



CHARITNÍ

MRKNUTÍ

ČERVENEC - ZÁŘÍ 2025

CHARITA FRÝDEK-MÍSTEK
...s námi nejste sami...

RESPEKT

Slovo ředitele

Většina lidí čte ráda obecní zpravodaje – jsou zadarmo, chodí pravidelně do schránky a informují o dění v našem nejbližším okolí, tedy o tom, co se nás často nejvíce dotýká. Ten náš jsem četl rád z jiného důvodu. Svého času se v něm vyskytoval zajímavý literární útvar – veřejná korespondenční diskuse mezi starostou a nespokojeným občanem (zajímavostí je, že v realu od sebe bydlí tak 500 m). Ta měla všechny znaky dobrého díla, byla poučná, zajímavá, čtivá, napínavá, někdy nebyla nouze o překvapení nebo dokonce téměř filozofický přesah – otázka obecného dobra a blaha není nic jednoduchého :) Však po zhruba půl roce utichla a z našeho Zpravodaje se stal v podstatě jen propagační plátek radnice, resp. pana starosty, a to už mě nebaví. Předminulé číslo se ale opět někdo nespokojený ozval. A ve svém příspěvku v tomto měsíci se vymezoval vůči reakci pana starosty na svou stížnost a použil jednu větu – „pan starosta má velkou výhodu, zná totiž můj příspěvek ještě dříve, než vyjde, a tak na něj může reagovat hned v konkrétním čísle Zpravodaje, a tak je vždy o krok napřed“. A proto tento úvod k Úvodníku. Mám tu výhodu, že vím, co v Mrknutí bude, ještě, než spatří světlo světa, a tak mohu přizpůsobit svůj text, což dělám vlastně poprvé.

Tématem tohoto Mrknutí je „respekt“ a úvahu k němu píše Hanka Baránková, a ta je mnohem zkušenější, erudovanější a kompetentnější psát úvahy, nejen na toto téma, a tak udělám úrok stranou. Napadla mě totiž jiná věc. Respekt je v nějakém smyslu totiž spojený s upozaděním sebe sama. Abychom mohli někoho opravdu respektovat, měli bychom upozadit své ego, své ambice, sami sebe. Nedávno mě napadla myšlenka – teprve, když přijmeme věci, jak jsou a přestaneme mít ambice je měnit, můžeme být opravdu podporou. Tedy teprve když upozadíme své ego a své ambice, můžeme plně respektovat a pak také být podporou.

A to je podle mě důležité si uvědomit. Proto při setkáních s novými zaměstnanci mluvím o rozdílu mezi pomocí a podporou a že my (Charita) jsme tady proto, abychom podporovali (a ne primárně pomáhali, to může být a je

sekundární efekt), protože podpora, poskytování jistoty a bezpečí, otevírání dveří a ukazování směru, držení za ruku, ne vedení za ruku je víc, nebo možná nejvíc a je to bytostně spojeno s respektem.

Přitom je ale důležité neztratit sebe sama. Je možné se v některých chvílích upozadit, je možné se vlastně i upozadit často, ale není dobré, když při tom člověk ztratí sebe sama. Dovolím si lehkou biblickou parafrázi: „Co je člověku platné..., ale při tom ztratí sám sebe.“ Poznávání sebe, a hlavně přijímání sebe, je celoživotní záležitost, integrální součást našeho životního příběhu. Kdo jsme my, kdo je vlastně „já“, je už ale jiná kapitola.

Hezké pozdně letní čtení.

Martin Hořínek
ředitel Charity Frýdek-Místek

Post úvodem: Vzhledem k tomu, že zbyl v úvodníku kousek bílé stránky doplňuji po více než měsíci od napsání původního textu jakýsi dodatek. Původně bylo záměrem navázat na konec a psát o důležitosti respektu k sobě v kontextu poznávání a přijímání sebe sama. To je totiž dalším logickým krokem – poznávám, přijímám, respektuji. Nejen jiné, ale i sebe sama. Nebo možná zejména sebe sama? Ale zjišťuji, že je velmi těžké navázat. Ono totiž, když se něco přeruší, tak se navazuje velmi těžko. Těžko se hledají ty spojnice, provázky k zauzlování, pojítka, na které by se dalo navázat, mosty, po nichž by se dalo přejít. Často se už ani navázat nedá, další kapitola sice ještě často navazuje na tu předchozí, ale druhý díl příběhu už není plynulé kontinuum, už má jiný obal, jiný rámeček, svůj vlastní nosný příběh. Tak ať se nám daří nejen jít a navazovat po triádě poznání – přijetí – respektu, ale i v jiných oblastech a psát dál své příběhy, ať už budou jakékoli.

