

Výroční zpráva 2024



ÚVODNÍ FORMULE PRO TERAPEUTICKOU KOMUNITU

“Jsem tady, protože sám před sebou neuniknu.

Dokud se nesetkám se sebou samým v očích
a srdcích mých bližních, jsem na útěku.

Dokud nedovolím, aby měli účast na mém
nejniternějším dění a poznali má tajemství,
nenajdu bezpečí.

Dokud se bojím, že mě prohlédnou,
nemohu poznat sebe ani druhé, zůstanu sám.

Kde jinde mohu najít zrcadlo, když ne ve svém bližním?
Tady v komunitě se mohu spatřit takový, jaký jsem,
ne jako obr z mých snů nebo trpaslík z mých obav,
ale jako člověk, který jako část celku nalezne svůj smysl
a přispěje k jeho dobru. V takové půdě mohu zakořenit a růst,
už ne sám, jako ve smrti, ale jako živý, člověk mezi lidmi.”

Richard Beauvais, 1964



ÚVODNÍ SLOVO ŘEDITELKY ÚSTAVU

Vážení přátelé,
rok se s rokem sešel a já bych Vás ráda seznámila s našimi činnostmi v roce 2024 prostřednictvím naší výroční zprávy.

I tento rok byl pro nás velmi dynamický. Díky velkému zájmu jsme rozšířili kapacity služby DBT v rámci programu Dialekticko-behaviorální terapie v péči o děti a mládež. Tato skutečnost nás na začátku roku 2024 přiměla zamyslet se, zda stávající prostory pro naše ambulantní služby budou kapacitně vyhovovat. Proto jsme začali poptávat nové prostory, do kterých bychom se mohli přestěhovat se sociálními službami, které jsme doposud poskytovali v Praze Nuslích a Malešicích. Ve druhé polovině roku se nám podařilo získat do nájmu větší prostory v Hloubětíně a na konci září jsme se stěhovali.

Nové prostory jsme museli přizpůsobit naší práci s klienty a jejich aktivitám v rámci provozovaných služeb. Jednalo se např. o výměnu standardních dveří za protihlukové a vybavení kuchyňky pro klienty.

Ale neotáleli jsme ani v Solenicích v terapeutické komunitě. Pro lepší komfort klientů, kteří využívají tento terapeutický pobyt, jsme vybavili kuchyň novou myčkou, pokoje klientů novým nábytkem, na zahradu jsme opatřili foliovník pro pěstování zeleniny. Nevyhnuli jsme se ani opravám. Opravovali jsme okna, protékající sprchy, provedli jsme revizi rozvodů topení. Také jsme provedli montáž filtrů na vodu, které nám zlepšují kvalitu vody v našem objektu.

V komunitě jsme v loňském roce pořádali zážitkové i zátěžové akce. Opět jsme uspořádali Výroční komunitu a setkání exklientů a tím si ověřili, že naše činnosti mají velmi kladný dopad na životy našich klientů, pomáháme jim zvládat emoční výkyvy a získávat lepší stabilitu v jejich životě. Jsme rádi, že naše činnost vede ke spokojenosti klientů a k jejich plnohodnotnému zapojení do života.

V ambulantní službě jsme i v roce 2024 poskytovali odborné poradenství v sociální a v sociálně terapeutické oblasti. S klienty jsme pracovali formou rehabilitačního plánování, často jsme asistovali klientům při tvorbě krizových plánů - mnoho klientů trpí nečekanými prudkými výkyvy nálady, které se snaží kompenzovat impulzivním ohrožujícím chováním, jako jsou sebevražda, sebepoškozování, pití alkoholu, užívání drog apod. Dále jsme pomáhali klientům, kteří se na nás obraceli se sociální tematikou – např. bydlení, potíže s financemi, vyřizování dávek státní sociální podpory a hmotné nouze, ztráta zaměstnání, potíže při studiu. Velkým tématem byly také vztahy s druhými – partnery, rodiči, kolegy v práci nebo na vysoké škole, či péče o nezletilé děti a jejich výchova. Porucha osobnosti zásadně ovlivňuje schopnost vytvářet a udržet uspokojivé vztahy a fungovat v partnerské a rodičovské roli.

K dobrým výsledkům naší činnosti přispívá neodmyslitelně náš profesionální tým terapeutů, sociálních pracovníků a dalších odborníků naší organizace. Naši pracovníci jsou pravidelně vzděláváni. I v loňském roce prošli pracovníci našich služeb dalším interním školením v DBT metodě. Tato osvědčená metoda využívaná v naší praxi velmi osvědčila a jejím prostřednictvím se snažíme i nadále úspěšně rozvíjet dovednosti našich klientů spojené s prevencí rizikového chování a zlepšovat jejich běžné vztahy v rodině i zaměstnání.



Ve školním roce 2024/2025 jsme nabídli program DBT do škol. V rámci tohoto programu přinášíme výuku a nácvik dovedností pro zvládání emocí, náročných situací a vztahů přímo žákům ve školách.

Co závěrem? Ráda bych chtěla poděkovat všem našim partnerům, spřáteleným organizacím, všem dárcům, kteří nás v loňském roce podporovali a bez nichž bychom jen těžko mohli vykonávat naši práci. Bez jejich podpory bychom nemohli v takové míře poskytovat odborné služby a podporu všem našim klientům, kterým díky naší činnosti zkvalitňujeme jejich životy.

Děkuji celému našemu týmu zaměstnanců, terapeutů, kolegů a kolegyně ze skvěle odvedenou práci, za podporu a spolupráci. Bez jejich přispění bychom nedosahovali tak výborných výsledků.

Našim rodinám a blízkým děkuji za přízeň, kterou nám projevují při naší práci. Ostatním bych ráda poděkovala za jejich zájem o práci naší organizace.

Všem mnohokrát děkuji!

Renáta Tumlířová, BA
ředitelka organizace



ZÁKLADNÍ ÚDAJE

Název organizace

Kaleidoskop – centrum terapie a vzdělávání,
z.ú.

Právní forma

ústav

IČ

26996839

DIČ

CZ26996839

Registrace

MVČR, dne 8.4.2005, VS/1-1/60519/05-R

Statutární zástupce

ředitelka organizace Renáta Tumlířová

Bankovní spojení

Komerční banka, a.s.

Číslo účtu

115-4215760267/0100

Druh sociálních služeb

Odborné sociální poradenství, terapeutická komunita a služby následné péče. Služby splňují podmínky pro registraci sociálních služeb podle ustanovení §79 zákona číslo 108/2006 Sbírky o sociálních službách ve znění pozdějších předpisů. Sociální služby terapeutická komunita a sociální poradenství byly registrovány Odborem zdravotnictví a sociálních věcí Magistrátu hlavního města Prahy 5. září 2007. Sociální služby následné péče byly registrovány 21. 10. 2015 tamtéž.

Cílová skupina služeb

Lidé s poruchou osobnosti starší 18 let
Děti a mládež s duševním onemocněním ve věku 14 -19 let



KONTAKTY

Kaleidoskop - centrum terapie a vzdělávání, z.ú

Jičínská 1797/39
130 00 Praha 3
Telefon: 777 797 740
Email: info@kaleidoskop-os.cz
URL: kaleidoskop-os.cz

Ambulance Kaleidoskop

Klánovická 601/40
190 00 Praha 9 Hloubětín
Telefon: 774437977
Email: ambulance@kaleidoskop-os.cz

Terapeutická komunita Kaleidoskop

Solenice 35
262 63 Solenice
Email: tk@kaleidoskop-os.cz

DBT Centrum

Klánovická 601/40
190 00 Praha 9 Hloubětín
Telefon: 777 767 001
Email: dbtcentrum@kaleidoskop-os.cz

DBTA pro mladistvé od 14 do 19 let

Klánovická 601/40
190 00 Praha 9 Hloubětín
Telefon: 725 896 606, 725 387 400
Email: dbta@kaleidoskop-os.cz



STATUTÁRNÍ ORGÁNY

Ředitelka

Ředitelkou a zakladatelkou organizace je Renáta Tumlířová, BA

Správní rada

Předsedkyní správní rady je Jaroslava Jonesová

Členem správní rady je Daniel Suk

Členkou správní rady je Mgr. Petra Kutálková

Revizor

Funkci revizorky organizace vykonává Kateřina Koldinská



POSILÁNÍ, CÍLE A ČINNOST ÚSTAVU

Historie organizace

Organizace Kaleidoskop - centrum terapie a vzdělávání, z.ú. byla založena 8. dubna 2005 s cílem poskytovat podporu lidem, kteří trpí poruchou osobnosti. Zakladatelé Renáta Tumlířová, Jaroslava Jones a Daniel Suk vycházeli ze své praxe v oblasti sociální práce v nestátních neziskových organizacích. Podnětem k založení organizace jim byla zkušenost s absencí vhodné komplexní služby pro lidi s poruchou osobnosti na území ČR a zároveň úspěšně fungující terapeutické komunity pro tuto skupinu osob v zahraničí. Zakladatelé navázali úzký kontakt s britskou terapeutickou komunitou v nemocnici Henderson Hospital nedaleko Londýna, která jim nabídla odbornou pomoc při zakládání Terapeutické komunity Kaleidoskop.

