

ERASMUS stáž Praha 2011

Denní sanatorium Horní Palata

U Nesypky 28, 150 00 Praha 5

t.č.: 257 322 366

palata@vfn.cz



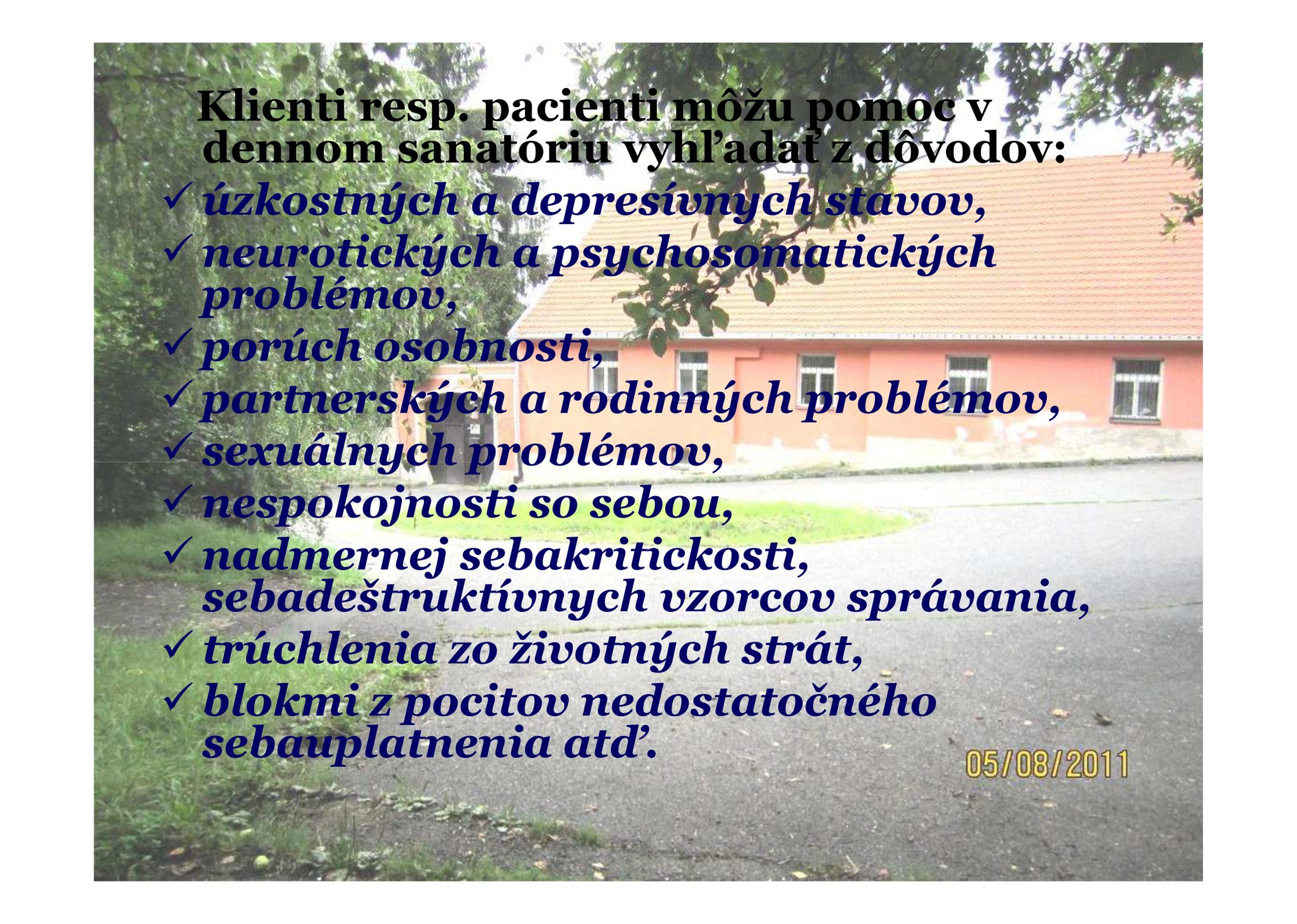
Kontaktná osoba:

