

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

**Metody sociální pedagogiky použitelné v komunitní práci se
závislostí**

**Methods of social pedagogy applicable in community work with
addicted people**

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

Mgr. Jana Poláčková

Autor:

Petra Kocourková, DiS.

Praha 2016

Poděkování

Děkuji všem lidem, kteří mi pomáhali při tvorbě a získávání informací pro vznik této práce. Především děkuji Mgr. Janě Poláčkové za odborné vedení mé práce.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem. Veškerá literatura i další zdroje, z nichž jsem při zpracování práce čerpala, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

V Praze dne:

Jméno autora.....

Anotace:

Bakalářská práce na téma: „Metody sociální pedagogiky použitelné v komunitní práci se závislostí“ se zabývá problematikou spojenou se závislostí a s lidmi žijící v rehabilitačním centru EXIT.

Teoretická část pojednává o pojmech, závislostech, možných přístupech v terapeutické komunitě.

Praktická část je zaměřena na popis rehabilitačního centra EXIT a jeho poslání. Abych lépe popsala život v terapeutické komunitě, zvolila jsem metodu rozhovoru jak s klienty, tak i přímo s pastorem, který centrum vede. Nadále jsou zde příklady života závislých lidí formou kazuistik.

Klíčová slova:

Komunita, závislost, metoda, rehabilitační centrum EXIT

Annotation:

Bachelor thesis on "Methods of social pedagogy applicable in community work with addicted people" deals with issues associated with addiction and with people living in a Rehabilitation Centre EXIT.

The theoretical part of the thesis discusses concepts, dependencies, and possible approaches in the therapeutic community.

The practical part is focused on the description of the Rehabilitation Centre EXIT and its mission. To better describe life in a therapeutic community, I chose the method of dialogue both with clients as well as directly with the pastor, who leads the Centre. There are also examples of the life of the addicted people in the form of case studies.

Keywords:

Community, addiction, method, rehabilitation centre EXIT

Obsah

Úvod.....	7
TEORETICKÁ ČÁST	8
1. Vymezení pojmů k dané problematice.....	8
2. Závislosti	10
2.1 Alkoholismus.....	10
2.2 Drogová závislost	10
2.3 Patologické hráčství - gamblerství	13
3. Pozice pracovníka v komunitě.....	14
3.1 Možné typy klientů:.....	14
3.2 Možné vztahy mezi klientem a pracovníkem	15
3.3 Asertivní chování.....	16
4. Metody použitelné problematice závislostí.....	17
4.1 Komunikace.....	17
4.2 Sociální poradenství	18
4.3 Rozhovor	19
4.4 Metoda režimu.....	20
4.5 Arteterapie	20
4.6 Dramaterapie	21
4.7 Bezpečí	21
4.7 Čas a jeho uspořádání.....	21
5. Léčba závislostí.....	23
5.1 Instituce zabývající se problematikou závislosti	24
6. Terapeutická komunita.....	26
PRAKTICKÁ ČÁST	28
7. Rehabilitační centrum EXIT	28
7.1 Principy a přístup.....	29
8. Rozhovory	31
8.1 Adam, 41 let.	31
8.2 Karel, 52 let	33
8.3 Zdeněk, 55 let	35
8.4 David, 43 let.	37
8.5 Jiří, 63 let.....	40

8.6 Jan, věk nezjištěn.....	42
8.7 Michal Dzyula, pastor	44
9. Kazuistiky	48
9.1 Ivan	48
9.2 Martin	49
9.3 Ludvík.....	50
10. Shrnutí části rozhovorů a kazuistik	52
ZÁVĚR	53
POUŽITÉ ZDROJE	54
Česká literatura.....	54
On-line zdroje.....	54
SEZNAM PŘÍLOH.....	55

Úvod

Téma mé bakalářské práce jsem si vybrala díky mé praxi na Úřadu práce na hmotné nouzi ve Voticích, kam dochází klienti terapeutické komunity EXIT. Měla jsem možnost se setkat s lidmi závislími na návykových látkách, nebo gamblery. Jejich životní příběh a jejich fyzická i psychická proměna v průběhu terapie mě motivovala se danou problematikou možnosti léčby závislostí více a hlouběji zabývat.

V terapeutických komunitách žijí lidé, kteří se z nějakého důvodu ocitli na okraji společnosti. Příčina mohla být kdekoli, ať už vlivem prostředí, nebo osobností každého jednotlivce. Lidé v terapeutické komunitě se rozhodli svůj problém řešit a najít nový smysl života. Zajímalo mě, co je motivací pro tyto lidi a jakým způsobem se s klienty v terapeutické komunitě pracuje.

Z mého širšího okolí je znatelný nesouhlas s provozem komunity a negativní postoje. Za sebe mohu říci, že jsem s lidmi z dané komunity neměla během mého výzkumu žádné negativní zkušenosti. Nikdo neví, co si tito lidé zažili, a proto bychom je neměli odsuzovat a je správné si udělat názor na každého jedince zvlášť.

V úvodu mé teoretické části poukazuji nejprve na důležité pojmy související s problematikou terapeutické komunity. Důležité je zmínit se celkově o závislostech, které se vyskytují v komunitách, jak s klienty v komunitě jednat, jaké jsou možné přístupy v práci se závislými. Důležitá je i spolupráce s ostatními institucemi, které závislým pomáhají. Má práce volně navazuje na popis chodu terapeutické komunity a metody práce, které v komunitě provozují.

V praktické části nejprve popisují terapeutickou komunitu EXIT. Jako metodu metodu zjišťování informací jsem zvolila metodu rozhovoru a kazuistiky. Rozhovor jsem vedla s kompetentní osobou- pan Michal Dzyula, který chod komunity zajišťuje a posléze s klienty EXITU.

Cílem mé bakalářské práce je zjištění, zda jsou komunity prospěšné pro osoby, které se ocitly na okraji společnosti, tím jak s nimi pracují. Dále popis režimu terapeutické komunity a popis závislostí, se kterými se lidé obracejí o pomoc v terapeutické komunitě.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Vymezení pojmů k dané problematice

Má bakalářská práce se zabývá metodami sociálně pedagogické práce, které úzce souvisí s různými pojmy, které je důležité na začátku vysvětlit. Dané pojmy se v mé práci vyskytují velice často a jedná se především o tyto pojmy, které nyní více definuji.

Nejvíce užívaným pojmem, kterým se zabývám, je komunita. Každému z nás se pod tímto pojmem mohou vyobrazovat různé záležitosti. Podle Karla Nešpora, který se ve své knize *Návykové chování a závislost 2011*, je komunita spojení nebo sdružení lidí, kteří mají společný zájem a zájem chtějí prosadit. Může to být například rodina, svépomocná skupina nebo i náboženská hnutí.

V mé bakalářské práci jsem se více zaměřila na terapeutickou komunitu pro závislosti. Daná komunita má svá specifika, má jasná a důrazně prosazovaná pravidla, jejichž porušení může vést předčasné ukončení léčby.

Dalším termínem, který zde nastíním je takzvaná substituce neboli nahrazení, jde o způsob léčby, kde je původní užívání nahrazeno jinými léky, které mají podobné účinky a vlastnosti, avšak s výrazně menšími riziky (místo heroinu- Subutex, Metadon).

Dále ve své práci zmiňuji u metod (metoda režimu) pojem dopamin. „*je spojen s pocity rozkoše, odměny, motivace a radosti. Návykové látky vyvolávají zvýšenou koncentraci dopaminu z příslušných mozkových obvodů, což vede k pocitům euforie, a nebo (v některých případech) brání propadání se do depresí. Chronické užívání však má za následek dlouhodobé změny, mezi nimiž je nejdůležitější snížení počtu dopaminových receptorů.*“ (Griffin Vicky, Cesta ke svobodě: jak překonat své každodenní závislosti, str. 60,67)

S termínem závislosti jsem se již setkala při mém studiu na střední škole, kde nám závislost byla definována takto:

„*Závislost je to skupina fyziologických behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány), alkohol nebo tabák.*“ (Návykové chování a závislost, Karel Nešpor, 2011, strana 9,10.)

Nedílnou součástí mého tématu je obor sociální pedagogika. Sociální pedagogika je interdisciplinární věda, která zkoumá sociální aspekty rozvoje dětí, mládeže a dospělých. Spolupracuje s širokým spektrem institucí, které bezprostředně souvisí s životem každého společenství (jednotlivci, rodiny, školy, organizace).

2. Závislosti

„Některé lidské zvyky jsou jako popínavé víno: zničí strom, jehož mají být okrasou“
Abraham Lincoln

V terapeutické komunitě se můžeme setkat s různými druhy závislostí. Já jsem se rozhodla popsat tři nejčastější: alkoholismu, drogová závislost a patologické hráčství.

2.1 Alkoholismus

Alkoholismus ovlivňuje jedince v osobním, pracovním, rodinném i společenském životě. Velký problém alkoholismu je, že alkohol je společensky velmi tolerovaný. Je spojený s určitými společenskými rituály, jako je například narozeniny, oslavy svátků, společenské a pracovní akce. Ve společnosti, kde je alkohol je naprosto normální alkohol konzumovat. V dnešní době je outsiderem ten, kdo je abstinents. Ten, kdo se rozhodl z nějakého důvodu abstinovat, má problém se ve společnosti, kde se alkohol pije vyhýbat.

Alkoholismus je velmi vážná závislost, která se dá srovnávat s drogovou závislostí. Jde o velmi silně návykovou drogu.

