

Mental Health Europe

Equal rights.
Better mental health.
For all.

Marec 2026

Usmernenia pre spolutvorbu v oblasti duševného zdravia

Poďakovanie

Ďakujeme členom pracovnej skupiny Mental Health Europe pre spolutvorbu, ktorí venovali veľa času a úsilia vývoju tejto príručky: Catherine Brogan (Mental Health Ireland), Aisling Culhane (Horatio European Psychiatric Nurses), Indrė Giedrė Gegeckaitė (Mental Health Perspectives, Litva), Kristijan Grđan (Susret, Chorvátsko), Alexandru Luisu Rinaldi a Sofiu Redaelli (Fondazione Progetto Itaca, Taliansko), Manuela Pascala Stadtmanna (Kompetenčné centrum pre duševné zdravie – OST – Východošvajčiarska univerzita aplikovaných vied).

Ďakujeme tiež zamestnancom Mental Health Europe: Liuske Sanna a Josephovi O'Sullivanovi a všetkým, ktorí ochotne súhlasili s poskytnutím svojich svedectiev.

Taktiež ďakujeme slovenskému tímu, ktorý vytvoril preklad do slovenčiny: Dagmar Breznoščáková (ODOS), Noemi Jenčová (ODOS), Barbora Maliarová (Ministerstvo zdravotníctva SR), Zuzana Nováková (Ministerstvo zdravotníctva SR), Marína Trnovcová (peer konzultantka), Michala Bošániová (OZ Nájdi sa!), Anna Škopová (osoba so zažitou skúsenosťou), Lenka Pšeničňáková (osoba so zažitou skúsenosťou), a Andrej Vršanský (Liga za duševné zdravie SR).

Upozornenie

Tieto materiály sú určené na pomoc všetkým zainteresovaným stranám – jednotlivcom aj organizáciám – v ich úsilí o spolutvorbu v oblasti duševného zdravia. Pri používaní týchto materiálov je potrebné uviesť formálne uznanie zdroja. Žiadny z týchto materiálov nesmie byť zmenený ani upravený bez výslovného písomného súhlasu organizácie Mental Health Europe.

© December 2023, Mental Health Europe

Obsah

Pozadie a účel usmernení 3

Poznámka o jazyku 4

Pre koho sú tieto usmernenia určené? 5

Perspektíva ľudských práv 10

Výhody spolutvorby 12

Prístup Mental Health Europe založený na spolutvorbe 19

Čo rozumieme pod pojmom „spolutvorba“? 19

Pracovná definícia spolutvorby organizácie Mental Health Europe: 19

Princípy spolutvorby 20

Uplatňovanie zásad v praxi 21

Sľubné a osvedčené postupy 24

Príklady osvedčených postupov 24

Nástroj na hodnotenie postupov spolutvorby 33

Pri použití týchto materiálov je potrebné uviesť zdroj. Žiaden z týchto materiálov nesmie byť zmenený ani upravený bez výslovného písomného súhlasu Mental Health Europe. 36

Pozadie a účel usmernení

Prístup Mental Health Europe k spolutvorbe pozostáva z komplexného rámca na podporu posilňovania rôznych zainteresovaných strán – ľudí s osobnou skúsenosťou, odborníkov, akademikov, mimovládnych organizácií, tvorcov politík a rozhodovateľov – a poskytuje poznatky, praktické nástroje a osvedčené postupy pre efektívne zapojenie do spolutvorby v oblasti duševného zdravia.

Náš prístup založený na spolutvorbe vychádza z vízie duševného zdravia v kontexte **rámca ľudských práv** a **psychosociálneho modelu**. V organizácii Mental Health Europe sa riadime definíciou duševného zdravia Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO): „ stav telesnej a duševnej pohody, v ktorom si jednotlivec uvedomuje svoj vlastný potenciál, dokáže zvládnuť bežný životný stres, môže pracovať produktívne a úspešne a dokáže byť prínosom pre spoločnosť “[1]. Duševné zdravie treba vnímať v jeho celistvosti, ako kontinuum od dobrého duševného zdravia až po psychosociálne znevýhodnenie.

„Psychosociálne znevýhodnenie“je medzinárodne uznávaný pojem, zakotvený v Dohovore Organizácie Spojených národov o právach osôb so zdravotným znevýhodnením (UNCRPD). Používa sa na opis situácie ľudí, ktorí majú rôzne výzvy v oblasti duševného zdravia, ktoré v spojení s rôznymi spoločenskými bariérami môžu viesť k ich „znevýhodneniu“a brániť im v uplatňovaní ich práv a plnohodnotnej účasti na živote spoločnosti. Tento pohľad uznáva, že každý jednotlivec sa môže v ktoromkoľvek momente svojho života ocitnúť na tomto kontinuu. V súlade s prístupom založeným na ľudských právach to tiež znamená, že osoby s psychosociálnym znevýhodnením sú skôr „subjektmi práv“ ako „objektmi starostlivosti“.

Psychosociálny model obsahuje a zameriava sa na problémy zvýšenej náchylnosti/predispozície na vznik duševných ťažkostí vyplývajúcich zo socioekonomických determinantov, ako sú chudoba, sociálna izolácia, nerovnosť, stigmatizácia a diskriminácia. Nové poznatky v týchto oblastiach ukazujú, ako môže systém duševného zdravia založený na humanizácii a ľudských právach, slúžiť ako prevencia vzniku psychosociálneho znevýhodnenia.

Správne pochopená a implementovaná metodika spolutvorby napomáha tomu, aby služby duševného zdravia boli v súlade s ľudskými právami a aby popri osobných životných skúsenostiach systematicky zohľadňovali aj sociálne a ekonomické determinanty.

[1] WHO, https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being

Je to preto, že spolutvorba dáva moc do rúk účastníkom a rovnako oceňuje rôznorodé odborné znalosti. Tento prístup presahuje rámec obyčajného zaškrtávania políčok; je základným kameňom efektívnych politík a postupov v oblasti duševného zdravia. Pri spolutvorbe nejde iba o konečný výsledok; je to živý proces rastu a objavovania, ktorý počas celej cesty prirodzene prijíma a víta zmeny.

Tieto usmernenia o spolutvorbe v oblasti duševného zdravia dopĺňajú súbor nástrojov organizácie Mental Health Europe s **názvom „Spolutvorba v oblasti duševného zdravia“,** ktorý obsahuje základné princípy, metodiku školení a nástroje na plánovanie a hodnotenie. Súbor nástrojov je k dispozícii na webovej stránke Mental Health Europe. Usmernenia opisujú, ako môže spolutvorba priniesť prospech rôznym skupinám zainteresovaných strán a jednotlivcom; ponúkajú svedectvá aktérov, ktorí sa zapojili do procesu spolutvorby, ako aj príklady osvedčených postupov spolutvorby v oblasti duševného zdravia v rôznych prostrediach.

Tieto usmernenia vypracovala pracovná skupina pre spolutvorbu organizácie Mental Health Europe, zložená z odborníkov s vlastnou zažitou skúsenosťou, aktivistov, pracovníkov v oblasti zdravotníctva a sociálnej starostlivosti, pedagógov a výskumníkov, ktorí prispeli k všetkým aspektom tvorby usmernení v pravom duchu spolutvorby. Ide o živý dokument, ktorý bude v budúcnosti revidovaný s cieľom zahrnúť nové poznatky, skúsenosti a sľubné osvedčené postupy. Keďže spolutvorba je dynamický prístup, aj usmernenia týkajúce sa spolutvorby sa musia vyvíjať tak, aby odrážali nové poznatky a v konečnom dôsledku reagovali na potreby. Preto vítame spätnú väzbu od všetkých zainteresovaných strán, ako aj príspevky k referenciám a osvedčeným postupom.

Poznámka o jazyku

V týchto usmerneniach sa používajú pojmy, ktoré odrážajú prístup organizácie Mental Health Europe založený na ľudských právach, ako aj na psychosociálnom modele duševného zdravia. Jazyk samotný môžu spôsobiť zmenu, ktorú chceme dosiahnuť. Spôsob, akým hovoríme o duševnom zdraví a o ľuďoch s problémami v oblasti duševného zdravia môže ublížiť, diskriminovať a posilňovať negatívne stereotypy, pričom destigmatizácia v oblasti duševného zdravia začína práve správnou voľbou slov používaním jazyka.

Preto odporúčame čitateľom, aby si prečítali slovník organizácie Mental Health Europe „Duševné zdravie: sila jazyka“– slovník pojmov a definícií v anglickom origináli (2), Zoznámte sa s niektorými pojmami používanými v týchto usmerneniach, zistite, aký majú význam a akú majú históriu, a prečo sme sa rozhodli používať práve tieto pojmy a nie iné.

---

2 https://www.mentalhealtheurope.org/wp-content/uploads/2023/10/MHE-Glossary-of-terms-and-Definitions.pdf

Pre koho sú tieto usmernenia určené?

Tieto usmernenia sú určené všetkým zainteresovaným stranám, ktoré zohrávajú úlohu v oblasti duševného zdravia, v súlade s prístupom založeným na ľudských právach a psychosociálnom modeli duševného zdravia. Zameriavajú sa na aktérov vo všetkých oblastiach, ktoré súvisia s duševným zdravím alebo ho ovplyvňujú – nielen v zdravotníctve, ale aj v rámci sociálneho zabezpečenia, financií, hospodárstva, vzdelávaní, zamestnanosti, životnom prostredí, migrácii, kultúre či výskume, aby sme uviedli tie hlavné.

Každá zainteresovaná strana sa pri zavádzaní spolutvorby ako metodiky pravdepodobne stretne s rovnakými výzvami, keďže tento prístup požaduje prehodnocovanie rolí, ako aj pracovnej kultúry a metód. Zmena nie je jednoduchá, ale prináša množstvo benefitov a výhod, ktoré poznáme z odbornej literatúry a príkladov dobrej praxe uvedených v tejto príručke.

V tejto časti opisujeme, ako môžu rôzni aktéri v oblasti duševného zdravia využívať spolutvorbu vo svojej práci v prospech jednotlivcov a komunít, ktoré zastupujú a/alebo s ktorými pracujú. Nejde tu o vyčerpávajúci prehľad zainteresovaných strán, keďže každá iniciatíva v oblasti duševného zdravia, ktorá chce použiť metódu spolutvorby, si vyžaduje vlastné komplexné a inkluzívne zmapovanie aktérov, ktorých je potrebné zapojiť. Spolutvorba znamená aktívne zapojenie širokého spektra aktérov, s cieľom využiť ich jedinečnú expertízu a perspektívu. Tým sa zabezpečí, aby projekty v oblasti duševného zdravia boli zamerané na človeka, založené na dôkazoch a zároveň reagovali na meniace sa výzvy a príležitosti v tejto oblasti.

Na záver odporúčame využiť tieto usmernenia na zakotvenie spolutvorby ako pracovného postupu vo vašej organizácii a zároveň rozšíriť jej uplatňovanie aj pri nadväzovaní externých partnerstiev, realizácii projektov a programov, ako aj pri vytváraní služieb.