Hlavní mezníky ve vývoji organizace

2005

- Založení organizace, tehdy ve formě občanského sdružení, a zahájení příprav projektu terapeutické komunity.

2006

- Stáž programové ředitelky v britské terapeutické komunitě Henderson Hospital, která se stala externím poradcem při přípravách komunitního programu.
- Zahájení provozu Terapeutické komunity Kaleidoskop.

2007

- Spuštění provozu poradenské služby Ambulance Kaleidoskop.
- Registrace sociálních služeb Terapeutická komunita Kaleidoskop a Ambulance Kaleidoskop
- Zahájení ročního školení pracovníků ve Standardech kvality sociálních služeb.

2008

- Členové terapeutického týmu absolvovali vzdělávací program v DBT vedený školiteli z Behavioral Research and Therapy Clinics, Department of Psychology, University of Washington.
- Odborná návštěva pracovníků z Henderson Hospital a jejich supervize komunitního programu.



2009

- Přestěhování sociálních služeb do nových prostor v Praze 13 – Stodůlky. Pronajatý rodinný dům umožnil navýšit kapacitu klientů terapeutické komunity.

2013

- Úspěšné ukončení několikaletého hledání cesty k vlastním prostorám - podepsání smlouvy o postupném odkupu třípodlažní budovy od Policie ČR s cílem využívat jí pro terapeutickou komunitu.

2014

- Přestěhování terapeutické komunity z Prahy do Solenic pod Orlickou přehradou.
- Zahájení vzdělávání terapeutického týmu v akreditovaném DBT výcviku ve Velké Británii.

2015

- Spuštění provozu DBT Centra a registrace této sociální služby (následná péče).
- Zavedení nového stabilizačního DBT programu a navýšení kapacity Terapeutické komunity na 22 klientů.
- Rekonstrukce a dovybavení Terapeutické komunity včetně výstavby nové kotelny.
- Odborná stáž pracovníků terapeutického týmu v Terapeutické komunitě Acorn v anglickém Yorku.

2016

- Účast členů terapeutického týmu na zakládající schůzi Evropské společnosti pro DBT ve Vídni.
- Transformace právní subjektivity Občanského sdružení Kaleidoskop na ústav .

2017

- Od 1. 1. 2017 změna jména organizace na Kaleidoskop – centrum terapie a vzdělávání, z. ú.
- Účast našich terapeutů reprezentujících Terapeutickou komunitu Kaleidoskop na Konferenci pracovníků terapeutických komunit v Telči.
- Ve spolupráci s organizací Magdaléna, o.p.s. a v rámci projektu ECETT Erasmus+ Mobility absolvování odborné stáže do sociální služby Coolmine v irském Dublinu, která pomáhá osobám závislým na návykových látkách.



- Zátěžový test pro klienty Terapeutické komunity, výjezd na ekologickou farmu v České Kanadě, kombinovaný s cykloturistikou, a k tomu ještě dvě putování okolo Orlické přehrad.
- Účast skupiny klientů TK na zářijovém Kulturfestu s vlastní inscenací Malý Princ.
- Kontrola Magistrátu v pražském DBT Centru s úspěšným výsledkem – DBT Centrum součástí sociálních služeb hl. m. Prahy.
- Otevření druhé večerní skupiny pro pracující s poruchou osobnosti.
- Za pomoci MČ Praha 2 a nadace J&T spuštění Skupiny pro blízké lidi s poruchou osobnosti, která se schází v Praze.

2018

- Naše ambulantní služby jsme přestěhovali do nových větších prostor v Praze 4 Nuslí.
- V DBT Centru jsme od jara 2018 pro velký zájem rozšířili jeho služby o další program pro pracující.
- V DBT Centru jsme od jara 2018 pro velký zájem rozšířili jeho služby o další program pro pracující.
- Klienti terapeutické komunity absolvovali v roce 2018 několik zátěžových akcí, úspěšně zvládli letní cyklovýlet a dvě putování po Středních Čechách.
- Již tradičně se naši klienti zúčastnili Kulturfestu v Mníšku pod Brdy.
- Pro zájemce o komunitu, bývalé klienty a širokou veřejnost proběhl také Den otevřených dveří.
- V roce 2018 naši terapeuti absolvovali interní třífázové komplexní základní školení v DBT metodě a v britském Manchesteru školení ve vedení DBT nácvikových skupin.

2019

- V dubnu se uskutečnila historicky první Výroční komunita TK Kaleidoskop.
- V létě jsme s klienty z TK vyrazili na kolech a užili si práci na naší spřátelené farmě v Peníkově.
- Zorganizovali jsme a uskutečnili Malý puťák, který jsme si společně pěkně užili. V říjnu jsme o víkendu u nás v komunitě přivítali rodiny a blízké našich klientů na již tradiční Rodinné sobotě.
- Spustili jsme Peer program. Jeho cílem je rozvoj svépomocných aktivit pro osoby s poruchami osobnosti za přispění aktivního zapojení peer konzultantů. Projekt přispívá



k probíhající reformě psychiatrické péče v ČR a podpořila jej Evropská unie - Evropský sociální fond prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost.

- Naše organizace se přihlásila do dalšího ročníku charitativní sbírky Adventních koncertů České televize, o kterou se ucházelo téměř sto neziskových organizací. Odborná porota z nich vybrala čtyři, které si výtěžek ze sbírky rozdělí. Dvoukolovým výběrovým řízením úspěšně prošla i naše pražská organizace Kaleidoskop věnující se lidem s poruchou osobnosti. Patronem koncertu naši neziskové organizaci se stal Marek Wollner, osobnost České televize.
- Pro zájemce o komunitu, bývalé klienty a širokou veřejnost jsme také připravili Den otevřených dveří.

2020

- Od ledna jsme svým příznivcům a široké veřejnosti přiblížili nový Peer program prostřednictvím rozhlasového rozhovoru s ředitelkou a zakladatelkou našeho ústavu na téma terapeutická komunita Kaleidoskop. V únoru se v rámci druhého rozhlasového rozhovoru kolegyně podělila o osobní zkušenosti Peer konzultantek a jak v rámci svého zotavení pomáhají druhým.
- 8. dubna jsme dovršili 15 let od založení Kaleidoskopu.
- Z důvodu havárie sprch 2. nadzemního podlaží budovy terapeutické komunity byla provedena jejich rekonstrukce.
- V době uvolnění opatření spojených s pandemií Covid 19 jsme klientům poskytli mnoho zážitků formou malého a velkého puťáku. V září pak týdenní pobyt v Podsedících v okrese Litoměřice.
- V podzimním čase jsme se těšili na pořádání NGO Fóra, největšího veletrhu neziskových organizací ve střední a východní Evropě. Bohužel zpřísněná bezpečnostní opatření dovolila nakonec tuto akci pořádat v online prostředí a Kaleidoskop se s radostí zúčastnil a představil se tak prostřednictvím své prezentace o svých činnostech.
- V září se klienti komunity už tradičně účastnili Kulturfestu pořádaného terapeutickou komunitou Magdaléna, v Mníšku pod Brdy.
- V září proběhl také Den otevřených dveří v prostorách DBT Centra v Praze a byl určen pro odbornou veřejnost.
- Říjnu 2020 prostřednictvím našich stránek na Facebooku jsme zveřejnili již sedmý díl Terapie Letí je ready! Spolu s naším psychologem Martinem Kalousem jsme zprostředkovali, jak vypadá práce psychologa v terapeutické komunitě Kaleidoskop, a co ho naplňuje na práci s lidmi s poruchou osobnosti, ale i o tom, jak se tato porucha projevuje.



- Dokončili jsme další etapu rekonstrukce budovy Terapeutické komunity v Solenicích, jednalo se o úpravu stěn po elektrikářích, výmalbu.
- Z ušetřených prostředků a díky finančním darům se nám podařilo zřídit novou kuchyň terapeutické komunity.

