interní metodické materiály:** Jednání se zájemcem o službu, Nový klient ve službě

### **4) Obnovení individuální podpůrné skupiny (tzv. Resource Group)**

Často máme ve službě klienty, kteří již nikoho blízkého nemají nebo s nikým nejsou v kontaktu. ART metodika říká, že téměř pokaždé je *„možné jasně označit moment, kdy došlo ve vztazích ke zlomu. A téměř pokaždé má smysl podívat se, zda by se na vztazích nedalo něco vylepšit, a to dokonce i když klient tvrdí, že je takto zcela spokojen“*.<sup>14</sup>

ART staví na společném rozhodování a investici do vztahů.

*„Je spousta klientů, kteří nechtějí, aby někdo oslovil jejich rodinu. Záleží, jak se ptám: „souhlasíte, že bude zapojena rodina?“ x „vaše rodina se zapojí – koho chcete oslovit?“*

*Dotaz není JESTLI, ale KOHO přizvat do spolupráce. Od koho člověk získal nejvíc podpory?*

*Nechci kontakt s matkou – vždy je nutné to zkusit: „třeba to pomůže?“<sup>15</sup>*

Zaměření na obnovu vztahů rozumíme tak, že citlivě, s respektem a vědomím možných zranění z minulosti, otevíráme otázku, kdo jsou pro klienta důležití lidé v jeho životě a nabízíme možnost zkusit obnovit vztahy i tam, kde už v to člověk nedoufal nebo věc “uzavřel”. Ošetření “starých zranění” může být někdy právě tím podstatným krokem k probuzení naděje a touhy se zotavit. To se týká jak člověka samého, tak jeho blízkých. Vytvoření prostoru pro vyjádření myšlenek, pocitů, prožitků, co se “tehdy” stalo, nabídnutí terapeutické podpory, pokud je to třeba, rekonstruovat vzpomínky na společný čas, který byl pro lidi důležitý, může pomoci obnovit vztahy, které byly duševním onemocněním a pobytem v psychiatrické péči narušeny.

Abychom věnovali pozornost potřebám rodin, vznikla sada kartiček s tématy, která obvykle rodiny zajímají a která jim můžeme nabídnout, abychom je podpořili. Jsou námětem pro rozhovor jak individuálně, tak ve skupině.

**Interní metodické materiály:** Moje otázky, můj život

---

<sup>13</sup> str. 21

<sup>14</sup> str. 21

<sup>15</sup> Zápisky z online stáže 13. 10. 2021 v organizaci sdružující rodinné příslušníky MIND Ypsilon



## 5) Seznámení se s pojmem zotavení

Pojem zotavení je třeba neustále vysvětlovat všem zúčastněným, připomínat si fáze zotavení a s tím související motivaci pro změnu (viz příloha č. 1: Zotavení).

Práce peer pracovníků a peer rodinných příslušníků může přinést významné informace o zotavení např. díky sdílení příběhů zotavení, edukaci a podpoře v rámci zaměřených programů nebo v rámci svépomocných skupin atd.

## 6) Základní potřeby, silné stránky a přání

K zachycení přání, potřeb a silných stránek klienta v naší organizaci používáme nástroje Modelu CARE. Je důležité společně znovu hledat osobní identitu klienta jako člověka, ne pouze klienta. Nejde zde o vyplnění formulářů, jádrem je skutečný zájem o člověka, lidská blízkost, přítomnost a doprovázení v životě. Tak můžeme člověka nejen lépe poznat, ale také mu pomoci zvědomit si, o co se může opírat, pomoci mu znovu nalézt odvalu si přát, dovolit si chtít od života více, najít znovu vědomí a důvěru v sebe sama. Pokud jsou do tohoto procesu zapojeni i blízcí, je to podpůrné jak pro člověka samotného, tak pro rodinu a blízké.

Několik pracovníků prošlo vzděláváním v metodě YUCEL (<https://www.yucelmethode.nl/>), která pomáhá člověku v procesu zotavení vizualizovat si své opory (silné stránky) a zátěž, kterou ve svém životě zažívá, formulovat si představu o svém životě a zaměřit se na plánování a kroky směrem k zotavení.

