



Spolufinancováno
Evropskou unií



Jak vytvářet respektující a partnerský přístup k lidem se zkušeností s duševním onemocněním

Praktická doporučení

Ministerstvo zdravotnictví ČR
Praha, 2026

Projekt Podpora uživatelů a neformálních pečujících v jejich zapojování
do systému péče o duševní zdraví a do hodnocení jeho kvality



Člověk se zkušeností s duševním onemocněním nepřichází do péče pouze se svými obtížemi a symptomy. Přichází také se svými životními zkušenostmi, vztahy, hodnotami, obavami, nadějemi i základními potřebami, které mohou být v průběhu léčby nebo po propuštění z hospitalizace snadno upozaděny. Současně může prožívat nejistotu, ztrátu kontroly, stud, nedůvěru či obavy z odmítnutí nebo nepochopení. Tyto prožitky, často posilované zkušeností se stigmatizací a nebo i sebestigmatizací, mohou významně ovlivňovat spolupráci, motivaci i proces zotavení.

Péče, která nereflextuje reálný život člověka, ztrácí svou účinnost. Vedle odborné léčby proto hraje významnou roli také porozumění tomu, co člověk skutečně prožívá, potřebuje a považuje za důležité. Respektující komunikace, partnerský přístup, podpora autonomie, bezpečí, důstojnost a naděje vytvářejí podmínky pro aktivní spolupráci i dlouhodobé zotavení.

Tento praktický průvodce je určen jako podpora každodenní praxe i jako podnět k reflexi vlastního přístupu k lidem se zkušeností s duševním onemocněním. Přináší konkrétní doporučení, která pomáhají zohledňovat jejich základní potřeby a podporovat péči orientovanou na člověka, jeho důstojnost a kvalitu života.

Informovanost

– potřeba porozumění a orientace

Tipy pro praxi:

- Vysvětlují cíle, průběh, přínosy, rizika i alternativy léčby. Vše má svůj důvod, který pacient/klient potřebuje znát.
- Aktivně zapojují pacienta/klienta do plánování léčby a ptám se na jeho cíle, preference, očekávání a obavy. Společně hledáme postup, který pro něj bude smysluplný a zvládnutelný.
- Poskytují informace srozumitelně a přizpůsobují formu sdělení aktuálnímu psychickému stavu pacienta/klienta. Ověřuji, zda mi porozuměl, a v případě potřeby informace zopakují nebo vysvětlím jinak.
- Transparentně sdílím, co bude následovat po hospitalizaci. Popisuji možnosti návazných služeb, podpor, terapie či komunitních zdrojů, aby se pacient/klient cítil připravený.

Partnerský přístup, zplnomocnění, motivace a odpovědnost

– potřeba sebeurčení

Tipy pro praxi:

- Podporuji posilování vlastní motivace pacienta/klienta. Nechávám mu prostor pro vyjádření jeho přání, hodnot a osobních důvodů, proč chce na své situaci pracovat. Pomáhám mu tyto důvody hledat a posilovat.
- Pomáhám pacientovi/klientovi uvědomit si odpovědnost za vlastní rozhodnutí včetně jejich důsledků. Podporuji jej v tom, aby nahlížel na své volby realisticky. Učím jej, že odpovědnost není zátěž nebo trest, ale nástroj k větší autonomii.
- Plánování léčby vedu v souladu s jeho hodnotami, postoji, přáními a životními cíli. Ptám se, jak chce, aby jeho život vypadal, co je pro něj smysluplné, čeho se chce vyvarovat a co chce posílit. Tím zajišťuji, aby léčba byla nejen účinná, ale také udržitelná.
- Aktivně podporuji partnerský přístup a spolurozhodování. Vysvětluji jednotlivé kroky léčby, nabízím alternativy a naslouchám zpětné vazbě pacienta/klienta. Tím posiluji jeho pocit vlivu, respektu a bezpečí.

Bezpečí – fyzické i emoční

Tipy pro praxi:

- Zajišťuji nejen fyzické, ale i emoční bezpečí. Vedu komunikaci klidně, srozumitelně a s respektem, aby pacient chápal, co se děje, a necítil se ohrožen.
- Srozumitelně vysvětluji veškeré postupy, režimová opatření i jejich důvody. Víím, že informovanost snižuje úzkost, posiluje důvěru a podporuje spolupráci.
- Používám respektující jazyk a tón. Vyhýbám se autoritativnímu vyjadřování a dbám na to, aby komunikace nebyla zraňující nebo stigmatizující.
- Aktivně zjišťuji, jak se pacient/klient cítí, fyzicky i emočně. Ptám se, zda rozumí tomu, co se děje, zda má otázky, obavy nebo potřebuje podporu.