Závislost na alkoholu začíná postupně. Jedinec má postupem času potřebu zvyšovat dávky alkoholu, aby dosáhl pocitu opilosti, dobré nálady. Svou postupnou závislost si nepřiznává, nedokáže odhadnout nebezpečí jeho jednání. V počáteční fázi pije ve společnosti, na veřejnosti. Ženy častěji pijí „potají“, sami. Jak postupně roste tolerance alkoholu, zvyšují se dávky, tak jedinec začíná mít problémy v kruhu osobním, rodinném i pracovním. Alkohol se dostává do popředí a je důležité si svou závislost přiznat.

2.2 Drogová závislost

Jde o velmi závažnou, společensky nebezpečnou sociální deviaci. V mezinárodní klasifikaci nemocí se řadí drogová závislost k nepsychotickým duševním poruchám, k poruchám osobnosti a k neurotickým poruchám.

Drogová závislost - vztah mezi živým organismem a drogou a je charakteristická několika rysy:

- touha, až neodolatelná, nutková (craving – bažení)
- tendence zvyšovat dávky, jako výraz rostoucí tolerance - zvykání organismu a snášení látky
- ztráta a omezení sebekontroly

- přítomnost abstinčního syndromu „ absták“ – příznak, který se dostaví po vysazení drogy (třes, podrážděnost, nevolnosti, ...)
- negativní důsledky v životě jedince (pracovní problémy, rodinné problémy, ekonomické, zdravotní, partnerské)

detoxikace - proces, při němž dojde k vyloučení drogy z těla ven (nepoužívají se léky)

detoxifikace – proces, při kterém jde k odstranění drogy i následků z těla ven, proces dlouhodobější, používají se léky

abúzus – zneužívání, příliš mnoho, příliš často

úzus – užívání drogy v normě, společností tolerované

Drogy lze aplikovat různými způsoby - ústně , injekčně, čicháním, šňupáním, čípky, kouření, nebo kůží.

Vznik závislosti

- vzniká postupně mnohem kratší dobu než závislost na alkoholu (největší riziko vzniku závislosti je u mladých lidí).

Rizikové faktory vzniku drogové závislosti

Na vzniku každé závislosti se podílí dva základní faktory :

1. **osobnost člověka a jeho vlastnosti** (emoční prožívání, rozumové hodnocení, nižší sebekontrola)
 2. **vlivy vnějšího prostředí** (rodina, vrstevnická skupina, zaměstnání, stresová zátěž, napětí)
- spouštěčem drogové závislosti bývá většinou aktuální stres, vnitřní konflikt
 - někdy je podnětem touha po něčem novém, nepoznaném
 - městské prostředí (větší pravděpodobnost nabídky drogy)
 - porucha funkce rodiny – dítě není dobře vychováváno, chybí disciplína
 - nižší úroveň vzdělání neúspěšnost ve škole)
 - rodiče požívají alkohol, léky
 - **věk (riziko vzniku závislosti je nejvyšší u mladých lidí)**
 - zvýšený vliv party (má svá vlastní odlišná pravidla a normy)

- problémy v partnerském vztahu
- biologické a psychické faktory - dědičnost

Proces vzniku závislosti lze rozdělit do 4 etap:

1. Stadium experimentování

Primární impulz může vycházet z nudy, zvědavosti, z touhy po něčem novém

2. Fáze příležitostného užívání

Jedinec nemá návyk, drogu užívá nepravidelně (většinou za určitých okolností), klient tají, že drogu bere, záleží mu na vztazích k blízkým

3. Fáze pravidelného užívání

jedinec užívá drogu čím dál častěji, popírá riziko svého jednání, nechce si připustit závažnost

4. Fáze návykového užívání

závislý ztrácí motivaci, zvyšuje se lhostejnost, neskrývá návyk, ztrácí svou profesní roli, rozbíjí vztahy s přáteli, s rodinou, stává se nespolehlivým, bezohledným, droga zaujímá první místo v životě závislého.

Do drogové závislosti lze zahrnout:

Závislost na opiátech - opium, morfin, Dolsin, kodein, heroin, methadon a braun

Závislost na kanabioidech – konopné drogy – marihuana, hašiš, hašišový olej

Závislost na užívání sedativ a hypnotik- tlumivé léky předepisované lékaři při poruchách spánku, proti bolestem a „na uklidnění“ (Rohypnol, Diolan, Subutex, Alnagon)

Závislost na stimulačních drogách – kokain, pervitin, extáze

Závislost na halucinogenních drogách – lysohlávky, LSD

Závislost na organických rozpouštědlech

Důsledky závislosti

Somatické důsledky – např. poškození CNS, jater, ledvin, zažívacího traktu, cév, je zde zvýšené riziko infekce hepatitidy, a HIV, nápadné hubnutí, devastace žilního systému, vpichy se mohou měnit v hnisavé boláky a jiné.

Psychické důsledky závislosti -nepřiměřené citové reakce, labilita, podrážděnost, zhoršení koncentrace pozornosti, paměťové funkce, může vést až k demenci, buď extrémní aktivita, nebo naprostý útlum

Sociální důsledky- Jedinec přestává respektovat normy a pravidla, přestává chodit do zaměstnání nebo do školy. V základních věcech se stává nesoběstačný- parazituje na rodině. Vše utrácí za drogu.

Mění se jeho vztahy s lidmi, chování závislého je pro okolí nepřijatelné. U jedince se mění hierarchie hodnot- do popředí se dostane droga.

2.3 Patologické hráčství - gamblerství

„ Patologické hráčství se v Mezinárodní klasifikaci nemocí řadí mezi návykové a impulzivní poruchy, tedy ne mezi závislosti. Je zajímavé, že v předchozí verzi Mezinárodní klasifikaci nemocí se tato diagnostická jednotka vůbec neobjevovala, kdežto Americká psychiatrická asociace jí mezi duševní poruchy zařadila už v roce 1980, tedy zhruba o deset let dříve.“ (Karel Nešpor, Návykové chování a závislost, r. 2000, str. 30)

Patologické hráčství začíná zcela nevinně. Zpočátku se jedná o nahodilé pokusy, jestli výhra vyjde, nebo ne. Pokud je člověk psychicky oslabený, tak může propadnout v patologické hráčství. Po své první výhře nemá jedinec pocit výčitek. Po delší době nepravidelného hraní se stává hraní pravidelné. Jedinec se dostává čím dál do větších finančních problémů, které souvisí s rodinnými vztahy a osobními problémy.

Na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot tato porucha spočívá v často opakovaných epizodách hráčství. Gambleři mohou riskovat ztrátu svého zaměstnání a to z důvodu zadlužení, mohou porušovat zákon, aby unikli placení dluhů. Lidé postižení patologickým hráčstvím popisují svůj pocit k intenzivnímu hraní. Tento jev je doprovázen stresujícím obdobím v životě. Příčinou mohou také být narušené vztahy, nebo rozklad osobního života. (Karel Nešpor, Návykové chování a závislost, r. 2000)

3. Pozice pracovníka v komunitě

Pracovník, který pracuje s klientem drogově závislým, musí mít systematické znalosti o závislostech, o člověku a společnosti. Pracovník musí věřit v hodnotu a důstojnost každého člověka. Při práci je nezbytné zaměřit se na jedince, ale i na souvislosti jeho situace, věnovat pozornost tedy i širším sociálním vazbám.

Pracovník v komunitě pracuje s jednotlivci i skupinami. Důležité je, získat si k osobě, které chceme pomoci určitý vztah. Klient by měl mít k sociálnímu pracovníkovi důvěru, která je velmi důležitá. Svěřuje se se svými problémy, slabostmi, zranitelnými místy a s celým jeho životem.

Sociální pracovník by klienta měl pomalu vést k samostatnému životu, úvahám a názorům. Klient by měl po nějaké době, která je individuální, být samostatný a zvládnout svůj problém už bez pomoci sociálního pracovníka. Ten klienta doprovází, podporuje, poskytuje mu potřebné informace, snaží se ho nasměrovat k využití např. služeb, poradenství, institucím, které se daným problémem zabývají hlouběji. Sociální pracovník jedná v zájmu klienta, dle kodexu sociálních pracovníků.

Sociální práce se závislými je velmi náročná. Pracovník, který se závislými pracuje, musí mít systematické znalosti o závislostech, o člověku, společnosti, musí věřit v hodnotu a důstojnost každého člověka. Při práci je nezbytné zaměřit se na jedince, ale i na souvislosti jeho situace, věnovat tedy pozornost širším sociálním vazbám.

3.1 Možné typy klientů:

1) Úzkostný typ - má schoulené držení těla, v řeči má nejisté pomlky.

Úzkostný typ snadno podléhá vnitřní panice, nevěří si, stydí se za své chování, bere si na pomoc jiné osoby.

2) Úzkostně-agresivní typ - je křečovitě vzpřímený, nesdílný, má pocity újmy.

Je odhodlaný k sebeobětování, má jízlivé poznámky a zraňující výroky, je útočný za každou cenu.

3) Narcistně-agresivní typ - je u něj typické časté sledování a upravování zevnějšku, rád se poslouchá, vyžaduje nadstandardní péči. Na ponížení reaguje kroucením hlavy, nebo ironií. V konfliktu se prezentuje jako mocensky silný.

4) Bezohledně-agresivní typ - má většinou robustní postavu, pomalé myšlení. Je hlučný, má nekultivované jednání, bývá hlučný, překřikující až zastrašující, má nepřátelské postoje proti ideálům a autoritám.

5) Pedantický typ - má pevné držení těla, ritualizovaný životní styl, má přísně logické myšlení, zásady. Je srdečně otevřený, a pokud dojde k porušení vnitřního řádu, tak je podrážděný.