**Interní metodické materiály:** Od mapování k cílům

## 7) Integrovaný plán péče a podpory založený na přáních souvisejících se zotavením

*„Odborníci si musí položit následující otázku: Jaká péče a podpora (v užším smyslu slova) je potřeba k uskutečnění klientových cílů týkajících se zotavení? Pro pracovníky týmu a blízké platí: Jakou podporu mohou poskytnout? Čím mohou přispět, aby se klientovy cíle v oblasti zotavení naplnily? A v neposlední řadě platí pro klienty: Co mohou udělat já sám, abych v rámci třístranného partnerství dokázal uskutečnit své cíle?“<sup>16</sup>*

**Interní metodické materiály:** Od plánů k akci

## Specifické intervence podporující zotavení

Jak mohou jednotliví účastníci třístranného partnerství podpořit zotavení člověka, který je v centru péče (opět uvádíme možnosti v našich podmínkách):

**Jak mohou na svém zotavení pracovat lidé sami, co nabízíme pro podporu zotavení:**

---

<sup>16</sup> str. 24



- svépomocná skupina a setkání či semináře vedené peer pracovníky na různá témata (např. cyklus Mluvíš mi z duše; skupina Slyšení hlasů, práce s vlastním příběhem zotavení)
- individuální konzultace a práce se specifickými tématy spolu s peer pracovníkem, klíčovým pracovníkem či specialistou
- workshopy od organizace Nevypusť duši; Škola zotavení (CRPDZ)
- mobilní aplikace typu Nepanikař; Calmio, VOS, online poradna Stopstigma apod.
- aktivní práce s plánem časných varovných příznaků (Semafor) nebo Krizovou kartou (Model CARE),
- vzdělávání a edukace např. kufřík Cesta, společné vzdělávání BOZP, kurz první pomoci, kurz zdravého životního stylu/zdravého vaření, management medikace
- realizace osobních projektů v Taksisu, např. vydání básní, šití kabelky, výroba šachů atd,

*„Recovery college učí lidi přemýšlet o svém životě a o svém zotavení. Emma narazila na projekt Fameus „zotavení je ve vašich rukou“. Pomohlo jí, že se setkává s lidmi, co řeší podobné věci. Také si dlouho myslela, že nejdůležitější je najít správné léky, pak se dozvěděla o fázích zotavení a uvědomila si, že když o sobě bude mluvit a přemýšlet, posune se v zotavení.“<sup>17</sup>*

*„HERSTEL XL kromě jiného nabízí účast na skupinách zaměřených na zotavení. Příklad: poetická skupina pomáhá klientům uvědomit si, že jsou to oni, kdo stanovuje své zotavení – jako jsem tvůrce básně, jsem tvůrce svého života.“<sup>18</sup>*

#### **Jak může rodina a blízcí klienta podpořit zotavení a jakou podporu nabízíme pro rodinu a blízké:**

- společné aktivity (procházka; sportování...) nebo samotná přítomnost blízkých podporuje zdravé chování
- zapojení rodiny a blízkých do práce v triádě (plánování, podpora kroků v plánu, hodnocení spokojenosti se službou, spolupráce při zhoršení zdravotního stavu)
- nástroje podporující zlepšení vztahů (např. besedy Moje jméno není diagnóza)
- pravidelné setkání s rodinami v rámci střediska, kde je prostor pro potřeby rodiny a blízkých
- workshopy a odborné přednášky na témata spojená s duševním onemocněním a zotavením
- zprostředkování kontaktu na skupiny pro rodiny v regionu, psychoterapii nebo jinou odbornou pomoc v případě potřeby (např. i pečovatelská služba, asistence pro ně samé)
- aktivní kontaktování a zájem o to, jak se rodině a blízkým daří - klíčový pracovník proaktivně kontaktuje rodinu a blízké, zprostředkovává informace a zajímá se o to, jak se jim daří a zda něco nepotřebují. Mohou využít Karty pro rodinu pro rozšíření nabídky témat pro rozhovor.

