

## přidejte se k podpoře našich aktivit

Současná česká legislativa neumožňuje (narozdíli např. od situace v USA) hradit služby související s diagnostickou kategorií psychospirituální krize z prostředků zdravotních pojišťoven. Kvalitní služby v této oblasti jsou však klíčové pro přibližně 15 % lidí vyhledávajících poprvé psychiatrickou pomoc v souvislosti s prožitky, pro které naše kultura i odborná péče doposud nemá vhodné rámce. Tyto prožitky se tak stávají zdrojem strachu a znejistění a následně jsou klasifikovány jako duševní patologie a v této souvislosti léčeny.

Stigma duševně nemocného je dle průzkumů obecně vnímáno jako nejvíce zatěžující. Zmíněných 15% lidí bývá "onálepkováno" některou z psychiatrických diagnóz, nevhodně medikováno a zařazeno na oddělení mezi pacienty trpící psychózou, jejich krize se prohlubuje a často vede k sociální exkluzi, ztrátě zaměstnání a negativní eskalaci potíží v podobě následných hospitalizací, vedlejších účinků dlouhodobě užívaných psychofarmak a k dalšímu snižování kvality života.

Změnit tuto situaci vyžaduje cílenou distribuci kvalitních informací a pro praktickou realizaci posílání sdružení také zapojení celé řady dobrovolníků, dárců, sponzorů a sympatizantů. Jejich pomoc je nezbytná nejen z ekonomického hlediska, ale obohacuje poskytované služby o ducha spolupráce a porozumění.



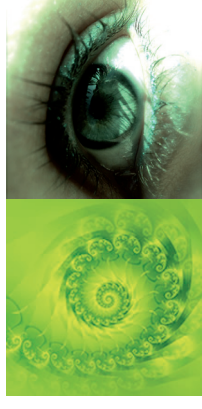
**zapojte se i Vy** a pomozte nám prosadit změnu perspektivy v dané oblasti a ochránit životy lidí před riziky dlouhodobé konzumace psychiatrických služeb. Podpořte kvalitní, nestigmatizující péči pro lidi v náročných procesech vnitřního rozvoje.

Kontaktujte nás na emailu [info@diabasis.cz](mailto:info@diabasis.cz) nebo na telefonu +420 603 572 710. Navštivte naše webové stránky [www.diabasis.cz](http://www.diabasis.cz) a podpořte dobrou věc (zde můžete rovněž vložit svůj kontakt pro zaslání informací a pozvánek k aktivitám Diabasis).

Můžete nás podpořit finančně nebo darováním služeb apod., s vašimi dary bude naloženo odpovědně na základě darovací smlouvy. Vyšší daru si můžete odečíst od základu daně. Další info k aktivitám sdružení, které můžete podpořit a ke spolupráci formou dárcovství viz [www.diabasis.cz](http://www.diabasis.cz).

*Děkujeme mnohokrát za Vaš zájem !*

číslo bankovního účtu: 105 101 73 41 / 5500 Raiffeisenbank



## informace a služby pro lidi procházející psychospirituální krizí [www.diabasis.cz](http://www.diabasis.cz)

### Ilustrativní příklad psychospirituální zkušenosti / krize:

Žena středního věku byla do Diabasis poslána z Krizového centra v Bohnicích, protože lékař na příjmu pochyboval o vhodnosti hospitalizace. Žena popisuje dvě kategorie zážitků. Jako největší ohrožení prožívá intenzivní energetické třesy, zejména v spodní části těla. Více v pozadí je popis jakéhosi hlasu, který jí sděluje intimní informace. Nerozumí tomu, bojí se. Postupně se s terapeutem dostává k důležitým informacím o tom, co zážitkům bezprostředně předcházelo. Držela opakovaně půsty a intenzivně meditovala, absolvovala sezení regresní terapie. Jako historicky důležitou součást rozpoznává to, že její mladší sestra se narodila jako postižená a soustředila tak na sebe všechnu pozornost rodičů. Ona sama musela být vzorná a pomáhat s péčí o sestru. Rozpoznává, jak se tím zmenšila její kapacita pro sebe samu. Dokáže vidět, jak díky tomu své prožitky obrací zbytečně v paniku, kterou pak nezvládá. Již v prvním sezení přijímá pozitivní rámec a začíná vidět celý proces jako léčivý. Reaguje s dojetím, když slyší, že pouze některé kategorie hlasů jsou příznakem duševního onemocnění a že tedy není blázen, jak se původně domnívala. S pochopením pak reaguje na doporučení terapeuta (např. snížení intenzity meditace nebo její dočasné vynechání; namísto půstu jídelniček, složený z uzemňující stravy; uzemňující cvičení dle instrukcí). Na následujícím setkání klientka popisuje, jak se jí „změnil život“. Říká, že se „zbavila strachu a tím nabyla důvěry v to, že to co se děje je v pořádku. UVědomila si „propojení duchovního a materiálního světa“ a také „řád v chaosu“ a logiku toho, co se jí dělo. Celý proces se obrátil v léčivý.