Podívej se ještě JEDNOU

Jednou z věcí, která mne moc baví, je původ slov, vývoj jazyka a proměny významu slov v průběhu času. Pamatuji si svůj dětský úžas, když jsem si v dědečkově staré Bibli přečetla Mariina slova: “Aj, já děvka Páně...”, protože jsem tento výraz doposud znala od svých spolužáků ve zcela jiném významu. A smála jsem se nahlas, když mi poprvé (a to až v dospělém věku!) došlo, jak vlastně vzniklo slovo označující nečistokrevného psa, tedy “podvraťák”. O ranním kuropění nemluvě.

Takže jsem se při přemýšlení o respektu v sociálních službách samozřejmě podívala, jak toto slovo vzniklo. I v tomto případě platí, že všechny cesty vedou “z Říma” a latinské slovo *respectus* souvisí se slovesem *respicere*, tedy ohlédnout se, znovu se dívat, věnovat pozornost.

Významy se pak dále rozvíjely, takže slovům “mít k někomu respekt” teď běžně rozumíme tak, že k danému člověku máme úctu, vnímáme ho jako někoho, kdo je hoden uznání. A ještě dále – když mám před něčím (někým) respekt, může to být i silná obava nebo strach.

Když se teď z jazykového výletu vrátím zpátky do sociálních služeb, připadá mi, že ten původní latinský výraz pro nás může být hodně inspirativní. Všichni to známe – klient přijde poprvé do služby, sotva stačí pozdravit a nám se už v hlavě bleskovou rychlostí vytvoří základní mínění o klientovi. Efekt prvního dojmu je proces, který probíhá automaticky, mimo naši vůli (a nejvíce mu podléháme tehdy, když si myslíme, že nám se to přece určitě neděje).

První dojem tedy samozřejmě vznikne a máme přirozený lidský sklon už pak všechno další, co klient říká nebo dělá, vnímat zkresleně přes naši vytvořenou šablonu. Ale máme tu volbu, že u toho nemusíme zůstat. Můžeme se rozhodnout, že nechceme zůstat v zajetí svých vlastních zkreslení a předsudků. Můžeme se odhodlat k respektu a podívat se na klienta pokaždé znovu a pokusit se ho vidět takového, jaký je a nevnučovat mu svou představu o něm nebo o tom, jaký by měl podle nás být.

Hana Baránková

OČIMA

DVOU

GENERACÍ

Rozhovory mají zvláštní kouzlo – dokážou propojit světy, které se na první pohled zdají být vzdálené celé generace. Tentokrát jsem měla tu čest mluvit s **panem Onderkou (86 let)**, klientem Domu pokojného stáří, a s **klientkou (11 let)** klubu Nezbeda.

Když se setká dětská zvědavost a radost z objevování s životní moudrostí a nadhledem stáří, vzniká prostor pro vzájemné obohacení. V takových rozhovorech nejde jen o otázky a odpovědi – jde o respekt, o ochotu

znovu a jinak pohlédnout na druhého člověka. Pojďme nahlédnout

do dvou příběhů, které možná působí nenápadně, ale krásně ukazují, že věk nemusí být překážkou – naopak může být mostem.

Pamatujete si, jak se k sobě lidé chovali, když jste byl malý v porovnání s tím, jak se lidé k sobě chovají dnes?

KN: V první třídě si nedovolovali na paní učitelku tak, jako teď. Jsou prostě jiní, uřvaní, neposlušní. Jsou více drzí, možná i trochu sprostí. Je to asi tím, že jdeme teďka do puberty. Ale myslím, že v 9. třídě to už bude zase jiné – snad.

PO: Určitě je to jiné. Kdysi si lidé navzájem pomáhali. Dneska se každý snaží jen pro sebe. Honí jen prachy, a to je ten dnešní styl života. My jako děti jsme měli zábavu do lesa, prak a kdo má lepší gumu a kdo dále dostřelí. A dnešní mládež si radši koupí litr vína, sedne na lávku a pijou do němoty.

