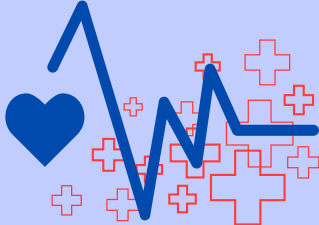


DUMKA – Multioborová podpora v oblasti duševního zdraví uprchlíků z Ukrajiny



Abstrakt případové studie popisuje praxi projektu

DUMKA – Multioborová podpora v oblasti duševního zdraví uprchlíků z Ukrajiny

Realizátor projektu

Projekt realizovala nezisková organizace Agency for Migration and Adaptation **AMIGA**, z. s., která dlouhodobě působí v oblasti poskytování psychologické podpory migrantům a interkulturní práce zejména ve vztahu ke zdraví. Organizace poskytuje sociální, vzdělávací a terapeutické služby a od roku 2022 se aktivně věnuje podpoře uprchlíků z Ukrajiny.

Cíle projektu

Hlavním cílem projektu byla **stabilizace duševního zdraví** uprchlíků z Ukrajiny a jejich **posílení v procesu sociální a ekonomické integrace v ČR**. Projekt usiloval o **zlepšení přístupu ke zdravotnickým a dalším službám**, rozvoj multioborové spolupráce mezi institucemi.

Jedním z cílů bylo také zapojení odborníků z řad uprchlíků do poskytování služeb.

Spolupracující subjekty

AMIGA v projektu úzce spolupracovala s institucemi státní správy a samosprávy (např. Magistrát hl. m. Prahy), zdravotnickými zařízeními, neziskovými organizacemi (např. SIMI, Fokus Praha), školami a mezinárodními partnery (např. WHO, UNICEF).

Spolupráce zahrnovala předávání klientů, společné řešení případů, školení pracovníků a advokační činnost.

Cílová skupina

Projekt byl určen **uprchlíkům z Ukrajiny všech věkových kategorií**, kteří přišli do ČR v důsledku války – od dětí po seniory. Zaměřoval se na osoby potýkající s psychickými potížemi, ztrátou orientace v systému, bariérami v přístupu ke zdravotní péči nebo nedostatečnou podporou při integraci.

Mezi klienty byly zastoupeny také **vysoce zranitelné skupiny** například mladých dospívajících uprchlíků nebo osoby s vážnými zdravotními potížemi, postižené invaliditou.

Aktivity projektu

Projekt zahrnoval čtyři klíčové aktivity, které se navzájem doplňovaly a umožňovaly poskytovat koordinovanou a na míru šitou podporu.

- **Individuální psychologická pomoc**

Projekt nabízel **bezplatnou krizovou intervenci a terapeutickou podporu uprchlíkům** v ukrajinštině a ruštině, poskytovanou odborníky s osobní migrační zkušeností. **Každý klient měl možnost využít až 10 individuálních konzultací**, jejichž cílem byla stabilizace psychického stavu, zpracování traumatu a posílení schopnosti zvládat každodenní výzvy. Služba byla nabízena v prezenční a v případě potřeby i online formě.

- **Interkulturní podpora ve zdravotnictví**

Interkulturní pracovníci pomáhali klientům s orientací ve zdravotním systému, vyhledáváním lékařské péče,

tlumočením, vyřizováním pojištění, doprovodů na vyšetření a komunikací s úřady. **Služby probíhaly převážně v terénu a cílem bylo překlenout jazykové i systémové bariéry**. Interkulturní pracovníci zároveň klienty učili, jak se v systému samostatně orientovat.

- **Vzdělávání a prevence konfliktů**

Workshopy a informační setkání v místech s vyšší koncentrací uprchlíků (např. ubytovny, komunitní centra, školy) přispívaly ke zvyšování informovanosti, sebezrovoji a prevenci rizikového chování. Mezi probíraná témata patřilo dospívání, šikana, dosahování harmonie v rodině, adaptace v nové zemi aj. Součástí aktivity byla také možnost **krizové intervence v akutních případech**.

DUMKA – Multioborová podpora v oblasti duševního zdraví uprchlíků z Ukrajiny

● Administrativní a odborné řízení projektu

Cílem aktivity bylo zajistit komplexní řízení projektu a také odbornou koordinaci týmu – včetně supervizí, podpory mezioborové spolupráce a péče o kvalitu služeb.



Přínosy projektu

Projekt DUMKA významně přispěl ke zlepšení každodenního fungování a kvality života ukrajinských uprchlíků v Česku. **Klíčovým přínosem byla stabilizace duševního zdraví klientů** prostřednictvím bezplatné psychologické pomoci v rodném jazyce. Řada klientů přicházela do služby v akutní krizi, s úzkostmi, depresí nebo retraumatizací – **stabilizace psychického stavu se u mnohých stala prvním krokem k další integraci, například hledání zaměstnání, navazování kontaktu s institucemi nebo návratu k běžnému životu.**

Zásadní roli hrála **jazyková a kulturní dostupnost služeb.** Možnost mluvit o citlivých tématech s odborníky, kteří měli podobnou migrační zkušenost a hovořili jejich jazykem, pomáhala klientům cítit se bezpečně a přijímaně. **Tým DUMKA byl vnímán jako prostředí důvěry a porozumění,** kde se klienti mohli „nadechnout“ a znovu nalézt oporu a naději. To se pozitivně promítalo i do jejich schopnosti zvládat každodenní úkoly a budovat nový život v neznámém prostředí.