### Diabasis, občanské sdružení

adresa sídla sdružení: Boršov 280/2, 110 00 Praha 1  
identifikační údaje: IČ 266 57 813 / DIČ CZ 266 57 813  
číslo registrace u MV: VS/1-1/56594/04-R

telefon: +420 603 572 710  
e-mail: [info@diabasis.cz](mailto:info@diabasis.cz) net: [www.diabasis.cz](http://www.diabasis.cz)

číslo bankovního účtu: 105 101 73 41 / 5500 Raiffeisenbank

součástí projektů realizovaných sdružením Diabasis je nyní také:



[www.propristich7generaci.cz](http://www.propristich7generaci.cz)

**můžeme mít za jistých okolností "nenormální" zážitky a přesto být "normální"?** Je možné prožívat vnitřní zkušenosti, které byly popisovány světi, mystiky, šamany a jogíny minulosti a nebyť považovány za "bláznivé"? Můžeme vstupovat do mimořádných stavů vědomí a přesto nebyť psychotiky a také nebyť jako psychotici léčeni?

### co je to „psychospirituální krize“?

Jde o specifickou formu duševní krize, kdy se procesy vnitřního rozvoje a změn mohou stát neočekávaným a někdy až zahrčujícím vstupem do oblasti mimořádných stavů vědomí nebo duchovní zkušenosti. Psychospirituální krize je relativně novou kategorií v oblasti psychologické diagnostiky, která bohužel doposud schází v ČR užívaném diagnostickém manuálu (narozdíln např. od DSM IV v USA).

Ilustrativní příklad psychospirituální zkušenosti / krize najdete na zadní straně letáku.

Psychospirituální krize jsou transformativní procesy s léčivým potenciálem, které jsou často zaměřovány za projevy psychózy a duševních poruch, při adekvátním provázení však mohou vést k vyšší integraci osobnosti a plnějšímu zdraví. Jedno ze základních poselství této nové nepatologické diagnostické kategorie je, že **za jistých okolností je normální mít „nenormální“ zážitky.**

Jak rozlišit mezi počínající duševní nemocí a přirozeným vnitřním transformativním procesem s léčivým potenciálem - **psychospirituální krizí**? Jaký druh podpory přináší adekvátní "mapu" pro doposud neznámá území naší duše? Může být touto podporou pouze léčba psychofarmaky nebo potřebujeme spíše mnohaurovňovou podporu respektující naši bio-psycho-socio-spirituální jednotu?



Dle odhadů až 15% lidí hospitalizovaných v psychiatrických léčebnách s diagnózou psychóza prožívá některou z forem psychospirituálních zkušeností. Navíc nevíme, kolik lidí pro obavy z nějaké formy stigmatizace, ať už ze strany svého okolí nebo při vyhledání odborné pomoci, své zážitky tohoto druhu raději nesdílí. Není tedy snadné odhadnout, jaké množství lidí v populaci psychospirituální zkušenosti prochází, aniž by své zážitky a osobní procesy konzultovali a byli v kontaktu s odborníky. Více informací k definici psychospirituální krize a jejím rozlišení od psychotických, schizofrenních projevů na [www.diabasis.cz](http://www.diabasis.cz)

### poslání sdružení Diabasis se profiluje ve čtyřech základních oblastech:

- v kontextu současné odborné péče o duševní zdraví nabízí nové porozumění či odlišný úhel pohledu na oblast, která byla v lidské historii vždy přítomna. Významně mění způsob zacházení s tématy mimořádných stavů vědomí a základní náhled na jejich povahu. Rozšiřuje stávající perspektivy pohledu na fenomény neobvyklých zážitků, kdy existuje možnost mít "nenormální" zážitky nebo i chovat se "nenormálně" a být při tom „normální“ a nebyť stigmatizován jako duševně nemocný. Nabízí alternativu v terapeutickém přístupu ve spolupráci s psychiatrickým pojetím a podporuje výzkum dané problematiky.