Jak se u Vás doma mluvilo/mluví s dospělými?

KN: Trochu si na ně dovolím. Třeba k těm lidem, které vidím poprvé, tak si k nim

nedovolím úplně. Jsem asi trochu zdvořilejší.

PO: No jak. Po místecky, někdy německy (haha). Za mě neexistovaly ve škole nějaké drzé odpovědi. To byla hned rákoska a bylo... Dneska je to strašné. Myslím si, že děcka dnes nemají moc úcty ke starým. Nepustí mě ani sednout ve vlaku, v autobuse.

Jak se projevuje/ projevoval respekt ve škole?

KN: Dodržuju pravidla, neporuším je. Vůči učitelům. Např. nebavím se v hodinách, neřvu v hodinách, poslouchám, co mi učitel řekne. Snažím se zastat někoho, kdo je třeba zesměšňovaný nebo tak.

PO: Za nás respekt určitě byl. Slušně jsme zdravili, slušně jsme odpovídali na otázky. Prostě normální slušnost, která už dnes není všední. Nějaké odmlouvání nebo tak to

vůbec neexistovalo. Dneska by mladí potřebovali vojnu jak sůl. Tam by je hned naučili, jak se mají chovat. Já jsem byl dva roky. Když jste odmlouval, tak vám to dali pěkně sežrat.

Jak podle Vás vypadá respekt v úplně obyčejný den – v tramvaji, ve škole, na ulici.

KN: Pozdravím. Nebo když sedím a vidím starou paní/ pána, tak je pustím se posadit, pokud nikde jinde není volné místo. Ještě poděkování? – Je to slušnost.

PO: Já už se dnes moc nikde nepohybuju. Tady u nás na baráku (Domov pokojného stáří) je vše v pořádku. S nikým nemám takhle problém. Stává se, nevím, jestli to jsou sestřičky nebo praktikantky, že vás třeba vůbec nepozdraví. To si myslím, že pozdrav je úplně základ projevu respektu.

A vy osobně se cítíte být (obecně vzato) respektovaný?

KN: Necítím se být nikým urážena nebo tak. Nemám pocit, že by mě ostatní nerespektovali.

PO: Já myslím, že jo. S rodinou je to slabší, dneska nemá nikdo moc čas. Ale alespoň 2x týdně se někdo ozve. I vnoučata se ke mně hezky chovají.

Jak vnímáte, že se společnost chová k lidem, kteří jsou „jiní“? – chudí, nemocní, z jiných kultur.

KN: Určitě jsou dvě strany lidí, kteří je podporují, ale potom tu jsou lidi, kteří naopak pořád jen nadávají apod. A pak tu jsem ji, která je radši ticho a nepřiklání se radši k nikomu.

PO: Já jsem s tím problém nikdy neměl. Ani v rodině o nikom nevím, že by někdy odlišovali, že ten je chudý, ten je bohatý. Nesetkal jsem se s takovými lidmi ani mezi svými kamarády a jsem za to rád. Neměl

jsem hlavně čas na takové věci, jako jsou plotky apod. Kdysi se nikomu nezávidělo.

Jaký máte pocit, když mluvíte s někým, kdo je o generaci mladší/starší?

KN: Stydím se, je to trochu nezvyk. Např. mluvit s někým novým. Nebudu k vám nezdvořilá, ale spíš slušná. Nejsem sice nejslušnější dítě, ale budu k vám přece neslušná. Asi je to tím, že mě tak naši vychovali.

PO: Asi nedovedu odpovědět.

Co Vás na druhé generaci nejvíc štve? A co naopak obdivujete?

KN: Pokud myslím rodiče... Je fajn, že se o mě pěkně staraj, ale někdy zase asi až moc. Vzhledem k mému věku je to asi v pohodě. Chápu, že mají starost, ale pokud to bude za pár let stejné, tak už to v pohodě úplně asi nebude, to už by bylo moc. haha

PO: Hahaha.... Pro nás je to těžké soudit. Jednak už člověk spoustu let nechodí do práce a není s těmi lidmi, tak ví člověk pendrek, co k tomu říct.