*„Rodina investovala obrovskou energii do péče o dceru – může říct: „dceru, poskytovatelé, sorry, už nemůžu!“ Poskytovatel: „rádi bychom s Vámi mluvili o vás, jak se VÁM daří, co jste všechno vyzkoušela, zklamala vás dcera – péče – vy sama sebe? Jak jste to dokázala takhle dlouho? My jsme vás potřebovali dlouho ke spolupráci, ale teď: jak můžeme pomoci vám, jak vám může pomoci vaše dcera? Je pro nás*

<sup>17</sup> Zápisky z online stáže 11. 10. 2021 ve Fameus – Recovery college

<sup>18</sup> Zápisky z online stáže 12. 10. 2021 v GGZ Westeljik Noord Brabant



*důležité vás poslouchat, teď jste unavená, nemůžete dál, vy nás zajímáte, chceme slyšet vaši stranu příběhu – nejste jen „pomůckou“ pro dceru.“<sup>19</sup>*

### **Jak může podpořit zotavení pracovník (specifické postupy na podporu zotavení):**

- psychoedukace (kufřík Cesta, semináře, workshop, pracovní listy, individuální schůzky atd.)
- nástroje Modelu CARE (např. práce s plánem časných varovných příznaků)
- spolupráce s odborníky na závislosti (LAXUS) a pracovníky CDZ
- Otevřený dialog (Open Dialogue)
- Motivační rozhovory
- zotavení v oblasti tělesného zdraví (životní styl, zdravé vaření, karty pozitivní zdraví) a duševního zdraví (trénink kognitivních funkcí, trénink sociálních dovedností, např. jak rozumět komunikaci druhého, jak vhodně reagovat)
- Metoda Yucel
- setkání či semináře vedené peer pracovníky na různá témata (např. cyklus Mluviš mi z duše; skupina Slyšení hlasů, práce s příběhem zotavení)
- Validace (Naomi Feil), reminiscenční terapie
- podpora ve vytváření vlastních strategií zvládnutí, trénink zvládnutí agrese, trénink kognitivních funkcí nebo nalezení kompenzačních strategií

**Interní metodické materiály:** Plán zotavení ve 4 oblastech

## **CÍTIT SE V BEZPEČÍ**

*„Musíš se cítit tak bezpečně jako doma ‘a ‘Jsi v bezpečí, pokud se v bezpečí cítíš‘ jsou motta, jimiž se ART řídí. Znamená to, že pocit bezpečí se buduje ve spolupráci s lidmi, kteří jsou pro klienta důležití, a pokud to jen trochu jde, tak v klientem zvoleném sociálním prostředí a v napojení na společnost.“<sup>20</sup>*

### **Některé aspekty pro vytvoření bezpečného prostředí:**

- bezpečí vlastního domova, prostředí, které může člověk aktivně ovlivnit a upravit si dle svých potřeb, respekt k soukromí, přítomnost lidí, na které se může člověk obrátit a kterým důvěřuje (např. pracovníci jsou k dispozici, jsou dostupní, klienti vědí, na koho se mohou obrátit, jsou jasné informace o tom, co se bude dít apod.)
- společné utváření tradic (společných dohodl) v bydlení, možnost ovlivnit znění domovního řádu
- prevence relapsu a předcházení symptomům, krizi, užívání drog a sklonům k sebevraždě, proaktivní přístup pracovníků, používání deeskalačních technik (<https://www.safewards.net/cs/>), zájem o člověka, princip přítomnosti

<sup>19</sup> Zápisky z online stáže 13. 10. 2021 v organizaci sdružující rodinné příslušníky MIND Ypsilon

<sup>20</sup> str. 29

- spolupráce s policií a justicí (u nás např. s městskou policií), individuální dohody o podpoře klienta např. se sousedy, známou prodavačkou
- omezovací prostředky - fyzické omezovací prostředky nepoužíváme, dle závažnosti situace zvýšíme pozornost, komunikujeme s lékaři (např. o navýšení medikace), případně jednáme o hospitalizaci. Omezení, jako je např. regulace užívání cigaret, kávy, volného pobytu mimo službu v případě zhoršení zdravotního stavu, přesunutí do individuálního pokoje apod. je řešeno vždy zcela individuálně, s ohledem na potřeby a dohody vytvořené v triádě.