- poskytuje a distribuuje informace pro nový pozitivní rámec fenoménů psychospirituální krize. Formou přednášek, seminářů, školení, publikací nebo jiným vhodným způsobem rozšiřuje odbornou i laickou informovanost o projevech, kontextu, diferenciální diagnostice a způsobech provázení těchto sebeléčivých procesů lidské duše, které se mohou otevřít v každém z nás;

- spojuje úsilí a chce být ohniskem spolupráce a setkávání odborníků, kteří se dané oblasti již dlouhodobě věnují nebo o ni mají zájem. Tito odborníci také vytvářejí základ sítě kvalifikované pomoci osobám procházejícím psychospirituální krizí, kterou Diabasis iniciuje a organizuje. Tím sdružení poskytuje také nový rámec i posun k vyšší úrovni vzájemné spolupráce a nového kontextu ve smyslu distribuce informací a vytváření cílené veřejné aktivity;

- prakticky zprostředkovává vhodné formy pomoci (především v rámci výše uvedené sítě odborníků) lidem procházejícím psychospirituální krizí, které povedou k zvládnutí těchto transformativních procesů a úspěšné integraci kontextu prožitků. Pracuje na vytvoření a provozování kontaktního centra včetně telefonické linky pomoci a dalším rozvoji informačních internetových stránek. Nabízí nestigmatizující podporu v náročných obdobích vnitřního rozvoje.

### občanské sdružení DIABASIS

Diabasis je jedinou instituci, která se v ČR systematicky a dlouhodobě věnuje fenoménu psychospirituální krize: pomáhá lidem v krizi, vzdělává odborníky na duševní zdraví a informuje o tomto tématu širokou veřejnost. Organizace působí od roku 2004.

## navštivte

[www.diabasis.cz](http://www.diabasis.cz)

Můžete podpořit smysluplné a stále potřebnější služby pro lidi v náročných procesech vnitřního rozvoje, jež jsou často zaměřovány za projevy duševní nemoci a tak léčeny nepřiměřeným způsobem.

Přispějte k důležité změně perspektivy v přístupu odborníků v oblasti duševního zdraví i v povědomí široké veřejnosti.

### diabasis zprostředkovává služby následujícím cílovým skupinám:

- lidé procházející psychospirituální krizí, u kterých jde o prevenci stigmatizace ve smyslu "cejchu" duševně nemocného, prevenci neadekvátní léčby a zbytečných hospitalizací
- lidé u nichž psychospirituální zážitky nedosahují úrovně krize, ale adekvátní provázení jejich procesu by vedlo k vyšší kvalitě jejich života a plnějšímu zdraví
- lidé s bouřlivou reakcí na rozvoj své duchovní praxe, zahrnující různé meditační techniky, metody sebezrovoje, alternativní terapeutické přístupy apod.
- lidé experimentující s psychoaktivními látkami (zejména LSD, lysohlávky, marihuana, MDMA...), kdy reakce na užití psychoaktivních látek má charakter psychospirituální krize
- lidé zažívající problémy v kontextu své víry, duchovního společenství či sekty, lidé se zkušeností zneužití ve spirituálním kontextu
- lidé léčení na psychiatrii, přicházející s mytologicko-religiózními a diferenciálně diagnostickými tématy
- traumatizovaní lidé se spirituálními zážitky
- lidé v terminálním stádiu onemocnění - v blízkosti smrti nebo se zážitky blízké smrti v kontextu úrazu, závažného onemocnění, traumatu
- příbuzní a blízcí lidí procházejících psychospirituální krizí

...k zprostředkování terapeutické podpory slouží e-adresa:  
[help@diabasis.cz](mailto:help@diabasis.cz)