6) Nepřístupný typ - vyznačuje ho pomalá chůze, nevyhledává fyzickou přítomnost druhých, vyjadřuje se v narážkách, hovoří pomalu, ironizuje druhé i sebe. Má odměřený k vřelosti a vstřícnosti.

7) Histrionský typ - rychlá chůze, je režisér i herec v jednom, do hry vztahuje ostatní. Je pro něj typické projevování zoufalství a žalu, má řečový projev emocionální postrádající logiku. Na konflikt reaguje křikem, nebo rozbíjením předmětů atd.

3.2 Možné vztahy mezi klientem a pracovníkem

1. asymetrický vztah, nesouměrný vztah- jde o jednostranně dominantní chování- at' už ze strany klienta, nebo pracovníka.

- autoritativně - direktivní -jsou zde jasně daná pravidla, které musí klient dodržovat. V případě jejich porušení přichází příkazy, trest. Klient nemá příliš možností se vyjádřit, sdělit svůj názor, nesouhlas.

„Nadbytečná kontrola brání klientovi v osamostatnění. Angažovaný pracovník jí používá v dobré víře, že jde o zájem klientů. Snadno se k ní uchýlí v časové tísní, neboť je v aktuální situaci nejrychlejším řešením.“ (Karel Kopřiva, Lidský vztah jako součást profese, 2006, str. 18)

- charitativně-ochranitelský vztah - jde o opačný vztah než je autoritativní. Pracovník o klienta přehnaně pečuje, snaží se jej chránit. Tento přístup nevede k osamostatnění klienta.

„Obětování se pro klienty je druhý způsob, jak může být porušena hranice mezi pracovníkem a klientem. Pracovník si počíná tak, jako kdyby klient nebyl autonomním jedincem, ale jako kdyby závisel na jeho péči a potřebovat, aby pracovník za něj téměř dýchal. Pracovník se obětuje pro klienty sice rád, ale zároveň je to pro něj něco, co mu život ztrpčuje a činí těžkým. I zde se může paradoxně stát, že nadměrná péče klienta spíše oslabuje, než aby mu prospívala- může ho udržovat pod jeho potenciálem samostatnosti až

ho invalidizovat. Jindy jsou to spolupracovníci, místo koho obětavý pomáhající nasazuje svoje síly.“ (Karel Kopřiva, Lidský vztah jako součást profese, 2006, str. 19)

2. symetrický – jde o vztah respektující, vyvážený. Je založen na spolupráci klienta a sociálního pracovníka. Pracovník navrhuje možnosti řešení, klient se poté sám rozhoduje. Je to vztah založený na důvěře, pomoci a zároveň vede k samostatnosti klienta.

Při jednání s klientem je potřeba se vyvarovat autoritativnímu vedení, nedělat unáhlená rozhodnutí, vyhnout se zobecnění, nepřenášet emoce nebo své osobní zkušenosti, které sociální pracovník sám má. Dalším problémem může být tzv. halo efekt - člověk má často tendence dát ihned na první dojem, nebo člověka zařadit dle informací, které získal odjinud- často jsou zkreslené a pracovníka mohou vést k ovlivnění názoru na klienta. Na klienta je potřeba mít vymezený čas, s tím ho i seznámit- mohlo by dojít k ukončení kontaktu v nesprávném čase.

Dobré je také využívat tzv. asertivního chování, které více přiblížím v další podkapitole.

3.3 Asertivní chování

Jde o chování, kdy jedinec vyjádří svůj názor, myšlenky, pocity, aniž by došlo k porušení práv druhého. Asertivní člověk se vyjadřuje upřímně, napřímo vyjádří svůj názor, aniž by s druhým člověkem nějakým způsobem manipuloval. Výsledkem je spokojenost na obou stranách.

„ Pokud přijmete asertivní model chování, prosadíte snáze vlastní zájmy, ale pouze za předpokladu, že si uvědomujete a vezmete v potaz to, co chtějí ostatní. Toto umožňuje paradox stavu výhra- výhra.“ (Asertivita- umění být silný v každé situaci, Potts Conrad,Potts Suzanne)

Příkladem asertivních otázek je např.: „Navrhuji, abychom.....“;“ Raději bych to udělal/a takhle.....“ než: „ Uděláme to tak, že.... !“

Pokud pracovník komunikuje asertivně, bude mít lepší úspěch v komunikaci s klientem. Klient nebude mít pocit, že je k něčemu nucený, zmanipulovaný a zároveň bude veden k cestě, kterou doporučuje pracovník.

4. Metody použitelné problematice závislosti

4.1 Komunikace

„Existují čtyři, a právě jen čtyři způsoby, kterými přicházíme do kontaktu s okolním světem. A jsme oceňováni a hodnoceni právě podle těchto čtyř kritérií: co děláme, jak vypadáme, co říkáme a jak to říkáme.“ (Dale Carnegie, Jak správně myslet, jednat a mluvit, 2010, str. 6)

Komunikace je základem práce v pomáhajících profesích. Komunikujeme s druhými o věcech, které pokládáme za důležité, o problémech týkajících společnosti i daných jednotlivců. Při komunikaci je velmi důležitá řeč těla, postoj a oční kontakt.

„Aniž si to uvědomujeme, mimoslovní komunikace, kterou k okolí promlouvá naše tělo, má ohromný vliv na vytvoření dojmu. Velmi často si totiž ani neuvědomujeme, jak právě mimoslovní komunikace ovlivňuje naše vnímání druhých lidí.“ (Dale Carnegie, Jak správně myslet, jednat a mluvit, 2010, str. 14) Při komunikaci bychom měli klást důraz na tón hlasu, přestávky, neverbální signály, které zapojuje celé naše tělo. Druhý člověk, se kterým komunikujeme, vnímá i náš výraz tváře a mimické posunky.

Když se někomu díváme při komunikaci do očí, náš pohled tím navozuje pocit důvěry, čestnosti a zájmu o dotyčného. Naopak nedostatek očního kontaktu může být druhým vnímán jako výraz strachu, nezájmu nebo nečestného jednání. Pro úspěšnost komunikace s klientem je velmi důležitý právě první kontakt, který je prvotním signálem pro úspěšné navázání vztahu a důvěry.

Je potřeba se naučit správně naslouchat, abychom pochopili myšlenku člověka, se kterým komunikujeme. A naopak přizpůsobit slovní spojení a výrazy věku, inteligenci i vzdělání druhého. Komunikaci lze rozdělit na písemnou a slovní. Písemná je formou dopisů a textových zpráv. Slovní komunikace je formou mluvy.

V komunikaci můžeme také nalézt určité bariéry. Mezi některé bariéry můžeme pokládat jako problém určitá očekávání například, když očekáváme, že druhý jedinec přemýšlí stejně jako my a my mu tím můžeme vnucovat svůj názor, se kterými leč nemusí souhlasit. Při komunikaci se závislými nemůžeme předpokládat, že závislý si uvědomuje plně svůj problém. Proto je důležité se závislým mluvit zcela otevřeně a upřímně. Lidé mají většinou sklon slyšet to, co chtějí a věci si překrucují. Je potřeba se během komunikace průběžně dotazovat, jak je věc chápána a tímto můžeme předejít komplikacím. Terapeut, který pracuje v terapeutické komunitě, by neměl být ovlivňován předsudky.

„Předsudky také ovlivňují to, jakým způsobem přijímáme informace. Lidé jednoduše nechtějí slyšet odlišné názory na věci, na něž mají sami jednoznačně zformulované názory.“ (Dale Carnegie, Jak správně myslet, jednat a mluvit, 2010, str. 2)

Formou komunikace je také diskuze. V diskuzi dochází k výměně názorů, postojů, argumentů mezi klienty, terapeutem a klientem, nebo terapeutem a klienty. *„Základní charakteristikou diskuze je vzájemné kladení otázek a podávání odpovědí mezi všemi členy skupiny, je to tedy jinými slovy rozprava při které dochází k výměně názorů zkušeností a informací.“* (Lucie Zormanová, Výukové metody v pedagogice, 2012, str.56)

4.2 Sociální poradenství

Je základní službou, kterou poskytují pomáhající profese. Daný pracovník poskytuje základní informace klientům, rady, snaží se klienta navést ke „správné cestě“, podporuje jej, aby byla jeho životní situace lepší.

Definice poradenství dle Matouška:

„Sociální poradenství se zaměřuje na zjišťování rozsahu a charakteru nepříznivé sociální situace a sleduje příčiny vzniku. Smyslem je poskytování informací, které přispívají k řešení nepříznivé sociální situace. Ke klientům je přístupováno tak, aby měli zachovanou lidskou důstojnost. Pomoc vychází z jejich individuálně určených potřeb, aktivně podporuje jejich samostatnost a zejména je motivuje k činnostem, které nevedou k dlouhodobému setrvání ve stávající nepříznivé sociální situaci. Tyto služby jsou poskytovány v zájmu uživatelů tak, aby bylo zajištěno dodržování lidských práv a základních svobod osob. Základní poradenství je bezplatné, poskytují je všichni poskytovatelé sociálních služeb.“ (Matoušek Oldřich, Slovník sociální práce, rok 2003, str. 84)

Průběh poradenské práce

Jako nejdůležitější je první kontakt a setkání s klientem. Během seznámení s klientem se identifikuje jeho problém a jeho příčiny na základě rozhovoru s klientem, nebo na základě informací z jeho nejbližšího okolí, nebo jiných odborníků. Po identifikaci problému je na řadě posouzení jednotlivých možností řešení-vymezit oblasti potřebné podpory - je potřeba do řešení problému také zainteresovat klienta. Poté dochází k samotnému řešení problému a další prevence nežádoucího chování, aby se klient do dané

situace znovu nedostal. Důležité je po celou dobu klienta podporovat k většímu osamostatnění, podporovat jeho sebevědomí.