Tvorcovia politík a rozhodovatelia

Spolutvorba je svojou povahou aj politický proces, ktorý je nevyhnutný na výkon politickej moci v demokratických systémoch. Exekutíva a tvorcovia politík prirodzene patria medzi najvplyvnejšie skupiny v oblasti duševného zdravia. Sú zodpovední za formulovanie politík v oblasti duševného zdravia, prideľovanie zdrojov a vytváranie regulačného rámca, ktorý tento sektor riadi. Príliš často sa tieto rozhodnutia prijímajú bez riadnej účasti ostatných relevantných strán, najmä tých, ktorých sa tieto politiky priamo dotýkajú. Ak sú k tvorbe politiky prizvaní zástupcovia pacientských organizácií alebo zástupcovia príbuzných ľudí so skúsenosťou, konzultácie s nimi nemusia byť zapracované do konečného výsledku. Môže to byť spôsobené tým, že sa berú ako formalita, prípadne nedostatkom know-how o tom, ako ich participáciu účinne implementovať.

Spolutvorba pri tvorbe politík predpokladá vytváranie kvalitných politík prostredníctvom mobilizácie ľudských a technických zdrojov s cieľom zapojiť dotknuté komunity a zabezpečiť politickú legitimitu výsledkov (Nabatchi et al., 2017). Spolutvorba zároveň zvyšuje politický kapitál tvorcov politík a prináša významné výhody pre verejné služby, komunity aj obyvateľstvo ako celok. Zjednotenie viacerých zainteresovaných strán však predstavuje náročnú úlohu a prístup k týmto iniciatívam sprevádzajú nerovnosti vyplývajúce z rozdielov v úrovni vzdelania, príjmov, vedomostí, záujmov a vplyvu (Goulart & Falanga, 2022). Hoci spolutvorba slúži ako riadiaci princíp pri tvorbe politík, zapojenie zainteresovaných strán často nespĺňa kritériá jej úspešnej implementácie. Tvorcovia politík totiž disponujú rozhodovacou mocou, ktorú im priznáva demokratický volebný proces. Zainteresované strany preto v procese tvorby politík zohrávajú spravidla poradnú úlohu, zatiaľ čo konečné rozhodnutia prijímajú výlučne tvorcovia politík.

Aby tvorba politík metódou spolutvorby bola úspešná, musia byť splnené dva predpoklady: (1) Každá zainteresovaná strana zapojená do tvorby politík si musí uvedomiť mieru svojej účasti v jednotlivých politických procesoch a ich limity. Zároveň musí počítať s tým, že rozhodovaciu právomoc v týchto procesoch vykonávajú volení zástupcovia. (2) Tvorcovia politík musia byť pripravení zdieľať svoje rozhodovacie právomoci so všetkými zainteresovanými stranami na rovnocennom základe. To znamená, že zainteresované strany sa nielen podieľajú na usmerňovaní politiky, ale preberajú aj spoluzodpovednosť za jej podobu a výsledky. Takýto prístup umožňuje opierať verejné politiky a rozhodnutia o reálne dôkazy a jasne formulované potreby komunít. Zároveň obmedzuje riziko zaujatosti. Tvorcovia politík by preto mali vnímať spolutvorbu nielen ako usmerňujúci princíp, ale aj ako metodický rámec pri tvorbe politík v oblasti duševného zdravia.

Odborníci na základe zažitej skúsenosti a ich podporovatelia

Osoby, ktoré majú osobnú skúsenosť s problémami duševného zdravia, ako aj členovia ich podporných sietí, môžu byť prostredníctvom spolutvorby výrazne posilnení, čím sa naplní motto „Nič o nás bez nás“. V dôsledku systémovej nerovnováhy moci často nie je dostatočne počuť hlas ľudí, ktorých sa politiky a modely starostlivosti v oblasti duševného zdravia priamo týkajú. Spolutvorba prináša na stôl ich jedinečný a veľmi potrebný pohľad, kde osobné príbehy a skúsenosti majú význam a môžu byť jadrom zlepšovania kvality života, vrátane znižovania stigmy a diskriminácie.

Miloš Šviderský – osoba so zažitou skúsenosťou, Slovensko.
Miloš sa zúčastnil rozsiahleho procesu spolutvorby zameraného na prehodnotenie a zmenu štruktúry a poskytovania služieb v oblasti duševného zdravia v krajine.

„Možnosť podieľať sa na spolutvorbe mi dodala silu; vďaka tomu som mal pocit, že niekam patrím a že som súčasťou niečoho väčšieho a dôležitého, pretože práve to pomáha ľuďom, ktorí trpia. Mal som príležitosť stretnúť sa s rôznymi ľuďmi, inšpirovať sa ich osobnými skúsenosťami a predovšetkým zažiť pocit, že nie som sám.“

Mnohé skúsenosti s formálnymi formami zapojenia viedli k tomu, že ľudia s vlastnou zažitou skúsenosťou boli odradení od zaujatia svojho oprávneného miesta pri rozhodovaní o politikách, službách a ďalších otázkach. Tieto usmernenia spolu s podporou ich spojencov pomáhajú poukázať na prínosy a výhody účasti, popri tom, že ide o základné ľudské právo a v prepojení s príručkou o spolutvorbe vytvárajú predpoklady pre skutočné a zmysluplné začlenenie všetkých relevantných perspektív v oblasti duševného zdravia.

Odborníci v oblasti zdravotníctva a sociálnej starostlivosti

Ide o veľmi širokú skupinu, ktorá zahŕňa rôzne profily – od priameho poskytovania služieb až po riadenie na rôznych úrovniach systémov zdravotníctva a sociálnej starostlivosti, od mikroúrovne až po makroúroveň. V uplynulých desaťročiach sa v oblasti zdravotnej starostlivosti uplatňovali rôzne formy zapojenia odborníkov s vlastnou skúsenosťou (napr. spolutvorba), a to s rôznou mierou úspešnosti. Na tieto skúsenosti možno nadviazať prijatím prístupu spolutvorby, ktorý rozširuje okruh spolupracujúcich zainteresovaných strán a umožňuje spoločne posudzovať, prehodnocovať a reorganizovať poskytovanie služieb v prospech súčasných aj budúcich užívateľov. Proces spolutvorby umožňuje vyvíjať riešenia šité na mieru pre systém zdravotníctva (Stock, C., Dias, S., Dietrich, T., Frahsa, A., & Keygnaert, I., 2021). Štandardizované postupy nedokážu dostatočne reagovať na potrebu prispôsobovať nové služby potrebám a životným skúsenostiam ľudí, ani na rastúce nároky na zdravotné a sociálne služby flexibilným a efektívnym spôsobom. Tieto usmernenia môžu pomôcť tejto skupine pri presadzovaní kultúrnych, praktických a systémových zmien u kolegov, nadriadených aj príslušných orgánov.

Safia Akram – človek s osobnou zažitou skúsenosťou a projektová manažérka pre služby v oblasti duševného zdravia v rámci NHS, Spojené kráľovstvo

---

„Myslím si, že často sa stretávate so skupinami akademikov a odborníkov, ktorí majú akademické tituly a mnoho kvalifikácií, ale na nižšej úrovni nie sú schopní komunikovať s jednotlivcami ako s ľuďmi. A myslím si, že niekedy do hry vstupuje táto dynamika moci, automaticky alebo nie, bohužiaľ... Je to teda tá dynamika moci, kvôli ktorej ľudia, ktorí boli predtým vylúčení zo služieb a mali zlé skúsenosti s duševným zdravím alebo sociálnou starostlivosťou alebo akékoľvek skúsenosti so sektorom, na ktorý sa vzťahujú zákonné predpisy, nemajú odvahu prehovoriť pred týmto publikom, pretože sú vnímaní ako mocnejší, dôležitejší...

Takže do hry vstupuje táto dynamika moci, ale v... spolutvorbe sú všetci rovní. Alebo by mali byť rovní a myslím si, že práve tam dosiahnete najlepšie výsledky“.

Výskumníci a akademici prostredníctvom svojej práce prispievajú k tvorbe politík, postupov a programov založených na dôkazoch v oblasti prevencie a starostlivosti, ako aj k vypracovaniu liečebných usmernení a ďalších odborných dokumentov. Spolutvorba im umožňuje posunúť perspektívu od samotného štúdia a výučby skúseností ľudí k výskumu, vzdelávaniu a vyučovaniu spoločne s ľuďmi, ktorí majú osobnú skúsenosť. Takýto prístup priblíži výskum a jeho výsledky potrebám ľudí s osobnou skúsenosťou aj širšej verejnosti, a to najmä v oblasti podpory duševného zdravia a prevencie. Navyše môže pomôcť odborníkom vo vzdelávaní vyučovať inkluzívnejšie a poskytnúť im nástroje na znižovanie stigmatizácie spojené s duševným zdravím a súvisiacimi problémami.

Občianska spoločnosť zahŕňa rôznorodé organizácie, ktoré zohrávajú kľúčovú úlohu pri zvyšovaní povedomia, znižovaní stigmatizácie, presadzovaní reforiem politík v oblasti duševného zdravia a často aj pri poskytovaní služieb: komunitné združenia, advokačné organizácie, mládežnícke a športové centrá, podporné skupiny, a to len na spomenutie niektorých. Spolutvorba s týmito subjektmi zaručuje, že úsilie o spolutvorbu ťaží z odborných znalostí a poznatkov tých, ktorí sú hlboko zapojení do komunity. Tieto organizácie sú zvyčajne aktívne a otvorene prezentujú svoj pohľad aj v zložitých situáciách. Určite budú

vedieť efektívne využiť príležitosti, ktoré spolutvorba prináša. Zároveň im pomôže využívanie týchto usmernení a nástrojov – jednak interne pri rozvoji a posilňovaní vlastných kapacít, a tiež externe pri propagovaní prístupu spolutvorby medzi ďalšími zainteresovanými stranami.

Andrej Vršanský – výkonný riaditeľ, Liga za duševné zdravie, Slovensko

---

„Podstatou nášho projektu spolutvorby bolo vytvoriť bezpečný a akceptujúci priestor na verejných stretnutiach, kde by sa mohli stretnúť ľudia so zažitou skúsenosťou, príbuzní, odborníci, zástupcovia miestnej samosprávy alebo ľudia so záujmom o systém a služby duševného zdravia a diskutovať o tom, čo potrebujú, čo nepotrebujú, aké sú ich problémy, čo navrhujú, a teda aké sú ich predstavy o tom, ako by mal systém starostlivosti o duševné zdravie fungovať, a zmapovať tieto skúsenosti, návrhy a potreby. Tieto ciele sa nám podarilo dosiahnuť.“

Prečo sa podieľať na spolutvorbe v oblasti duševného zdravia

Priznajme si, že spolutvorba nie je jednoduchá a dôvody, prečo sa do nej nezapájať, sú všeobecne známe. Byť inkluzívny a zapájať všetky zainteresované strany za rovnakých podmienok si vyžaduje čas aj zdroje. Preto je pre mnohých jednoduchšie zachovať súčasný stav a pokračovať v zaužívanom fungovaní bez toho, aby spochybňovali potrebu meniť spôsob, akým veci robíme.

Ľudia so skúsenosťou s duševným ochorením sa môžu zdráhať zapájať z dôvodu stigmy alebo strachu z diskriminácie, alebo sa môžu zapájať len symbolicky. Dôvodom môže byť nedostatok času, schopností, zdravotný stav, dobrovoľný charakter účasti alebo problémy s dostupnosťou.

Ďalšou výzvou je nedostatočné pochopenie toho, čo sa dá v rámci prístupu založeného na spolutvorbe dosiahnuť a ako na to. Ľudia a organizácie nemusia mať žiadne predchádzajúce skúsenosti a môžu mať ťažkosti zorientovať sa v existujúcich rámcoch a nástrojoch a využívať ich v praxi vo svojom sektore alebo pracovnom prostredí.

