

ABSTRAKT

Rigorózní práce pojednává o významu pohybových aktivit jakožto pevných součástí režimu terapeutických komunit. Práce empiricko-kvalitativního výzkumného rázu má ambici pokusit se nabídnout přínos terapie pohybem a sportem omezeným klientem. Proces nacházení individuálních hranic a fyzických limitů, práce s vlastní motivací, interakcí a vliv skupinové dynamiky na vlastní fyzické výkony se odvíjí od průběhu rekonvalescence klienta, tedy stabilizace jeho duševního i fyzického zdraví v době abstinence. Dlouhodobé užívání návykových látek má zásadní vliv na fyzickou zdatnost uživatelů, ačkoliv a ne zcela nekomplikované komorbidity psychického i somatického rázu hrají velkou roli při hledání a nalézání vlastních fyzických i mentálních limitů. Výzkumná část je koncipována jako série případových studií a jedné ohniskové skupiny s klienty konkrétní terapeutické komunity pro závislé. Výzkumná data byla sbírána prostřednictvím polostrukturovaných interview, součástí setkání s jednotlivými respondenty byla tvorba situací, diskuse a komentáře k nim. Výzkumný soubor tvořilo 6 klientů. Ohniskovou skupinu pak tvořilo kompletní osazenstvo terapeutické komunity. Klienti sledávají pohybové a sportovní aktivity jako důležitou součást vlastního procesu rekonvalescence. Je pravděpodobné, že výsledný úinek pohybových a sportovních aktivit u uživatelů návykových látek může být substituívat neurobiochemický efekt užívání návykových látek, fyzická aktivita do jisté míry potlačuje *craving* a objektivně napomáhá zabránit relapsům v užívání. I když má provádění pohybových a sportovních aktivit v terapeutické komunitě své nezpochybnitelné limity, nabízí efektivní algoritmus jak fenomén škodlivého užívání/závislosti ukončit a pohybové aktivity využít jako jednu z terapeuticky účinných intervencí.

Klíčová slova: pohybová terapie – léčba závislosti – terapeutická komunita – bažení – relaps – případová studie