4.3 Rozhovor

Univerzálním přístupem sociální práce s uživateli drog je motivační rozhovor, jde o soubor komunikačních strategií, vedení rozhovoru, jenž je cíleně zaměřen na vyvolání změny v závislostním chování). Rozhovor je velmi důležitou metodou, která působí prvotně na jedince, se kterým sociální pracovník řeší jeho danou situaci a která mu pomáhá k řešení jeho problému. Rozhovor může být veden formou strukturovaného rozhovoru nebo nestrukturovaného. Strukturovaným rozhovorem se rozumí, že dané otázky má sociální pracovník předem připravené. Naopak ten nestrukturovaný rozhovor znamená, že otázky nejsou předem připraveny. Může se jednat o rozhovor s klientem, který chce začít s léčbou závislostí v komunitě. Zde je dle mého názoru začít se strukturovaným rozhovorem, kdy se terapeut ptá na základní údaje a tím si tvoří takzvanou individuální anamnézu klienta.

„Na rozhovor si musíme vyhradit čas. Je-li to první rozhovor s daným klientem v jeho současné situaci, pak nebude kratší než 30 min., ale neměl by být ani delší než 60 min.

Pro rozhovor musíme mít také vhodný prostor. Chceme-li být v kontaktu vnímavém, musíme být v místnosti sami. Důležitý je také způsob sezení, symetrická pozice.

Posledním bodem je vyladění pomáhajícího pro rozhovor. Pracovník se potřebuje odpoutat od toho, co dělal doposud, uvědomí si, jak se cítí, zachytit, že je unavený, protože se dnes nevyspal dobře, rozčilený z toho, co mu řekl kolega před hodinou, nervózní z toho, že pozítří má odevzdat zprávu, kterou těžko stihne sepsat. Když si takové věci uvědomí, spojí se s tím, co se skutečně právě děje. Pak je spíše může na chvíli odložit stranou.“ (Karel Kopřiva, Lidský vztah jako součást profese, str. 110)

Klienta se terapeut táže na jeho věk, kontakty na blízké osoby, zdravotní stav, rodinný stav, počátky jeho závislosti, ale také se terapeut ptá na jeho pracovní zkušenosti. Nejdůležitějším aspektem rozhovoru je dotazování se na motivaci k vyřešení jeho problému se závislostí. Pokud je závislý dobře motivovaný, lépe se s ním pracuje. V této problematice je motivace a vůle klienta velmi důležitá. Během práce s klientem se posléze přechází na rozhovory nestrukturované, kdy otázky vychází ze situace.

U této metody jsem vycházela z informací, které mi poskytl pastor z rehabilitačního centra EXIT, Michal Dzyula. Rehabilitačnímu centru EXIT se více věnuji v praktické části.

4.4 Metoda režimu

Pokud je dobře navozena metoda rozhovoru a klient souhlasí s léčbou, tak právě režimovou metodou vše začíná. Každá organizace má své různé režimy. V komunitách je na režim kladen velký důraz a jeho porušení může vést až k vyloučení klienta z léčebného programu. Režimem se musejí řídit všichni klienti a právě komunita je na režimu založena. Díky režimu se klienti nemusejí cítit tolik ve stresu, jelikož každý den mají přesně naplánovaný, co budou a nebudou podnikat. Porušení režimu znamená buď kázeňské upozornění, nebo posléze vyloučení z komunity. V každé komunitě samozřejmě záleží na výši prohřešku. Zde mohu uvést příklad: Pokud je v řádu napsáno, že si každý po sobě bude uklízet a pokud si klient jednou neuklidí, tak nebude vyloučen, ale jen kázeňsky upozorněn. Hrubým porušením režimu se myslí například požití návykové látky.

Tím, že klient souhlasí s léčbou, také souhlasí s pravidly a pokud hrubě pravidla poruší, dává nejen sobě, ale i ostatním najevo to, že jeho vůle selhala a tato situace se musí okamžitě řešit tím, že vedoucí organizace nebo terapeut si s klientem o tom promluví a společně se domluví na řešení. Může to pro klienta znamenat zpřísnění jeho režimu v komunitě. Pokud i nadále režim hrubě porušuje, tak je bez váhání vyloučen z programu.

„Dobrou zprávou pro uzdravujícího se závislého člověka je, že závislost je naučené chování, které spouští geny měnící strukturu a funkce mozku. Ovlivnit strukturu a funkce mozku dokážou rovněž pozitivní rozhodnutí a vhodné chování, takže receptory dopaminu mohou být v období abstinence znovu obnoveny.“ (Viki Griffinová, Paul Musson, Karen Allenová, Evelyn Kissingerová, Jak překonat své každodenní závislosti, str. 61)

4.5 Arteterapie

„Pro mnoho pacientů je snazší komunikovat s terapeutem přes umělecký objekt než přímo verbálně, výtvar se stává ohniskem pozornosti podněcující komunikaci. Umělecký výtvar je konkrétní hmatatelná věc, kterou je možné vidět, s níž lze manipulovat, kterou lze změnit nebo zničit. Ve výtvaru je zaznamenána i historie terapeutického procesu a nemůže tedy být zapomenut, odmítnut nebo zkreslen časem, jako je tomu slovního projevu.“ (Jan Vymětal a kolektiv, Speciální psychoterapie, 2007, str. 274)

V tomto ohledu terapie je kresba důležitou pomůckou pro práci s klientem. Z kresby můžeme vyčíst jeho pocity, které on ventiluje (může to být strach, závist, nenávist, agrese, láska). Podle Jana Vymětala (2007) malování zanechává své stopy, je komunikačním prostředkem od dob jeskynních maleb po dnešní grafy. Klient tímto sděluje obtížně prožívané pocity.

4.6 Dramaterapie

„Dramaterapii lze definovat jako záměrné použití léčebných aspektů dramatického a divadelního procesu a příbuzných technik pro dosažení terapeutických cílů, jako je úleva od symptomů, emoční a fyzická integrace a osobnostní růst.“ (Jan Vymětal a kolektiv, Speciální psychoterapie, 2007, str. 270)

V životě každý hrajeme nějakou roli. Jsme nositeli mnoha rolí, jako je například dcera, matka, student a jiné. Dramaterapie slouží i k inspiraci, jak by jedinec zvládal danou roli, kterou má sehrát ve svém životě. Pomáhá zvládat úzkosti a obavy z reálných situací klientova života. Povzbuzuje důvěru mezi členy komunity, k uvolnění, k vyjádření pocitů pohybem a hlasem.

4.7 Bezpečí

V dané metodě jde především o zajištění bezpečí pro klienty terapeutické komunity. *„Terapeutické komunity pro závislé formulují v oblasti bezpečí tzv. kardinální pravidla, jejichž přestoupení má obvykle za následek předčasné ukončení léčby z disciplinárních důvodů, protože je v zásadním protikladu s udržení bezpečného prostředí pro ostatní. Kardinální pravidla zakazují především užití návykových látek, jejich držení nebo ukrývání v terapeutické komunitě, jejich nabízení či prodej ostatním členům. Dále nepřipouštějí fyzické násilí, případně ještě další typy ohrožujících aktivit v prostředí terapeutické komunity, např. krádež, úmyslné poškozování majetku druhých nebo zařízení, podvod, vydírání apod.“ (Kamil Kalina, Terapeutická komunita, str.92)*

4.7 Čas a jeho uspořádání

„Takřka všechny poruchy duševního zdraví, s nimiž klienti do komunity přicházejí, jsou spojeny s nějakou poruchou vnímání a prožívání času. V každodenním životě se to jeví jako chaotičnost, nedostatek struktury a proporci v členění času a obecně jako neadekvátní hospodaření s časem vlastním i časem druhých, což pochopitelně působí značné problémy v osobních vztazích i sociální integraci.“ Kamil Kalina, Terapeutická komunita, str.94, 95)

Rozvrh času je pro klienty terapeutické komunity velmi důležitý. Ví, kdy a v kolik přijdou na řadu různé aktivity, co znamená svátek, volno. V terapeutických komunitách jde o denní režim, kdy je celý den pevně daný a naplánovaný.

Problém s rozvrhem může u klientů nastat jak v situaci, kdy mají přijít na aktivitu včas, ale také s časem, který je určen pro osobní volno. Najednou získá jedinec volno a neví, co v dané chvíli dělat. Může to na klienta působit stresujícím, úzkostným dojmem, kdy se cítí bezradný. Jiní jedinci zase mohou mít problém s naplánováním si času do budoucnosti, např. za měsíc, rok.

Denní režim dává klientům komunity určitou jistotu a vlastně i pocit bezpečí.

5. Léčba závislostí

Závislosti se jedinec nemůže zbavit sám, potřebuje pomoc odborníků. V ČR existují různé linky důvěry, kontaktní centra, střediska pro závislé. Důležitá je pro jedince především jeho motivace, vůle se závislosti zbavit. Bez vůle a motivace se nelze závislosti zbavit.