Nakoniec, dôkazy o pozitívnych výsledkoch spolutvorby v rôznych oblastiach môžu byť nedostatočné, keďže uplatňovanie spolutvorby v oblasti duševného zdravia bolo mimo oblasti poskytovania služieb obmedzené.

Nech už ide o akúkoľvek otázku, každú výzvu je možné prekonať vďaka angažovanosti všetkých zúčastnených strán a spolutvorba by sa mala vnímať ako činnosť prinášajúca dobrú „návratnosť investícií“. Zainteresované strany by mali prejsť od súčasného stavu, ktorý charakterizujú intervencie a stratégie typu „jedna veľkosť pre všetkých“uplatňované zhora nadol, k intervenciám založeným na spolutvorbe zdola nahor s ohľadom na rozmanitosť názorov.

Existujú dva základné dôvody, prečo je spolutvorba dôležitým prístupom v oblasti duševného zdravia: prvý súvisí s ľudskými právami a druhý s prínosmi, ktoré prináša z hľadiska výsledkov, vplyvu a zodpovednosti za ne.

Perspektíva ľudských práv

Právo na účasť je zakotvené vo Všeobecnej deklarácii ľudských práv (čl. 21), ktorá garantuje každému možnosť podieľať sa na správe vecí verejných. Politická a verejná účasť je zároveň považovaná za základný pilier demokracie (UNDP, 2019). Existujú tiež rámce a nástroje účasti pre iné kontexty a pre konkrétne skupiny, napr. viaceré ustanovenia Dohovore o právach dieťaťa sa zaoberajú účasťou detí. Článok 4 Deklarácie z Almaty o primárnej zdravotnej starostlivosti z roku 1978

stanovuje, že „ľudia majú právo a povinnosť individuálne aj kolektívne sa podieľať na plánovaní a realizácii svojej zdravotnej starostlivosti“.

Pokiaľ ide o duševné zdravie a participáciu, ide predovšetkým o právo na účasť ľudí s duševnými problémami a psychosociálnymi znevýhodneniami, na ktoré sa prirodzene zameriavame, pričom nezabúdame na ich príbuzných a podporovateľov.

Plnohodnotná a efektívna účasť a sociálne začlenenie ľudí s duševnými problémami a psychosociálnym znevýhodnením sa odráža predovšetkým vo všeobecných zásadách Dohovoru Organizácie Spojených národov o právach osôb so zdravotným znevýhodnením(UNCRPD). Táto zásada je neoddeliteľne spojená s ďalšími ľudskými právami v platnom medzinárodnom práve; pre tieto usmernenia sú osobitne dôležité zásady rovnosti a nediskriminácie, ako aj účasti na politickom a verejnom živote. Výbor UNCRPD uznáva, že aktívne a zmysluplné zapojenie osôb so zdravotným znevýhodnením viedlo k dosiahnutiu prelomovej zmluvy o ľudských právach a vytvorilo model ľudských práv v oblasti zdravotného znevýhodnenia. V dôsledku toho medzinárodné právo v oblasti ľudských práv teraz jednoznačne uznáva osoby so zdravotným znevýhodnením ako
„subjekty“všetkých ľudských práv a základných slobôd a vyžaduje ich zmysluplnú účasť na všetkých procesoch, ktoré sa ich týkajú. Myšlienka „Nič o nás bez nás“ je teraz základným kameňom medzinárodného práva v oblasti ľudských práv.

Enrico L. – člen klubu Clubhouse Club Itaca v Miláne (Taliansko)

„Spolutvorba pri vytváraní projektov je rozhodne užitočná a obohacujúca, pretože my, ako členovia Clubhouse, sa môžeme podieľať na každom kroku procesu navrhovania projektu. Bez toho, aby nás vypočuli, by zamestnanci nevedeli, či by príjemcovia mali o určitý projekt záujem.
Spolutvorba nám umožňuje pochopiť, ktorým smerom sa máme uberať.“

Gina Delaney – referentka pre rozvoj, Mental Health Ireland a rodina s osobnou zažitou skúsenosťou, Írsko

---

„Myslím si, že spolutvorba je dôležitá, pretože dáva ľuďom, ktorí majú vlastnú zažitú skúsenosť, šancu ovplyvniť osvedčené postupy, pretože my najlepšie vieme, čo funguje a čo nefunguje, a potom ľudia, ktorí prijímajú rozhodnutia, môžu tieto informácie využiť na prijímanie lepších rozhodnutí".

Spolutvorba sa opiera o účasť a posilňovanie postavenia ľudí so zažitou skúsenosťou. Ide však ešte ďalej a potvrdzuje zásadu, že aj ostatní aktéri, ktorí zohrávajú úlohu v oblasti duševného zdravia, sa musia zapájať a mať možnosť spolupracovať nielen s osobami so zažitou skúsenosťou, ale aj medzi sebou navzájom.

Výhody spolutvorby

Spolutvorba prináša všetkým zainteresovaným celý rad výhod. Tieto výhody vyplývajú z makroúrovne alebo organizačnej úrovne a/alebo mikroúrovne alebo osobnej úrovne, ako ilustruje literatúra a výpovede zozbierané od osôb z rôznych skupín zainteresovaných strán, ktoré sa zúčastnili na aktivitách realizovaných prostredníctvom prístupu spolutvorby.

Vytváranie spoločnej hodnoty – Prístup založený na spolutvorbe, ktorý umožňuje všetkým zainteresovaným stranám prispievať, pomáha vytvárať spoločnú hodnotu, zabezpečuje využiteľnosť výsledkov a udržateľnosť.

Elena Meta Adejevaite – klinická psychologička vo verejnej nemocnici Saint Rokas, Vilnius, Litva

---

„Takýchto workshopov nie je veľa. Tento druh metódy, pri ktorej rôzne skupiny prezentujú svoje nápady, je veľmi dôležitý tak pre pracovné prostredie, ako aj pre výsledky. Naše názory boli zohľadnené.“

Elena jednoznačne odporúča prístup spolutvorby. Uznáva, že práca v rámci spolutvorby môže byť pre niektorých ľudí náročná, najmä pre odborníkov a odborníčky, ak nie sú na tento prístup zvyknutí a ak pochádzajú z veľmi odlišných oblastí. Hlavný prínos, ktorý Elena vidí v spolutvorbe, je: „pocit, že nie som sama, kto čelí určitým problémom, a že mám nápady, čo by sa mohlo zmeniť, a môžem o tom hovoriť a zdieľať to s ostatnými“. „Možnosť vypočuť si skúsenosti ostatných, porozprávať sa o tých svojich a spoločne hľadať riešenia je hlavným prínosom, ale nie jediným. Druhým aspektom je vedomie, že organizátori tejto aktivity zohľadnia výsledky týchto diskusií a premenia ich na konkrétne kroky. Toto vedomie dodáva tejto skúsenosti na hodnote.“

Elena si myslí, že prístup založený na spolutvorbe je dôležitý, pretože bez ohľadu na oblasť, v ktorej pracujete, alebo na vaše povolanie, prinášate svoj pohľad a každý z nás prináša niečo iné. Táto rozmanitosť názorov je dôležitá na to, aby sme na tú istú problematiku nazerali z rôznych uhlov pohľadu. Ide tiež o rovnosť a v súvislosti s určitými povolaniami je ešte veľa čo robiť, aby sa odstránili nerovnosti. Ide o to, ako ľudia vnímajú druhých: „Vnímam človeka a komunikujem s ním nezávisle od toho, aké má povolanie“.

Podpora inovácií – Spolutvorba prehodnocuje zaužívané spôsoby „konania“, čím napomáha inováciám. Keďže každá strana prispieva k danej otázke alebo problému iným pohľadom, spolutvorba nás vedie k tomu, aby sme uvažovali inak a pristupovali k problémom z rôznych uhlov pohľadu.

David Dwyer – koordinátor centier zapájania, Community Health Care South-East, HSE, s osobnou zažitou skúsenosťou s duševným zdravím a zotavením zo závislosti, Írsko.

Davidove skúsenosti so spolutvorbou sa týkajú vzdelávania v oblasti zotavenia a niektorých výskumov.

„...výhody, ktoré vidím v spolutvorbe... sú spoločné porozumenie a spoločné učenie sa a... vytváranie nových foriem vedomostí čerpajúcich z ľudských skúseností. Viete, videl som to v praxi. Viete, aké vedomosti to prináša, a uľahčuje to... ovplyvňovať zmeny v rámci služieb, keď sa počúva viac hlasov...“.

Dosahovanie efektívnych a zmysluplných výsledkov – Zohľadnenie všetkých pohľadov pomáha pochopiť nielen potreby konečných príjemcov, ale aj tých, ktorí zohrávajú úlohu pri dosahovaní dopadu. Vďaka lepšiemu pochopeniu potrieb prispieva spolutvorba k hľadaniu riešení, ktoré prinášajú skutočné zmeny.

Medzi výhody spolutvorby v službách duševného zdravia napríklad patrí nielen zlepšenie zdravotných výsledkov a zvýšenie informovanosti o duševnom zdraví u ľudí s duševnými problémami (Piper, R. & Emmanuel, T., 2019. Co-producing mental health strategies with students: A guide for the higher education sector. Leeds: Student Minds). Táto informovanosť sa týka aj personálu, ktorý sa prostredníctvom spolutvorby môže naučiť, ako úspešne komunikovať s užívateľmi služieb (Jones et al., 2020), čo v konečnom dôsledku vedie k zlepšeniu poskytovania služieb. To nielen posilňuje a dodáva sebavedomie užívateľom služieb, ale tiež pomáha jednotlivcom prepisovať a úspešne prechádzať ich vlastnou cestou k uzdraveniu (Spencer et al. 2013; Ewert a Evers 2014; Thorneycroft a Dobel-Ober 2015; Fisher et al. 2018; Norton 2021).

Ďalšie výhody spolutvorby z pohľadu organizácie možno pozorovať aj na základe štatistík o hospitalizáciách. Spencer et al. (2013) zaznamenali 30 % zníženie

počet prípadov na pohotovosti a 50 % pokles hospitalizácií ako priamy výsledok spolutvorby. Týmto spôsobom sa zistilo, že spolutvorba zlepšuje poskytovanie služieb, čo nepriamo zlepšuje výsledky služieb (OECD 2011). Je to možné, pretože spolutvorba transformuje terapeutický vzťah tak, aby bol inkluzívnejší voči užívateľom, čím poskytuje pocit zodpovednosti za vlastnú cestu k uzdraveniu (Pestoff 2013). Spolutvorba je spojená nielen s lepšími výsledkami v oblasti zotavenia, ale aj s ekonomickými prínosmi, ako je nákladová efektívnosť a pozitívny sociálny návrat investícií (Needham & Carr, 2009; Slay & Stephens, 2013).

Isabella G. – poradkyňa, zamestnankyňa Clubhouse Club Itaca Milan

---

„...práca v rámci spolutvorby tiež prispieva k zlepšeniu procesu zotavenia členov a členiek Clubhouse. Z hľadiska osobného zotavenia pomáhajú každodenné aktivity Clubhouse rozvíjať sebavedomie, sebadôveru, nové zručnosti a schopnosť realizovať projekty. Preto to určite pomohlo našej organizácii, ale pomohlo to aj jednotlivcom. Tieto dva aspekty sú neoddeliteľne prepojené. Je to pozitívny proces.“

Budovanie dlhodobých partnerstiev – Spoločná interakcia a prepojenia, ktoré spolutvorba umožňuje, môžu podporovať partnerstvá presahujúce rámec konkrétnej činnosti alebo projektu a inšpirovať budúcu spoluprácu.