Jsou odvážnější, průraznější, někdy až drzí, Chtěli by vysoký plat, a ještě ani neukázali, co umí.

Za komunistů musel každý pracovat. Kdo nepracoval, byl to problém, nepromíjelo se to. Rukama pracovat už není móda, to už se nenosí. Trošku slušnosti by těm mladým asi nechybělo.

Kdo je podle Vás člověk, který si zaslouží největší respekt? A proč?

KN: Babička – bydlím s tátou a babičkou. Mámu sice mám, ale skoro se o mě nestará. Vídáme se asi tak 2-3x do roka. A více se o mě stará babička. Ne, že by se o mě táta nestaral, to vůbec, ale přeci jen ta babička mi prakticky nahrazuje tu moji mamku.

PO: V mém životě asi maminka – ona byla takový velitel. Ona uměla všechno. Do práce chodila celý život. A děda. Ten byl zase machr přes železo – on byl strojní zámečník vyučený. Uměl vykovat úplně všechno. 100% kutil s výučním listem.

Vzpomenete si na nějaký okamžik, kde jste pocítil největší pocit úcty nebo respektu od někoho jiného?

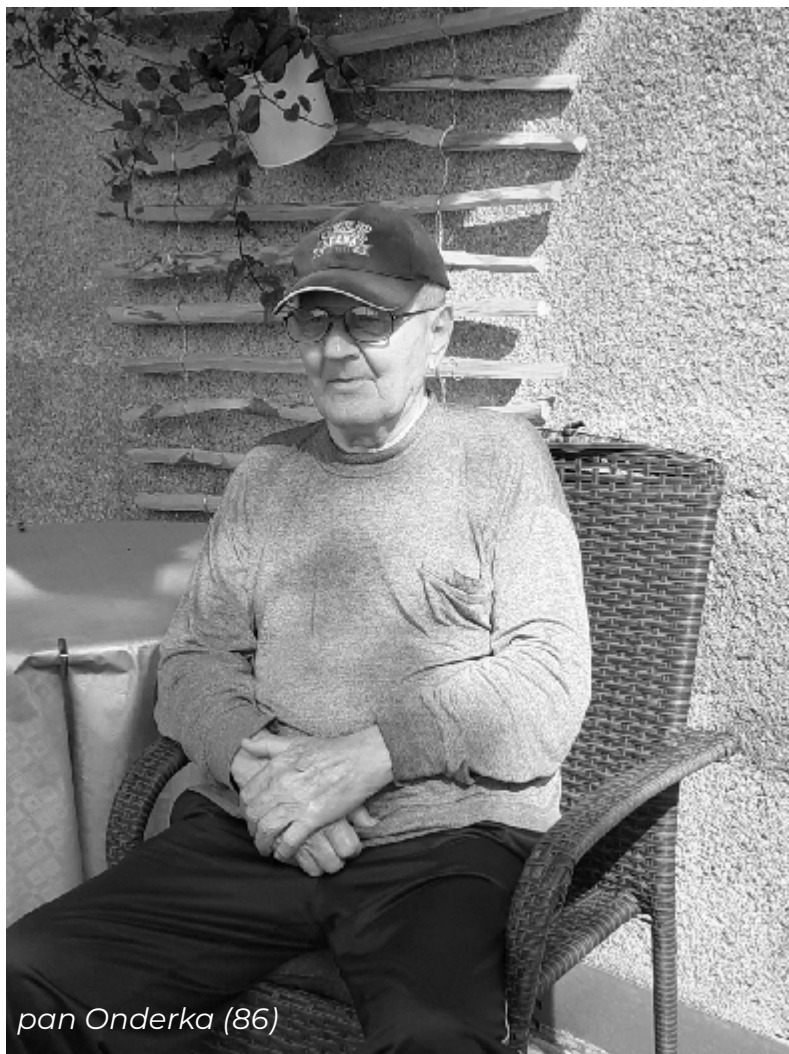
KN: Od mé nejlepší kamarádky – protože když jí něco řeknu, tak mě poslouchá, rozumí mi. Zajímá se o mě – třeba když jsem jí řekla, že jdu na soutěž v tanci, která byla v zahraničí. Bez váhání, bez rozmyšlení chtěla jet se mnou. Nečekala bych, že by tam se mnou někdo chtěl jet kromě mé rodiny. A byla mi tam fakt velkou oporou.