Jedinec si musí svou závislost přiznat, uznat, že potřebuje pomoc a pomoc odborníka akceptovat, musí uznat nutnost změny současné situace. Musí se připravit na to, že dojde ke změně jeho současného stylu života, bude mít nové vzorce chování a přijímá zodpovědnost za svůj život. Zajímavé pro tento způsob léčby je motto: „ *ať najdu sílu změnit, co změnit mohu a vyrovnat se s tím, co změnit nemohu a ať dokážu tyhle dvě věci od sebe rozeznat.* “

„Závislost vede k narušení osobnosti, ke snížení výkonnosti a často i inteligence. Pokud dojde v důsledku chronického nebo akutního působení psychotropní substance k poškození centrálního nervového systému, a tak ke změně osobnosti, je třeba otravy drogami jako choroby zasahující mozek řadit v systému klinické psychiatrie k psychózám se somatickými příčinami.“ (Frank Kühn, Fr.- Christoph Göhlert, *Od návyku k závislosti*, str. 20)

Závislý jedinec by nejprve měl podstoupit léčbu na specializovaném oddělení psychiatrické léčebny. Tento pobyt trvá zhruba 2 měsíce a je hrazen ze zdravotního pojištění. Léčba zde zahrnuje psychoterapie, poradenství, a léky. U některých závislých osob, které např. dlouhodobě závislí, se přechází na substituční léčbu- náhrada drog, např. Metadon, Subutex. Cílem substituce je eliminování užívání určité ilegální drogy, nebo eliminace škodlivé formy podávání drogy, která je provázená výraznými riziky. Doba substituční léčby je individuální. V průběhu dochází ke stabilizování zdravotního stavu klienta, jeho sociální situace, dochází k postupnému snižování náhradních látek, až dojde k jejímu plnému vysazení. Klient, který chce podstoupit substituční léčbu, musí splnit několik podmínek: plnoletost, několik prokazatelných neúspěšných pokusů o léčbu. Další podmínky si určuje konkrétní zdravotní zařízení.

Samotný detox probíhá cca 5 až 10 dní, výjimečně déle. V psychiatrické léčebně je klient cca do šesti měsíců.

5.1 Instituce zabývající se problematikou závislosti

Ze závislosti se nemůže jedinec dostat sám. Potřebuje pomoc odborníků. Pomoc při léčbě závislosti nabízí několik institucí, které jsem okrajově popsala:

Svépomocné skupiny:

Svépomocné skupiny pro osoby závislé na návykových látkách v ČR prakticky nejsou rozšířeny, jejich vznik je teprve v počátcích. Závislí lidé se zde setkávají, svěřují se se svými problémy. Svépomocné skupiny existují i pro rodinu a blízké osoby závislých. Spolu si zde předávají informace, rady a vzájemně se podporují.

Nízkoprahová kontaktní centra:

Zařízení, kde klienti nejsou registrováni pod svými jmény a rodnými čísly (klient hlásí pouze křestní jméno, věk, druh zneužívané látky a způsob aplikace). Zařízení je zaměřeno na klientelu méně motivovanou k léčbě. Cílem činnosti K-centra je zejména zmenšování zdravotních a sociálních rizik uživatelů drog. Zaměřuje se na ambulantní léčbu, na první pomoc, poradenství a terapii. Poskytují krizovou intervenci, výměnný program, minimální potravinový a vitamínový program, provádějí testování ze slin na přítomnost protilátek viru HIV.

Poradny pro drogovou závislost:

Pracovník zde pomáhá závislému najít cestu, jak si se závislostí poradit. Odkazuje na různé instituce a služby, kde může závislí najít pomoc. Pracovník zprostředkovává terapii klientovi, spolupracuje s úřady, policií.

Ambulantní terapie:

Zde se závislí lidé schází cca 3x týdně. Nejprve se závislý člověk seznamuje s terapeutem, aby měl k terapeutovi důvěru. Poté může docházet na skupinové terapie, zúčastní se individuálních terapeutických rozhovorů. Výhodou ambulantních terapií je, že závislí žije ve svém známém prostředí, organizuje si svůj volný čas, nebo pokud má zaměstnání, může docházet pravidelně do práce. Nevýhodou je, že závislí musí mít velmi silnou vůli zvládnout situaci „sám“, bez dodržování terapeutického denního režimu. Nejdůležitější součástí terapie jsou psychoterapeutické skupiny. Kvalita práce skupiny je závislá na osobnosti terapeuta a terapii, ze které vychází. Zajímavými formami jsou víkendové terapie určené pro pacienty a rodinné příslušníky.

Stacionární léčba:

Je uskutečňovaná formou krátkodobého (týdny), nebo střednědobého pobytu (do jednoho roku pobytu). Závislí jsou zde bezpředmětně po vyloučení drogy z těla a zde probíhá detox. Mají zde poskytnuté jak ubytování, tak terapii. Po této léčbě mohou nastoupit do terapeutické komunity.

Ústavní léčba

Je intenzivnější formou léčby, než je léčba ambulantní. Znamená několikátýdenní pobyt v nemocnici na psychiatrickém oddělení. Základními složkami léčebného programu je detoxifikace s následnou psychoterapií.

Role státu

Role státu spočívá především ve snižování poptávky, snižování rizik - snižování poškození jedince drogami, alkoholem, nebo gamblerství a snižování dostupnosti- potlačování nabídky, represe.

Stát podporuje léčbu závislosti několika způsoby- např. instituce, hrazení ze zdravotního pojištění, školení pracovníků, komunity, které jsou pod dozorem ministerstev.

6. Terapeutická komunita

„Ve světě existují dvě hlavní linie terapeutických komunit, tzn. demokratické – pro klientelu s poruchami duševního zdraví a osobnostního vývoje a tzv. hierarchické komunity- pro drogově závislé, přičemž každá z těchto linií má svou kulturu, tradici, svůj slovník s různými formulacemi a důrazy na jednotlivé principy terapeutické komunity.“ (Kamil Kalina, Terapeutická komunita, 2009, str. 21). V mé práci se tedy zabývám popisem komunity hierarchické.

Terapeutická komunita je pro klienta vhodná po propuštění z psychiatrické léčebny, kde proběhl detox.

Jde o střednědobou až dlouhodobou pobytovou péči (6-24 měsíců). Léčba klade pro jedince vysoké nároky. Důraz je kladen na důsledný terapeutický proces a komunitní způsob života. Využívá se individuální poradenství, skupinové, rodinné a pracovní terapie. V ČR jsou komunity venkovského typu.

Program v komunitě je přizpůsoben věku klienta a látky, na které byl závislý. V komunitě působí terapeut, psycholog, sociální pracovníci a odborně vyškolený personál (i lidé, kteří byli závislí). Při léčbě je potřeba vzít odpovědnost za sebe i druhé, být solidární a vzájemně si pomáhat a spolupracovat. Život v komunitě je pro jedince zpočátku velmi náročný. Po prvním kontaktu s komunitou jedinec sepíše životopis, důvod, proč v komunitě je. V počáteční fázi je léčba zaměřená především na minulost jedince, později se postupně přechází na současnou situaci a poté na budoucnost- např. plány do budoucna, hledání smyslu života.

V komunitě je kladen důraz na dodržování přísných pravidel a norem. Pokud je nedokáže jedinec splnit, odchází. Konkrétní pravidla si určuje sama komunita, avšak několik pravidel je jasných pro všechny: zákaz drog, agrese, šikana. Terapie obnáší jak skupinové terapie, tak i manuální práce.

Cílem komunity je změna životního stylu, který jedinec uznával v době závislosti, přijetí abstinence jako jednu z podmínek do dalšího života klienty, přijetí odpovědnosti za své jednání, nacvičují si komunikační a sociální dovednosti, osvojují si pracovní návyky, naučí se řešit náročné životní situace, aniž by je řešili únikem k droze, alkoholu.

V terapeutické komunitě si klienti osvojují znovu rodinné i pracovní návyky. Společně vykonávají běžné denní činnosti, které v době jejich závislosti nevykonávali,

např. příprava jídla, úklid, diskuze. Mají zde daný denní program, který musí dodržovat (samozřejmě bez užití jakékoli návykové látky).

Následná péče má spíše podpůrný charakter- stabilizace životního stylu, posilování abstinence. Do institucí, které se zabývají následnou péčí, patří např.: NA (anonymní narkomané, anonymní alkoholici).

Základem léčby závislosti v komunitě je režim. Klienti zde mají denní program, který je přesně dán a dodržuje se. Klienti pobyt v komunitě hradí ze svých příjmů- např. Invalidní a starobní důchody, sociální dávky - příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení, nebo klienta může finančně podpořit např. rodina.

Programy v komunitě jsou:

- Terapeutické
- Pracovní
- Volnočasové- volný čas neznamená únik od komunity. Volný čas pamatuje na základní pravidla komunity, které musí být dodrženy. Nelze ho využívat k pokračování v závislostním chování. V komunitách je velmi málo možností, jak zůstat pouze sám, nelze se izolovat od ostatních.

Po opuštění komunity a její úspěšné terapie by měl jedinec navázat na další následnou péči.

Hlavním cílem následné péče je stabilizace klientova životního stylu, posilování abstinence – má tedy spíš podpůrný charakter (u nás existují např. svépomocné skupiny NA - Narkomané anonymní).

PRAKTICKÁ ČÁST

V úvodu mé praktické části nejprve popisují poslání rehabilitačního centra EXIT. Popisují zde jeho činnost, klientelu, formy pomoci. Dále je má praktická část zaměřena na rozhovory a kazuistiky. Rozhovory jsem uskutečnila se šesti klienty centra a s pastorem, který má centrum na starost - Michalem Dzyulou. Rozhovory byly realizovány jak přímo v Heřmaničkách, kde nalezneme EXIT, tak v tzv. adaptačním bytě, kde jsou klienti, kteří prošli rehabilitací a snaží se žít a vést „normální život“.

Cílem mé praktické části je v rozhovorech s klienty zjistit důvod přijetí do komunity, zda klientům vyhovuje režim, který mají nastolený v EXITU, zda je pro ně překážkou role víry v centru, jakou mají motivaci, plány do budoucna. Rozhovory klientů jsou doplněné kazuistikami i rozhovorem s pastorem. Jsou zde doplňující informace z interního prostředí EXITU.