Věnovat pozornost bychom měli i pocitu bezpečí pracovníků.

**Interní metodické materiály:** Jak rozumět konfliktu, Pravidla pro předcházení porušování práv klientů a řešení nastalých situací

### Navýšení péče v rámci ART

Metodika ART zmiňuje, jak je pro klienty důležité při zhoršeném psychickém stavu co nejdéle zůstat ve svém prostředí. Z jejich možností navýšení péče zkusíme (v naší úpravě) toto:

**„Tabule“** – přehled všech klientů, jejich aktuálních plánů a dohod. Na poradě v pondělí ráno zaznamenáváme u každého klienta jeho potřeby a povinnosti daný týden (např. nákup, kontrola u lékaře), barevně značíme řádek u klienta, který je hospitalizovaný, nový ve službě, ve zhoršeném zdravotním stavu, který potřebuje zvýšenou pozornost. Také jsou tu úkoly pracovníků (např. zajistit doprovod, zavolat s klientem rodině), klientovi věnovat zvýšenou pozornost, zkusit nabídnout podporu apod..

**„Zintenzivnění na druhou“** – začínají se rýsovat možnosti spolupráce s Centrem duševního zdraví, konkrétní zkušenost ještě není.

“Aktivní zapojení psychiatra a praktického lékaře” - dostupnost lékaře na telefonu (někdy i během víkendu, v pozdních hodinách), psychiatr může nahlížet do dokumentace klienta ve službě, vidí tak okamžitě záznamy o tom, jak se vyvíjí zdravotní stav, úzká spolupráce s psychiatrickou sestrou ve věci užívání a úpravy medikace.

Možnost návštěv klienta je samozřejmostí. Pokud je pro klienty důležité se spojit se svými blízkými, pracovníci kontakt zprostředkovávají telefonicky, online, nebo mohou pomoci rodině a blízkým s dopravením se, pokud zdravotní stav rodinných příslušníků neumožňuje samostatnou dopravu.

V případě zhoršení zdravotního stavu je možné po dohodě s ostatními obyvateli bydlení přestěhování do individuálního pokoje (pokud je to žádoucí a možné) nebo jsou vytvářeny individuální dohody s klienty pro zajištění bezpečí.

V případě, že je zdravotní stav závažný a vyžaduje hospitalizaci, vychází se z přání klienta, které jsou zapsané v plánu časných varovných příznaků a je snaha předjednat přijetí do nemocnice, aby příjem do nemocnice mohl proběhnout co nejlépe. V tomto je dobrou praxí spolupráce s psychiatrem, který někdy přijetí do nemocnice vyjednával, přesto přijetí do nemocnice odvisí od aktuální kapacity a



možností. Informování rodiny o nastalé situaci by mělo být běžnou praxí, v lepším případě jsou blízcí a rodina zapojeni do podpory klienta v tomto náročném období a plánování dalších kroků, včetně rozhodnutí o hospitalizaci, je promyšleno společně v triádě.

## Příprava na odchod

*„Odchod klienta je možný pouze tehdy, když na sebe jednotlivé formy péče navazují a spolupracují a klient mezi nimi může snadno přecházet.“<sup>21</sup>*

**Interní metodické materiály:** Plánování ukončení služby – přestup do jiné služby

## Složení týmu

Metodika ART uvádí dva scénáře složení ART týmů. V našich podmínkách nejsme schopni mít takové profesní zastoupení. Jsme rádi, že součástí týmu může být psychiatrická sestra a že se nám daří zaměstnávat peer konzultanty, usilujeme o získání peer rodinného příslušníka.