PO: To si nevzpomenu. Že by pro mě někdo něco extra udělal, to se nedá říct. Normální život, žádné vychvalování. Já se spíš musel životem prokousávat.

Možná mě jen napadá, když se mě snažili přetáhnout do práce a bojovali o to, abych měl vyšší plat. Jako řidič jsem totiž vydělával víc. 1 800 a oni mi nabízeli jen 1000. Tak mě tehdy pan Adámek, ředitel firmy, přemlouval, abych šel k nim a zajistil mi vyšší plat tak, aby to pro mě bylo výhodné, zajímavé. Tehda jsem cítil jakousi úctu, uznání?

Myslíte, že se respekt dá naučit nebo je to něco, co v sobě už máte?

KN: Myslím, že se už s něčím člověk narodí, ale to nejdůležitější se přeci jen naučíme v průběhu života. Odkoukala jsem to od ostatních. Něco mě učili doma, něco jsem odkoukala. Učila jsem se to prakticky už od mala. Do školky to bylo asi méně. Ve škole se to asi více prohloubilo, tam jsem se toho naučila asi nejvíc.



pan Onderka (86)

PO: Na vojně se dá určitě naučit, protože mu nic jiného nezbyvá. Ale jinak si myslím, že každý člověk má jinou povahu, jinak

reaguje na věci, takže se to těžko dá takhle říct... Někdo jo, někdo ne.

Co byste si přáli, aby si z vašich slov odnesl někdo úplně cizí, kdo si tento rozhovor přečte?

KN: Všimněte si více okolí kolem sebe a buďte více slušní. Nepohrdat lidmi. Zdravte se i se sousedy. A nenechte se odradit jinými, protože i ta starší generace dokáže nerespektovat ostatní a jsou neuctiví.

PO: Aby si aspoň něco vzali k srdci. Třeba to honění za prachama, kdy chce být hned každý milionářem. Jak se říká – Peníze nejsou všechno – ale lidi k tomu tak dnes přistupují, že peníze jsou opravdu vše.

Půjčovna NENÍ jen TECHNICKÁ záležitost

Půjčovna kompenzačních pomůcek je místo, kam lidé přicházejí v situacích, které si většina z nás těžko umí představit. Často jde o chvíle nejistoty, změn a hledání opory. A právě tam už několik let působí **Antonín Vrábel**, člověk, který pomáhá klientům najít, co potřebují – a zároveň jim dává víc než jen technickou radu.

„Každý den je jiný,“ říká. „Někdy přijde klient, který je usměvavý a vděčný. Jindy někdo, kdo se cítí zaskočený a reaguje podrážděně. Ale i to k téhle práci patří.“

Právě díky jeho zkušenostem můžeme nahlédnout do zajímavého tématu: **je velký rozdíl v chování lidí?** Jsou spíš netrpěliví, nebo naopak ohleduplní? A co vlastně rozhoduje o tom, jak komunikace dopadne? Antonín Vrábel má k tomu pár postřehů, které stojí za zamyšlení.

„Mezi klienty se najdou i tací, kteří jsou takzvaně neuctiví,“ říká pracovník naší půjčovny kompenzačních pomůcek. „Stalo se mi třeba, že si paní přišla opět půjčit sedačku na vanu. Tvrdila, že loni měla jiný model. Já jsem jí ale musel s klidem

vysvětlit, že v nabídce máme jen tento typ. Byla protivná a já cítil, že se ve skutečnosti jedná spíš o paniku než o neúctu.“

Právě tady se otevírá otázka rozdílu mezi generacemi. „Když to sečtu, více neuctivých reakcí přichází od starších klientů, převážně žen. Mladší generace to bere spíš věcně – přijdou, půjčí si, poděkují a jdou. Ale neuctivých je opravdu minimum. Většina lidí je naopak slušná, vděčná a upřímně děkuje.“

Klíčovým bodem je podle něj způsob komunikace: „Když člověka nenecháte v jeho nervozitě, ale nabídnete mu pochopení, často se atmosféra úplně změní. Třeba když jsem paní vysvětlil, že i můj otec měl zlomený krček a chodítko mu pomohlo v malém bytě, zklidnila se a začali jsme si rozumět.“

Možná tedy nejde ani tak o rozdíly mezi generacemi, jako spíš o rozdíly v životních situacích. O schopnost zvládnout strach, nepohodlí nebo pocit bezmoci. A také o naši ochotu naslouchat. Protože respekt – ať už k mladším, či starším – začíná právě tam.