Belinda Coyle – pracovníčka v oblasti podpory rodín, Community Health Care South-East, HSE a skúsenosti z vlastnej rodiny,
Írsko

„...Učíte sa spoločne, ale zároveň budujete dôveru a spoluprácu a... najdôležitejšie je, že nadväzujete veľa priateľstiev...“.

Osobný a profesionálny rast – Spolutvorba má pre jednotlivca mnoho výhod (Bovaird a Loeffler 2013). Vzájomné učenie, ku ktorému dochádza v procese spolutvorby, je obohacujúce na osobnej aj profesionálnej úrovni a podporuje napríklad zlepšenie sebauvedomenia, mäkkých zručností, odborných znalostí a profesionálneho sieťovania.

U ľudí s duševnými problémami môže spolutvorba dokonca podporiť dosahovanie kariérnych cieľov napriek týmto ťažkostiam (Boyle et al., 2006; Salisbury, 2020). Napríklad spoločná príprava prednášok o duševnom zdraví môže vytvoriť príležitosti stať sa súčasťou pedagogického tímu, zatiaľ čo príprava workshopov zameraných na zotavenie môže jednotlivcov pripraviť na prácu ako peer edukátori alebo na iné vzdelávacie role v oblasti zotavenia.

Anna Škopová, administratívna pracovníčka a účastníčka stacionára.

„V dennom stacionári vo Vranove nad Topľou som zažila, čo pojem spolutvorba pre mňa znamenala v praxi. Stala som sa súčasťou kolektívu s podobnými problémami, čo bolo pre mňa v ťažkých časoch skutočne veľmi dôležité. Nebola som sama so svojimi problémami. Tí, ktorí tam už boli dlhšie, boli reálnym príkladom, že zmena k lepšiemu je možná a boli motiváciou pre novších členov. Bol to otvorený priestor bez predsudkov, posudzovania, kto je aký a s možnosťou vyjadriť svoje pocity, nálady a názory bez obáv z odsudzovania. Pocit bezpečia, prijatia a rôznorodé aktivity pomáhali krok za krokom získavať stratenú sebadôveru. Každému členovi to dalo pocítiť, že je hodnotným človekom aj napriek jeho momentálnym problémom. To bol dôležitý krok k získaniu sebahodnoty a zotaveniu. Verím, že týchto projektov spolutvorby bude čoraz viac, pretože každý človek si zaslúži dostať pomocnú ruku, keď to najviac potrebuje.“

Isabella: „Práca na spoločných projektoch mi určite osobne prospela, pretože model psychosociálnej rehabilitácie v klube Clubhouse je založený na kompetenciách, účasti a motivácii zamestnancov aj členov; v každodennom živote v našom klube Clubhouse preto dochádza k skutočnej výmene nápadov, zručností a informácií. Osobne si preto myslím, že je to veľmi obohacujúca práca pre všetky zúčastnené strany."

Dario silne podporuje prístup spolutvorby:

„Podľa môjho názoru je spolupráca pri spolutvorbe nevyhnutná na dosiahnutie cieľov a zamýšľaných výsledkov. Naučí vás, ako správne pracovať v tíme. Spoločné vedenie bolo kľúčové pre dosiahnutie našich zamýšľaných výsledkov. Podarilo sa nám dosiahnuť mnoho cieľov, pretože každý mal možnosť vyjadriť sa a cítil, že ho počúvajú.
Práca v rámci spolutvorby znamená, že každý návrh, nápad alebo spätná väzba má rovnakú hodnotu a že každý názor je rešpektovaný a vypočutý."

Prehodnocovanie predsudkov – V rámci vzťahov umožňuje spolutvorba každému zbaviť sa nálepiek, ktoré mu boli pripísané, takže všetci sú pri stole vítaní (Ewert a Evers 2014; NHS England 2015). Možnosť získať pohľad na perspektívy ostatných strán podporuje prehodnotenie predchádzajúcich názorov a vnímania ich úlohy a práce. V prípade ľudí s osobnou zažitou skúsenosťou s problémami duševného zdravia alebo psychosociálnym znevýhodnením to môže byť prospešné až do tej miery, že sa zníži stigmatizácia a diskriminácia – skutočná alebo vnímaná – voči nim ako jednotlivcom a voči úlohe skupiny, ktorú zastupujú.

Melina Waelle – expertka na základe vlastnej zažitej skúsenosti a zdravotnícka pracovníčka, Švajčiarsko

Od roku 2018 Melina využíva praktické situácie, aby študentom priblížila svoje vlastné skúsenosti s problémami duševného zdravia a zotavením. Podieľala sa na procese spolutvorby kurzu „Duševné zdravie zamerané na človeka“v Kompetenčnom centre pre duševné zdravie. Spolu s vysokoškolskými pedagógmi sa zúčastňuje na prednáškach.

„Vždy je zrejmé, že moje skúsenostné vedomosti sú kladené na rovnakú úroveň ako odborné znalosti profesionálov. Dostala som podporu v oblasti didaktiky, keďže v tejto oblasti nemám žiadne vzdelanie. Som veľmi vďačná za príležitosť odovzdať svoje skúsenosti študentom na najvyššej úrovni.“

Melinin pohľad na dôležitosť spolutvorby:

„Je dôležité zohľadniť všetky pohľady. Štúdie, výskumy a učebné materiály sú dôležité pre kvalitnú odbornú prípravu profesionálov. Rovnako dôležitá je však aj skúsenosť zo života, pretože kriticky odráža pohľad dotknutej osoby.“A čo sa týka výsledkov: „Vďaka spolutvorbe vznikol kurz CAS, v ktorom sa pohľad odborníka a pohľad osoby so skúsenosťou zo života vyučujú na rovnakom základe. Spolupráca na tomto projekte je správnou cestou k čo najlepšej podpore ľudí s problémami duševného zdravia.“

Prístup Mental Health Europe založený na spolutvorbe

Čo rozumieme pod pojmom „spolutvorba“?

Spolutvorba je relatívne nový pojem v porovnaní s viac známym a používaným pojmom „koprodukcia“. Koncepty koprodukcie a súvisiace definície sa v literatúre začali objavovať už v roku 1977 v súvislosti s tovarom a službami vo všeobecnosti, ako aj konkrétnejšie v súvislosti s verejnými službami a zdravotníctvom. Postupom času sa tento koncept obohatil o princípy, hodnoty a ďalšie kritériá na definovanie rôznych typov alebo úrovní. Podľa literatúry je spolutvorba súčasťou širšieho konceptu koprodukcie.

Vzhľadom na túto rozmanitosť definícií a rámcov a na to, že žiadna z nich nezodpovedá našej predstave o spolutvorbe, sa organizácia Mental Health Europe rozhodla vypracovať vlastnú definíciu a rámec. Najdôležitejšie je, že táto práca zapadá do celkového prístupu zameraného na podporu pozitívneho a posilňujúceho jazyka a komunikácie v oblasti duševného zdravia.

Pracovná definícia spolutvorby organizácie Mental Health Europe:

Spolutvorba je založená na rovnocennom zapojení všetkých aktérov v oblasti duševného zdravia, ktorí spoločne vyvíjajú a implementujú politiky, služby, programy a komunikáciu podporujúce pozitívne duševné zdravie v súlade s psychosociálnym modelom a prístupom založeným na ľudských právach.

Princípy spolutvorby

Definícia spolutvorby organizácie Mental Health Europe sa opiera o sedem zásad.

1	**Inkluzívnosť**	Spolutvorba zohľadňuje všetky zainteresované skupiny a zaručuje rozmanitosť
2	**Rovnosť**	Pohľad každého účastníka je uznávaný ako podstatný a cenený a každý účastník prináša svoje vlastné skúsenosti, odborné znalosti, zručnosti a postrehy
3	**Rešpekt**	Venuje sa náležitá pozornosť spolupráci a komunikácii, ktorá je založená na rešpekte a konštruktívnom prístupe.
4	**Vzájomnosť**	Vzájomnosť je skutočné zdieľanie myšlienok, pocitov a skúseností v rámci skupiny, kde dochádza k vzájomnému učeniu a rozvíjajú sa spoločné významy
5	**Delenie moci**	Zdieľanie moci uznáva rôzne oblasti odbornosti, čo vedie k demokratickému spoločnému vlastníctvu rozhodnutí
6	**Prístupnosť**	Všetci zúčastnení majú rovnaké príležitosti zúčastniť sa a prispievať k procesu
7	**Transparentnosť**	Celý proces je spoločne a jasne vymedzený a zrozumiteľný

Uplatňovanie zásad v praxi

V tejto časti nájdete návrhy a tipy, ako uviesť vyššie uvedené zásady do praxe a vytvoriť prostredie, ktoré podporuje spolutvorbu.

1. Inkluzívne mapovanie zainteresovaných strán – Mapovanie zainteresovaných strán je bežnou praxou v mnohých kontextoch, avšak spôsob, akým sa k nemu pristupuje, môže ovplyvniť proces rôznymi spôsobmi.
    - Myslite nekonvenčne – môžu existovať zainteresované strany, ktorých zapojenie ste z mnohých dôvodov nezvažovali: napr. môžete sa domnievať, že nemajú žiadnu úlohu v tom, čo plánujete robiť, alebo neviete, kde ich nájsť, alebo je potrebné rozšíriť svoj pohľad na projekt/službu aj mimo oblasti duševného zdravia. Je dôležité mať na pamäti, že existujú rôzne pohľady; môžete: požiadať viacerých ľudí, aby sa podieľali na mapovaní, inšpirovať sa podobnými iniciatívami, zverejniť výzvu na prejavenie záujmu (môžete byť prekvapení, koľko odpovedí dostanete!);
    - Majte na pamäti rozmanitosť – pri akejkoľvek forme spoločnej tvorby musíte brať do úvahy, že výsledky budú musieť spĺňať potreby vašich cieľových príjemcov, medzi ktorých budú patriť ľudia s rôznorodými potrebami a pochádzajúci z rôznych prostredí. Zohľadnite rôzne typy skúseností s duševnými problémami, ich rodiny a podporovateľov, poskytovateľov služieb, členov komunity, vek, pohlavie, sociálno-ekonomické zázemie, náboženstvo atď. a prepojenie medzi týmito faktormi a projektom/službou. Uistite sa, že váš prístup k spolutvorbe je od začiatku čo najinkluzívnejší.
2. Pri komunikácii so zainteresovanými stranami s cieľom zapojiť ich do činnosti spolutvorby skontrolujte, čo potrebujú, aby sa mohli plne zúčastniť.
3. Uistite sa, že máte k dispozícii potrebné zdroje na kvalitnú realizáciu spolutvorby na základe potrieb, ktoré ste zhodnotili: čas, ľudské zdroje, financie, priestory a podobne. Počítajte s tým, že bude potrebná určitá flexibilita, pretože spolutvorba môže byť niekedy trochu chaotická a časovo náročná, ale výsledok za to bude stáť. Pri prideľovaní zdrojov postupujte transparentne, najmä ak ide o financovanie.
4. Zistite, aké odborné znalosti, skúsenosti, zručnosti a vedomosti prináša každý účastník a kde môže prispieť najúčinnejšie.