2021

- Prostřednictvím rozhlasových rozhovorů jsme se od ledna snažili svým příznivcům a široké veřejnosti přiblížit nový Peer program. První rozhlasový rozhovor s ředitelkou a zakladatelkou našeho ústavu proběhl na téma terapeutická komunita Kaleidoskop. V únoru se v rámci druhého rozhlasového rozhovoru se kolegyně podělila o osobní zkušenosti Peer konzultantek a jak v rámci svého zotavení pomáhají druhým.
- Ve druhé polovině roku jsme otevřeli nový program pro mladistvé z Prahy ve věku od 14 do 19 let s duševním onemocněním. Tento nový projekt realizuje tzv. DBT-A (Dialekticko-Behaviorální Terapii adaptovanou pro Adolescenty) jako nástroj péče, podpory a léčby dětí a mladistvých s duševním onemocněním. Hlavním cílem programu je snížit počet hospitalizovaných s tímto onemocněním, posílit jejich postavení ve společnosti a upevnit jejich psychosociální stabilizaci.
- Komunita oslavila 15 let své existence! Za ten čas prošlo naší službou přes 700 klientů. Podařilo se nám tuto významnou událost oslavit v Solenicích se stávajícími i bývalými klienty a následně v Praze s přáteli a zaměstnanci Kaleidoskopu konzultantek a jak v rámci svého zotavení pomáhají druhým.

2022

- Navázali jsme online seminářem na úspěšný rozhlasový rozhovor s kolegyní program Peer, která se podělila o osobní zkušenosti Peer konzultantek a jak v rámci svého zotavení pomáhají druhým.
- V dubnu jsme pořádali jako každoročně Výroční komunitu.
- V květnu jsme uskutečnili kurz Úvod do DBT (dialekticko behaviorální terapie). Paní ředitelka a lektorka v jedné osobě představila nácvikové terapie pro lidi s poruchou osobnosti – specifické dovednosti pro zvládání vnitřních stavů, krizí a fungování ve vztazích. Tyto terapie jsou založeny na metodách DBT a dalších kognitivně behaviorálních přístupech.
- V měsíci květnu jsme také uspořádali setkání s názvem Sobota pro blízké. Bylo určeno zájemcům, kteří mají blízkého s rysy poruchy osobnosti, který trpí velkými propady nálad, hlubokou osamělostí nebo sebepoškozováním. V rámci tohoto se tkání se mohli potkat s lidmi, kteří zažívají podobné věci, poradit se o možnostech pomoci. Zájemci měli také možnost zúčastnit se dalšího květnového semináře na téma Porucha osobnosti - diagnóza a jak jí rozumět.
- V měsíci červnu proběhla v Solenicích tzv. Rodinná sobota s cílem nastavování komunikace v rámci rodiny klienta.
- Tentýž měsíc také konal další seminář z cyklu Moje cesta – Osobní zkušenost s poruchou osobnosti. Toto online setkání bylo určeno pro lidi s poruchou osobnosti, jejich rodiče, rodiče, partnery, sourozence, přátele a pro všechny, kterým je toto téma blízké.
- V září jsme pořádali pro všechny zájemce Den otevřených dveří v našich prostorách v Praze Nuslích, kde jsme mimo jiné představili programy DBT Centra, Ambulance Kaleidoskop a DBTA – program pro adolescenty.



- V měsíci listopadu jsme pozvali zájemce k dalšímu online semináři peerky Petry v rámci cyklu Moje cesta.

Pro naše klienty jsme zorganizovali pár zajímavých výjezdů. V srpnu naše terapeutická komunita vyjela na týdenní pobyt do Olešné.

2023

- Pokračovali jsme v našich pravidelných aktivitách. Klienti se mohli zapojit do on-line semináře pořádaného naší kolegyní, která se v rámci jeho vysílání podělila o své osobní zkušenosti s poruchou osobnosti a zkušenostmi peer konzultantky při pomoci v nesnázích, které porucha osobnosti přináší.
- Pořádali jsme jako každoročně výroční komunitu, Setkání blízkých a zorganizovali jsme oblíbenou Rodinnou sobotu.
- Intenzivně jsme pracovali na posílení našeho týmu. Naši pracovníci se zúčastnili interního i zahraničního vzdělávání v DBT metodě, kterou považujeme za klíčovou pro úspěch našich klientů. Vzdělávací akce jsme pořádali i pro kolegy z jiných organizací a pro studenty, s možností absolvování krátké stáže v našem terapeutickém programu.
- V Terapeutické komunitě jsme investovali do nového vybavení pokojů, modernizovali kuchyně a zlepšili vybavení pro pracovní činnosti klientů v exteriéru. Pro zpestření pobytu byly pro klienty zorganizovány několikadenní výjezdy mimo terapeutickou komunitu. Mimo jiné i tradiční víkendový pobyt v rámci Kulturfestu v Mníšku pod Brdy.
- V Ambulanci jsme nadále poskytovali odborné poradenství a podporu klientům při řešení krizových situací a asistovali jim při vyřizování sociálních dávek a jiných administrativních záležitostí.
- Program DBT Centra se úspěšně věnoval dospělým i mladistvým klientům. V programu pro mladistvé jsme zapojovali i rodiče. Klientům se díky našemu programu dařilo navyšovat docházku do školy, zvládat zátěž a rozvíjet dovednosti emoční regulace. Zapojením rodin se podařilo navodit pozitivní atmosféru v rodinách, která tak napomohla zvýšit pocit vlastní kompetence a schopnost ovlivňovat svůj život.



Klánovická



Solenice



HLAVNÍ UDÁLOSTI ROKU 2024

Pro naše klienty jsme pořádali podcasty na téma duševní zdraví a sebepoškozování, které vedli naši zkušení terapeuti. Pokračovali jsme v pravidelných seminářích, ve kterých se naše kolegyně podělila o vlastní zkušenosti s poruchou osobnosti a zkušeností peer konzultantky.

V terapeutické komunitě jsme zorganizovali jako každý rok Výroční komunitu, Ex-klientský víkend, Rodinnou sobotu a Setkání blízkých. Prostřednictvím těchto akcí dostáváme od klientů zpětnou vazbu k naší práci a těší nás, že je kladně hodnocena.

V terapeutické komunitě jsme také zajišťovali stáže pro naše budoucí kolegy a kolegyně z oboru psychologie. V oblasti vzdělávání jsme naše zaměstnance zapojili do pravidelného online školení DBT. Několik terapeutů absolvovalo v rámci projektu hrazeného z ESF certifikovaný výcvik v Anglii. Individuálně se odborní pracovníci zabývali dalším vzděláváním a absolvováním stáží.

Klientům terapeutické komunity jsme se snažili zpříjemnit pobyt v našem zařízení v Solenicích mimo jiné tím, že jsme vylepšovali zařízení kuchyně a vybavení pokojů klientů. Zaměřili jsme se i na venkovní prostory, které jsme upravili pro outdoorové aktivity včetně nakoupení foliovníku pro pěstování zeleniny. Jako každoročně jsme pro klienty zorganizovali několika denní výjezdy včetně oblíbeného Kulturfestu v Mníšku pod Brdy.



Kuchyň



V Ambulanci jsme nadále poskytovali odborné poradenství a podporu klientům při řešení krizových situací a asistovali jim při vyřizování sociálních dávek a jiných administrativních záležitostí.

V roce 2024 jsme rozšířili naše služby DBT věnované dospělým a mládeži. Projekt je realizován s finanční podporou městské části Praha 10. Do programu pro náctileté se nám úspěšně daří zapojovat rodiče a rodinné příslušníky, což napomáhá ke zkvalitnění vztahů v rodině klienta, zlepšení atmosféry uvnitř rodiny a klient pak lépe zvládá své emoce a lépe ovlivňuje svůj život.

Navýšení kapacit našich služeb nás přimělo k vyhledání nových větších prostor pro jejich provozování. Nakonec se podařilo a v září jsme se přestěhovali do větších a lepších prostor v Praze 9 Hloubětíně.

Nové prostory si vyžádaly dovybavení interiéru, úpravy elektroinstalace a zařízení kuchyňky pro klienty. Získali jsme však přestěhováním větší a kvalitnější prostory pro služby našich klientů.



