

# Housing First Ledovec

## Síla ulice

Klára Jedličková

Jan Mužík



Financováno  
Evropskou unií



# Housing First Ledovec II

CZ.03.02.01/00/22\_007/0000268



Financováno  
Evropskou unií





# *Kdo jsme / o čem chceme mluvit*

## **Tým Housing first Ledovec:**

- od roku 2019 v Plzni
- pro lidi se zkušeností se závažným duševním onemocněním a v dlouhodobé bytové nouzi, většina kl. s duální dg.
- terénní, nízkoprahová, multidisciplinární, intenzivní a dlouhodobá podpora orientovaná na zotavení

Zabydleli jsme dosud **31 lidí / 28 domácností**.

## **Chceme tu mluvit:**

- o odolnosti, která má kořeny v nouzi.
- způsobech, které lidi využívají, aby přežili na ulici.
- proč nám přijde důležité, se na to lidi, kterým pomáháme ptát.
- o tom, co jsme se dozvěděli, když jsme se ptali...



# *Důsledky života bez domova*

- stigma/internalizovaná stigmatizace + český kontext
- Zánik sociálních vazeb
- Ztráta/změna sociálního statusu
- Ztráta/změna rolí
- Ekonomické důsledky
- Ztráta přístupu ke službám všeho druhu, včetně zdravotních služeb
- Ztráta soukromí a bezpečí, zkušenosti s násilím (verbální, fyzické + viktimizace)
- Extrémně obtížné vymanění se z dané situace – „odrazit se ode dna“
- ...



# Porozumění zranitelnosti

Chudoba a exekuční pasti - traumata - psychické problémy - závislost - narušené zrání a chybějící zkušenosti - zkušenosti s životem v institucích - osamělost - podlomené zdraví ...

**Orientace na zranitelnost posiluje obavy a negativní očekávání – jak u člověka, tak pomáhajících**



- nedostatku nebo přehlížení příležitostí
- přebírání kontroly ze strany okolí - zneschopňování
- k dalšímu snižování sebevědomí a motivace ke změně
- zvyšuje míru stresu a tím i riziko relapsu duševního onemocnění / závislosti
- zhoršuje vztah, důvěru a pocit porozumění



# Postoje jako protiváha

Zdroje růstu a pozitivní změny jsou přítomny v každém z nás – *bez ohledu na počet let na ulici, v nemocnici nebo na počtu relapsů* (**Strenght - based approach**)

Znalost těchto zdrojů a svých silných stránek posiluje víru v budoucnost a motivaci ke změně. Je zdrojem naděje a zvládnání. (**Recovery**)

Těžké životní situace, včetně závislosti a symptomů d. onemocnění, mohou být zdrojem odolnosti. Za určitých podmínek vedou k tzv. post-traumatickému rozvoji osobnosti a pozitivním změnám.

(Slezáčková, A., pozitivní psychologie)

Silné stránky pomáhají pokud o nich člověk ví a ví jak je využít.

Je možné je hledat vědomě a systematicky.

(např. **CARe přístup, nástroj Osobní profil**)



# Ulice a zkušenosti, dovednosti, odolnost

## PŘEŽÍT ZOUFALSTVÍ A ODRAZIT SE ODE DNA

*Díky čemu jste to přežil/přežila? „Nevim, kde se ve mně vzala ta síla“ (pan J) „Nevzdat to.“ (paní H), „Přežil jsem díky vlastní iniciativě...Prostě sem vymyslel nějaký řešení.“ (pan P). „Já...prostě to zvládnou vždycky.“ (pan P.).* zvědomení vlastní síly a odolnosti, zkušenosti.



## ZVLÁDNOUT TĚŽKÉ CHVÍLE V TĚŽKÝCH PODMÍNKÁCH

lidé, se kterými spolupracujeme mají zkušenost s duševním onemocněním. Život bez přístřeší má v tomto ohledu dopady veskrze negativní – jak se tedy vypořádat s těžkými chvílemi, kdy je člověku „blbě“? „...Pomohlo mi, že můžu mít psa...že jako mi to uklidňuje tu schizofrenii. K: a čím myslíte, že se to děje, čím Vám ten pejsek pomáhá na to? H: dává mi aspoň nějakou energii a chuť do života, víš.“ (paní H). Další cesty - nebýt sám – jít mezi lidi, pustit si rádio, skládat model...zhulit se....