Enrico L. – člen Clubhouse Club Itaca Miláno (Taliansko)

„V klube si nás cenia, pretože robíme to, čo vieme

najlepšie, podľa našich schopností, zručností a skúseností. Klub nám umožňuje využívať naše odborné znalosti, rozvíjať svoje schopnosti a pomáhať ostatným členom.
Okrem toho nás zamestnanci Clubhouse povzbudzujú, aby sme sa učili nové veci a získavali nové skúsenosti“.

---

5. Informujte účastníkov a účastníčky o tom, čo je spolutvorba a ako funguje.
6. Spoločne identifikujte a dohodnite sa na zameraní a očakávanom výsledku práce, ktorá sa má vykonať v rámci spolutvorby. Ak je určitá úloha už nejakým spôsobom definovaná (napr. stratégia), dohodnite sa na tom, ako možno spolutvorbu uplatniť v rámci existujúceho rámca.

Safia Akram – osoba s osobnou skúsenosťou a projektová manažérka pre služby v oblasti duševného zdravia v rámci NHS, Spojené kráľovstvo

---

„Viete, najnovší projekt, na ktorom pracujem, sa týka duševného zdravia a zdieľania skúseností. Ide o skupinu ľudí, ktorí majú osobnú skúsenosť s využívaním služieb v oblasti duševného zdravia, či už v krízovej situácii, alebo na úrovni primárnej starostlivosti, alebo dokonca aj v prípadoch, keď zdravotnícki pracovníci o nich nevedia, že majú problémy...

Je teda naozaj dôležité, aby všetky tieto hlasy s rôznymi skúsenosťami podporovali to, čo robíme, a aby ma skutočne držali zodpovedným za to, ako prácu vykonávam a aké sú moje budúce plány pre projekt. Preto som skupine povedal: „Toto je môj názor“, poďme sa stretnúť a prebrať to, vymieňať si nápady – čo funguje, čo nefunguje, čo je potrebné a ako môžem pomôcť to zrealizovať. Takže hoci moja pracovná pozícia je projektový manažér, vnímam sa skôr ako facilitátor.

---

7. Dohodnite sa na spoločných pravidlách spolutvorby, ktoré by mali zahŕňať:

- Dohodu o prvkoch, ktoré vytvárajú bezpečné prostredie pre všetkých;
- Plán riadenia komunikácie medzi účastníkmi a stratégie riešenia prekážok, s ktorými sa niektorí ľudia môžu pri účasti stretnúť;
  - Postup na riešenie konfliktov;
  - Dohodu o tom, ako sa budú prijímať rozhodnutia.

Skupinovú dohodu budete musieť pravidelne kontrolovať/prehodnocovať a podľa potreby prispôsobovať. Mohlo by sa to napríklad robiť na začiatku každého stretnutia ako skupina alebo by ľudia mohli posielať písomné návrhy individuálne (pre niektorých to môže byť pohodlnejšia možnosť).

8. Vypracujte akčný plán, v ktorom opíšete jednotlivé kroky vašej spoločne vytvorenej aktivity tak, aby bol proces jasný pre všetkých, ale zachovajte jeho jednoduchosť a, samozrejme, vytvorte ho tiež spoločne. Uvedomte si, že v skutočnosti nemusí byť každý schopný prispieť ku každému jednotlivému kroku a že to všetci akceptujú, pokiaľ sú výsledky zdieľané so všetkými. Ak je súčasťou projektu financovanie, buďte transparentní, pokiaľ ide o rozdelenie rozpočtu.

   Existencia akčného plánu by však nemala viesť k príliš rigidnému a formálnemu procesu. Spolutvorba je predsa o spoločnom „tvorení“, takže nechajte priestor pre kreativitu, netradičné nápady a neformálnosť.

9. Spoločne vytvorte hodnotiaci plán a nástroje, ktoré sa budú používať na kontrolu, či je váš spôsob práce v súlade s prístupom spolutvorby.

10. Poskytnite informácie a dokumenty súvisiace s aktivitou/projektom vo formáte, ktorý je prístupný pre všetkých zúčastnených. Ak je napríklad použitý jazyk príliš odborný alebo je k dispozícii len v jednom jazyku, nie všetci budú mať rovnakú príležitosť prispieť.

11. Berte ohľad na účastníkov s rôznymi potrebami, napr. potrebu tlmočenia do posunkového jazyka.

12. Plánujte úlohy a aktivity podľa profesionálnych a osobných okolností každého účastníka, napr. či by sa niektoré stretnutia nemali naplánovať na víkend, aby sa mohli zúčastniť tí, ktorí sa angažujú dobrovoľne a nemôžu si vziať voľno zo svojho bežného zamestnania?

13. Venujte pozornosť praktickým aspektom – ak sa stretnutie koná online, vedia všetci, ako sa pripojiť a zúčastniť sa? Ak ide o osobné stretnutie, je miesto konania ľahko dostupné rôznymi dopravnými prostriedkami?

14. Nájdite spôsoby, ako formálne aj neformálne oceniť a uznať prínos všetkých zúčastnených.

Sľubné a osvedčené postupy

V tejto časti sme sa usilovali predstaviť príklady rôznych typov aktivít, sektorov a krajín, ktoré podporujú tvrdenie, že spolutvorba je prístup, ktorý môže uplatňovať ktorýkoľvek aktér pri akomkoľvek type pracovnej činnosti. Tieto osvedčené postupy hodnotili samotné organizácie, ktoré ich realizovali, a to pomocou hodnotiaceho nástroja vytvoreného na tento účel pracovnou skupinou Mental Health Europe pre spolutvorbu, ako je vysvetlené v poslednej časti týchto usmernení.

Niektoré z uvedených postupov pochádzajú od členských organizácií Mental Health Europe, ktoré uplatnili náš prístup k spolutvorbe tak, ako je opísaný v súbore nástrojov. Preto tieto príklady vo svojom opise vernejšie odrážajú ukazovatele hodnotiaceho nástroja, keďže boli už od začiatku formované podľa prístupu Mental Health Europe k spolutvorbe.

Príklady osvedčených postupov

Projekt YouCoMent: prístup mladých ľudí založený na spolutvorbe na podporu duševného zdravia počas vzdelávania v zdravotníckych a opatrovateľských profesiách

Kompetenčné centrum pre duševné zdravie (OST – Východošvajčiarska univerzita aplikovaných vied)

Tento príklad výskumného projektu vo Švajčiarsku ukazuje spôsob a proces, ako možno spolutvorbu uplatniť vo výskume. Cieľom bolo vytvoriť intervenciu zameranú na podporu a posilňovanie duševného zdravia mladých študentov a študentiek.

Prvým krokom bolo zostavenie rôznorodej skupiny zloženej z účastníkov a účastníčok odborného a ďalšieho vzdelávania zo vzdelávacieho centra St. Gallen, zastupujúcich všetky ročníky, pedagógov a pedagogičiek, výskumníkov a výskumníčok, odborníkov a odborníčok na duševné zdravie, odborníkov a odborníčok na vývoj technológií, odborníkov a odborníčok na metodický dizajn a monitorovanie, zástupcu zdravotnej poisťovne a zástupcu legislatívy. Títo aktéri boli identifikovaní prostredníctvom mapovania zainteresovaných strán a k účasti na projekte boli pozývaní prostredníctvom informačných podujatí a otvorených výziev cez intranet centra, ako aj návštev všetkých tried, počas ktorých boli o projekte informovaní.

Druhým krokom projektu YouCoMent bolo zorganizovanie série aktivít a workshopov založených na dizajnovom myslení, ktoré účastníkom a účastníčkam umožnili naladiť sa na spoločné porozumenie a definovať svoje potreby a požiadavky ešte predtým, ako začali formulovať svoje výzvy v súvislosti s duševným zdravím a spolutvorivo rozvíjať nápady. Vývoj intervencie sa začal predstavením výsledkov

predchádzajúcej empirickej práce (kvantitatívnych a kvalitatívnych štúdií) účastníkom a účastníčkam a ich následnou spoločnou diskusiou. Spomedzi množstva možných nápadov boli participatívnym spôsobom dohodnuté opakujúce sa kľúčové prvky. Tieto základné prvky potom usmerňovali vývoj intervencie.

V projekte YouCoMent bolo formovanie procesu spolutvorby prostredníctvom spolupráce so zainteresovanými stranami z rôznych oblastí a s rôznymi skúsenosťami nevyhnutné na to, aby koneční prijímatelia projektu – mladí študenti a študentky v zdravotníckom a opatrovateľskom sektore – dostali primeranú podporu v oblasti duševného zdravia, ktorá je relevantná pre ich osobný aj budúci profesionálny život. Vďaka tomuto prístupu je poskytovaná intervencia relevantná, reaguje na ich potreby a zároveň sa zvyšuje miera jej prijatia.

Ďalším pozitívnym účinkom bolo, že práca formou spolutvorby vytvorila pevnejšie väzby a rastúci vzájomný rešpekt medzi zapojenými aktérmi a aktérkami, pretože im neboli len predstavené vopred pripravené nápady, ale boli aktívne zapojení počas celého procesu. Zainteresované strany dôležité pre danú tému boli zapojené ešte pred spustením projektu a navyše všetky fázy boli otvorené aj ďalším záujemcom o zapojenie. Tento výskum sa zároveň realizoval celý priamo v centre, a nie v budove univerzity, aby bola zabezpečená lepšia prístupnosť.

Tento projekt poslúžil ako východiskový bod na pochopenie a identifikáciu dôležitých priorít, ktoré je potrebné zohľadniť pri navrhovaní programu. Zároveň je však potrebná otvorenosť a porozumenie na diskusiu o týchto identifikovaných prioritách a v prípade potreby aj ich opustenie spolu s ľuďmi zapojenými do procesu. Tak sa zabezpečí, že všetky zainteresované strany budú mať rovnaké právo a príležitosť prispievať svojimi názormi a prijímať rozhodnutia v každej fáze procesu.

Hoci bol tento projekt spolutvorby vyhodnotený ako dobre zvládnutý, existujú možnosti na jeho ďalšie vylepšenie. Napríklad pri ukazovateli 4 sa vyskytli ťažkosti s vytvorením rovnakého východiska a so zdôraznením toho, že všetky skúsenosti sú rovnako dôležité. Táto situácia sa týkala najmä zapojených dospievajúcich na začiatku procesu, o to viac, že medzi účastníkmi boli aj niektorí z ich pedagógov. Zlepšiť by sa dali aj ukazovatele 5 a 6, keďže do procesu vstupovalo viacero rôznych prostredí, vedomostí a skúseností. Niektorí odborníci a odborníčky zároveň žiadali viac usmernenia a rýchlejšie rozhodovanie v rámci procesu spolutvorby, zatiaľ čo niektorí ďalší členovia a členky požadovali viac času na rozvoj a diskusiu. Rovnako by bolo vhodné posilniť aj prácu súvisiacu s ukazovateľom 11, teda to, ako hodnotenie sleduje, či možno prístup spolutvorby udržať a uplatniť aj v budúcich aktivitách. Keďže nie všetky zainteresované strany sú súčasťou udržateľnosti a implementácie programu, tento ukazovateľ účastníci a účastníčky vnímali s rôznou mierou dôležitosti.