Klánovická



TERAPEUTICKÁ KOMUNITA

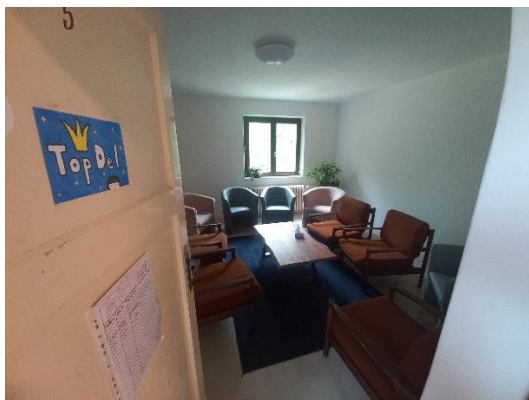
TK Kaleidoskop funguje již od roku 2006 a mladým dospělým lidem, kteří trpí některou z poruch osobnosti, nabízí intenzivní pobytový program. Komunita sídlí v třípodlažní budově v obci Solenice, obklopena krásnou přírodou u Orlické přehrady. Kapacita služby je aktuálně 22 klientů ve třech terapeutických skupinách.

Léčebné metody

1. hlavní léčebnou metodou je samotná komunita lidí (z lat. *communitas* - společenství), kteří sdílí podobné problémy, navzájem si pomáhají a učí se své potíže společně překonávat
2. dialekticko-behaviorální terapie (DBT) jakožto teoretický rámec celého programu i náplň konkrétních aktivit. DBT metoda se zaměřuje na nácvik dovedností v oblastech, které jsou pro lidi s poruchou osobnosti problematické (komunikace, efektivní řešení konfliktů, budování zdravých vztahů, umět jednat pod stresem, umět se zastavit, uvědomit si aktuální potřeby, pohnutky a vědomě s nimi zacházet, umět nejednat zkratkovitě – pod vlivem emocí, prevence relapsu, atd.).

Komunitní program

Pobyt v komunitě znamená intenzivní rok plný každodenního kontaktu a spolužití s jinými lidmi, kde se klienti učí soužití, navazovat a udržovat vztahy a také řešit konflikty. Nabízí prostor vyzkoušet si nové způsoby chování, komunikace a řešení problémů. Absolvování programu vyžaduje motivaci a chuť pracovat na změně a vysokou aktivitu po celou dobu pobytu. Program je cíleně utvářen tak, aby napodoboval „reálný život venku“, a to včetně pravidel a hranic, které kopírují normy širší společnosti. Klienti během pobytu zastávají nejrůznější funkce, z nichž každá je učí jiným dovednostem potřebným v běžném životě. Učí se tak například zavádět nové členy do komunity, organizovat a vést volnočasové aktivity, rozdělovat a plánovat práci, vést komunitní setkání a samozřejmě i vykonávat běžné činnosti jako jsou vaření, praní, úklid, nákupy, péče o dům a zahradu, atp. Důraz klademe na to, aby se klienti učili projevovat svůj vlastní názor a nést zodpovědnost a následky svých vlastních rozhodnutí a chování.



Skupinovka



Celodenní program obsahuje úzce provázané aktivity, působí a rozvíjí různé oblasti osobního fungování – psychickou (zejména schopnost zvládat své pocity a krize), sociální (schopnost vyjít a spolupracovat s druhými lidmi) a pracovní (schopnost soustavně a samostatně vykonávat pracovní činnost).



Komunitní místnost

Fáze a délka pobytu

Pobyt v komunitě je členěn na stabilizační fázi a sociálně terapeutickou fázi. Stabilizační fázi tvoří Krátkodobá DBT komunita s oddělenou skupinou pro max. 8 klientů. Tato skupina má samostatný program, který je více podpůrný a je zaměřen na základní stabilizaci klientů. Léčebný přístup i obsahová náplň aktivit vychází z technik Dialekticko-behaviorální terapie. Krátkodobá DBT komunita je nabízena na období 1 až 3 měsíců v závislosti na individuálních potřebách klientů a jejich připravenosti pro začlenění do navazujícího ročního programu. Následující sociálně-terapeutická fáze léčby probíhá v délce 12 až max. 17 měsíců a je rozdělena na menší několikaměsíční úseky, kde každý úsek má své specifické důrazy a léčebné zaměření dle vývoje a potřeb klienta.

Pohyblivost délky programu závisí na individuálních potřebách klienta. V posledním období může klient využít postupného začleňování do běžné společnosti (částečné bydlení v komunitě, částečný pracovní úvazek mimo komunitu, atp.). Klient má ovšem také možnost požádat o zkrácení programu, pokud to odpovídá jeho potřebám. Obvyklá délka pobytu klienta s efektivními účinky léčby odpovídá 13 měsícům. Maximální délka celého pobytu (tj. stabilizační i sociálně terapeutické části dohromady) činí maximálně 18 měsíců.





Puťák

Výjezdní akce s klienty

Během roku podnikáme s klienty několik výjezdních akcí do přírody. Je to vždy příležitost, jak vystoupit ze struktury komunitního programu, trochu si odpočinout a zároveň zažít nové a nečekané situace, které vyžadují součinnost a spolehnutí se jeden na druhého. Výjezdní akce tak pomáhá celý kolektiv utužit a pročistit vzájemné vztahy.

Pro bývalé klienty pořádáme dvakrát až třikrát do roka společné víkendové akce, během nichž se mohou setkat s přáteli, ohlédnout se zpátky a sdílet, co je nového. Současní klienti pak mají skrze zkušenosti ex-klientů možnost vidět pobyt v komunitě z většího nadhledu a načerpat motivaci na cestu dál.

Principy, kterými se řídíme

- Dobrovolnost
- Demokratický a aktivizující přístup
- Individualizace podpory
- Respekt, rovnost, tolerance
- Flexibilita
- Odbornost a profesionalita
- Respekt k zajištění lidských práv a důstojnosti
- Klient služby je celistvá bytost (setkáváme se s osobností klienta a nejen s projevy jeho poruchy)



VÝSLEDKY ČINNOSTI V ROCE 2024

Služba byla v roce 2024 poskytována dle plánu, oproti původnímu záměru v žádosti nedošlo k žádným změnám. Do služby bylo přímo zapojeno 58 klientů s průměrnou délkou pobytu 6,1 měsíců.

Hlavním cílem služby je pomoci klientům s poruchou osobnosti zapojit se co nejvíce samostatně do běžného života, což je také nejčastější primární zakázka. Komunitní terapie má dva programy: dlouhodobou komunitu (10 – 18 měsíců) a krátkodobou komunitu (4 – 6 měsíců).

Dlouhodobá komunita se zaměřuje na stabilizaci klientů, učí je porozumět specifickým projevům poruchy osobnosti a vnitřním konfliktům, zvládat subjektivně náročné situace a krize, získat nové dovednosti v praktickém životě i komunikaci s ostatními a nakonec si vytvořit zázemí mimo komunitu v běžném životě.

Cílem krátkodobé komunity je obnova a stabilizace již získaných dovedností výše uvedených, které díky dlouhodobě trvající aktuální krizi klient nedokáže uspokojivě používat ve svém běžném životě. Dalším cílem krátkodobé komunity je osvojení DBT dovedností (viz níže) klienty, kteří by neprofitovali z dlouhodobé komunity. Jedná se např. o klienty, kteří mají rodičovské nebo studijní či pracovní povinnosti, též i klienti kteří mají přidružené somatické či psychiatrické diagnózy, které znemožňují využít dlouhodobý program komunity.

V roce 2024 oběma výše uvedenými programy úspěšně prošlo 16 klientů (tj. absolvovali celou délku programu, bydlí a vykonávají pracovní/studijní činnost), tedy stejně jako v roce 2023. Těmto klientům se díky terapeutickému programu výrazně zlepšil psychický stav, dosáhli stability a náhledu na své potíže, zlepšily se jejich vztahové a intrapsychické kompetence, našli vlastní ubytování a zaměstnání nebo znovu nastoupili do školy a zapojili se plnohodnotně do života. K částečnému dosažení těchto cílů dochází i u klientů, kteří absolvují část programu.