Jména uvedená v rozhovorech nejsou skutečná, z důvodu jejich citlivých údajů.

7. Rehabilitační centrum EXIT

„ Dnešní společnost trpí nejen ekonomickou krizí, ale také krizí duchovní, což s sebou nese větší výskyt zdravotních poruch. Problémy drogové a alkoholické závislosti v naší zemi patří k nejprogresivnějším v evropském společenství. Pokud dnes nesjednáme žádnou nápravu, zítra se situace může zhoršit. Naším životním krédem je: Pro vítězství zla je nutná jen jediná podmínka- ab dobří lidé nic proti němu nepodnikali. Nás zajímají osudy mladých, v této oblasti nevdělaných lidí, kteří jsou denně oklamáváni a zabíjeni drogovým průmyslem.“ (<http://exitrc.webnode.cz/>)

Rehabilitační centrum EXIT nalezneme v obci Heřmaničky. Centru se snaží pomáhat lidem, kteří jsou závislí na drogách a alkoholu a ocitli se na okraji společnosti. Kolektiv centra se snaží bojovat proti jevům, které ničí lidské životy a rozvrací rodin. V centru EXIT jsou pouze muži.

V centru EXIT jsou lidé, kteří měli problémy s jevy, jako jsou drogy, alkohol a například hrací automaty. Získávají zde podporu a pomoc od pracovníků, kteří sami byli závislími a prožívali stejné problémy. Proto se umí vcítit do kůže závislého jedince a přesně ví, co by mu mohlo pomoci a jak mu poradit.

Organizace EXIT je součástí křesťanského mezinárodního hnutí. Na území České republiky jsou registrovaní jako Křesťanské Centrum Ambasáda Boží.

Od roku 2011 aktivně spolupracují na sociálním projektu zaměřeném na poskytnutí pomoci a rehabilitace lidem, kteří trpí závislostí na drogách, alkoholu, gamblerství a jejich rodinám.

Program je realizován lidmi, kteří byli dříve také závislími a mají vlastní zkušenosti a prožitky osvobození.

Centru náleží dům, který si vlastními silami opravují a zahrada, kde probíhají pracovní terapie klientů.

Kapacita je 14 klientů, jsou zde pouze muži.

7.1 Principy a přístup

Důvěra - v rehabilitačním centru EXIT se snaží o to, aby mezi zaměstnanci a blízkými osobami klientů vznikla co největší důvěra

Vzájemná podpora - podpora rodiny a blízkých osob klienta v jejich obtížné situaci a naopak i podpora od rodiny v práci, kterou centrum vykonává.

Diskrétnost - centrum neposkytuje osobní informace o příbuzných klienta žádné organizaci. Klient je zde anonymně, klade se důraz na ochranu osobních údajů klientů.

Respekt - s klienty v centru budují rovnocenný vztah. Je potřeba respektovat názory a myšlení jednotlivých klientů.

Úzká spolupráce - bez úzké spolupráce s příbuznými klienta nelze dosáhnout těch nejlepších výsledků

Pomoc - poskytují morální i duchovní podporu

Upřímnost, laskavost - zaměstnanci centra jsou otevření, poctiví a upřímní ve sdílení svých názorů a mínění.

Kompetence - personál neustále prohlubuje své vzdělání a zkušenosti v oboru, aby zlepšili efektivitu a kvalitu své práce.

Rehabilitační centrum EXIT nabízí:

- **individuální poradenství** - cílem je vybudovat důvěru ve vztahu mezi klientem a mentorem za účelem poskytnutí účinné individuální pomoci.
- **skupinové terapie** - dovoluje účastníkům si vzájemně důvěřovat, poznávat se, soucítit a otevřeně sdílet své pocity a myšlenky.
- **vzdělávací činnost** - je založená na duchovních hodnotách.
- **pracovní terapii** - pracovní terapie spočívá v práci v dílnách, zemědělském hospodářství. Učí získat pracovní návyky klientů, vytrvalost a klienti si začínají vážit práce jiných druhých lidí.
- **arteterapii**
- **tělesná výchova**- volejbal, stolní tenis, kulečnick, sauna, fotbal.

Rozvrh dne je v centru přesně daný. Den začíná v 7:00 a noční klid je ve 22:00. Po ranní hygieně přichází na řadu společná modlitba, snídane a poté duchovní vzdělávací program. Poté mají klienti čas sami pro sebe a následuje samostudium čtení knih na téma, které je předem dané (jde např. o úseky z Bible, které si každý individuálně prostuduje). Po obědě následuje pracovní terapie, hygiena a večeře. Okolo deváté hodiny večer je na řadě tzv. kruh upřímnosti a den je n ve 22:00 hod.

8. Rozhovory

Rozhovory jsem uskutečnila s šesti klienty rehabilitačního centra EXIT a pastorem EXITU. Čtyři rozhovory byly uskutečněny přímo v centru, kde jsem měla pro sebe jednu místnost, kam postupně klienti individuálně přicházeli. Před rozhovory jsem se se všemi klienty seznámila a prošla si prostory EXITU. Dva rozhovory proběhly v adaptačním bytě, kde jsem měla s klienty domluvenou schůzku.

V rozhovorech mě zajímal život jednotlivců před komunitou, to, v jaké byli situaci, když do EXITU přišli, jak se klientům v centru líbí, jaký mají pohled na zaměření EXITU ohledně víry a jak svůj život vidí do budoucna. Otázky jsou nestandardizované, to znamená, že jsem je přímo neměla připravené. Rozhovory jsem vedla podle situace, nálady a podle toho, co mne v danou chvíli zajímalo.

Poslední rozhovor je s pastorem EXITU- Michalem Dzyulou. Rozhovor s panem Dzyulou probíhal v přátelském duchu, odpovídal spontánně. Rozhovor jsem opět neměla zcela připravený, pouze jsem měla připravených několik hlavních bodů, které mě zajímaly. Otázky, které jsem měla připravené v bodech byly: jak život v EXITU probíhá, jak s klienty pracují, jak získávají klienty a jakou roli hraje křesťanství v jejich metodách práce s klienty. Další, dodatečné otázky jsem měla během rozhovoru.

Rozhovory jsou přepsané tak, jak byli řečené. Proto jsou zde občas nespisovná slova, nebo pomlky formou teček.

8.1 Adam, 41 let.

Jak dlouho jste v EXITU?

„Zatím jsem tady cca měsíc a půl.“

Kolik je Vám let?

„41“

Jak jste se o centru EXIT dozvěděl? Jak jste se do centra dostal?

„ O EXITU jsem se dozvěděl od přítele v Praze. Do té doby jsem nic takového, žádné centrum neznal. Vše pro mě bylo nové. Když jsem do EXITU přijel, nechali mi pár dní na rozmyšlení a seznámení se s centrem a já se měl v té době rozhodnout, jestli tu chci být, nebo ne. S pastorem jsme spolu mluvili a já jsem s pobytem souhlasil. A jsem rád, že tu

jsem. Pastor mi ve všem pomáhá, vysvětluje mi proč je dobré, že tu jsem. Zatím jsem vděčný, že tu můžu být. Hodně mi pomáhá Bůh. Líbí se mi tu, je to tu dobrý. Je to tu pro mě velká změna.“

Jaký jste měl ve svém životě problém, který Vás do Exitu dostal?

„Byl jsem alkoholik a bezdomovec. Ale nebyl jsem až tak moc závislý... to že jsem byl bezdomovec bylo horší, neměl jsem kde spát, bydlet.“

Využíval jste v té době nějaké služby, např. noclehárny, jídlo...?

„Ano, nejvíc jsem využil formu jídla, třeba obědy. Noclehárnu jsem zkoušel, ale vadilo mi, jací lidé tam spí.. Je tam hodně lidí, na postelích se jich střídá hodně. A mají také různé nemoci. Raději jsem spal venku, kde se dalo. Nechtěl jsem noclehárny využívat.“

Jaký byl Váš život před závislostí? Měl jste rodinu?

„Pocházím ze Slovenska. Měl jsem normální zaměstnání, ale kvůli alkoholu mě vyhodili. Potom jsem byl bez práce a peněz. Rodinu jsem měl, ale rozvedli jsme se. Kvůli alkoholu...“

Máte děti?

„Mám syna, je mu 13 let. „

Jste v kontaktu?

„Jo psali jsme si přes internet, píšeme si na facebooku. „

Máte zájem se s Vaší minulou rodinou vidět, třeba se synem?

„Počítám s tím, že se jednou uvidíme.“

Kde jste pracoval?

„Jako řidič z povolání.....

Jezdil jsem dodávkou. I do zahraničí. Měl jsem tam problémy...

Jednou jsem měl za jízdy mikro spánek, stala se nehoda. Nadýchal jsem 1,1 promile a vyhodili mě.“

Jakou máte dokončenou školu?

„Jsem vyučený autolakýrník. „

Jak jste získával v té době peníze- na alkohol a jídlo?

„Dopoledne jsem sbíral papír z popelnic a ten pak odevzdával. Nasbíral jsem tak 80, 90 kilo denně.“

Kolik peněz jste denně potřeboval?

„Denně mi stačilo tak 150-160Kč. Takovou částku se mi dařilo sehnat. Navíc jsem v době velké závislosti už ani moc nejedl.“

Kolik jste tak na den vypil alkoholu?

„Já nebyl až tak závislý. Nejhorší bylo, že jsem neměl kde bydlet, kde spát. Vypil jsem tak 2-3 litry vína denně. Podle mě je člověk závislý už od 1-1,5 litru denně.“

Co říkáte na víru, křesťanství, z kterého vychází centrum?