Workshop spolutvorby „Prevencia násilia páchaného na ženách so zdravotným znevýhodnením“

Mental Health Perspectives Lithuania

V Litve zažívajú ženy so zdravotným znevýhodnením vrátane psychosociálneho znevýhodnenia 2- až 5-krát vyššie riziko násilia, nátlaku a vykorisťovania ako bežná populácia. Organizácia Mental Health Perspectives identifikovala medzeru v tom, ako politiky a služby reagujú na ich špecifickú situáciu, a rozhodla sa spojiť zainteresované strany a preskúmať, aké kroky je možné podniknúť.

Na tento účel zorganizovala celodenné stretnutie spolutvorby zamerané na vytvorenie usmernení pre vládne organizácie v oblasti prevencie, intervencie a následnej podpory po násilí páchanom na ženách so zdravotným znevýhodnením. Medzi účastníkmi a účastníčkami boli sociálni pracovníci a pracovníčky, psychológovia a psychologičky, psychiatri a psychiatričky, učitelia a učiteľky, právnici a právničky, pracovníci a pracovníčky štátnej správy, podporovatelia a podporovateľky pri rozhodovaní a mimovládna organizácia zastupujúca ľudí so zdravotným znevýhodnením.

Účastníci a účastníčky boli rozdelení do štyroch skupín, pričom sa dbalo na to, aby v každej skupine boli zastúpení rôzni aktéri a aktérky, ktorí si mohli navzájom odovzdávať svoje jedinečné perspektívy. Prebiehali brainstormingové stretnutia o tom, aké mechanizmy by sa mali uplatňovať v zariadeniach duševného zdravia a sociálnej starostlivosti na prevenciu násilia, intervenciu a následné kroky. Na konci každej brainstormingovej časti účastníci a účastníčky predstavili svoje návrhy a po predstavení všetkých nápadov prebehlo hlasovanie každého člena a každej členky o tom, ktoré riešenia považujú za najrelevantnejšie.

Na záver stretnutia spolutvorby bolo prezentované zhrnutie nápadov, aby sa zabezpečilo, že všetci účastníci a všetky účastníčky majú rovnaké porozumenie. Po skončení stretnutia boli navrhované riešenia spracované do podoby usmernení určených pre Ministerstvo zdravotníctva Litvy, ale ešte predtým boli tieto usmernenia zaslané všetkým účastníkom a účastníčkam na pripomienkovanie.

Hoci bol koncept spolutvorby pre účastníkov a účastníčky nový a pochádzali z pomerne rôznorodého prostredia, využitie prístupu spolutvorby každému z nich pomohlo pochopiť a oceniť, čo do procesu prinášajú ostatní; prebehla skutočná výmena skúseností a perspektív. Túto interakciu nepochybne podporilo aj to, že akčný plán jednotlivých krokov aktivity spolutvorby bol pripravený a odsúhlasený, takže každému bolo jasné, ako bude práca prebiehať.

Hoci bolo toto stretnutie spolutvorby vyhodnotené ako dobre zvládnuté, prinieslo aj viacero ponaučení, čo by sa dalo zlepšiť. Napríklad z hľadiska účastníkov a účastníčok nebolo zapojených dostatok odborníčok so zažitou skúsenosťou, v tomto prípade žien so zdravotným znevýhodnením, ktoré zažili násilie. Bolo to čiastočne spôsobené tým, že ide o veľmi citlivú tému a tieto ženy sa môžu v takomto prostredí cítiť nepríjemne pri zdieľaní svojej skúsenosti. Preto je potrebné vynaložiť ďalšie úsilie na

pochopenie toho, ako zapájať ľudí v zraniteľných situáciách bezpečným a komfortným spôsobom prostredníctvom spolutvorby.

Ďalšou oblasťou, v ktorej mohla byť spolutvorba uplatnená lepšie, bola komunikácia s účastníkmi a účastníčkami pri zasielaní návrhu usmernení: dokument bol pomerne dlhý a nie dostatočne prehľadne štruktúrovaný, takže pre niektorých mohol byť náročný na čítanie. Je možné, že keby boli tie isté myšlienky predstavené príjemnejším a prístupnejším spôsobom, napríklad pomocou ilustrácií alebo prezentácií, zlepšilo by to možnosti účastníkov a účastníčok poskytnúť pripomienky aj kvalitu získanej spätnej väzby.

Workshop „Reagovanie na psychickú krízu v komunite“ pre senior manažment An Garda Síochána
Mental Health Ireland

Tento workshop bol spolutvorený s manažérmi a manažérkami An Garda Síochána, národnej policajnej a bezpečnostnej služby Írska. Jeho cieľom bolo poskytnúť ich tímom lepšie vedomosti a porozumenie tomu, ako podporovať ľudí prežívajúcich psychickú krízu, a v konečnom dôsledku zlepšiť skúsenosť ľudí v psychickej kríze počas ich kontaktu s An Garda Síochána v čase krízy.

Využívanie prístupu spolutvorby počas celého procesu umožnilo prispôsobiť obsah pre manažment a vytvoriť špecifické zdroje na podporu cieľov workshopu. Zároveň umožnilo získať ponaučenia, ktoré môžu usmerniť ďalšie kroky a zlepšenia.

Úsilie o spolutvorbu sa začalo prehľadom literatúry, aby sa zabezpečilo, že výsledok bude založený na dôkazoch a aktuálnych poznatkoch. Nasledovalo prvé stretnutie v rámci spolutvorby s cieľom identifikovať zámery a ciele workshopu. Potom tím Development & Training organizácie Mental Health Ireland, teda pracovná podskupina projektu, pripravil návrh osnov workshopu, ktorý následne posudzoval širší tím spolutvorby zložený zo zástupcov a zástupkýň manažmentu a personálu Garda, ľudí so zažitou skúsenosťou, podporovateľov a podporovateliek a členov a členiek tímu Mental Health Ireland. Pracovná podskupina následne pripravila upravenú osnovu workshopu a po jej schválení skupinou pre spolutvorbu vypracovala sériu nástrojov a zdrojov na mieru vrátane balíka materiálov s relevantnou literatúrou. Pilotný workshop bol realizovaný prezenčne pre 12 účastníkov a účastníčok zo seniorného personálu Garda. Workshop bol facilitovaný kombináciou prezentácií, interaktívnych diskusií, skupinovej práce a hodnotiacich procesov. Prebehlo aj úplné vyhodnotenie vrátane individuálnych evaluačných formulárov, reflexívnej diskusie s účastníkmi a účastníčkami a fokusovej skupiny so špecifickými otázkami na spätnú väzbu. Získaná bola aj spätná väzba facilitátorov a facilitátoriek.

Kľúčovým prínosom bol vklad facilitátorov a facilitátoriek so zažitou skúsenosťou s psychickou krízou, ktorá si vyžadovala zásah An Garda Síochána. Spätná väzba od

účastníkov a účastníčok zdôraznila, aký vplyv na nich malo to, že workshop spolufacilitovala osoba so zažitou skúsenosťou s psychickou krízou. Zvýšilo to ich porozumenie a poskytlo im príležitosť vidieť situáciu „z druhej strany“ zásahu. Tento vplyv bol natoľko výrazný, že mnohí účastníci a účastníčky navrhli zaradiť prezentáciu človeka so zažitou skúsenosťou s psychickou krízou do základného výcviku polície a bezpečnostných zložiek.

Hodnotenie zároveň jasne ukázalo, aké dôležité je skúmať a porozumieť rozdielu medzi duševným zdravím a duševnou poruchou a tomu, ako môže duševná porucha ovplyvniť správanie človeka v kríze. Workshop by však mohol získať ešte viac z toho, keby sa väčšia pozornosť venovala oboznamovaniu účastníkov a účastníčok s tým, ako viesť rozhovory o duševnom zdraví.

Účastníci a účastníčky považovali za prínosné zdieľať svoje poznatky a mať možnosť diskutovať s kolegami a kolegyňami o skúsenostiach z prvej línie. Jasne sa ukázalo, že An Garda Síochána čelí ťažkostiam v oblasti bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci a že musia vyvažovať svoju vlastnú bezpečnosť aj bezpečnosť osoby, ktorej poskytujú intervenciu. Poukázalo sa tiež na to, že An Garda Síochána potrebuje štruktúrovanejšiu podporu a usmernenie zo strany služieb duševného zdravia v rámci Health Service Executive.

Workshop bol prijatý pozitívne a na základe spätnej väzby organizácia Mental Health Ireland urobila viaceré úpravy workshopu, ďalej rozpracovala orientačné materiály, spolupracovala s An Garda Síochána pri poskytovaní nadväzujúcich vzdelávacích materiálov pre interný portál a prehodnotila počet cieľov workshopu vzhľadom na vyhradený čas. Ďalšími získanými poznatkami bolo, že vzhľadom na interaktívny charakter workshopu nebolo usporiadanie miestnosti v štýle zasadacej miestnosti vhodné, že bolo potrebné mať priestor na stenách na flipchartové hárky využívané pri skupinovej práci a že optimálne by bolo viesť tento workshop s dvoma facilitátormi alebo facilitátorkami. Mental Health Ireland vypracovala správu o tejto skúsenosti so spolutvorbou a o pilotovaní workshopu vrátane ďalších odporúčaní.

Projekt Shared Experiences & Local Mental Health Systems vo Watforde, Spojené kráľovstvo

Tento projekt, inšpirovaný podobným projektom v Taliansku, sa začal v roku 2018 vo Watforde. Zapája prijímateľov a prijímateľky služieb, odborníkov a odborníčky zo služieb, neformálnych opatrovateľov a opatrovateľky, tretí sektor, zástupcov a zástupkyne mestského zastupiteľstva a ľudí s rôznymi potrebami a rôznym zázemím v oblasti duševného zdravia.

Cieľom projektu je pôsobiť proti akejkoľvek forme inštitucionalizácie a prekonať súčasnú nadmernú klinizáciu problémov duševného zdravia presunom poskytovania služieb z inštitúcií do komunitného prostredia. To sa realizuje spolutvorením neutrálnych priestorov v komunite, v ktorých si rôzni ľudia mimo svojich sociálnych rol môžu vymieňať osobné skúsenosti mimo diagnostického a

terapeutického nastavenia. Takéto výmeny sa považujú za prínosné pre všetkých účastníkov a účastníčky, pretože ukazujú, že v značnom počte prípadov je možné lepšie porozumieť ľuďom a ich potrebám mimo dominantných prístupov väčšiny služieb zameraných na chorobu, ktoré sú charakteristické odstupom typu „my a oni“. Prístup projektu pozostáva z troch hlavných krokov, do ktorých je zapojená tá istá skupina ľudí a aktérov, pričom sa zohľadňujú osobné aj kolektívne aspekty:

- stretnutie zamerané na zdieľanie skúseností, nazývané „Common Sense Group“, ktoré sa koná každý druhý pondelok na jeden a pol hodiny. Skupina združuje maximálne 15 ľudí zastupujúcich rôznych aktérov a aktérky so záujmom o otázky duševného zdravia a komunikuje prostredníctvom verbálnej aj neverbálnej komunikácie;
- online reflexívna skupina, ktorá sa koná ostatné pondelky na jednu hodinu pre tých, ktorí sa zúčastnili predchádzajúceho stretnutia;
- mesačné stretnutie riadiacej skupiny, ktoré sa koná online alebo prezenčne podľa okolností. Táto skupina, zložená z tých istých účastníkov a účastníčok ako dve vyššie uvedené skupiny, má politické a administratívne úlohy a komunikuje so službami duševného zdravia, miestnou samosprávou a ďalšími organizáciami v miestnej komunite.