Tereza Staroščáková

ZEPTALI JSME SE NAPŘÍČ CHARITOU:

Co pro Vás znamená RESPEKT?

laskavost

„CHOVAT SE K SOBĚ HEZKY“

„Když mě někdo vyslechne, i když nesouhlasí.“

poslouchat

„Když se dokážeme bavit bez urážek, i když máme rozdílný názor.“

DŮVĚRA

„UMĚT DÁT DRUHÉMU PROSTOR A NECPAT MU SVOU PRAVDU“

SPRAVEDLNOST

„Že se ke mně chovají
tak, jak by chtěli,
abych se choval já k
nim.“

EMPATIE

uznání

„JE TO, KDYŽ SE NECÍTÍM BÝT MENŠÍ“

„Že mě lidé neodsuzují podle prvního dojmu.“

PRAVIDLA

rovnost

DŮSTOJNOST

nedělat to, co si druhý nepřeje

otevřenost

OHLEDUPLNOST

„Pro mě je to chování bez
ponižování.“

Respekt není za odměnu

Když slyšíme, že má někdo duševní onemocnění, často nás jako první napadne obava, předsudek nebo dokonce nedůvěra. Jenže to, co člověk v takové situaci skutečně potřebuje, **není soucit ani analyzování jeho stavu.**

Potřebuje **respekt – bez podmínek.** „Bud' silný.“ „Vzchop se.“ „To má každý občas těžké.“

Kolikrát už jsme tyhle věty slyšeli? A kolikrát jsme je sami řekli – aniž bychom tušili, co se odehrává v hlavě nebo srdci druhého člověka?

Ve společnosti stále přetrvává hluboko zakořeněný názor, že **respekt si musíme zasloužit** – výkonem, chováním, přizpůsobením se normě. Tento postoj se naplno ukazuje právě vůči lidem s duševním onemocněním.

Představme si, že si někdo zlomí nohu. Okolí okamžitě nabídne pomoc, pochopení a čas na zotavení. Ale co když má někdo „zlomenou duši“? V mnoha případech musí nejdříve dokazovat, že „**si to nevymýšlí**“, že „**se snaží**“, že „**neobtěžuje okolí**“.

Respekt, který by měl být samozřejmý, se tak mění na **odměnu za výkon.** Za „správné“ chování, za to, že se dotyčný umí „chovat normálně“. A to je nejen nespravedlivé, ale i nebezpečné.