„Nedělá mi to problém. Byl jsem věřící, ale nebral jsem to až tak vážně. Občas mám ale problém s tím pochopit, o co jde.“

O co jde v čem?

„Když čteme něco z Bible, tak tomu třeba nerozumím. Tak mi ostatní pomůžou to pochopit.“

A co pravidla v centru? Vyhovuje Vám rozvrh dne?

„Jo. Nemám s tím problém.“

Máte nějaké plány do budoucna?

„Chci pokračovat v tom, co dělám tady. Chci sloužit Bohu a pomáhat lidem, kteří to potřebují.

Hledám si práci, chtěl bych chodit do práce a zůstat tu. Chci tu zůstat a pomáhat druhým, který mají stejný problémy, jako jsem měl já.“

Co ostatní lidé, kteří jsou s Vámi v centru? Vycházíte spolu dobře?

„Zatím je to dobrý. Jsem tu chvíli, tak ještě nevím, moc je neznám.“

8.2 Karel, 52 let

Jak dlouho jste v EXITU?

„Jsem zde asi dva a půl měsíce.“

Kolik je Vám let?

„Je mi 52.“

Jak jste se o centru EXIT dozvěděl? Jak jste se do centra dostal?

„EXIT měl zrovna v místě, kde jsem byl otevřený stan, kde se představovali. Nabízeli kafe, tak jsem si dvě dal a poptal se, o co jde, jak to tam vypadá a tak. A rovnou ten den jsem s nimi odjel sem. A tak jsem se sem dostal.

Jsem zde spokojený, líbí se mi tu.“

Jaký jste měl ve svém životě problém, který Vás do Exitu dostal?

„Jsem z Neratovic. V té době jsem byl bezdomovec. Spal jsem v lese, kde jsem měl přístřešek. Kouřil jsem a pil pivo.“

A co se stalo, že jste byl bezdomovcem?

„Chodil jsem do práce, ale zlomil jsem si nohu. V ní mám železo. Nemohl jsem platit byt, neměl jsem žádné peníze, ani nemocenskou. A tak jsem se musel vystěhovat.

Do práce jsem už chodit nemohl, měl jsem problém s tou nohou, měl jsem tam bércáky a díry. Práci si v tom stavu nešlo najít.“

Využíval jste v té době nějaké služby, např. noclehárny, jídlo...?

„Ano. Chodil jsem na jídlo- třeba na snídaně do Naděje. Pak jsem si kupoval polévku za pět korun, oběd byl za dvacku. A dvacet stála hygiena.

Ale v ničem podobném, jako je centrum EXIT jsem nikdy nebyl. Je to má první zkušenost.“

Jaký byl Váš život předtím? Měl jste rodinu?

„Měl jsem rodinu, jsem rozvedený. Mám jednu dceru, která už má taky svou rodinu.

Ale stýkám se se svými sestrami, mám dvě. Byly jsme velká rodina, jsem ze šesti dětí, jeden bratr mi zemřel. Se sestrami v kontaktu jsem. Byl jsem u nich o Vánocích a zvládnul jsem nekouřit a nepít. Mám silnou vůli. Na Vánoce jsem k nim jezdil vždycky.“ (je znát, že je na sebe pyšný)

Kde jste pracoval?

„Dělal jsem pomocné práce: zedničení, odvážel hlínu, pokládal střechu.“

Jakou máte dokončenou školu?

„Jsem vyučený číšník.“

Jak jste získával v té době peníze- na alkohol a jídlo?

„Měl jsem hmotnou nouzi a vypomáhal známým na černo. Víc jsem nepotřeboval.“

A co doklady: měl jste třeba občanku?

„Měl jsem všechno. Občanku i kartu zdravotní pojišťovny, ale všechno mi na ulici ukradli. Musel jsem si vše zařídit znovu.“

Máte nějaké dluhy?

„Ano mám....“

Co říkáte na víru, křesťanství, z kterého vychází centrum?

„Víra mi zde nedělá problém, jsem věřící. Jen v době, kdy jsem byl na ulici, jsem do kostela nechodil, byl jsem jiný.“

A co pravidla v centru? Vyhovuje Vám rozvrh dne?

„Pravidla mi nedělají problém. Staráme se tu o úklid, slepice... Těším se, až se začneme starat příští měsíc o zahradu. Měl jsem zahradu, sázel jsem kytky, měl jsem domácí zvířata a pracoval jsem v zahradnické firmě, tak mě to bude bavit.“

Zatím s ničím nemám problém, jsem spokojený, že jsem se zbavil závislosti.“

Máte nějaké plány do budoucna?

„Chci se určitě vidět se svou matkou. Je jí 78 let. Prý se na mě ptá. Bydlí v Košicích.“

Co ostatní lidé, kteří jsou s Vámi v centru? Vycházíte spolu dobře?

„Zatím je to dobrý. Jsem tu spokojený.“

8.3 Zdeněk, 55 let

Rozhovor se Zdeňkem byl obtížnější, byl problém pana Zdeňka rozmluvit. Až během rozhovoru a po přepsání jsem si uvědomila, že mluvit o své situaci není jednoduché. Rozhovor je doplněn poznámkami pana Dzyuly, který byl u rozhovoru přítomný.

Kolik je Vám let?

„Je mi 55.“

Jak dlouho jste v EXITU?

„Jsem zde asi měsíc. Předtím jsem tu ale už byl...“

To znamená, že jste již rehabilitací prošel?

„Ano, byl jsem v bytě ve Voticích, pak jsem pobyt ukončil, nezvládl jsem to, ale pak jsem se chtěl vrátit. Uvidíme, jak to bude....“

Z EXITU jsem odjel do Benešova, tam mě to už nebavilo, nešlo to.“

(doplňující informace od pana Dzyuly: „V Benešově měl problémy. Ostatní kamarádi Zdeňka jen využívali. Střídal azyl, pak byl bez přístřeší, spal tam na noclehárně a s tím šly další problémy. Zneužívali ho. ... Každý den. Kamarádi ho podváděli, vše na něj svedli, měl problémy s policií. Začalo se to šířit a pak, když byl nějaký problém, tak policie šla automaticky za Zdeňkem, i když třeba nic neudělal. Stali se i situace, že byl vyvezený za město a on nemohl trefit zpátky, protože špatně vidí. Toho také zneužívali ti kamarádi, dalo se na Zdeňka hodně věcí hodit, než se zorientoval, tak už tam byla policie a vždy u toho byl právě Zdeněk.... A nikdy nic neřekl, nikoho neudal.... Ta situace takhle nemohla jít dál....“)

Takže už byl vlastně „známou osobou“ a tím se nabaloval problém na problém...

přikývnutí...

Takže to z nějakého důvodu nevyšlo... Kde jste žil po opuštění EXITU?

„V Benešově, na ubytovně. Pak jsem šel sem.“

A úplně v počátku, než jste se do EXITU přišel?

„Měl jsem bydlení, byt. Byl jsem v něm od 80. let.“

Jak jste získával finance na zaplacení ubytovny?

„Z úřadu práce. Dostával jsem peníze a vždy jsem to nějak zaplatil. Měl jsem i zvýšení hmotné nouze, kvůli dietám. Mám nárok na invalidní důchod, třetí stupeň, ale ne na

výplatu. Proto beru dávky. Ani nemusím být evidovaný, že hledám práci, protože to ani nejde“

Myslíte ze zdravotních důvodů?

„Jo. Hodně špatně vidím. Na levém oku mám nějaký zánět... a práci už si ani nehledám, pracovat už nepůjdu.“

(doplňující informace od pana Dzyuly:“ Pan Zdeněk má velmi špatný zdravotní stav, snažíme se ho podporovat. Má problém při různých společných aktivitách, třeba při čtení špatně vidí a nepřečte to. Bohužel má i rakovinu, není na tom dobře.“)

Měl jste nějaké problémy i se závislostmi?

„S alkoholem, chtěl jsem se vyléčit. Teď jsem tady, tak je to dobrý.“

Jak jste se o EXITU dozvěděl?

„Od kamarádů.“

Jak je to s rodinou? Máte někoho z rodiny, s kým jste třeba v kontaktu?

„Mám už jen sourozence. Ale nejsme v kontaktu, okradli mě, nevycházíme.“

Jak se zde teď cítíte?

„Je to dobrý. Kamarádím se tu s Lubošem, ten se o mě stará. Do Benešova se už nechci vrátit.“

Pan Dzyula: „ Já už myslím, že to bude dobré. Nikdo ho tu neponižuje, na vše máme čas, Luboš se Zdeňkovi snaží pomáhat. Chce to pomalinku, ať si pomalu zvyká“

8.4 David, 43 let.

Jak dlouho jste v EXITU?

„Jsem zde přes rok.“

Kolik je Vám let?

„Je mi 43.“

Jak jste se o centru EXIT dozvěděl? Jak jste se do centra dostal?

„O EXITU jsem se dozvěděl od kamaráda z Vlašimi. Tam jsem bydlel. V takovém centru jsem poprví. Když jsem sem přišel poprví, tak zde byli všichni pastoři a já si tu připadal jako doma. Zapadl jsem do kolektivu, jak kdybych sem patřil.“

Jaký jste měl ve svém životě problém, který Vás do Exitu dostal?

„Byl jsem alkoholik.“

Využíval jste v té době nějaké služby, např. noclehárny, jídlo...?

