**Psychoedukace u schizofrenie**

Lucie Bankovská Motlová a Karolina Dvorská

**Odůvodnění návrhu kurzu**

Psychoedukace je systematická, strukturovaná a didaktická informace nemocným a jejich blízkým o nemoci a léčbě, jejímž cílem je naučit je dovednostem důležitým pro zvládání nemoci a usnadnit adaptaci na psychotické onemocnění. Znalost komunikačních a edukačních technik je základním předpokladem kvalitní a profesionální zdravotnické péče poskytované pacientům s psychotickým onemocněním ve všech fázích terapie.

Zařazení psychoedukace do terapeutického plánu pacientů se schizofrenií vede k významnému snížení frekvence relapsů a rehospitalizací, zmírnění symptomů, zlepšení kvality života, posílení sociálních kompetencí, aktivnějšímu zapojení v pracovní rehabilitaci a snížení nákladů na péči (Xia et al., 2011). Ačkoli se jedná o intervenci založenou na důkazech, která je součástí doporučených terapeutických postupů, absolvuje ji jen malá část pacientů a jejich blízkých. V České republice nabízí nejúčinnější formu, rodinnou psychoedukaci, jen 16 pracovišť z 550 zařízení poskytujících lůžkovou, ambulantní nebo komunitní péči (Bankovská Motlová et al., 2015). Mezi nejvýznamnější překážky zařazování rodinné psychoedukace do terapeutického plánu je nedostatek denních stacionářů a lektorů psychoedukace z řad psychiatrů, psychologů a zdravotních sester. V souvislosti s připravovanou reformou psychiatrické péče v České republice, která počítá se vznikem Center duševního zdraví, v nichž budou psychoedukační programy poskytovány, vzniká potřeba školicího kurzu v rodinné psychoedukaci.

**Popis kurzu**

***Co nabízíme***

Jednodenní osmihodinový prakticky zaměřený kurz je určen především budoucím lektorům psychoedukačních programů, ale i pracovníkům v sociálních službách a ve zdravotnictví, kteří přicházejí do styku s pacienty s psychotickým onemocněním. Kromě znalostí a dovedností získá absolvent powerpointové materiály, s nimiž bude psychoedukaci provádět.

***Komu je kurz určen***

Kurz je určen psychiatrům, psychologům, zdravotním sestrám a sociálním pracovníkům. Výhodou je zkušenost s prací s pacienty s onemocněním schizofrenního spektra, avšak není podmínkou účasti. Účast v programu však vyžaduje znalosti o psychotickém onemocnění. Nelékařům proto doporučujeme účast v kurzu Základy práce s psychotickým pacientem. Certifikát opravňující lektorsky vést psychoedukační skupiny získají nelékaři pouze tehdy, pokud předloží doklad o absolvování kurzu Základy práce s psychotickým pacientem.

***Jak pracujeme***

Používáme animované powerpointové prezentace, videoukázky a práci s tabulí, pracujeme ve dvojici. Základem je aktivní interakce s účastníky školení, která navozuje atmosféru reálné psychoedukační skupiny. Tato forma zajistí nejen pasivní přenos informací, ale zprostředkuje osobní zkušenost a umožní práci s tématy lépe zažít. Od účastníků očekáváme aktivní zapojení, hraní rolí, nácvik technik.

***Program (8 výukových hodin)***

**1 výuková hodina:**

Logistika psychoedukačních programů: základní formy, typy, uspořádání, jak zorganizovat kurz, koho, kdy, jak a kam pozvat; materiály a pomůcky.

Videoukázka psychoedukace v terénní praxi.

**6 výukových hodin:**

Jak provádět psychoedukaci krok za krokem:

 Co je to psychóza

 Jak se psychóza projevuje

 Příčiny psychóz: Známe viníky?

 Jak příznaky vznikají aneb co se děje v mozku

 Jak psychotická onemocnění probíhají?

 Prognóza

 Léčba

 Prevence relapsu

Časné varovné příznaky: jak je rozpoznat, co dělat a co je to ITAREPS (Program prevence relapsu s pomocí informačních technologií)

Zdravý životní styl

Psychoedukace příbuzných a blízkých: nejčastější mýty sdílené příbuznými, komunikace s duševně nemocným a jak si zachovat vlastní životní rovnováhu

**1 výuková hodina:**

Duševní servis pro budoucí lektory

Jak si zachovat vlastní duševní rovnováhu a nevyhořet

Sdílení osobních zkušeností z psychoedukační praxe, diskuse.