Od roku 2015 se Terapeutická komunita Kaleidoskop věnuje rozvíjení zahraniční metody dialekticko-behaviorální terapie (DBT), několik terapeutů absolvovalo v rámci projektu hrazeného z ESF certifikovaný výcvik v Anglii. Tato metoda byla vytvořená na míru lidem s poruchou osobnosti a umožňuje nám efektivně plnit cíle služby - rozvíjet dovednosti klientů spojené s prevencí rizikového chování, jako je výskyt zneužívání návykových látek, sebepoškozování a sebevražedných pokusů a opakovaných hospitalizací v léčebnách; s jejich lepším fungováním v běžných vztazích i v zaměstnání, popř. lepším zvládáním studijních nároků, pokud se vracejí na střední a vysoké školy. Prostřednictvím DBT se také klienti učí aktivně ovlivňovat vztahy a prostředí kolem sebe tak, aby bylo konstruktivní a dostatečně emočně sytící a rozvíjející; dále komunitní terapie včetně DBT podporuje klienty ve schopnosti hájit svá práva a zájmy ve společnosti. V roce 2024 prošli pracovníci komunity opakovaným a doplněným komplexním interním školením v DBT metodě, školení probíhalo v listopadu. V prosinci se seniorní pracovníci zúčastnili zahraničního online vzdělávání v individuální práci s klienty v rámci DBT. Pracovníci také podstupovali různá školení a stáže individuálně a poté seznamovali zbytek týmu s nabytými znalostmi. Taktéž jsme se aktivně zapojili do nově vzniklé DBT sekce pod KBT asociací.



V roce 2024 naše služba pokračovala ve spolupráci i s rodinami našich klientů, což mělo za následek větší úspěšnost klientů v dokončení programu i udržení sociálních dovedností, jež během pobytu získali. Spolupráce je navázána již před vstupem klienta do služby a během ní se dále rozvíjí a prohlubuje díky zapojení rodinných příslušníků do vybraných terapeutických aktivit (plánování dovolenek, nastavování komunikace v rámci rodiny, tzv. rodinné soboty atp.). V rámci této spolupráce proběhly 2 tzv. rodinné soboty a s většinou klientů i minimálně jedno rodinné individuální sezení.

I v tomto roce jsme pokračovali ve spolupráci s klienty, jež úspěšně prošli komunitou. To především díky Výroční komunitě a Ex-klientskému víkendu, do jehož náplně se stejně jako vloni velkou měrou zapojili klienti komunity.

Každý rok terapeutická komunita pořádá několik zážitkových a zátěžových akcí pro klienty, v roce 2024 k nim patřil týdenní výjezd do Středních Čech v srpnu a 5denní putování po Středočeském kraji a 3denní výjezd zaměřený na DBT formou „role-play“. Letos v září proběhl také Den otevřených dveří v nových prostorách v Praze a byl určen pro odbornou veřejnost, jejíž účast byla velmi hojná.

Během roku 2024 terapeutická komunita intenzivně pracovala na rozvoji metodiky a navazování spolupráce s jinými terapeutickými komunitami v rámci šíření dobré praxe. Taktéž jsme se účastnili odborných konferencí a jak aktivními příspěvky, tak pasivní účastí a taktéž sekce komunit.

Na podzim 2024 začala Terapeutická komunita využívat nové prostory v Praze 14 – Hloubětíně. Terapeutická komunita tyto prostory využívá pro pravidelné porady, supervize a školení až 6x do měsíce, dále tu probíhají vstupní pohovory se zájemci o službu a sídlí tu také administrativní zázemí služby.

Během celého roku 2024 probíhaly drobné úpravy interiéru i exteriéru. Probíhala inovace a zlepšování zázemí pro klienty.



Sprchy

Umývárna





Jídelna

V roce 2024 byli v komunitě na týdenní odborné stáži 4 studenti VŠ sociálně psychologického směru.

V roce 2024 probíhala stabilizace pracovního týmu, výměna sociálního pracovníka a předávání funkce vedoucího provozu. Taktéž proběhla změna supervizora.

DBT CENTRUM

DBT Centrum je služba následné péče, která nabízí několik programů pro klienty s poruchou osobnosti a jejich rodinné příslušníky.

Po celý rok 2024 nabízelo DBT Centrum tyto programy:

DBT sociální rehabilitace (1 skupina),

DBT preventivní program pro pracující (2 skupiny)

DBT program pro mladistvé od 14 let se zapojením rodiče (pečující osoby) (3 skupiny)

DBT Centrum těmito programy nabízelo dlouhodobou, odbornou, specializovanou a efektivní službu, která učila klienty specifické a sociální dovednosti napomáhající snížit riziko krizového chování, navazovat a udržovat mezilidské vztahy, obnovit a udržet pracovní/školní dovednosti.

1. DBT Sociální rehabilitace

Klienti pravidelně navštěvovali 2x týdně program, který byl složený z DBT SKILL a DBT domácích úkolů (proběhl 2x cyklus přednášek DBT modulů, 24 tematických bloků z modulů:

A. efektivní mezilidské dovednosti

B. regulace emocí

C. stresová tolerance

D. zvědomování přítomnosti (všímavost).

Skupiny byly zaměřené na cíle, kde aktivně klienti pracovali s konkrétními osobními cíli, sestavovali plány, jak využít dovednosti k dosažení stanovených cílů. Interaktivní nácvikové skupiny se zaměřily na efektivní komunikaci. Klienti na nich využívali prostor pro zpracování aktuálních potíží, či reflektovali, jak zvládali krize mimo program, případně řešili emoční regulaci. Při pracovní činnosti se střídali v nákupu potravin, vaření, úklidu. V rámci nácviku smysluplného trávení volného času probíhaly společné výlety. Všichni klienti využívali sociální individuální poradenství. Probíhalo zde individuální plánování služby, ale i vysvětlování jednotlivých úkolů z DBT skupin (dle potřeby klienta).



Telefonní intervence po domluvě s pracovníkem byla často využívána jako podpora k dosažení IP, či v případě efektivní zvládnutí aktuální krize.

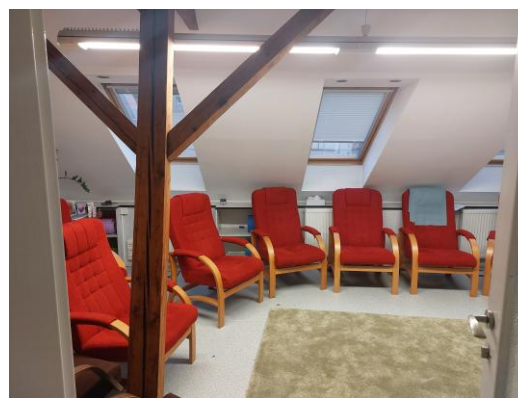


Komunitní místnost

2. DBT preventivní program pro pracující (chronicky duševně nemocné)

Proběhly dva cykly přednášek DBT metody (DBT SKILL a DBT domácích úkolů) tj. 24 tematických bloků z modulů:

- A. efektivní mezilidské dovednosti
- B. regulace emocí
- C. stresová tolerance
- D. zvědomování přítomnosti (všímavost).



Klienti využívali pravidelně místnosti pro individuální i skupinovou terapii.



3. DBTA program pro mladistvé od 14 let (se zapojením rodičů)

Proběhly dva cykly přednášek DBT metody (DBT SKILL a DBT domácích úkolů), tj. 24 tematických bloků z modulů:

- A. efektivní mezilidské dovednosti
- B. regulace emocí
- C. stresová tolerance
- D. zvědomování přítomnosti (všímavost)
- E. Střední cesta (schopnost hledání syntézy v extrémech, práce na změně chování, rodičovské dovednosti).

Klienti využívali individuální poradenství, které probíhalo jednou týdně a bylo zaměřené na podporu využití nabytých dovedností v praktickém životě, práci s vlastními cíli, i vysvětlování jednotlivých úkolů z DBT skupin (dle potřeby klienta).

Telefonní intervence po domluvě s pracovníkem byla často využívána jako podpora k dosažení IP, či v případě efektivní zvládnutí aktuální krize.

Rodinné konzultace probíhaly pravidelně min. 1x za měsíc.

V roce 2024 bylo do programů DBT Centra přímo zapojeno 127 klientů (55 klientů v programu pro dospělé, 72 klientů v programu pro mladistvé se zapojením blízkého). Výsledky naší práce ukazují na úspěšnost provozované služby, daří se dlouhodobá spolupráce s klienty:

- 35 klientů využívalo služby DBT Centra už od roku 2023
- Celý cyklus tj. 1/2 roční program absolvovalo 68 klientů a 18 klientů dokončilo započatý cyklus z předešlého roku.
- Méně než 2 měsíce ve službě byli 3 klienti, oproti tomu 45 klientů využívalo službu déle než 6 měsíců.
- Po celý rok službu využilo 17 klientů.
- docházet pravidelně do práce/školy/brigády a udržet si ji
- Celkem 11 klientů si během absolvování programu úspěšně našlo novou práci, do které pravidelně dochází.
- Střední nebo vysokou školu úspěšně nadále studuje či dokončilo 42 klientů služby.
- Pravidelně dochází do práce či na brigádu, kterou už měli, 22 klientů.

