**Stáž v Národnom ústave duševného zdravia v Českej republike cez program Erasmus +**

Národný ústav duševného zdravia (NUDZ) neďaleko Prahy v Klecanoch, je veľmi moderné, výskumne a klinicky orientované centrum, ktoré má čo ponúknuť. Zameriava sa na výskum neurobiologických mechanizmov, ktoré vedú k vzniku najzávažnejších psychických porúch ako sú schizofrénia, depresie, úzkostné stavy a reakcie na stres. Súčasťou výskumu je aj testovanie nových diagnostických a liečebných metód. V NUDZ prebiehajú aj výskumy z oblastí neurobiológie starnutia a demencie, biologickej podstaty závislostí, epidemiológie duševných porúch, porúch spánku a biologických rytmov.

NUDZ ako psychiatrické pracovisko ponúka lôžkové oddelenia zameriavajúce sa na úzkostné, afektívne a psychotické poruchy, rovnako denný stacionár pre úzkostné, osobnostné, psychotické poruchy a denný stacionár pre seniorov. Nesmiem zabudnúť ani na oddelenie klinickej psychológie, oddelenie kognitívnych porúch, spánkovej medicíny a neurostimulácie.

Počas stáže, ktorú som absolvovala v letných mesiacoch prostredníctvom programu Erasmus +, mobilita pre študentov – stáž v NUDZ som mala možnosť zúčastňovať sa akýchkoľvek aktivít podľa vlastných preferencií. Zúčastňovala som sa výskumov na pracovisku, odborných prednášok mnohých lekárov, avšak väčšinu času som trávila na lôžkových oddeleniach s pacientmi s úzkostnými, afektívnymi a psychotickými poruchami, kde sme deň začínali ranou poradou a pokračovalo sa ranou vizitou spolu s ošetrujúcimi lekármi. Deň pokračoval konzultáciou s lekármi o pacientoch, kde som mala možnosť získať mnoho informácii ohľadoch ich ochorení, čo považujem za veľmi prínosné. Aktívne som sa zúčastňovala zaujímavých denných aktivít pacientov ako skupinová psychoterapia, ergoterapia, arteterapia a mnoho iných. Vykonávala som psychologické rozhovory a vyšetrenia psychodiagnostickými metódami s pacientmi a rovnako som mala možnosť aktívne pracovať s pacientmi formou podpornej psychoterapie. K získaniu väčšieho vhľadu do oblasti psychiatrie mi pomohlo aj navštevovanie psychiatrickej ambulancie, kde som bola prítomná počas vyšetrení lekára s pacientmi.

Priamy kontakt s pacientmi považujem za najväčší dar, ktorý si odnášam zo stáže. Vidieť a počuť autentické príbehy ľudí s neľahkým životným príbehom s ochorením bolo viac ako prečítať si ktorúkoľvek odbornú knihu. Videla som, počula som, naučila som sa a verím, že nikdy nezabudnem. Absolvovať stáž v NUDZ bolo jedno z najlepších rozhodnutí. Nič človeka nenaučí viac ako samotná prax.

Dominika Kinčeková, študentka 2. ročníka odboru: Psychológia, KPsV FSVaZ na UKF v Nitre