***O nás***

prof. MUDr. Lucie Bankovská Motlová, Ph.D.

působí na 3. lékařské fakultě UK nepřetržitě od roku 1993. V současné době vyučuje psychiatrii a lékařskou psychologii, vede Oddělení lékařské psychologie a plní roli proděkanky pro vnější záležitosti, rozvoj akademické obce a sociální záležitosti. Pracuje v Národním ústavu duševního zdraví na pozici výzkumníka-seniora. Lucie Bankovská Motlová vystudovala 1. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy v Praze. Absolvovala postgraduální studium psychiatrie na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Hradci Králové a dvouletý vzdělávací program na University of California Berkeley, USA. Získala specializace v oborech psychiatrie a systematická psychoterapie. Publikovala desítky odborných článků v českém i zahraničním tisku. Je autorkou monografií [Schizofrenie (neurobiologie, klinický obraz, terapie)](http://www.ucebnice.com/schizofrenie-neurobiologie-klinicky-obraz-terapie), [Citový mozek](http://www.galen.cz/idistrik/vydav/?module=katalog&page%5bspecsel%5d=26&page%5bnum%5d=1&page%5bbook%5d=2625&PHPSESSID=189ac826d34a50462fac6bda51a4b25a%20) (obě spolu s Františkem Koukolíkem) a [Schizofrenie, jak předejít relapsu, aneb terapie pro 21. století](http://www.kniha.cz/schizofrenie-jak-predejit-relapsu-aneb-terapie-pro-21-stoleti/d-70952/) (spolu s Filipem Španielem). Je spoluautorkou a odbornou garantkou programů oceněných Vondráčkovou cenou: PREDUKA (Preventivně edukační program proti relapsu psychózy; 2007),  ITAREPS (Program prevence relapsu schizofrenie s pomocí informačních technologií; 2008), Program pro dobré zdraví (2009) a [Kuchařka pro nemocné psychózou](http://www.pcp.lf3.cuni.cz/pcpout/is/publikace_vydane/kucharka.htm) a KOUZLA (Koučováním za lepší adherenci; 2010). V akademickém roce 2012/2013 byla v anketě Syllabova křída vyhlášena nejoblíbenějším pedagogem 4. ročníku magisterského studia. Předmětem klinického i výzkumného zájmu Lucie Bankovské Motlové jsou rodinné psychoedukační programy a další psychosociální intervence určené pacientům s psychotickým onemocněním, jejichž cílem je zlepšit prognózu schizofrenního onemocnění. V současnosti se zabývá tématem destigmatizace duševně nemocných.

PhDr. Karolína Dvorská

vyučuje lékařskou psychologii na 3. lékařské fakultě, koordinuje výuku psychologie v oborech Fyzioterapie a Veřejné zdravotnictví. Působí jako supervizor na Psychosomatické klinice v Praze a provozuje ambulantní praxi klinického psychologa.  Karolina Dvorská vystudovala Filozofickou fakultu Univerzity Karlovy v Praze obor divadelní věda –psychologie, následně  absolvovala specializační studium klinické psychologie. Získala atestaci z klinické psychologie,  funkční specializaci v psychoterapii, má ukončeno úplné psychoterapeutické vzdělání daseinsanalytického směru.   Od roku 2000 se věnuje  oboru klinické psychologie, pracovala na lůžkových odděleních akutní i následné péče v Psychiatrické léčebně Bohnice  a v Psychiatrickém centru Praha, působila na Psychoterapeutické a psychosomatické klinice ESET v denním stacionáři pro léčbu úzkostných poruch, dlouhodobě spolupracuje s Centrem krizové intervence Praha.  Jako lektorka se podílí na programu  PREDUKA - Preventivně edukační program proti relapsu psychózy, pravidelně se účastní edukačních programů v rámci týdnů pro duševní zdraví, dlouhodobě vedla skupinu pro příbuzné nemocných psychózou.  Stěžejním výzkumným zájmem Karoliny Dvorské je sledování a posouzení účinnosti psychosociálních intervencí u schizofrenie. Tématu se věnuje v rámci postgraduálního studia klinické psychologie na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy.

***Literatura***

Bankovská Motlová L., Dragomirecká E., Blabolobá A., Španiel F, Slováková A. Psychoeducation for Schizophrenia in the Czech Republic: Curriculum Modificatin Based on Opinions of Service Users and Providers. Acad Psychiatry Volume 39, Issue 2 (2015), Page 186-190. DOI 10.1007/s40596-014-0234-4

[Xia J](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Xia%20J%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=21678337), [Merinder LB](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Merinder%20LB%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=21678337), [Belgamwar MR](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed?term=Belgamwar%20MR%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=21678337). Psychoeducation for schizophrenia. [Cochrane Database Syst Rev.](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21678337##)2011 Jun 15;(6):CD002831. doi: 10.1002/14651858.CD002831.pub2