Zaznamenali jsme zlepšení rodinných vztahů (komunikace a zvýšení rodičovských kompetencí), kdy 90% rodičů při závěrečném shrnutí programu reflektuje lepší vztahy v rodině, zvýšenou schopnost komunikovat, vyšší otevřenost svých dětí a obecně pozitivnější atmosféru doma. Učí se, jak posilovat adaptivní jednání svých dětí na úkor destruktivity.

Další zmiňované přínosy dle individuálních potřeb reflektují:

- Zvýšený pocit vlastní kompetence a schopnosti ovlivňovat svůj život.
- Větší porozumění sobě/ rodič svému dítěti.
- Projasnění vlastních cílů a kroků, jak jich dosahovat.
- Snížení vyhybavého chování, vyšší aktivita při řešení problémů.



Osobní krize řeší klienti často sebepoškozováním či pokusem o sebevraždu, které obvykle končí dlouhodobou hospitalizací ve zdravotních zařízeních (psychiatrických léčebnách, psychiatrických odděleních nemocnic). V roce 2024 ani jeden klient neřešil krizi tak, že by musel být nedobrovolně nebo neplánovaně hospitalizován (tj. využití rychlé zdravotní pomoci). Všechna tato fakta poukazují na potřebnost služby. Odborná podpora těmto lidem napomáhá zařadit se dlouhodobě na trh práce, efektivně zvládat krize a nečerpat sociální dávky od státu.



Kuchyňka pro klienty

VÝSLEDKY ČINNOSTI V ROCE 2024

Zájem o služby DBT Centra v roce 2024 projevil 167 lidí (o program pro dospělé), 120 rodin o program pro mladistvé. Z kapacitních důvodů museli dospělí zájemci o službu na nástup do služby čekat až 2 roky, mladiství cca 6 měsíců.

Jak jsme již psali, během roku službu využilo 127 klientů (55 klientů v programu pro dospělé, 72 klientů v programu pro mladistvé se zapojením blízkého). Program DBT Sociální rehabilitace využilo 19 klientů. DBT preventivní program pro pracující (chronicky duševně nemocné) využilo 36 klientů. DBTA program pro mladistvé od 14 let (se zapojením rodičů) využilo 72 klientů.

Celkově pracovníci poskytli klientům služby 3. 620 hodin přímé péče. Došlo k obměně týmu a to 4 z 9. Museli jsme více času věnovat zaškolování v metodě, ve službě jako takové, včetně pravidelné intervize situací. Odhadovaná dotace přímé péče (která byla stanovena na 75%, se v minulosti dařilo naplňovat) je ponížená o nutné zaškolení a podporu nových zaměstnanců.

Na podzim 2024 se přestěhovaly všechny programy DBT Centra do jedné budovy na adrese Klánovická 601/40, Praha 9, Hloubětín, 198 00. Budova leží 5 minut pěší chůze od metra Hloubětín, tj. je snadno dostupná.



DBT PROGRAM I PRO MLADISTVÉ OD 14 LET (PROGRAM DBTA)

Kvalitativní zhodnocení služby

Klienti se na nás obracejí s cíli zvládat *každodenní nároky života* (mít denní režim, chodit do školy) *umět zvládat krize* (bez sebepoškozování, opakovaných léčebných pobytů v psychiatrických léčebnách), *navazovat a rozvíjet vztahy* (neukončit vztah po prvním konfliktu), *lépe porozumět sobě a svým potřebám a umět si je naplnit*.

DBTA program pro mladistvé od 14 let se zapojením rodiče (či blízké pečující osoby)

Proběhly dva cykly přednášek DBT metody (DBT SKILL a DBT domácích úkolů), tj. 24 tematických bloků z modulů: A. *efektivní mezilidské dovednosti* B. *regulace emocí* C. *stresová tolerance* D. *zvědomování přítomnosti (všímavost)* a E. *Střední cesta (schopnost hledání syntézy v extrémech, práce na změně chování, rodičovské dovednosti)*. Individuální poradenství probíhalo jednou týdně a bylo zaměřené na podporu využití nabytých dovedností v praktickém životě, práci s vlastními cíli, i vysvětlování jednotlivých úkolů z DBT skupin (dle potřeby klienta). Telefonní intervence po domluvě s pracovníkem byla často využívána jako podpora k dosažení IP, či v případně efektivní zvládnutí aktuální krize. Rodinné konzultace probíhaly pravidelně min. 1x za měsíc. V celém období probíhaly 4 skupiny, každá s kapacitou 4 adolescentů + rodičů.

DBTA program pro mladistvé

Klienti pravidelně navštěvovali 2x týdně program, který byl složený z DBT SKILL a DBT domácích úkolů (proběhl 2x cyklus přednášek DBT modulů. 24 tematických bloků z modulů: A. *efektivní mezilidské dovednosti* B. *regulace emocí* C. *stresová tolerance* D. *zvědomování přítomnosti (všímavost)*). Skupiny zaměřené na cíle, kde aktivně klienti pracovali s konkrétními osobními cíli, sestavovali plány, jak využít dovednosti k dosažení stanovených cílů. Interaktivní nácvikové skupiny zaměřené na efektivní komunikaci. Klienti na nich využívali prostor pro zpracování aktuálních potíží, či reflektovali, jak zvládali krize mimo program, případně řešili emoční regulaci. Při pracovní činnosti se střídali v nákupu potravin, vaření, úklidu. Všichni klienti využívali sociální individuální poradenství. Probíhalo zde individuální plánování služby, ale i vysvětlování jednotlivých úkolů z DBT skupin (dle potřeby klienta). Telefonní intervence po domluvě s pracovníkem byla často využívána jako podpora k dosažení IP, či v případě efektivní zvládnutí aktuální krize.

Úspěšnost služby:

kritéria jsou definovaná obtížemi našich klientů, na kterých u nás klienti pracují:

1. Získat režim dne a docházet pravidelně do školy

Můžeme potvrdit, že všem klientům se daří, i za pomoci podpory, docházet na program služby pravidelně. 12 rodin spolupracovalo z roku 2023. Cca polovina klientů je ve škole na individuálním plánu a daří se jim postupně navyšovat přítomnost ve škole. Další získávají intenzivní podporu, aby jejich docházka do školy byla co nejpravidelnější.



2. Zvýšit odolnost vůči zátěži, zvládání krizí:

V rámci hodnotících dotazníků sami klienti reflektují zvýšenou schopnost zvládat zátěž, odolnost vůči stresu a využívání konkrétních dovedností pro zvládání krizí.

3. Zlepšení komunikace a zvýšení rodičovských kompetencí:

Až 90% rodičů reflektuje lepší vztahy v rodině, zvýšenou schopnost vzájemně komunikovat, vyšší otevřenost svých dětí a obecně pozitivnější atmosféru doma. Učí se, jak posilovat adaptivní jednání svých dětí na úkor destruktivity.

4. Další indikátory dle individuálních potřeb (vycházíme z hodnotících pohovorů na závěr spolupráce):

Zvýšený pocit vlastní kompetence a schopnosti ovlivňovat svůj život. Větší porozumění sobě/ svému dítěti. Projasnění vlastních cílů a kroků, jak jich dosahovat. Snížení vyhýbavého chování, vyšší aktivita při řešení problémů. Zvýšená schopnost společného trávení volného času.



Komunitní místnost

VÝSLEDKY ČINNOSTI V ROCE 2024

Během roku službu využilo 126 uživatelů. DBTA program pro mladistvé od 14 let se zapojením rodiče (či blízké pečující osoby) využilo 50 rodin tj. 100 uživatelů. DBTA program pro mladistvé využilo 26 osob.

Vzrostl zájem o individuální telefonní rozhovory rodičů z roku 2023 1x za měsíc na min. 2x za měsíc. I nadále probíhá vzdělávání odborného personálu a pravidelné supervize týmu 1x měsíčně.

Celkově pracovníci poskytli klientům služby 3. 688 hodin přímé péče. Došlo k obměně týmu a to 6 ze 7 pracovníků. Museli jsme více času věnovat zaškolování v metodě DBT, ve službě jako takové, včetně pravidelné intervize situací. Jednu pracovní pozici se nepodařilo ihned obsadit. Odhadovaná dotace přímé péče (která byla stanovena na 75%, což se v minulosti dařilo naplňovat) je ponížená o nutné zaškolení a podporu nových zaměstnanců.



Na podzim 2024 se přestěhovaly všechny programy DBT Centra do jedné budovy na adrese Klánovická 601/40, Praha 9, Hloubětín, 198 00. Projekt je realizován s finanční podporou městské části Praha 10.

