## Sdílené životy - Nikitin příběh

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=auWBkPqUFz4>

(Z webináře na téma: Krizové a akutní (komunitní) služby, 29. 1. 2021)

**Transkript v českém jazyce:**

**Emma:** Projekt “Sdílené životy pro krizi duševního zdraví” je nová iniciativa ve spolupráci s Iron Mountain Health Board a South East Wales Shared Life Scheme. Je pro pacienty, kteří zažívají krizi duševního zdraví, a jeho cílem je usnadnit časné propuštění z nemocničního lůžkového prostředí a poskytnout alternativu k lůžkovému oddělení.

*Nikita byla přijata na lůžkové oddělení, jelikož prožívala krizi duševního zdraví. V rámci projektu “Sdílené životy pro krizi duševního zdraví” bylo Nikitě nabídnuto alternativní terapeutické prostředí, ve kterém by mohla zůstat během procesu zotavování.*

**Nikita:** Můj život byl opravdu temné místo a moje mysl dokonce víc než to. Neviděla jsem budoucnost. Myslím, že to, že jsem tady, mě naučilo, že zotavení je možnost.

*Nikita byla propojená s Maggs, pečovatelkou projektu “Sdílené životy”, která ji podporuje během jejího procesu zotavení.*

**Maggs:** Moje role v projektu “Sdílené životy” je nabídnout místo někomu, kdo má krizi duševního zdraví, a trávil čas v nemocnici. Nemocnice může být tím správným místem pro pokračování léčby, ale potřebují taky nějaký způsob, jak pokračovat v zotavení. A mým úkolem je, že někdo přijde ke mně domů a žije s mou rodinou; my jim nabídneme podporu a porozumění, a pokračují v léčbě.

**Nikita:** Zpočátku bylo toho na mě opravdu moc (\**cítila se “overwhelmed”).* Nemyslela jsem si, že tento program bude fungovat a předpokládala jsem, že skončím zpátky v nemocnici. Ale ukázalo se, že tomu tak není. Na jednou mám tolik stability a bezpečnosti. Maggs mi dala rutinu, každodenní život a pomohla mi s věcmi, které teď nezvládám, ale doufám, že v budoucnu budu.

**Maggs:** Když Nikita poprvé přišla, potřebovala hodně podpory, ale když se u nás udomácnila a poznala nás, pochopila, že chápeme její potřeby. Teď je schopna soustředit se na zotavení, což je to, proč je tady. A pak se snad pohne dál k nezávislému životu, což je vlastně cíl.

**Emma:** Když jsem poprvé potkala Nikitu, bylo velmi obtížné s ní navázat kontakt, jelikož byla docela plachá a uzavřená a člověk s ní nemohl navázat oční kontakt. Ale když jsem teď – dokonce i několik dní poté, co začala její pobyt s Maggs - přišla k nim domů a viděla ji, jak mi otevřela dveře a pozdravila mě – je vidět, že se její důvěra zlepšila během několika dní. Hlavní rozdíl, který u ní vidím, je vývoj, odolnost a její důvěra v interakci v neznámých situacích. A je to veškerou zásluhou Maggs, jejího manželovi Peta a jejich rodiny, že jí nabídli to příjemné, milující a pečující prostředí, které umožnilo, aby se postupně vybudovala Nikitina důvěra a aby její vnitřní síla a nezávislost rostla.

**Nikita:** Já a Maggs máme skvělý vztah. Jo, hodně chodíme na procházky, dokonce mi pomáhá s prací na univerzitu. Pokud zrovna trénuji na půlmaratón a nejdu si zaběhat, ona mě do té rutiny vrátí zpátky: „Dnes jsi to ještě neudělala“. Podněcuje mě k věcem; k tomu, abych byla úspěšná. Od té doby, co jsem tady, se mohu soustředit na ty praktičtější věci v mém životě, na univerzitě a běhání. A myslím, že je to proto, že mi Maggs dala větší jistotu, že můžu, že můžu uspět a můžu dělat ty věci, které jsem dělala, když jsem se cítila dobře. A je to takový odrazový můstek.

**Maggs:** Nikita bude tak úspěšná. Chci, aby šla a naplnila svůj potenciál, který je teď nevyužívá. Vím, že to udělá a bude báječná, jo. A uvnitř se usmívám, protože je to krásná milá dívka, je tak inteligentní, má toho tolik a život pro ni bude fantastický. Vím to, naprosto to vím.

**Nikita:** Pokud ve vás někdo věří více než vy sama, dává vám to větší motivaci uspět v tom, co děláte. A to je to, co jsem tady dostala. Cítím naději a dávám si šanci. Je to zvláštní, ale jsem spokojena s rozhodnutím, které jsem udělala. Že žiju tak, jak žiju, ne jiným způsobem.

**Emma:** Základní kvalifikací pro to, stát se pečovatelem projektu “Sdílené životy”, je mít soucit, laskavost a vůli pomáhat ostatním lidem. Proto bych ráda vyzvala kohokoli, kdo má zájem podporovat ostatní dospělé lidi v komunitě, aby nás kontaktoval a vyjádřil svůj zájem o práci pečovatele v projektu “Sdílené životy”. Můžeme si o tom s vámi dále popovídat a provést vás tímto procesem.

**Viz více:**

South East Wales Shared Life Scheme: <https://www.caerphilly.gov.uk/Services/Services-for-adults-and-older-people/Registered-providers-of-care/South-East-Wales-Shared-Lives-Scheme>

Shared lives schemes: <https://www.nhs.uk/conditions/social-care-and-support-guide/care-services-equipment-and-care-homes/shared-lives-schemes/>