Složení týmu se tedy blíží spíše druhému scénáři Modelu ART, kdy je tým tvořen převážně sociálními pracovníky a úzce spolupracuje s externími specialisty. Výrazně se prohloubila spolupráce s psychiatrem a praktickým lékařem (dostupnost, společná dokumentace, konzultace ohledně zdravotního stavu a plánování péče) a vznikla užší spolupráce s některými specializovanými službami (Lexus).

**Interní metodické materiály:** Budování týmu - týmová spolupráce

## IMPLEMENTACE ART

Metodika ART zdůrazňuje nezbytnost monitorování a komunikace o procesech implementace a jejich výsledcích.

**Na co jsme se zaměřili na základě výstupů auditu věrnosti modelu ART v červnu 2021** (kritéria monitoru ART):

- ✓ **Aktivní zotavení, Intervence zaměřené na podporu zotavení na 4 úrovních** – viz přílohy č. 1 Zotavení a č. 2 Plán zotavení ve 4 oblastech, Nástroje pro rozvoj v oblastech zotavení, pomocné otázky

---

<sup>21</sup> str. 32



- ✓ **Péče o fyzické zdraví, Zásady v oblasti medikace** – kartičky Moje pozitivní zdraví – příloha č. 14<sup>22</sup>, kurzy zdravého vaření a kurzy zdravého pohybu vedeného fyzioterapeutem v Taxis, zvýšená individuální podpora v této oblasti, psychoedukace a management medikace - individuálně realizované psychiatrickou sestrou
- ✓ **Spolupráce v rámci třístranného partnerství: úroveň klienta** – přizývání rodin k vyhodnocování plánů, realizace neformálních setkání všech rodin. Aktivní zájem o prožívání rodinných příslušníků.
- ✓ **Spolupráce v rámci třístranného partnerství: úroveň týmu a organizace** – v tuto chvíli pouze strategickým cílem (viz bod č. 2. 3. ve strategickém plánu organizace: Implementace prvků Umění ART - klienti a rodinní příslušníci jsou zapojeni do zkvalitňování a rozvoje DNC). V době projektu aktualizováno hodnocení spokojenosti se službou z pohledu klienta a z pohledu rodinných příslušníků.
- ✓ **Reflexe vlastního jednání či postupů** – této oblasti byl věnován prostor především v rámci vzdělávání pracovníků (kurzy, stáže). Důkladnější rozpracování zůstává jako jeden z cílů služeb pro rok 2022 je práce s etickými dilematy - Etická dilemata budou průběžně zaznamenávána do formuláře a budou 1x za půl roku vyhodnocována.

#### **Jaké byly výstupy auditu věrnosti modelu ART v září 2022**

Tyto prvky v praxi Domova Na cestě se ukázaly v praxi jako pozitivní a v souladu s kritérii Modelu ART:

- Je zde velmi vřelá a příjemná atmosféra pro klienty a rodinu. Pozornost je věnována individualitě každého člověka, namísto problémů, které někdo zažívá.
- Existuje společná vize, že zotavení je možné pro každého. Na úrovni klienta pracovníci zkoumají, jaké kroky jsou pro každého nejvhodnější.
- V týmu panuje otevřená atmosféra, je patrná důvěra v týmu. Vzájemně si pracovníci věnují pozornost.
- Tým projevuje velkou proaktivitu při realizaci činností a zavádění metod do praxe, a to velmi kreativním způsobem.

**Na co se plánujeme zaměřit na základě výstupů auditu věrnosti modelu ART v září 2022 (kritéria kvality monitor ART):**

- ✓ Šířeji vnímat Triádu, než jen rodinu. Zjišťovat možnosti, jak blízké přizývat, realizovat společná setkání, hodnocení a sdílení. Podporovat blízké tak, abychom podporovali nejen zotavení klienta, ale i jeho podpůrné sítě. Přizývat externí experty (např. lékaře, specialisty).