V súčasnosti má projekt určité financovanie a niektorí členovia a členky skupiny sú platení, zatiaľ čo iní vykonávajú dobrovoľnícku prácu. Niektoré osoby môžu byť na stretnutiach sprevádzané v závislosti od svojho zdravotného stavu. Členovia a členky sú vyzývaní, aby čo najviac používali bežný jazyk, a nie klinický alebo technický jazyk, najmä zdravotnícki pracovníci a pracovníčky. Zdá sa, že pobyt v priestore miestnej komunity a nepoužívanie klinického jazyka ani klinického nastavenia sú dobrým podnetom na podporu spoluvlastníctva, spolupráce a zdieľania moci.

Všetci účastníci a účastníčky poznajú základné východiská a ciele projektu a prispievajú k jeho ďalšiemu rozvoju. Miesta konania stretnutí, ako aj čas a program stretnutí vyberá celá skupina; informačné letáky o projekte sa pravidelne aktualizujú. Teoreticky projekt nemá koniec. Jeho cieľom je vytvoriť trvalý priestor dialógu medzi službami duševného zdravia a komunitou. To môže viesť k lepším službám aj lepším komunitám, v ktorých si ľudia môžu zvoliť vlastný spôsob porozumenia svojim problémom, zotavenia a pocitu, že sú súčasťou vyvíjajúceho sa procesu na individuálnej aj kolektívnej úrovni.

Súbor nástrojov o duševnom zdraví a pohode mladých ľudí pre kancelárie mládeže
Psychosocial Innovation Network (PIN), Srbsko

Tento projekt mal menší rozsah a trval tri mesiace. Jeho cieľom bolo vytvoriť súbor nástrojov pre koordinátorov, koordinátorky, zamestnancov a zamestnankyne kancelárií mládeže v Srbsku na tému pohody mladých ľudí, ich návykov a duševného zdravia. Súbor nástrojov bol zamýšľaný ako zdroj pre vzdelávanie pracovníkov a

pracovníčok kancelárií mládeže, aby tieto poznatky mohli ďalej odovzdávať mladým ľuďom prostredníctvom rôznych aktivít a postupov. Konečnými prijímateľmi a prijímateľkami teda mali byť mladí ľudia v miestnych samosprávach. PIN plánovala zapojiť všetky relevantné zainteresované strany, predovšetkým mladých ľudí, keďže tí sú najčastejšie vylúčení z procesu tvorby akýchkoľvek materiálov určených pre nich. Plán pozostával z troch stretnutí spolutvorby s mladými ľuďmi z rôzneho prostredia, pracovníkmi a pracovníčkami s mládežou, psychológmi a psychologičkami a členmi a členkami projektového tímu, s nadväzujúcimi stretnutiami a pilotovaním s inou skupinou mladých ľudí.

Cieľ zapojiť do procesu spolutvorby všetky relevantné zainteresované strany sa podarilo naplniť len čiastočne. Medzi niektorými relevantnými aktérmi a aktérkami sa objavili napätia, o ktorých PIN vopred nevedela, a to ani po dôkladnom zmapovaní relevantných zainteresovaných strán a ich vzťahov. To proces skomplikovalo, pretože bolo potrebné vyvažovať rôzne priority – priority donorov PIN aj štátnych inštitúcií, voči ktorým sa donori zodpovedajú. Z tohto dôvodu nebolo možné zapojiť všetky plánované zainteresované strany a PIN sa vedome rozhodla zahrnúť len mladých ľudí a širšie spektrum účastníkov a účastníčok zo svojich členských organizácií, ktorí mali podobné perspektívy ako zainteresované strany, ktoré bolo potrebné z procesu vypustiť. Prakticky povedané, vytvorili štruktúru čo najbližšiu pôvodne ideálnej štruktúre skupiny, ale s realistickým zohľadnením toho, kto sa objektívne môže zapojiť, pričom za najdôležitejšie zainteresované strany považovali konečných prijímateľov projektu, teda mladých ľudí.

Účastníci a účastníčky pochádzali zo skutočne veľmi rozmanitého prostredia, pokrývali rôzne kultúry, vekové kategórie od 17 do 33 rokov, miesto bydliska, keďže cieľom bolo zapojiť aj mladých ľudí, ktorí nepochádzajú z hlavného mesta, sexuálnu orientáciu, skúsenosti so službami duševného zdravia, pracovné skúsenosti, vzdelanie aj rodinné zázemie. Jedinou nevýhodou bolo, že v skupine bol len jeden muž, pretože dvaja mužskí účastníci svoju účasť na poslednú chvíľu zrušili a neskôr sa už nemohli pripojiť. Skupina to musela prijať a pokračovať v procese ďalej. Aby sa však predišlo ďalšiemu rozpadu skupiny a zachovala sa rozmanitosť, PIN dbala na to, aby vždy existovala skupinová dohoda o najvhodnejšom dátume a čase stretnutí a aby sa stretnutia konali iba vtedy, keď sa ich všetci účastníci a všetky účastníčky mohli plnohodnotne zúčastniť. Vďaka prispôsobeniu sa ich potrebám, času, povinnostiam a dostupnosti zostala skupina počas celého procesu kompletná.

Veľké množstvo času a pozornosti bolo venované prvej, prípravnej fáze a jednotlivým krokom procesu. Všetci účastníci a všetky účastníčky boli informovaní o všetkých aspektoch projektu: o cieľoch, zapojených zainteresovaných stranách, obmedzeniach projektu, svojej úlohe, konečnom produkte aj o tých aktivitách projektu, ktorých neboli súčasťou. Pred prvým stretnutím boli všetci účastníci a všetky účastníčky oboznámení s projektom prostredníctvom telefonátov a textových správ, teda ústne aj písomne. Počas prvého stretnutia vznikla skupinová dohoda,

ktorá obsahovala jasný opis toho, kto sú účastníci a účastníčky, akú expertízu každý a každá prináša a akú úlohu má v skupine. Zároveň obsahovala jasné očakávania od celého procesu aj od každého stretnutia, dohodu o tom, ako skupina vytvorí bezpečný priestor pre všetkých počas procesu, ako aj všetky obmedzenia a existujúce mocenské nerovnováhy, ktoré bolo potrebné zohľadniť. Mladí ľudia boli napríklad informovaní, že projektový tím je za projekt platený a že kľúčové rozhodnutia bude prijímať projektový tím s plným zohľadnením ich vstupov, ale aj s ohľadom na zodpovednosť voči donorom. Skupina sa ďalej dohodla na tom, ako bude riešiť konflikty, ak by vznikli, na krokoch všetkých aktivít od prvého stretnutia až po finalizáciu súboru nástrojov a na tom, ako bude ocenený príspevok každého a každej. Všetky tieto dohody boli zapísané na flipchart, ktorý sa používal počas všetkých stretnutí, a každý sa k nemu mohol kedykoľvek vrátiť. Na začiatku každého stretnutia si skupina našla čas na to, aby si dohodu pripomenula a v prípade potreby ju doplnila alebo upravila. Táto skupinová dohoda bola skutočne najdôležitejším krokom, ktorý umožnil prekonať niektoré obmedzenia a výzvy, ktoré sa počas procesu objavili.

Pokiaľ ide o zabezpečenie zdrojov potrebných na plnohodnotné zapojenie všetkých a praktické aspekty ovplyvňujúce schopnosť prispievať, toto sa podarilo naplniť v najvyššej možnej miere, a to napriek obmedzeniam, ktoré sa podarilo prekonať vďaka úplnej transparentnosti a vyššie spomínanej skupinovej dohode. PIN otvorene komunikovala, že projektový tím dostáva za svoju prácu odmenu, a zabezpečila, aby účastníci a účastníčky, ktorí neboli platení, nepracovali mimo plánovaných stretnutí a aby boli kompenzovaní inými, kolektívne dohodnutými spôsobmi, napríklad tým, že všetci budú v súbore nástrojov uvedení menom spolu s jasným opisom toho, ako prispeli k jeho vzniku a k projektu. Pokiaľ ide o logistické zdroje, stretnutia sa organizovali tak, aby zodpovedali ich dostupnosti a aby mal každý a každá rovnakú príležitosť zúčastniť sa, napríklad sa dbalo na to, aby nikto nemusel odchádzať skôr, vynechať vyučovanie alebo cestovať na veľkú vzdialenosť. O čase a dĺžke každého stretnutia rozhodovala samotná skupina.

Všetci účastníci a všetky účastníčky boli zároveň ústne aj písomne informovaní o hodnotení tohto projektu. Každý účastník a každá účastníčka sa zapojili do procesu hodnotenia tým, že sa vrátili k očakávaniam vyjadreným na začiatku procesu a posúdili, či boli naplnené. Výsledok bol pozitívny.

Na základe tejto aktivity a ďalších aktivít, konkrétne výskumného projektu a strategického plánovania, v ktorých PIN uplatňovala prístup spolutvorby podporovaný organizáciou Mental Health Europe, sa PIN zaviazala udržať štruktúrovaný prístup k spolutvorbe. Kľúčovým krokom na dosiahnutie tohto cieľa bolo zapojenie celého tímu, ktorý je teraz s prístupom spolutvorby dobre oboznámený a zhodol sa na tom, že spolutvorba je niečo, čo chce PIN ako organizácia zahrnúť do svojho modelu práce. PIN sa postarala o to, aby tímu vysvetlila, ako spolutvorba funguje, a na svojich týždenných tímových stretnutiach pravidelne diskutuje aj o aspektoch spolutvorby v jednotlivých projektoch – o

procese, výzvach a ďalších krokoch – čím podporuje učenie sa pri implementácii spolutvorby.

Model Clubhouse
Progetto Itaca (člen Clubhouse Europe)

Model Clubhouse je pomerne špecifickým príkladom spolutvorby, pretože sa vzťahuje na celú štruktúru, správu a fungovanie samotného modelu. Clubhouse sú miestne, komunitne založené priestory, ktoré ľuďom žijúcim s problémami duševného zdravia ponúkajú v jednom podpornom a bezpečnom prostredí príležitosti na priateľstvo, zamestnanie, bývanie, wellbeing a prístup k zdravotným službám, a tým podporujú ich sociálne a ekonomické začlenenie.

Tento model odráža princípy spolutvorby definované organizáciou Mental Health Europe. Jedným z jeho základných prvkov je napríklad princíp inkluzívnosti. Ako uvádza štandard 4 organizácie Clubhouse International: „Všetci členovia a členky majú rovnaký prístup ku každej príležitosti v Clubhouse bez rozlišovania na základe diagnózy alebo úrovne fungovania.“ Tento model je vystavaný na silných stránkach a schopnostiach svojich členov a členiek; každý a každá prispievajú ku každodennému fungovaniu Clubhouse v rozsahu toho, čo chcú a dokážu robiť. Metódu Clubhouse možno vnímať ako príklad štruktúry, ktorá sa usiluje využívať spolutvorbu veľmi praktickým spôsobom v rámci svojho každodenného fungovania.

Princíp prístupnosti pokrýva štandard 26, ktorý zabezpečuje, aby sa všetky Clubhouse nachádzali v oblasti, kde je zabezpečený prístup k miestnej doprave.