**PhDr. Martin Saic (psychológ -
psychoterapeut)**

Charakteristika organizácie

- **DSHP je psychoterapeutické, psychiatrické a klinicko-psychologické pracovisko patriace pod Všeobecnú fakultnú nemocnicu v Prahe. Ponúka komplexnú psychoterapeutickú starostlivosť v rámci denného stacionára a diagnosticko-liečebnú starostlivosť v rámci psychiatrických a psychologických ambulancií**

- **DS vzniklo v roku 1968. Založil ho univ. Prof. MUDr. Ferdinand Knobloch, CSc., vo svete uznávaný významný český psychiater a psychoterapeut. Je to vôbec prvý stacionár komunitného typu pre liečbu duševných porúch v Českej republike. Podľa jeho vzoru boli zakladané i ďalšie podobné zariadenia nielen v Česku, ale i v zahraničí.**
- **V priebehu rokov v ňom pracovali mnohé, dnes významné osobnosti českej psychoterapie (MUDr. Zdeněk Mrázek, doc. PhDr. Oldřich Matoušek, Doc. MUDr. Václav Mikota, PhDr. Hana Junová a ďalší).**



Klienti resp. pacienti môžu pomoc v dennom sanatóriu vyhľadať z dôvodov:

- ✓ **úzkostných a depresívnych stavov,**
- ✓ **neurotických a psychosomatických problémov,**
- ✓ **porúch osobnosti,**
- ✓ **partnerských a rodinných problémov,**
- ✓ **sexuálnych problémov,**
- ✓ **nespokojnosti so sebou,**
- ✓ **nadmernej sebakritickosti, sebadeštruktívnych vzorcov správania,**
- ✓ **trúchlenia zo životných strát,**
- ✓ **blokami z pocitov nedostatočného sebauplatnenia atď.**

05/08/2011

Náplň práce

Svojou aktivitou som prispievala k mnohým činnostiam organizácie, no najmä v dennom stacionári, kde som sa pasívne zúčastňovala, respektíve aktívne viedla nasledujúce terapeutické jednotky:

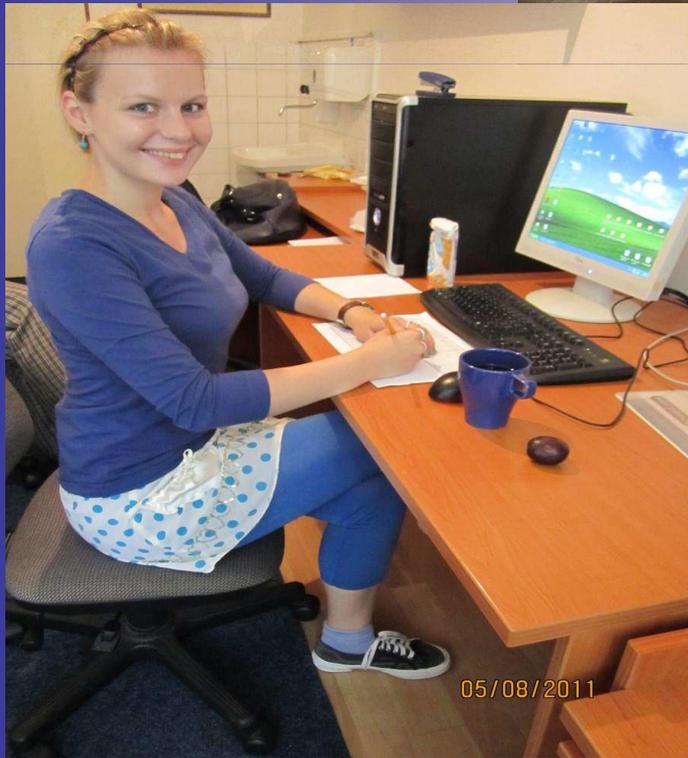
- **Každodenné stretnutie celej komunity**
- **Každodenné skupinové terapie**
- **Relaxačné cvičenia**
- **Neverbálne techniky (arteterapia)**
- **Fyzioterapia**
- **Pracovná terapia (ergoterapia)**