AMBULANCE KALEIDOSKOP

Ambulance Kaleidoskop je registrovanou službou odborného sociálního poradenství určenou pro lidi s poruchou osobnosti a jejich blízké.

Cílem služby je zlepšit kvalitu života lidí s poruchou osobnosti, vztahy s lidmi v jejich nejbližším i širším okolí a pomoci jim uspokojivě fungovat ve společnosti.

Lidem, kteří mají poruchu osobnosti, jsme poskytovali odborné poradenství z této oblasti, zprostředkovávali kontakt s dalšími službami ze sociální (např. Dům tří přání, Fosa, Fokus, Green Doors), i zdravotní sféry (Národní ústav duševního zdraví, Psychiatrická nemocnice Bohnice, Vojenská nemocnice, stacionář pro adolescenty při VFN, Klinika Eset, Nemocnice Motol). S klienty jsme pracovali formou rehabilitačního plánování, často jsme asistovali klientům při tvorbě krizových plánů – mnoho klientů trpí nečekanými prudkými výkyvy nálady, které se snaží kompenzovat impulzivním ohrožujícím chováním (sebevražda, sebepoškozování, pití alkoholu, užívání drog, ukončování vztahů, pracovních poměrů apod.).

Dále se na nás klienti obraceli se sociální tematikou – např. bydlení, potíže s financemi, vyřizování dávek státní sociální podpory a hmotné nouze, ztráta zaměstnání, potíže při studiu. Velkým tématem byly také vztahy s druhými – partnery, rodiči, kolegy v práci nebo na vysoké škole, či péče o nezletilé děti a jejich výchova. Porucha osobnosti zásadně ovlivňuje schopnost vytvářet a udržet uspokojivé vztahy a fungovat v partnerské a rodičovské roli. Lidé s poruchou osobnosti zažívají na mnoha místech odmítnutí, většina služeb zaměřených na lidi s duševním onemocněním, ať už sociálních nebo zdravotních, lidi s touto problematikou nepřijímá, Ambulance Kaleidoskop bývá často prvním pracovištěm, kde mohou lidé s poruchou osobnosti zažít přijetí a porozumění jejich specifickým potížím. Služby Ambulance také využívali příbuzní (partneři, rodiče mladých dospělých) a přátelé lidí s poruchou osobnosti. Hledali cestu, jak člověku s poruchou osobnosti porozumět a pomoci v každodenním životě i v krizových situacích. Kromě poradenství a edukace jsme nabízeli příbuzným i emoční podporu, jejich blízcí mají za sebou obvykle sebevražedné pokusy, sebepoškozují se, jsou opakovaně hospitalizováni v psychiatrických nemocnicích, mají dluhy, nedaří se jim dokončit studium nebo udržet práci.

Obraceli se na nás také psychiatři, psychologové, adiktologové, sociální pracovníci a terapeuti ze sociálních služeb i úřadů městských částí a další odborníci, kteří potřebovali poradenství v oblasti poruch osobnosti nebo hledali pro své klienty a pacienty vhodnou návaznou péči.

Službu jsme poskytovali individuálně formou osobních konzultací, mailem, telefonicky, v případě potřeby také skrze sociální síť (WhatsApp, GoogleMeet), jež umožňují přenášet i obraz.



Pracovníci Ambulance úzce spolupracovali s kolegy z dalších služeb Kaleidoskopu (DBT Centra nebo Terapeutické komunity) a zprostředkovali klientovi plynulý a „bezprahový“ přechod z jedné služby do druhé.

Provozní doba Ambulance Kaleidoskop byla pro osobní konzultace v pondělí, úterý a středu 8,30 – 12,00h a 12,30 – 16,00h a v pátek 8.30 – 12h a 12,30- 15,00h. Telefonické a emailové konzultace byly poskytovány každý všední den v rozmezí 8-14h dle potřeby.

V září se všechny ambulantní služby Kaleidoskopu, tedy i Ambulance Kaleidoskop, sestěhovaly do nového prostoru v Hloubětíně, který lépe vyhovuje potřebám klientů, umožňuje lepší komunikaci mezi jednotlivými službami a je pro klienty komfortnější.



Ambulance

VÝSLEDKY ČINNOSTI V ROCE 2024

Za uplynulý rok jsme poskytli službu 982 klientům. Cílem služby je zvýšení kvality života lidí s poruchou osobnosti a jejich blízkých, dále zprostředkovat nezbytnou odbornou pomoc dopomoci uživateli vyjasnit si své potřeby a cíle hledat možnosti a zprostředkovat šance k řešení nepříznivé životní situace uživatele aktivizovat uživatele, posílit jeho schopnosti řešit svou situaci, zplnomocnit jej podpořit běžný způsob života u lidí s poruchou osobnosti, jejich zapojení do neformálních i formálních vztahů podporovat porozumění sobě a své historii posilovat chování, které je společností přijímáno působit preventivně proti nadužívání psychiatrické péče zvyšovat informovanost uživatelů o jejich právech a povinnostech ve společnosti.

Službu hodnotíme dle kvantitativních a kvalitativních kritérií, mezi kvantitativní patří počet zájemců o službu a počet uživatelů celkem za rok. V uplynulém roce jsme službu poskytli všem zájemcům (982 osob), ale čekací doba na konzultaci byla u 507 klientů delší než měsíc. I přes nárůst počtu uživatelů byl počet hodin přímé péče obdobný jako v minulém roce – cca 750 hodin.





Ambulance

Mezi kvalitativní kritéria zahrnujeme zpětnou vazbu od uživatelů prostřednictvím evaluačního dotazníku, který je klientům volně a anonymně k dispozici v prostoru čekárny, pravidelné porady, intervize a supervize, vyhodnocování stížností a zpětnou vazbu od zainteresovaných odborníků (psychiatři, psychoterapeuti, sociální služby).

Počet klientů roste, s tím roste i čekací doba a nemožnost věnovat se osobně zájemci bez předchozího objednání.

Uživatelé oceňují bezpečné a přijímající prostředí, prostor, „kam patří“ (většina sociálních služeb pro lidi s duševním onemocněním má poruchu osobnosti v kontraindikacích), zorientování v problematice poruch osobnosti, dodání naděje a informace o praktických postupech, jak řešit krizové situace.

Odborníci klientům naše služby doporučují (velká část se objedná po doporučení psychiatra, terapeuta či jiné sociální služby), oficiální stížnost na práci zaměstnance Ambulance nebyla. Domníváme se, že v rozsahu odborného sociálního poradenství jsou naše cíle naplňovány, i když je zřejmé, že naši klienti potřebují daleko více sociálně-terapeutických služeb, než je aktuálně k dispozici, některé služby neexistují vůbec.

PEER PROGRAM

V roce 2024 naše kolegyně peer konzultantky spolupracovaly se zájemci o pobyt v terapeutické komunitě a podporovaly klienty při výstupu z terapeutické komunity. V rámci on-line semináře Moje cesta Seminář zprostředkovávala své zkušenosti naše peer konzultantka Petra, jaké je to žít s poruchou osobnosti, jak se jí změnilo a i mění život, co jí pomáhá a jak pracuje se vztahy, které jsou pro ni náročné. Zájemce informovala, jak mlže rodina pomáhat v krizi, co nejbližší potřebují a co jim pomáhá. Informovala je také o službě Terapeutické komunity, která klientům nabízí 18měsíční pobyt, co takový pobyt obnáší a jak pomáhají terapie.



SPOLEČENSKÝ DOPAD ČINNOSTI ORGANIZACE

Poruchy osobnosti se vyznačují zaběhnutými vzorci chování, myšlení a prožívání, které pronikají do většiny oblastí osobního a sociálního fungování a v podstatě lidem znemožňují žít normální život. Tyto potíže řeší lidé s PO sebepoškozováním či pokusy o sebevraždu. Následkem bývají časté hospitalizace v psychiatrických léčebnách, které ovšem zůstávají bez efektu, protože porucha osobnosti jakožto porucha myšlení, prožívání a chování se rozvíjí léta a nelze ji vyléčit medikací ani krátkodobou intervencí.

Cíle DBT metody

DBT představuje specifickou kognitivní terapii vyvinutou zejména pro léčbu lidí s poruchou osobnosti. Za zrodem DBT stojí Marsha M. Linehan, profesorka psychologie na Washingtonské univerzitě v Seattlu, která tuto metodu začala rozvíjet v 80. letech minulého století jako terapii přímo zaměřenou na sebepoškozující se klienty se sebevražednými myšlenkami či pokusy o sebevraždu a na klienty s hraniční poruchou osobnosti. Dlouholeté zahraniční zkušenosti potvrzují efektivitu této léčby pro klienty s poruchou osobnosti.