## ZKUŠENOST S LIDMI

život bez přístřeší s sebou nese různé zkušenosti s různými lidmi, některé horší, jiné lepší, obecně ale vede spíš k „ověřování si.“ Zároveň ale někdy vznikají vazby, které jsou „zocelené ulicí“ a přetrvávají („Zjistil jsem, že jsem měl kolem sebe řadu lidí, ve kterých jsem se pletl... V dobrém i ve zlém.“ (pan J). „Naučí tě, jaký lidi vlastně jsou. Komu můžeš důvěřovat a komu ne.“ (Paní H). Dobrý člověk se pozná podle toho, že se podělí (o drogy, cigarety, jídlo, peníze...) ulice naučila vybírat mezi lidmi ty, kterým se dá věřit.



# Ulice a zkušenosti, dovednosti, odolnost

## ZÍSKAT INFORMACE - nové kontakty

navázání kontaktu s lidmi, kteří už mají zkušenost a mají praktické informace o službách, o místech na spaní, o zdrojích... „A kde jste bydleli teda? Na squatě. A jak jste se tam dostal? Přes ty lidi, no... Prostě sem neměl kde bydlet, no tak sem je oslovil a voni mě vzali k sobě.“ (pan L) „Bezdomovci pomůžou... Ta jejich vstřícnost mě naučila. Moje vstřícnost je taky teď větší, rád poradím, rád pomůžu, protože vim, že pro mě to byla pomoc. Každá informace... Oni maj přehled vo všem.“ (pan M.)

## FUNGOVAT I SÁM/SAMA ZA SEBE – SAMOSTATNOST

člověk je v některých situacích nucen spoléhat se sám na sebe. Např. případě odříznutí se od kontaktů, které člověka „stahují ke dnu“ (psychicky, ekonomicky) „Ty, co mě stahovali ke dnu jsem kopnul do zadku...“ (pan P).



## PRAKTICKÉ DOVEDNOSTI

hledání vhodného prostoru pro přespání, zajištění potravin (levné zdroje, potravinová banka, fárání), oblečení, zajištění zateplení stanu na zimu, vaření z mála, zajišťování pitné vody a hygieny v podmínkách, kde pitná voda není. Vědět, kde si sehnat tabák (sbírání nedopalků atp). Vědět, kde si nabít telefon, kde sehnat plyn na vytápění. (př. Paní H a plynové bomby, pan P a P a aktuální situace), vědět, kde shánět informace (například o práci)





# Ulice a zkušenosti, dovednosti, odolnost

## PRÁCE S ČASEM/PROSTOREM

specifikum života bez pevnějšího časového a prostorového vzhledem k časté absenci stálého zaměstnání/vzdělávání/koníčků a také absenci prostorové kotvy (trvalé místo) „*To víš, na té ulici furt musíš přemýšlet kam pudeš, co budeš dělat celej den, jo, a my jsme většinou se takhle zabavili, že jsme jezdili po těch nákupních centrách a potom už jsme projížděli po Pzni.*“ (paní H.). „*Ta ulice mě naučila efektivitě...Celej ten den si promyslíte...Člověk se dívá, aby nechodil dvakrát, nebo třikrát na jedno místo...Ulice vás naučí z toho ničeho prakticky žít (pan MI).*“

## SKROMNOST - stačí málo

malé množství věcí, které člověk vlastní (s tím souvisící stigmatizace) „*My jsme měli jen pár věcí. Kalhoty. Věna a já...trička nějak, bundy. Jsme toho zase moc neměli...jestli dvě bundy. K: vy jste byli takhle skromní? Bylo to i kvůli tomu bezpečí těch věcí? H: Ne. Kvůli tomu bydlení taky...kampa bysme to dali, do stanu to nedáš, tam se ti nic jako nevejde.*“

## BEZPEČÍ - HLÍDAT SI VĚCI A SEBE (majetku a života)

zkušenosti s krádeží, s násilím, úmrtí lidí bez domova v okolí, strach o svůj život, o svůj majetek. „*Co si si tam vlastně přivezla, tak si to tam neměla...jenom pár věcí...To si nemohla nic dělat...My jsme tam měli jen takový vobyčejný (pozn.věci), aby nám je nebrali...To se nedá řešit. I když jim vynadáš, tak oni si z toho stejně udělaj prd.*“



# Ulice a odolnost, zkušenosti, dovednosti

Myslíte si, že vám ulice něco dala?