Taktiež som sa zúčastňovala:

- **každodenných ranných porád terapeutického tímu,**
- **týždňových intervízií,**
- **podrobovala som sa krátkym supervíziám nasledujúcim po skupinových terapiách,**

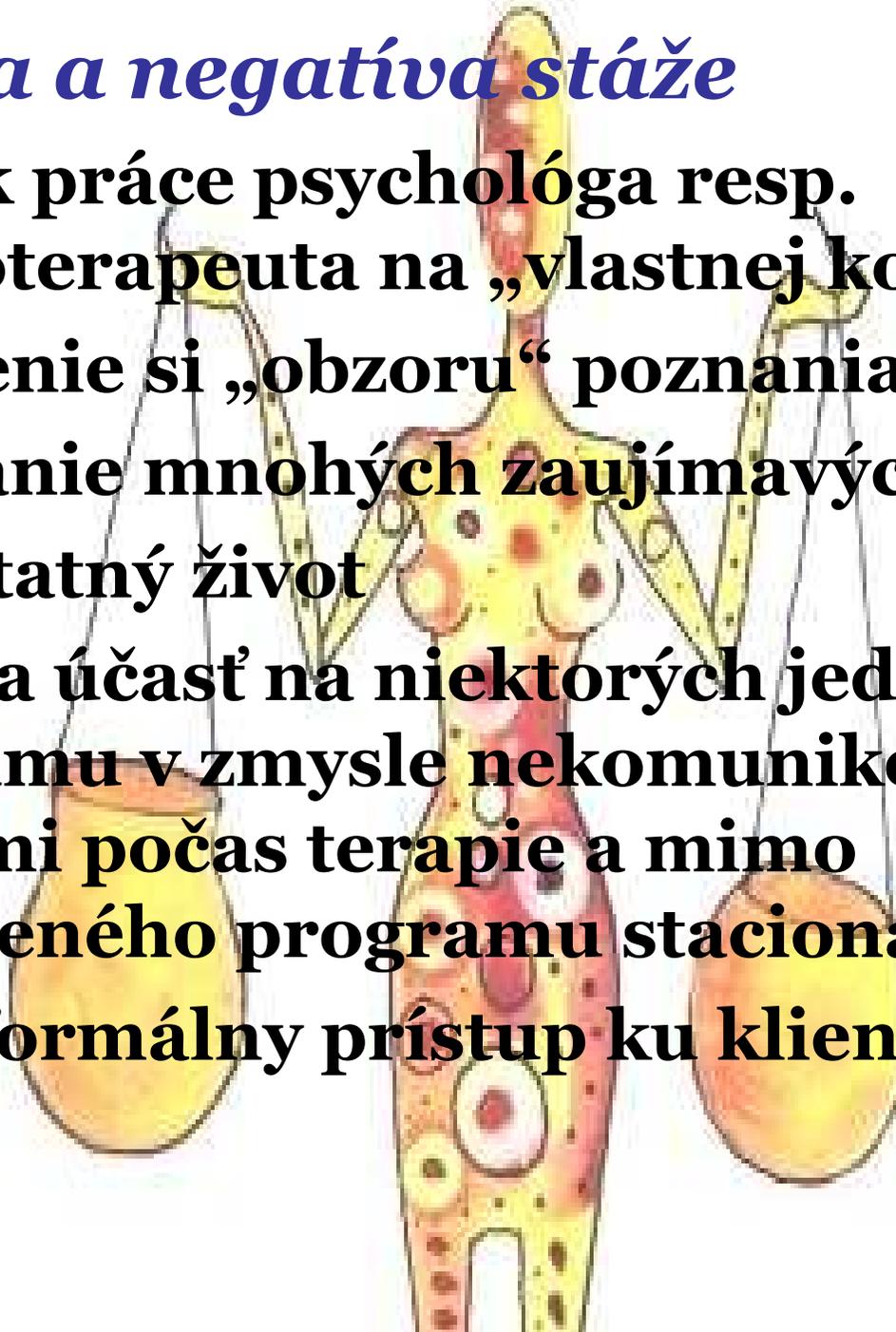
Tiež som:

- **viedla denné zápisy zo skupinových sedení**
- **zadávala a vyhodnocovala psychologické testy**
- **vypomáhala s ďalšími administratívnymi činnosťami organizácie**



Pozitíva a negatíva stáže

- + zážitok práce psychológa resp. psychoterapeuta na „vlastnej koži“
- + rozšírenie si „obzoru“ poznania
- + spoznanie mnohých zaujímavých ľudí
- + samostatný život
- pasívna účasť na niektorých jednotkách programu v zmysle nekomunikovať s klientmi počas terapie a mimo stanoveného programu stacionára
- príliš formálny prístup ku klientom



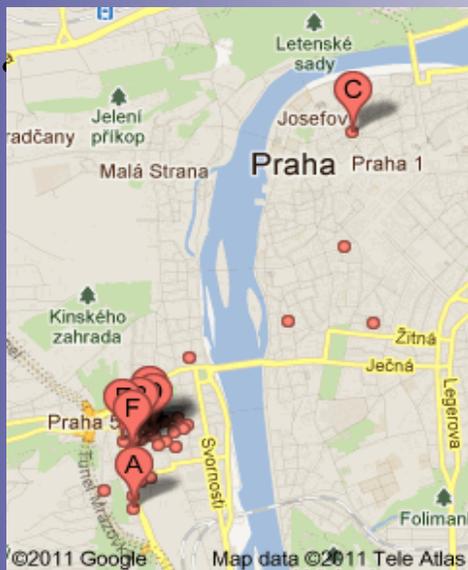
Prínos stáže

Nakoľko som študentkou 5. ročníka psychológie a doposiaľ som nebola na žiadnej dlhodobejšej praxi, mala pre mňa táto stáž z hľadiska profesionálnych skúseností jeden obrovský prínos. Prispela k môjmu budúcemu pracovnému životu, a to najmä z hľadiska formovania náhľadu na psychoanalytickú psychológiu.

Ubytovanie

Bývanie som si našla prostredníctvom web stránky www.spolubydlici.cz

Spolu so svojím priateľom sme mali prenajatú jednu izbu v trojizbovom byte neďaleko centra Prahy, na Andělovi. Spolu s nami obývali byt ešte dvaja súrodenci z Nigérie.



Trávenie voľného času

Oblíbeným miestom, kde som pravidelne načerpávala príjemné pocity z pobytu na vzduchu bol park Sacre coeur, ale aj Petřín, Ladronka, Obora Hvězda, Kampa, Kinského zahrada, Riegrovy sady.

Zaujímavá bola Noc múzeí, počas ktorej som navštívila Národnú technickú knižnicu a Národnú galériu

Nezabudnuteľné boli aj rôzne kultúrne podujatia (vystúpenie svetoznámeho režiséra Kusturicu, koncerty na Střeleckom ostrove United islands, Fresh film fest), výstavy a workshopy (Code Mode)

Očarujúco pôsobili prechádzky pražskými uličkami, návšteva Pražského hradu, Staromestského námestia, Orloja, Karlovho mostu, Václavského námestia, kina Světozor, Divokej Šárky, Strahova

Počas pobytu som navštívila aj svojich známych, priateľov a rodinných príbuzných v okolí



Ďakujem za pozornosť