Naděje a smysl

– potřeba vidět budoucnost, potřeba zotavení se

Tipy pro praxi:

- Podporuji pacienta/klienta v hledání naděje. Mluvím o možnostech, které existují, a zdůrazňuji, že duševní onemocnění není překážkou v žití plnohodnotného a kvalitního života.
- Posiluji víru pacienta v jeho vlastní schopnosti a silné stránky. Pomáhám mu uvědomit si, co již zvládl, jaké překážky překonal, čeho dosáhl a jaké zdroje v sobě má.
- Podporuji pacienta/klienta v hledání smysluplných aktivit a rolí. Společně hledáme, co mu dává pocit naplnění a motivuje, jak lze tyto oblasti udržet, obnovit nebo postupně budovat.
- Komunikuji způsobem, který naději podporuje, nikoliv bere. Vyhýbám se pesimistickým nebo fatalistickým sdělením, volím respektující a podpůrný jazyk.
- Respektuji spiritualitu pacienta/klienta a její individuální podobu včetně náboženského přesvědčení. Pokud je pro něho víra důležitým zdrojem naděje, opory anebo smyslu, vytvářím prostor pro její bezpečné sdílení. Při hospitalizaci podporuji možnost kontaktu s duchovním, je-li to přání pacienta/klienta.
- Součástí léčebného plánu je peerská podpora. Využívám spolupráci s peer pracovníkem, který představuje autentický zdroj naděje. Sdílí vlastní zkušenost s duševním onemocněním i svou cestu zotavení a pomáhá pacientovi uvědomit si, že zotavení a kvalitní život jsou možné.

Přejeme si, aby tato doporučení podporovala praxi, ve které se odborné znalosti setkávají se zkušeností člověka a společně vytvářejí prostor pro porozumění, důvěru a partnerství.

Zkušenost, která mění přístup

Chcete lépe porozumět lidem se zkušeností s duševním onemocněním? Pokračujte s námi a nahlédněte do doplňkového studijního materiálu, který vznikl v rámci vzdělávacího programu pro lékařský i nelékařský zdravotnický personál a studenty lékařských fakult a vyšších odborných škol.

<https://www.reformapsychiatrie.cz/projekty/podup-podpora-zapojovani-uzivatelu-pecujících/spolecne-vzdelavani-v-projektu-podup>

Respekt a důstojnost

– potřeba být vnímán jako osoba

Tipy pro praxi:

- Vyhýbám se nálepkování a neosobnímu jazyku. Nemluvíím o “schizofrenicích”, stavech jako lidských vlastnostech “jste depresivní”. Popisují lidi jako osoby, které mají zkušenost s konkrétním onemocněním.
- Při zavádění režimových opatření vždy a srozumitelně vysvětluji jejich účel a nutnost. Nedělám nic bez vysvětlení – transparentnost je součástí respektu.
- Dbám na citlivý, neponižující přístup. Víím, že jazyk, tón i neverbální komunikace mohou posílit nebo narušit pacientovu/klientovu důstojnost.
- Vyhýbám se stigmatizujícímu nebo bagatelizujícímu jednání. Nezlehčuji pacientovy pocity ani obtíže, nepoužívám zlehčující výrazy a reaguji s ohledem na citlivost situace.
- V léčbě zohledňuji člověka jako celek. Vidím jeho historii, vztahy, hodnoty a sny – ne pouze klinické symptomy.

Stabilita v běžném životě

– potřeba kvalitního a nadějeplného života

Tipy pro praxi:

- Mapuji pacientovo/klientovo životní prostředí, včetně rodinných a sociálních vztahů, kvalitu bydlení, finančního zajištění, pracovní či studijní situace. Vnímám tyto oblasti jako součást celkového zdraví.
- Zjišťuji úroveň sociální podpory. Posuzuji, zda má pacient/klient kolem sebe lidi, kteří mu mohou být oporou, zda udržuje přátelské a zdravé vztahy a jak kvalitní je jeho sociální síť.
- Informuji a edukuji pacienta/klienta o návazných službách a možnostech podpory v komunitě, jeho přirozeném prostředí. Vysvětluji, jaké služby jsou místně dostupné, co nabízejí a jak je může využít (terénní služby, komunitní centra, chráněné či dostupné bydlení, sociální a finanční poradenství, peer podpora, svépomocné skupiny, patientské organizace).
- Ptám se, co pacient/klient považuje za důležité. Hledám, jaké konkrétní potřeby má, co mu v životě pomáhá a co ho naopak zatěžuje, a přizpůsobuji doporučení jeho reálným možnostem.
- Podporuji pacienta v péči o sebe a v rozvoji každodenních dovedností, jako je například dodržování denního režimu, plánování aktivit, zvládání stresových situací, hospodaření s penězi a využívání dostupných zdrojů umožňujících život zvládat samostatně a plnohodnotně.
- Motivuji pacienta/klienta k budování smysluplné struktury dne. Podporuji ho v aktivitách, které mu posilují zdraví, přinášejí radost a dávají smysl. I malé kroky vedou k dlouhodobé stabilitě.