Interkulturní pracovníci významně zlepšili přístup klientů ke zdravotní péči. Pomáhali s vyhledáním lékařů, tlumočením i doprovodem při vyšetřeních. Tím překonávali jazykové a institucionální bariéry, které by jinak klientům v přístupu ke zdravotní péči bránily. Podstatnou pro klienty byla kontinuita práce interkulturních pracovníků zejména v případech uprchlíků se závažnou zdravotní diagnózou (např. onkologickou) a také kvalita tlumočení, které poskytovali.

Interkulturní pracovníci klienty vedli k samostatnosti – učili je, jak se orientovat v systému, co si mohou vyřídit sami a jakým způsobem.

Projekt přispěl i k **odstranění stigmatizace duševního zdraví v ukrajinské komunitě.** Někteří klienti se časem stali aktivními nositeli informací, pomocníky pro ostatní.

V obzvlášť závažných případech klientů, kteří se potýkali s depresí a měli sebevražedné myšlenky, vedlo poskytnutí psychologické podpory a navázání klientů na psychiatrické služby **k záchraně života.**

„Pomohli mi znovu se začlenit – integrovat do běžného, klidného, neválečného života... Do světa bez války. Pomohli mi také tím, jak se mnou mluvili. To mi pomohlo začít bojovat proti depresi, do které jsem spadl... Objednali mě také k psychiatrovi. Ten mi diagnostikoval sekundární depresi. A taky mi doporučili další nekomerční organizace, kde mi dali podporu. (...) Když totiž začínáte, nevíte vůbec nic.“ (účastník projektu)

Práce DUMKY **usnadňovala práci terénním pracovníkům jiných neziskových organizací** a umožňovala jim soustředit se na své specifické oblasti podpory, jelikož psychická stabilizace klienta byla zajištěna. Podle spolupracujících subjektů DUMKA dokázala dosáhnout výrazného posunu u klientů, kterým běžný systém pomoci nedokázal.

DUMKA – Multioborová podpora v oblasti duševního zdraví uprchlíků z Ukrajiny

Projekt DUMKA poskytl nejzranitelnějším konkrétní podporu ve chvíli, kdy ji nejvíce potřebovali a zároveň pomohl propojit odborné instituce, veřejné služby a neziskové organizace v účinné podpoře.

Osvědčené postupy

Silně pocítovanou potřebou bylo, aby služby zaměřené na duševní zdraví uprchlíků a interkulturní podporu byly v systému dlouhodobě ukotveny a dostupné. **Projekt DUMKA ukázal, že stabilizace psychického stavu je klíčovým předpokladem pro další integrační kroky. Bez tohoto základu se klienti jen obtížně orientují v systému, zvládají každodenní úkoly nebo uvažují o návratu na trh práce.** V rámci projektu lze identifikovat četné příklady dobré praxe.

- **Poskytování psychologické pomoci v mateřském jazyce** – možnost mluvit ukrajinsky nebo ruský významně zvyšuje důvěru klientů a snižuje bariéry spojené se stigmatizací duševního zdraví.
- **Zapojení odborníků s migrační zkušeností** Interkulturní pracovníci a psychologové s vlastní uprchlickou zkušeností lépe rozuměli potřebám komunity a posilují pocit bezpečí.
- **Interkulturní práce ve zdravotnictví** – kontinuální podpora při orientaci v systému, doprovody, tlumočení a pomoc při vyhledání specialistů zlepšovala dostupnost péče.
- **Šíření informací prostřednictvím komunikačních kanálů používaných ukrajinskou komunitou** např. Telegram, Facebook, krátká informační videa.
- **Zprostředkování dlouhodobé podpory** – klienti s chronickými onemocněními, invaliditou či ve vyšším věku oceňovali kontinuitu péče (nemuseli opakovaně vysvětlovat svůj zdravotní stav a oceňovali kvalitu překladu).
- **Podpora samostatnosti klientů** – interkulturní pracovníci neřešili situaci místo klienta, ale společně s ním – posilovali tak jeho orientaci a schopnost integrace.
- **Reakce na nové potřeby** (např. domácí násilí, krize identity u mladých dospělých) – tým dokázal flexibilně přizpůsobit aktivity vývoji situace v terénu.

Bariéry a výzvy

- **Omezená kapacita týmu** (zvláště u interkulturních pracovníků a psychologů – poptávka převyšovala možnosti)
- **Krátkodobé a nejisté financování po ukončení podpory z OPZ+** (komplikace při plánování, nestabilita pracovních úvazků, riziko vyčerpání týmu)
- **Systémové bariéry v institucích** (neochota některých lékařů poskytovat péči cizincům nebo složitá administrativa, např. při uznávání invalidity)
- **Omezení psychologické pomoci na deset sezení** (pro klienty s hlubokými traumaty nedostačující – chybí návazné služby)
- Oproti původním očekáváním **potřeba psychologické podpory v čase narůstá** (integrační procesy jsou dlouhodobé a řešení otázek duševního zdraví je záležitostí i let budoucích)
- **Chybějící nástroje pro hlubší evaluaci dopadů** (složitě měřit transformační přínos služby, která pracuje s neviditelnými a postupnými změnami)