Ďalším kľúčovým faktorom úspechu tohto prístupu je rovnosť medzi zamestnancami a členmi Clubhouse a zdieľanie moci. Všetky dôležité rozhodnutia týkajúce sa každodennej prevádzky, správy, tvorby pravidiel a budúceho smerovania a rozvoja Clubhouse sa prijímajú konsenzom zamestnancov aj členov a členiek. Patrí sem prijímanie nových zamestnancov, hodnotenie zamestnancov, prijímanie nových členov a členiek, ako aj výber nových projektov a aktivít. Všetky stretnutia Clubhouse sú otvorené členom aj zamestnancom. Neexistujú formálne stretnutia „len pre členov“ ani formálne stretnutia „len pre zamestnancov“. Tento prístup si vyžaduje čas, ale zabezpečuje, že členovia a členky sú vypočutí a že Clubhouse úspešne poskytuje obnovujúce prostredie, ktoré má podporovať ich cestu zotavenia.

Vzťahy v Clubhouse by mali byť vždy rešpektujúce a zamerané na to, aby členovia a členky preberali zodpovednosť a získavali sebadôveru a sebaúctu. Keď Clubhouse poskytuje interný vzdelávací program, vo veľkej miere využíva schopnosti členov a členiek učiť a tútorovať. Na zabezpečenie skutočne aktívnej úlohy členov a členiek je počet zamestnancov dostatočný na zapojenie členskej základne, no zároveň natoľko nízky, že bez účasti členov a členiek by nebolo možné plniť všetky zodpovednosti. Vzájomná podpora je nevyhnutná pre samotné fungovanie tejto štruktúry, čo zabezpečuje, že sa členovia a členky každý deň cítia v Clubhouse potrební a

očakávaní. Najčastejším príkladom je kuchynská jednotka: jeden zamestnanec alebo zamestnankyňa dohliada na varenie, ale ak nie sú k dispozícii členovia alebo členky, ktorí by pracovali v kuchyni alebo išli na nákup, zamestnanec ich nenahradí; v ten deň budú všetci jesť len obyčajnú ryžu.

Prístup spolutvorby sa neuplatňuje iba vo vnútri Clubhouse. Zahŕňa aj komunitu, miestne zdravotnícke autority, ako aj národné orgány, keďže aj tie by mali prispievať svojimi perspektívami a byť súčasťou projektovej skupiny.

Nástroj na hodnotenie postupov spolutvorby

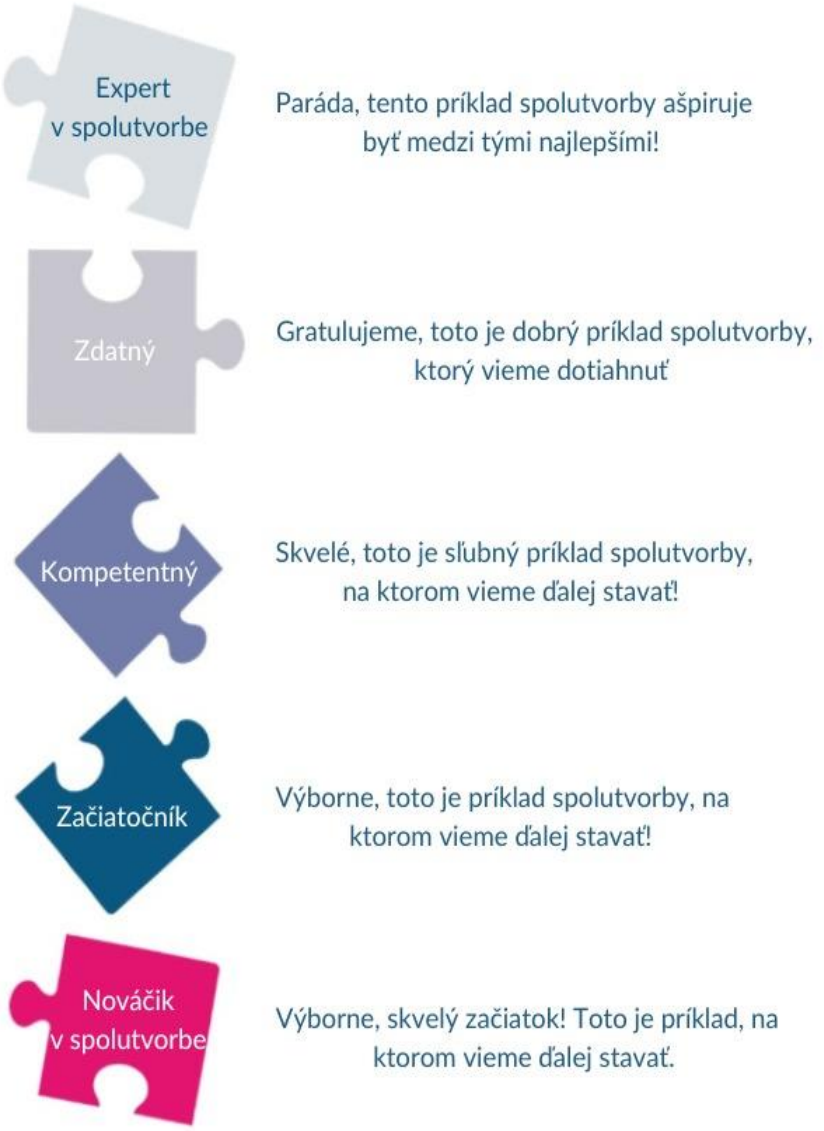
Na základe rozsiahlejšej sady ukazovateľov, ktorá je k dispozícii v časti 6.2 Hodnotenie našej príručky, sme vyvinuli online nástroj (odkaz tu) na hodnotenie sľubných a osvedčených príkladov spolutvorby v oblasti duševného zdravia. Nástroj možno použiť na sebahodnotenie akéhokoľvek typu projektu a činnosti, od vypracovania brožúry až po uskutočnenie konzultácie o politike a podobne. Skladá sa z 11 ukazovateľov, ktoré sa považujú za kľúčové v rôznych fázach spolutvorby: príprava, implementácia a hodnotenie.

Indikátor	Popis
1. Do procesu spolutvorby sú zapojení všetci relevantní zainteresovaní aktéri	V spolutvorbe by mali byť reprezentované všetky skupiny, ktorých sa téma týka. Tento ukazovateľ vám poskytne informácie o tom, do akej miery sa vám podarilo zabezpečiť inkluzívny prístup a zapojiť príslušné zainteresované strany.
2. Účastníci reprezentujú rôznorodé profily v rámci svojej skupiny zainteresovaných strán	Nech už robíte v rámci spolutvorby čokoľvek, mali by ste mať na pamäti, že medzi vašich cieľových príjemcov patria ľudia s rôznorodými potrebami a zázemím. Zabezpečenie rozmanitosti prinesie lepšie výsledky.
3. Všetky zdroje potrebné na plné zapojenie všetkých sú zabezpečené a sú prideľované transparentným spôsobom	Pri zapájaní zainteresovaných strán do vašej práce v oblasti spolutvorby ste si overili, čo potrebujú, aby sa mohli plne zapojiť. Zabezpečili ste tiež potrebné zdroje (napr. čas, ľudské zdroje, financie, priestory, dopravu).

4. Účastníci si uvedomujú odborné znalosti, ktoré každý z nich prináša	Zabezpečenie toho, aby skupina pochopila, čo každý účastník prináša z hľadiska skúseností, odborných znalostí, zručností a postrehov, podporí pocit zodpovednosti a spoluprácu, ktorá je založená na vzájomnom rešpektovaní a rovnakom rozdelení moci.
5. Účastníci chápu, čo je to spolutvorba a ako funguje	Tým sa zabezpečí, že všetci budú na jednej vlne. Spolutvorba je v princípe ľahko pochopiteľné, ale v praxi sa vynoria pochybnosti a otázky.
6. Zameranie a očakávaný výsledok práce, ktorá sa má vykonať v rámci spolutvorby, boli spoločne prerokované a odsúhlasené	Často nebudete začínať od nuly. Ak sú niektoré aspekty práce už nejakým spôsobom definované (napr. téma, termín), dohodnite sa na tom, ako možno spolutvorbu uplatniť v existujúcom rámci.
7. Existuje skupinová dohoda	Je dôležité dohodnúť sa na tom, ako budete spolupracovať, vytvoriť bezpečné prostredie, riadiť komunikáciu a prijímať rozhodnutia.
8. Je pripravený akčný plán opisujúci kroky vašej spoločne vytvorenej aktivity	Jasnosť prispeje k hladšiemu priebehu a pomôže udržať všetkých na palube.
9. Praktické aspekty zohľadňujú okolnosti každého účastníka, ktoré ovplyvňujú jeho schopnosť prispievať	Čas stretnutí, používaný jazyk, spôsob poskytovania informácií atď. – existuje mnoho praktických aspektov, ktoré by sa nemali zanedbávať, pretože môžu brániť vašej práci v rámci spolutvorby.
10. Všetci aktéri, ktorí sa podieľali na spolutvorbe, môžu prispieť svojím pohľadom k hodnoteniu	Keď realizujete spolutvorbu, buďte dôslední a dotiahnite to až do konca.
11. Hodnotenie sa zameriava na to, ako je možné prístup založený na spoločnej tvorbe udržať a uplatňovať v budúcich aktivitách	Záväzok k spolutvorbe znamená jeho zakotvenie ako pracovného prístupu v rámci organizácií a jeho propagáciu.

Každý ukazovateľ sa hodnotí pomocou piatich možností hodnotenia a toto numerické hodnotenie vedie k určitému zaradeniu definovanému nasledujúcimi úrovňami: Nováčik, Začiatočník, Kompetentný, Zručný a Expert.

Tieto úrovne predstavujú odlišné úrovne dosiahnutých výsledkov pri uplatňovaní prístupu spolutvorby organizácie Mental Health Europe a slúžia ako cenný rámec pre jednotlivcov/tímy/organizácie na pochopenie a posúdenie toho, ako si vedú pri práci v rámci spolutvorby vo svojej činnosti alebo projekte a ktoré aspekty je potrebné zlepšiť, aby dosiahli ďalšiu úroveň.





Mental Health Europe je najväčšia nezávislá sieťová organizácia zastupujúca ľudí s duševnými problémami, ich podporovateľov, odborníkov v oblasti starostlivosti, poskytovateľov služieb a expertov na ľudské práva v oblasti duševného zdravia v celej Európe. Jej víziou je usilovať sa o Európu, v ktorej sa duševné zdravie a pohoda každého človeka rozvíjajú počas celého jeho života. Spolu s členmi a partnermi presadzuje Mental Health Europe prístup k duševnému zdraviu a pohode pre všetkých, ktorý je založený na ľudských právach, je komunitný aorientovaný na zotavenie a psychosociálny model duševného zdravia.

Pri použití týchto materiálov je potrebné uviesť zdroj. Žiaden z týchto materiálov nesmie byť zmenený ani upravený bez výslovného písomného súhlasu Mental Health Europe.

© Mental Health Europe (december 2023)

Vyjadrené názory a stanoviská sú však výlučne názormi autora (autorov) a nemusia nevyhnutne odzrkadľovať názory Európskej únie alebo programu CERV Európskej komisie. Za ne nemôže niesť zodpovednosť ani Európska únia, ani poskytovateľ grantu.

Co-funded by
the European Union