---

<sup>22</sup> Volná adaptace holandského dotazníku Mijn Positieve Gezondheid, <https://mijnpositievegezondheid.nl/>



- ✓ Podporovat vědomí klienta, že on je tvůrcem svého života a zotavení, zaměřit se na osobní plány („já chci“), sjednotit používání plánů zotavení tak, aby byl proces i forma plánování zřejmá pro klienty i pracovníky.
- ✓ Podporovat vzdělávání pracovníky tak, aby další členové týmu byli nositeli principů CARE a ART a měli možnost se specializovat v odborných tématech a metodikách dle svých předností a zájmů (např. otevřený dialog, motivační rozhovory, duální diagnózy, kognitivní rehabilitace).

### Ukázka z online tematických setkávání nad kapitolami Modelu ART s týmem a odborným garantem

<b>OTÁZKY PRO PRACOVNÍKY - pro reflexi kvality poskytované služby</b>	
Lidé ve službách	<p>Jak dopadá dlouhodobý pobyt v zařízení:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Na pojetí sebe sama?</li><li>● Na zájem o nové věci?</li><li>● Na představu o možné pozitivní budoucnosti?</li><li>● Na pocit vlastní kontroly nad svým životem?</li><li>● Na samostatnost v rozhodování a jednání?</li><li>● Na vědomí toho, kdo jsem a co chci?</li><li>● Na zdraví?</li><li>● Na pocit smyslu a naplnění v životě?</li><li>● Na možnost uplatnit se v běžném životě, v komunitě?</li></ul> <p>Co potřebuje který klient z této perspektivy právě nyní posílit?</p>
Zapojení do společnosti	<p>Nakolik s klienty mluvíme o tom, zda se cítí občany města nebo jen bydlí ve službě?</p> <p>Klienti v produktivním věku: mají nějakou možnost uplatnění, mají co nabídnout</p> <p>Kdo jsou důležití lidé v životě klienta? Jak tyto vztahy podpořit?</p> <p>Vztah s pracovníkem a vztahy ve službě - klienta posilují v hledání nových kontaktů nebo ho uzavírají v komunitě služby?</p> <p>Identita, sociální role – jak by měl člověk naplněný den, kdyby skončila služba?</p>
Práce s rodinou a blízkými	<p>Jak s klientem o rodině a blízkých mluvíme?</p> <p>Jaké informace o rodině a blízkých mám?</p> <p>Jak konkrétně spoluprací s rodinou a blízkými podporují?</p> <p>Co pro mě osobně znamená rodina?</p> <p>Jaké vztahy vnímám, že utváříme s klienty ve službě?</p>

### ZKUŠENOSTI S ART MODELEM A DOPORUČENÍ





Člověk „bez přání“	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ujistění o tom, že si může přát-</li><li>- Zachytávání vyslovených přání – potvrzení, ujištění, prozkoumání dále.</li><li>- Ptát se rodiny, co měl rád dříve.</li><li>- Zkoušet, co ho baví, nabízet aktivity.</li><li>- Mluvit o příbězích jiných lidí, o vlastní zkušenosti, aby měl přehled, co lze, co by si mohl přát.</li><li>- Nezapomínat je, třeba něco zaznělo jako konstatování, nechtěl se v tom angažovat v ten okamžik.. Vracet se k tomu (zajímá mě politika, čtu noviny, jsem hrdý, že mám přehled.. Chci mít místo mezi chlapy v hospodě..).</li><li>- Pomáhá půlroční hodnocení – vracení se k tomu, co se s klientem dělalo, pročíst si zápisy, témata, která zazněla – shrnout to a vrátit se k tomu.</li><li>- Sdílení v týmu, každému klient řekne něco jiného.</li><li>- Osobní profil – přináší téma, že přání jsou důležitá a může si přát, může o tom přemýšlet + hledání zdrojů, silných stránek – „mám na to“.</li><li>- Rekonstrukce životního příběhu, co klient dělal, fotky, vzpomínání atd.</li></ul>
První zkušenosti s plány zotavení ve 4 oblastech	<ul style="list-style-type: none"><li>- Při práci na plánu zotavení se osvědčil individuální rozhovor s klientkou, bez její spolubydlící,</li><li>- „Být ředitelem blázince“ je součástí klientovy identity. Lze hledat cestu, jak s touto identitou žít,</li><li>- V každé oblasti není třeba mít cíl, může jít pouze o předpoklady klientova zotavení, zatím se tomu nemusíme věnovat,</li><li>- Když se klient nevnímá v některých rolích, může mu pomoci, jak ho vidíme my,</li><li>- Když klient hovoří spíš o svém světě, můžeme zjišťovat, zda je pro něj důležitější být ve svém světě nebo řešit běžné záležitosti</li><li>- Můžeme tento plán zkusit jako „předvoj“ práce na Osobním profilu</li><li>- Témata zmapovaná v zotavení propojit s tím, jak člověka v zotavení podpořím – JEN NEMAPOVAT, ale udělat krok dále a vytvořit s klientem (a případně dalšími pro něj významnými osobami) plán zotavení s formulovaným cílem a rozdělenými kroky, kdo co udělá a kdy.</li></ul>
Potřeby rodin a blízkých	<ul style="list-style-type: none"><li>- Prostor sdílet a mluvit o tom, čeho se obávají, co zažili, jaké jsou staré bolesti, co se dělo, mluvit o svých starostech.</li><li>- Sdílet své zkušenosti s ostatními rodinami – chybí PRP, nesou to hodně sami, vědět, že to nenesou jen sami, normalizovat to, co prožívají, možnost sdílet zprostředkovaně zkušenosti jiných rodin</li></ul>