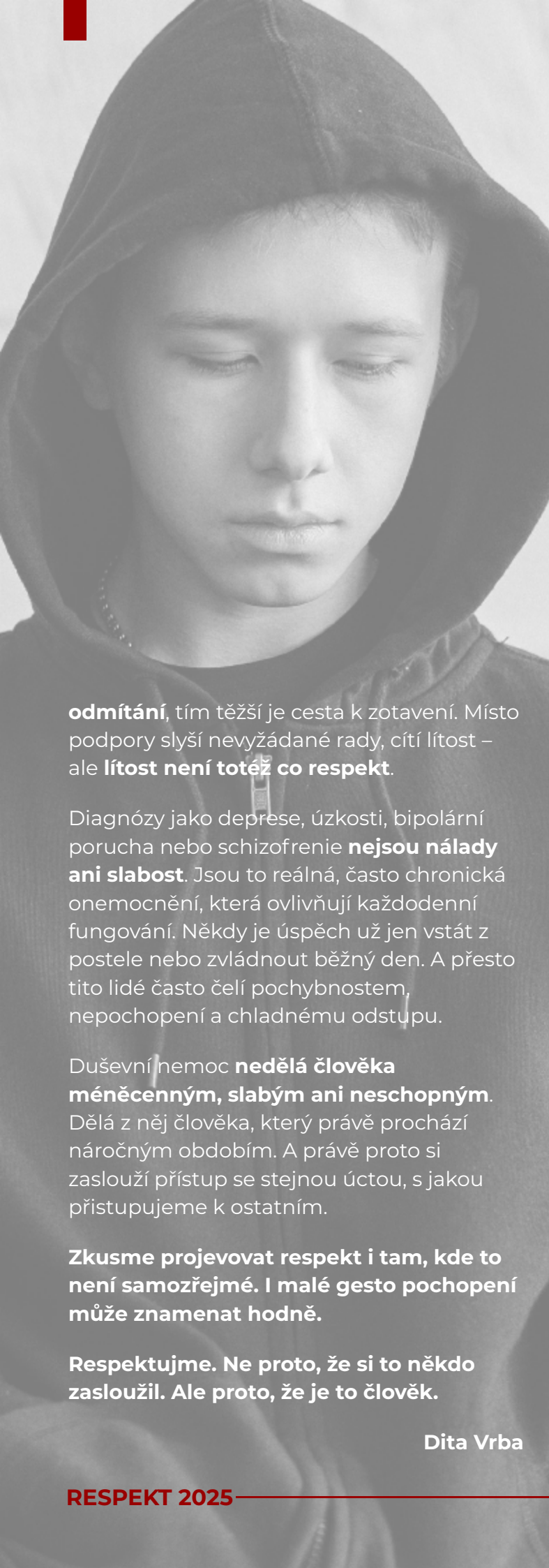
V naší společnosti se respekt často spojuje s úspěchem, postavením nebo dokonalostí. Úctu projevujeme těm, kdo působí silně, zvládají své role, nemají „problémy“. Tento pohled ale **vylučuje všechny, kdo právě procházejí těžkým obdobím** – například kvůli duševní nemoci.

Lidé s duševním onemocněním tak často bojují nejen s nemocí samotnou, ale i s **druhotnými zraněními ze strany okolí** – s nepochopením, zlehčováním, odmítnutím. Místo empatie se setkávají s odstupem, někdy i s posměchem nebo opovržením. A to právě v době, kdy nejvíce potřebují podporu a přijetí.

Ačkoli se dnes o duševním zdraví mluví více než dříve, **zažitá stigmata a společenské stereotypy** přetrvávají. Respekt pak často přichází až tehdy, když člověk „dostatečně prokáže“, že se snaží zapadnout. Ale to není skutečný respekt. To je **podmíněné uznání**, které nemá s lidskostí nic společného.

Život s duševním onemocněním přináší řadu obtíží i v běžných situacích. A když k nim přibude **pochybování a nepochopení ze strany okolí**, člověk se raději stáhne do sebe. Ztrácí chuť komunikovat, vyhledávat společnost nebo žádat o pomoc. Přichází izolace, pokles sebevědomí, úzkost – a celkový stav se může výrazně zhoršit.

Zkušenosti z praxe potvrzují, že čím víc je člověk vystaven **neúctě, nálepkování a**



RESPEKT BEZ PODMÍNEK

Respekt k člověku s duševním onemocněním neznamena přehnanou opatrnost, ani nucenou pozitivitu. Znamená to běžnou lidskou úctu – takovou, jakou si zaslouží každý z nás.

Zde je několik jednoduchých, ale účinných způsobů, jak respekt projevit:

- **Naslouchejte bez hodnocení**
- **Jednejte upřímně, bez přetvářky**
- **Respektujte osobní prostor, hranice i momentální možnosti**
- **Vyhňte se nálepkám a stereotypům v běžné řeči**
- **Nevyžadujte výkon nebo zlepšení jako podmínku pro úctu**

Lidé s duševním onemocněním nepotřebují soucit, ale rovnost. Potřebují prostředí, kde se mohou cítit bezpečně, přijímaně a důstojně. To jim pomáhá nejen lépe zvládat nemoc, ale také znovu nacházet místo ve společnosti.

odmítání, tím těžší je cesta k zotavení. Místo podpory slyší nevyžádané rady, cítí lítost – ale **lítost není totéž co respekt**.

Diagnózy jako deprese, úzkosti, bipolární porucha nebo schizofrenie **nejsou nálady ani slabost**. Jsou to reálná, často chronická onemocnění, která ovlivňují každodenní fungování. Někdy je úspěch už jen vstát z postele nebo zvládnout běžný den. A přesto tito lidé často čelí pochybnostem, nepochopení a chladnému odstupu.

