Jak probíhá vzdělávání pro peer konzultanty od Anabell a organizace Chuť žiť?
Rozhovor s Natálií Meliš-Čuga

Autor: Mgr. Marie Novotná

Natália Meliš-Čuga pracuje v Anabell Praha od července 2021 jako peer konzultantka. Pomáhá klientům a klientkám v rámci multidisciplinárního týmu, kde spolupracuje s case managerem, psychoterapeutem a nutriční terapeutkou. Kromě toho vedla v Anabell Praha také relaxační skupiny, kde peerovství propojila s vášní pro jógu.

Na projektu s organizací Chuť žít spolupracuje od března 2022. Tato činnost jí přináší balanc ke klientské pracovní náplni, jak sama říká. Lektorování nových peer konzultantů a psaní metodické příručky, jejíž vizí je přinést peer konzultantství na Slovensko, je pro Natálii srdcové téma, jelikož ze Slovenska pochází. Je to krásná a obohacující práce, dodává. Díky projektu se Natália účastnila také konference v Brně a v Bratislavě, kde měla i příspěvek jako jedna z prezentujících.

1. Jak nyní probíhá vaše spolupráce se slovenskou organizací Chuť žiť?

V rámci naší roční spolupráce jsme momentálně ve fázi psaní metodické příručky vzdělávání pro peer mentory v oblasti poruch příjmu potravy. Postupně evaluujeme celý program prostřednictvím rozhovoru s účastnicemi, které mají za sebou jak celé školení, tak i následnou praxi v komunitním centru Chuť žít.

2. V minulých měsících proběhly 2 běhy vzdělávání nových peer konzultantů. Jak to probíhalo a čeho se týkaly?

Přesně tak, první běh vzdělávání proběhl v létě a druhý nyní na podzim. Bohužel jsme se v létě setkali s komplikacemi na straně účastníků a jejich účasti, kvůli prázdninám, nemocem a jiným okolnostem. Proto jsme se rozhodli na podzim uspořádat druhý běh. Oba běhy sestávaly ze šesti školicích dnů, které byly rozděleny na dvě části, 4 + 2 dny, mezi nimiž byla pauza. První čtyři dny byly více informačně nabité. Bavili jsme se o pozici peera, o jeho hranicích a kompetencích, potřebě psychohygieny a týmové práce a také jsme účastnice seznámili s teoretickým základem ohledně diagnóz na spektru poruch příjmu potravy a fenoménů s nimi spojených. Účastnice také pracovaly na svých vlastních příbězích zotavení, které slouží jako jeden z nástrojů peer podpory. Druhé dva dny školení byly prakticky zaměřeny na různé klientské situace a problémy, hráli jsme různé scénky a role plays, kde jsme se zapojily i my lektorky.

3. Máte peer konzultanty z Česka i Slovenské republiky?

Shodou okolností se u nás v pražské pobočce Anabell hledala nová peer konzultantka, která pak nastoupila v září. Tím pádem jsme ji do první poloviny školení s Chuť žít mohli zapojit.

Praktické klientské situace v Bratislavě nezažila, ale vzdělání jsme doplnili u nás na pobočce formou náslechů na klientských setkáních.

4. Proběhla i online forma vzdělávání. V čem se lišila od té offline?

Druhý běh obsahoval první čtyři školicí dny online, což nám jako lektorkám připravilo novou výzvu, jak obsah školení převést do virtuálního prostoru. Podařilo se nám zajistit velkou míru interakce a komunikace, i v online světě jsme vedli plodné diskuse na jednotlivá témata a feedbacky účastnic byly velmi pozitivní. Samozřejmě lidsky je vždy příjemnější setkat se a poznat osobně, tím pádem jsme druhou polovinu už vedli offline v Bratislavě v nových prostorách organizace Chuť žít.

5. Jaké kompetence u nových peer konzultantů chcete budovat / budujete?

Samotné kompetence jsme si nejdřív vyselektovali dle našich vlastních zkušeností na téhle pozici a hodně informací jsme také čerpali ze zahraničních zdrojů. Mezi nejdůležitější kompetence, které chceme u budoucích peer konzultantů naším školením budovat, považujeme sdílení své zkušenosti se zotavováním a používání téhle zpracované zkušenosti a příběhu k motivaci, inspiraci, naději a podpoře. Peer musí umět posílit motivaci a víru k uzdravení hledáním silných stránek klienta a podporovat ho v samostatnosti a odpovědnosti. Měl by umět klienta aktivizovat a usměrňovat v možnostech léčby, ale také musí být kompetentní v určování hranic spolupráce s klientem. Kromě toho se snažíme posílit u peer konzultantů jejich komunikační dovednosti, aktivní naslouchání a neverbální komunikaci.

6. Jak vzdělávací program evaluujete a jaké jsou zatím zpětné vazby?

Samotná evaluace projektu bude probíhat koncem listopadu prostřednictvím jednotlivých evaluačních rozhovorů samostatně s každou účastnicí, která prošla jak vzděláváním, tak i praxí na pozici peera v komunitním centru Chuť žít. Po prvním i druhém běhu jsme sbírali zpětné vazby prostřednictvím online anonymního dotazníku.

7. Co je zatím pro nové peer konzultanty nejtěžší?

Nejtěžší, ale zároveň nesmírně přínosné jsou samotné praktické nácviky. Vzájemně se střídáme v rolích peera, klienta a pozorovatelů, dáváme si zpětné vazby a vhledy do problematiky peer konzultace. Naše účastnice do těchto tréninkových situací navzdory strachu pokaždé šly a na závěr to stejně jako my hodnotily velmi pozitivně. :)

8. Na co kladete ve vzdělávání peer konzultantů největší důraz?

Asi na balanc teorie a praxe v samotném vzdělávacím programu. Jedno bez druhého nefunguje. A to hlavně u peerů, kde není podmínkou nějaké konkrétní vzdělání nebo předchozí pracovní zkušenost, dává velký smysl teoretický základ sjednotit a představit různé příklady z praxe.

9. Co byste novým peer konzultantům popřála?

Asi hlavně to, aby při této krásné práci pomoci druhým, se kterými sdílejí velkou část svého já, nezapomínali na svou vlastní psychohygienu a hranice v každém slova smyslu.