	<p>nebo vlastní zkušenosti, pokud pracovníci pečovali o někoho blízkého s duš.on.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Zpracovat náročné situace, kdy museli např. volat záchranku.</li><li>- Pomoci jim pochopit a zpracovat, proč s nimi v určité fázi jejich blízký nechce mluvit nebo je odmítá nebo jim něco vyčítá.</li><li>- Pomoc ochránit před naléhavostí klienta, nátlak ze strany klienta na rodinu (peníze, výčitky, bezmocnost..).</li></ul> <p>Např. i když klient nechce být v kontaktu, sestra chce a prac. jí volá, mluví o tom, co bylo dříve, co se dělo, klient o tom ví, že se to děje, je to dojednaná podpora pro sestru.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Pomoci v tom, jak musí čelit veřejnému mínění, tomu s čím se setkávají od sousedů, veřejnosti.</li><li>- Pomoci pochopit, co je to za nemoc, co ta nemoc dělá, mít skutečně více informací o nemoci, zvláště když je to na začátku, informovat, že se nemoc může vrátit, že i když klient dělá vše jak má, může se ataka vrátit nebo naopak, pokud nemoc dlouhodobá, informovat o možném vývoji nemoci s ohledem na věk (co platilo dříve nemusí být platné dnes).</li><li>- Pomoci vysvětlit, jaké má nemoc následky, jak síly klientům ubývají, aby rozuměli tomu, že klient může být zmatený, zapomínat, být dezorientovaný, že to není lenost, ale že může docházet k úbytku schopností – co mohou očekávat.</li><li>- Pomoci vysvětlit, zprostředkovat, co klient potřebuje, když mu není dobře, společně rozpoznávat signály a naučit se, jak na ně reagovat.</li><li>- Klid a neslyšet o nás.</li><li>- Ujistění, že je o jejich blízké postaráno, že péči mohou předat, ulevit si.</li><li>- „Nechte rodinám roli rodiny, nedělejte z nich asistenty“ - rodiny se mohou obávat, že když je přizýváme, budeme od nich chtít, aby to dělali za nás – vyjasňovat, že právě chceme podpořit, aby mohli zůstat v roli rodiny“.</li><li>- Někdo může spolupracovat z pocitu viny, aby nebyl špatný rodič, může se do toho nutit a nebýt mu v tom dobře – třeba rozpoznat a potvrdit, že to nemusí tak být a může si určit míru a podobu kontaktu a vztahu.</li></ul>
Fyzické a psychické zdraví	<ul style="list-style-type: none"><li>- Maximálně zplnomocňovat klienty, aby si například i termíny preventivních prohlídek hlídali sami.</li><li>- Motivovat lidi, aby se aktivně zajímali o své fyzické zdraví. Jít příkladem a motivovat k zdravému životnímu stylu skrze sebe</li></ul>