Duševní nemoc **nedělá člověka méněcenným, slabým ani neschopným**. Dělá z něj člověka, který právě prochází náročným obdobím. A právě proto si zaslouží přístup se stejnou úctou, s jakou přistupujeme k ostatním.

Zkusme projevovat respekt i tam, kde to není samozřejmé. I malé gesto pochopení může znamenat hodně.

Respektujme. Ne proto, že si to někdo zasloužil. Ale proto, že je to člověk.

Dita Vrba

ABY NÁM SPOLU BYLO DOBŘE

Název článku, který může znamenat spoustu věcí. Jednou z oblastí, kterých se může týkat, je i určité společenství lidí, které hledá kompromisy ke vzájemnému spokojenému soužití. Tento konkrétní případ se týká Denního centra Maják a jeho nedávné snahy vytvořit společná pravidla, která pomohou lépe spolu fungovat, respektovat se a předcházet zbytečným konfliktům.

Důvod této iniciativy

„V Majáku si pravidelně připomínáme pravidla fungování, abychom ověřili, zda jsou stále aktuální a odpovídají tomu, co všichni potřebujeme,“ vysvětluje vedoucí služby Dita Vrba. *„V poslední době jsme více řešili vzájemné vztahy a míru tolerance mezi klienty. Přibýlo i několik nových klientů, a proto jsme se rozhodli pravidla znovu projít, upravit je a doplnit o nové situace, které se u nás objevují.“*

Bohatství spoluvytváření

Pravidla a řád, které přicházejí „shora“, nemusí být vždy přijaty s pozitivní odezvou. Cílem zaměstnanců Majáku proto bylo, aby se na jejich tvorbě podíleli i klienti. *„Všichni – jak pracovníci, tak klienti – cítili potřebu*

některé situace otevřít a společně si k nim nastavit pravidla. Během diskusí se přirozeně objevila i další témata, která jsme do pravidel rovnou zapracovali.

Zaměstnanci upozornili na oblasti, které z jejich pohledu potřebovaly řešení, a klienti sami přišli s návrhy, co by mělo být v pravidlech ošetřeno. Výsledkem byla spolupráce, ve které měl každý možnost se zapojit,“ popisuje průběh Dita.

Pro někoho maličkost, pro lidi s duševním onemocněním důležitý faktor

Některá témata mohou v běžném životě znít jako maličkosti, nicméně pro člověka s duševním onemocněním nebo lehkým mentálním postižením jsou i tyto detaily zásadní pro pocit komfortu. *„Nově jsme se například zaměřili na téma rádio. Řešili jsme problémy s hlasitostí nebo výběrem stanice. Klienti měli prostor vyjádřit se k tomu, co jim vadí a co by jim pomohlo,“* doplňuje vedoucí služby. Nová pravidla, která zaměstnanci s klienty společně vytvořili, jsou již vyvěšena ve společenské místnosti, kde klienti tráví nejvíce času – aby je měli co nejvíce na očích.

Samotná tvorba pravidel má smysl

I cesta může být cíl. Smysl totiž může mít už samotné vytváření pravidel, při kterém si lidé mohou leccos uvědomit. *„Už během práce na pravidlech si někteří klienti uvědomili, že se některé věci týkají i jejich vlastního chování, což vedlo ke změně a předcházení problémům. Některá nově přijatá pravidla zatím čekají na svou příležitost – uplatní se, až nastane konkrétní situace. I samotný proces společné tvorby pravidel měl tedy pozitivní dopad: atmosféra v Majáku se uvolnila, každý mohl přispět a výsledkem je pocit společného díla, na které jsme všichni pyšní,“* oceňuje na závěr vedoucí služby Dita Vrba.

Jan Slavík

CHARITA FRÝDEK-MÍSTEK ***...s námi nejste sami...***

CHARITNÍ MRKNUTÍ, červenec - září 2025,
vydává Charita Frýdek-Místek pro potřeby interní a externí komunikace,
redakce: Martin Hořínek, Tereza Staroščáková

Charita Frýdek-Místek
Příborská 602, 738 01 Frýdek-Místek
IČ: 45235201
č.ú.: UniCredit Bank 2112858051/2700,
www.charitafrfm.cz,