„Ulice mi dala ponaučení. A jaký? Abych žil jinej život, než jsem žil předtím.“  
(pan L)

„*Spoléhat se sama na sebe.*“ (paní H)

„*Mysli, že vydržim dost...*“ (pan P)

„*Že člověk se prostě musel přizpůsobit...*“ (paní He)





# Zdroje a inspirace

## Téma života bez domova:

BAUER, Jan. 2022. Etnografie uplatňování sociální kontroly vůči lidem bez domova. Bakalářská práce. FF. ZČU. Katedra Antropologie. Plzeň

ČERNÁ, Eliška. 2019. Z ulice do bytu. Sociální práce v procesu reintegrace do bydlení. Praha. Slon.

ČADA, Karel. DUTKA, Jakub. . GLUMBÍKOVÁ, Kateřina. 2018. Zdraví obyvatel postrádajících standardní bydlení. MPSV. Dostupné: [Zdraví obyvatel postrádajících standardní bydlení](#) (cit. 10.08.2023)

HOLOPUCH, Petr. NEŠPOROVÁ, Olga. 2020. Populace osob bez domova v České republice. Praha. VÚPSV.

VAŠÁT, Petr. 2021 Na jedné lodi, globalizace bezdomovectví v českém městě. Praha. Akademie věd České republiky.

WEBR, Jakub. 2017. Viktimizace bezdomovců v Plzni. Bakalářská práce. FF ZČU v Plzni. Katedra Antropologie. Plzeň.

Typologie ETHOS. Dostupné: <file:///C:/Users/KI%C3%A1ra%20Jedli%C4%8Dkov%C3%A1/Downloads/typologie-ethos.pdf> (10.8.2023)

## Strenght - based přístup a zdroje pro praxi týmu Housing First Ledovec

Zotavení např. zde: <https://www.zotaveni.cz/>

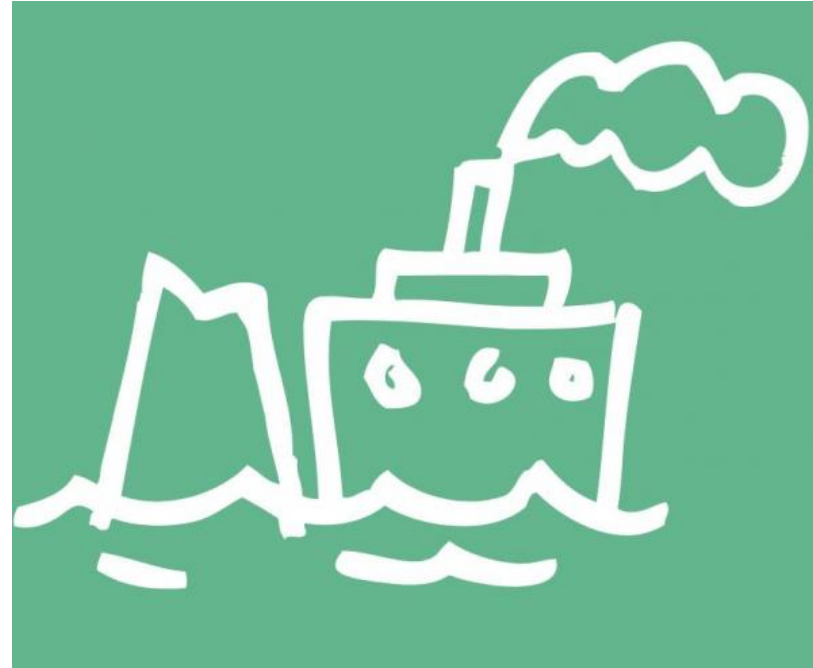
CARe Česká republika (<https://www.cmhcd.cz/vzdelavaci-institut/platforma-care/> )

TSEMBERIS, Sam; Housing First Model Pathways ukončení bezdomovectví u osob trpících duševními poruchami a poruchami plynoucími z užívání psychoaktivních látek (Platforma pro sociální bydlení, Praha 2020)

SLEZÁČKOVÁ, Alena. Pozitivní psychologie – věda nejen o štěstí. Praha: E-psychologie, 2010. (<https://e-psycholog.eu/pdf/slezackova.pdf>)

OLIVOVÁ, A., & SLEZÁČKOVÁ, A. (2021). Osobnostní rozvoj při zotavování se ze závislosti na omamných látkách. E-psychologie, 15(1), 69-89. (<https://doi.org/10.29364/epsy.393>)

# DĚKUJEME ZA POZORNOST



# A TĚŠÍME SE NA SPOLUPRÁCI