	<p>nabízet edukační programy, informovat, edukovat a vytvářet specifické kroky v rámci individuálních plánů.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Dokázat zintenzivnit péči, aby se dalo zhoršení zdravotního stavu překlenout a předejít relapsu (podpora 1 – 1; víc péče, víc času s klientem atd.)</li><li>- Semafor: nejděší čas věnovat „zelené“ – jak podpořit, aby byl klient v pohodě, co pro to aktivně dělá. Mít jasno, kdy se Semafor dělá s klientem a kdy bez něj jako podpůrný, kromě týmu přizývat i blízké a případně další pracovníky pro vypracování Semaforu.</li></ul>
Kartičky Moje pozitivní zdraví (příloha č. 14)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kartičky jsou fajn, lze si vybrat oblast, o čem chce člověk mluvit, najít téma.</li><li>- Jsou variabilní, každý k tomu přistoupí jinak</li><li>- Možnosti zkusit to i v Taksisu, peer pracovníci</li><li>- Důležité je, aby se objevy z rozhovorů nad kartičkami dostaly do plánů.</li><li>- Kartičky otevírají témata → nezapomínat je dávat do plánů</li><li>- Každodenní život – nezapomínat se ptát, jak je to ve službě a jak MIMO službu.</li></ul>

Chceme se také zaměřit na týmy, investovat do jejich vzdělávání, podporovat rozvoj zaváděných prvků ART:

***Budujte novou kulturu (Voskes, Theunissen & Widdershoven, 2011).***

***Léčba:*** od odborné hierarchie ke vztahu.

***Prevence:*** od reakce k proaktivě.

***Deeskalace:*** od kontroly k deeskalaci.

***Evaluace:*** od vyhodnocení k využití zkušeností.

***Reflexe:*** od rutiny ke kreativě.

***Spolupráce:*** od uzavřené k otevřené, od individuální ke sdílené.

***Zapojení klientů:*** od břemene k učení se.

***Zapojení blízkých:*** od informování k aktivní účasti.

***Příjem:*** od výčtu k vyprávění.<sup>23</sup>

<sup>23</sup> str. 45



## Místo doslovu:

### ZMĚNY SMĚREM K PÉČI PODLE METODY ART<sup>24</sup>

Od: (Perspektiva)	K: (Perspektiva)
Stagnace a žádná vidina na změnu	Vyhlídky na lepší existenci
Být pacientem	Být občanem
Zanedbané fyzické zdraví a kondice	Zdravé životní prostředí
Zaměření pouze na stabilizaci symptomů	Podpora zotavení
(Bydlení)	(Bydlení)
Zastaralá oddělení	Bydlení na míru
Žádné soukromí	Vlastní byt
(Vztahy)	(Vztahy)
Autoritativní rozhodování	Společné rozhodování
Profesionální odstup	Doprovázení založené na osobním vztahu
Rodina a přátelé nejsou součástí péče	Práce výhradně v rámci třístranného partnerství
Izolace od okolního světa	Zapojení do společnosti
Stigma a stud	Sociální inkluze a sebevědomí
(Nabídka péče)	(Nabídka péče)
Ošetřování	Koučování, podpora zotavení
Eliminace rizik	Podstupování rizik odpovědným způsobem
Řetězec prázdných nedělí	Inspirující životní prostředí
Podpoře na základě vlastní zkušenosti není věnována pozornost	Klíčová úloha peer pracovníků (odborníků využívajících vlastní zkušenost)
Naučená nesamostatnost	Atmosféra posilujícího povzbuzování
Léčebné metody mimo oblast chápání	Léčebné metody v rámci vlastních možností
Dlouhodobý trénink nanečisto	Rychlé umístění a koučování na místě
Žádné uznávané sociální role	Podílení se na životě společnosti

<sup>24</sup> str. 7