V letech 2014-2015 se členové terapeutického týmu Kaleidoskop zúčastnili vzdělávacího projektu podpořeného evropskými fondy a prošli akreditovaným DBT výcvikem ve Velké Británii. Absolvováním výcviku jsme získali možnost zavést tuto efektivní metodu léčby do českého prostředí, kde ji doposud komplexně nikdo neposkytoval.

Co je DBT?

DBT (dialekticko-behaviorální terapie) se zaměřuje na nácvik dovedností v oblastech, které jsou pro lidi s poruchou osobnosti problematické:

- všímavost, koncentrace a schopnost být “tady a teď”
- efektivita v mezilidských vztazích
- regulování vlastních emocí
- stresová tolerance a zvládání krizových situací

Metoda klade důraz na neustálé vyvažování mezi přijetím a změnou („jsi milován takový, jaký jsi“, zároveň „musíš usilovat o změnu“) a na integraci protichůdných hledisek do nového celku. Tato dialektika je kontrapozicí k černobílému způsobu myšlení lidí s poruchou osobnosti.

DBT v naší praxi

DBT je do programu našich služeb zapojeno vícero způsoby, tvoří jakýsi teoretický rámec, ze kterého vycházíme, a to jak při práci v terapeutické komunitě, tak ve službě následné péče (DBT Centrum). Základem programu jsou pravidelná skupinová setkání, na nichž dochází k výuce dovedností. Terapeuti vysvětlují látku, případně přehrávají scénky nebo pro snazší pochopení využívají cvičení a her. Tato pravidelná výuková setkání jsou doplněna skupinami, kde dochází k vyhodnocování zadaných domácích cvičení. V tomto čase klienti reflektují, jak



se jim dařilo zkoušení nových dovedností, v čem byli a nebyli úspěšní, a z jakých důvodů. Společně s terapeuty hledají řešení a nové příležitosti pro procvičení konkrétních situací.

Dalším prostorem k lepšímu uchopení a zvnitřnění nabytých dovedností jsou DBT workshopy. Kromě těchto pravidelných skupin probíhá DBT také formou individuálních sezení s garantem, který je každému klientovi přidělen. Tato sezení jsou zaměřena na využití DBT technik v souvislosti s individuálními potřebami klienta a plánováním jeho osobních cílů. Individuální koučink v dovednostech probíhá za předem domluvených podmínek také telefonicky (zejména ve službě DBT Centrum, v TK pak v případě, kdy je klient na dovolence). V terapeutické komunitě využíváme DBT techniky i v neformálním prostoru, to znamená, že k jednotlivým dovednostem a jejich procvičování odkazujeme v každodenním běhu komunitního dění. Nový program pro mladistvé od 14 let se velmi osvědčil, zájem o aktivity tohoto programu je veliký a kapacita projektu převyšuje poptávku.



Společenský dopad naší práce

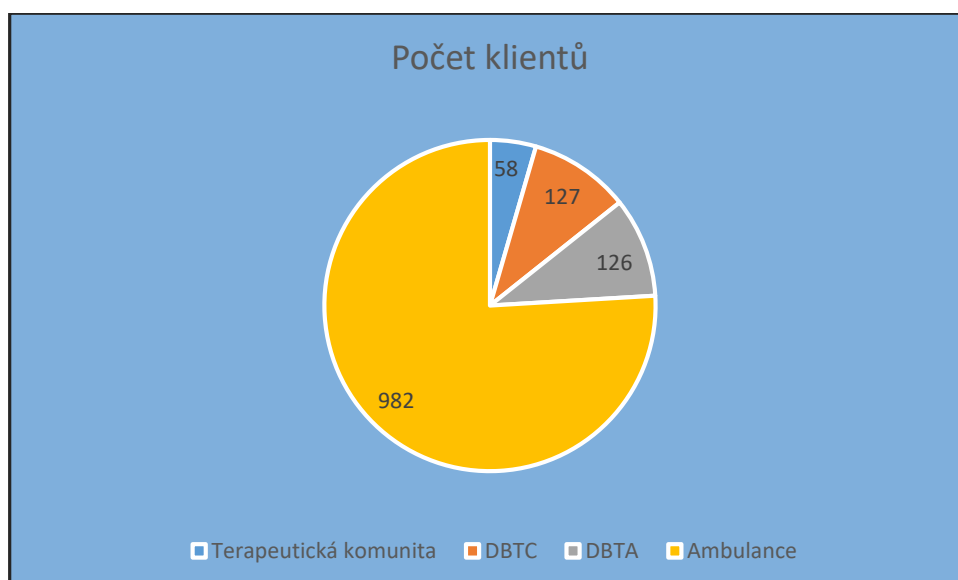
DBT přístup prostřednictvím speciálního výukového programu umožňuje lidem s poruchou osobnosti naučit se regulovat své emoce, navazovat a udržovat zdravé vztahy s druhými lidmi, zvýšit schopnost koncentrace a pozorování přítomného okamžiku, zvýšit odolnost vůči stresu, zvládat krizové situace a zejména uplatnit nové vzorce chování v běžném životě. Naší snahou je nadále šířit dobrou praxi naší organizace a snižovat tak nadužívání ústavní péče, která v případě poruch osobnosti často selhává. Mnoho našich klientů se každý rok vrátí ke studiu, znovu se uplatní na trhu práce, dokáže zlepšit osobní vztahy se svými blízkými, osamostatní se, atp. Naše organizace usiluje o podrobnější sledování dopadů DBT terapie v dlouhodobé perspektivě.



V roce 2024 využilo DBT léčebný program v našich službách celkem 1 293 klientů. Z toho bylo 58 klientů v Terapeutické komunitě, 127 klientům byla poskytnuta služba v DBT Centru (DBTC), z toho DBT Sociální rehabilitace – využilo 19 klientů, DBT preventivní program pro pracující - využilo 36 klientů a pro mladistvé 72. V DBTC bylo klientům věnováno celkem 3 620 hodin přímé péče.

V program DBTA pro mladistvé od 14 let využilo tuto službu 126 klientů, celkem 50 rodin a 26 mladistvých a bylo jim věnováno celkem 3 688 hodin přímé péče.

V Ambulanci Kaleidoskop jsme poskytli službu celkem 982 klientům, kterým bylo věnováno 750 hodin přímé péče.



PODĚKOVÁNÍ

Rádi bychom vyjádřili upřímné poděkování všem, kteří nás podporují a umožňují nám naplňovat naše poslání.

Děkujeme zástupcům státní správy za důvěru a podporu, která nám pomáhá realizovat veřejně prospěšné aktivity s dlouhodobým dopadem.

Zvláštní poděkování patří Magistrátu hlavního města Prahy a Ministerstvu práce a sociálních věcí, velmi si vážíme vaší podpory, díky které můžeme pomáhat našim klientům zvládat jejich krizové situace a uplatnit se v běžném životě. Zároveň děkujeme také za finanční podporu městským částem Praha 4 a Praha 10.

Velké díky patří také nadacím, firemním dárcům a neziskovým institucím, které s námi sdílí hodnoty solidarity, rozvoje a odpovědnosti. Vaše pomoc je pro nás zásadní.

V neposlední řadě děkujeme každému jednotlivci, který se rozhodl nás podpořit – ať už finančně, časem, nebo jiným způsobem. Vaše důvěra, přízeň a zájem o naši práci pro nás znamenají skutečně mnoho.

Díky vám všem.



**Městská
část
Praha 10**

Rotary
Rotary Satellite Club of Telč,
Prague Golf/NGW



FINANČNÍ ZPRÁVA

Níže uvádíme základní přehlednou tabulku výnosů a nákladů. Podrobné rozčlenění naleznete v přílohách.

Výnosy (v tis. Kč)		Náklady (v tis. Kč)	
Provozní dotace	17 392	Spotřebované nákupy a nakupované služby	4 419
Přijaté příspěvky	114	Osobní náklady	15 289
Tržby za vlastní výkony a za zboží	2 381	Daně a poplatky	11
Ostatní výnosy		Ostatní náklady	60
Celkem	19 887	Odpisy, prodaný majetek, tvorba rezerv	101
		Poskytnuté příspěvky	7
		Daň z příjmů	
		Celkem	19 887

Auditorskou zprávu za rok 2024 bude zpracovávat firma CCS Audit, s.r.o. Jakmile bude zpráva vyhotovena, naleznete ji zveřejněnou na webových stránkách www.kaleidoskop-os.cz.