„Byl jsem bezdomovec. Spal jsem ve Vlašimi za Albertem. Noclehárnu jsem nevyužíval. Jídlo jsem dostával. Ve Vlašimi jsem se narodil. Lidé mě zde znali, takže mi dávali jídlo, peníze. Setkal jsem se i se svou bývalou spolužačkou, když jsem byl na ulici a ona mě i tak poznala. Vypadal jsem hrozně. Do EXITU jsem přišel o holi. Měl jsem bércové vředy, jako každý bezdomovec. Teď už je to jiné.“

Jak dlouho jste na ulici žil?

„Asi pět let.“

Jaký byl Váš život před závislostí? Měl jste rodinu?

„Rodinu jsem měl 2x, ale nedopadlo to.,,

Máte děti?

„Mám dvě děti, jsou na základní škole na prvním stupni. Je jim myslím 8 a 10 let.“

Jste v kontaktu?

„Zatím ne, dávám tomu čas. Zatím si ještě moc nevěřím, chci se z toho všeho úplně dostat a pak uvidím. Nemám žádnou jistotu, uvidíme. Ani nemají důvod.“

Máte zájem se s Vaší minulou rodinou vidět, s dětmi?

„Chce to čas. Ke známým se ani vracet nechci, nechci je kontaktovat. Jsem zde spokojený.“

Kde jste pracoval?

„Byl jsem na vedoucí pozici v Dannone. Protože jsem byl vedoucí, bylo mi jedno, v jakém stavu do práce přijdu. A jednoho dne jsem v práci skončil ze dne na den. Odešel jsem a nezůstal tam.“

Jak jste získával v té době peníze- na alkohol a jídlo?

„Měl jsem od státu hmotnou nouzi, ale to jsem hned propil. Jak jsem dostal peníze, tak jsem je nedokázal udržet dlouho. Hodně mi pomáhali známí, které jsem znal z minulosti- dávali mi jídlo, peníze.“

Na úřadě práce, kam jsem pro hmotnou nouzi chodil, mě vyhodili, nedodržel jsem domluvené kontakty.“

Kolik jste tak na den vypil alkoholu?

„Vypil jsem až 12 litrů vína denně.“

Co říkáte na víru, křesťanství, z kterého vychází centrum? Byl jste věřící?

„Věřící jsem nebyl. Jako věděl jsem, že něco je. Takovou představu jsem měl, že něco existuje. Až tady jsem se k víře dostal úplně. Otevřela se mi možnost...“

Hodně jsem se zlepšil, mám radost ze života. Jednou bych i chtěl být pastor. Určitě chci pokračovat dál. Pokud bych nepokračoval, všechno by se zřítilo. Ale já věřím v to, že to zvládnou. Zůstanu tu a chci tu zůstat. Víím, že mám tu slabinu a já víím, že to vydržím.

Dostal jsem možnost. Šanci žít, než abych chlastal.“

A co pravidla v centru? Vyhovuje Vám rozvrh dne?

„Možná ze začátku jsem měl problém pochopit pravidla. Do té doby jsem žádné neměl. Zezačátku jsem měl dva dny na rozkoukání. Na to, abych si uvědomil „že žiju“ a pozvolna jsem se zapojil a rozhodl se zůstat. Měl jsem chvíle, takové zkoušky odejít. Ale jasně jsem věděl, že to ne.. Že to nejde. Mám vzor otce.“

Máte nějaké plány do budoucna?

„Chci být pastorem. Chci pomáhat druhým, chci pokračovat dál. Když bych přestal, tak by skončilo všechno, co teď mám. O hodně jsem se zlepšil, mám radost ze života. Jsem rád, že tady mohu být. Každý den mě baví.“

Co ostatní lidé, kteří jsou s Vámi v centru? Vycházíte spolu dobře?

„Líbí se mi tu, problém s ničím nemám.“

Jak hradíte pobyt zde v EXITU?

„Zatím jsem evidovaný na úřadě práce a hledám si zaměstnání. Práci si chci najít. Zatím mi pobyt hradí z hmotné nouze.“

Rozhovory z adaptačních bytů:

8.5 Jiří, 63 let

Kolik je Vám let?

„Je mi 63.“

Jak jste se o EXITU dozvěděl?

„Byl jsem na ulici, tam mě našli, zrovna měli bohoslužbu na Braníku. Přesně si to pamatuju, bylo to 13. září, v pátek 2013. To jsem s nimi odjel do Heřmaniček. Tam jsem se dával dohromady.“

Vy jste tedy žil v Praze?

„Ano, jsem rodilý pražák, žil jsem tam celý život.“

Máte nějaké sourozence, rodiče?

„Ne nemám, rodiče nemám a byl jsem sám.“

Jedináček?

„Ano.“

Jak jste si zvykl na režim, pravidla v EXITU?

„Pravidla mi nevadí. Neměl jsem s tím problém. Ale abych to řek upřímně, tak to pro mě bylo dost těžký zezачátku. Vadí mi to střídání lidí, je to hodně lidí...“

Myslíte, že jsou tam lidé třeba jen týden a pak tam je někdo jiný?

„Jo. Jsou tam jen chvíli, než se dostanou z nejhoršího a pak odejdou. Štve mě to, zůstávají tam chvíli, všechno se jim vyřídí- papíry, hmotná nouze, občanky a pak utečou.“

Měl jste problém s nějakou závislostí?

„Ne. Byl jsem bezdomovec.“

Jak dlouho jste byl na ulici?

„3 měsíce. Vlastně přesně 3 měsíce, od 13. července a přesně do 13. září.

To si takhle pamatujete?“

Ano, zůstalo mi to v paměti...

Jak jste se do situace, že jste skončil na ulici, dostal?

„Tak, prostě jsem se tam dostal.... To je na dlouhý povídání.“

Máme čas...

„Tak.... Nechce se mi o tom mluvit.....(ticho)..... Žil jsem s družkou a jejím přítelem a jeho družkou v bytě 4 plus jedna. ... no a ona onemocněla, měla operovanou páteř a ochrnula. Něco se nepovedlo prostě.... No a šla do tý LDN, víte? A ten můj nevlastní syn mi řekl, že si našli jiný byt, bydleli jsme v Praze- Řepy a prostě mi došlo, že se semnou nepočítá... tak jsem musel odejít.... Družka skončila v domově seniorů, já jsem jí pak, co jsem v EXITU našel, kde je a ... už... bylo pozdě...“

Vím, že jsme se spolu o tom už jednou bavili, jestli jí zkusíte kontaktovat. Tak alespoň jste to zkusil a nemusíte mít výčitky...

Umřela...no...“

Vy teď bydlíte v samostatném bydlení ve Voticích...

„Ano, mám důchod, spoléhám se sám na sebe, nemusím nikoho na úřadech otravovat o peníze. At je dají těm, kteří to potřebují.“

Jaké jste měl zaměstnání?

„U dopravních podniků.“

A v době, kdy jste byl na ulici jste získával prostředky jak?

„Bral jsem tu hmotnou nouzi. Takže jsem nějaké peníze měl.“

Na ulici jste byl s někým, nebo sám?

„Sám... jsem takový samotář ...bylo to strašný, naštěstí jsem tam byl v době, kdy bylo teplo, červenec, srpen a září, takže to šlo vydržet. Měl jsem bércáky, občas mě zbili ostatní bezdomovci. Nebylo to lehký.“

Využíval jste nějaké služby? Například Armáda spásy, noclehárny...

„Ne, ne. Nevyužíval.“

Jste teď spokojený, máte nějaké plány do budoucna?

„Jsem, bydlím tady v tom adaptačním bytě a jsem za to rád. Tenhle byt je pro ty, co už prošli rehabilitací. My jsme tu jako ty starší. Taky je to lepší. Tam v Heřmaničkách je velký rozdíl, jednomu bylo třeba 23 a já jsem proti němu o dost starší.“

Zatím jsem tady, nemusím být závislí finančně na nikom, jsme tu dva, tak se o nájem rozdělíme. Kolega pracuje a já mám důchod. Už nikoho nemám. Družka, jak jsem se dozvěděl, zemřela a já už jsem sám. Nemám nikoho.“

Myslíte, že tu budete moct být dlouhodobě? Nebo jste nějak domluvení na určitý čas?

„Nevím, to nevím. Ale asi ano, budeme tu moct být dlouhodobě. Občas tu chodím na procházky po Voticích, celý život jsem byl v Praze a teď jsem mimo Prahu. „

8.6 Jan, věk nezjištěn

Jak jste se o EXITU dozvěděl? Jak jste se do EXITU dostal?

„Byl jsem na Hlavním nádraží, byl jsem na ulici. V srpnu 2014 jsem do EXITU do Heřmaniček odjel. Chvilku jsem se poptával u stánku, který na hlaváku měli, srovnal jsem si to v hlavě, popřemýšlel jsem, poptal jsem se jeden den, jak to tady funguje, pak další a pak jsem si řekl, že sem odjedu a zkusím to.“

Odkud pocházíte? Byl jste na Hlavním nádraží v Praze?

„Ano v Praze, ale bydlel jsem ve víc městech, už je to hodně let... Byl jsem na vojně, oženil se v Praze. Pocházím z Hradce Králové, žil jsem ve víc městech... i na Moravě.“

A co se stalo, že jste skončil na ulici?

„Rozvedl jsem se. Měl jsem manželku, děti. Pak jsem šel, jak se říká „níž a níž“... Nic mě nebavilo, byl jsem bez motivace. 6 let jsem odjel z Prahy po rozvodu... tam jsem nemohl

být, vydržet. Měl jsem tam vzpomínky na minulost.... Ulice, vzpomínky.... Tak by to dál nešlo, tak jsem odjel na Moravu, tam jsem byl a pak jsem se po 6 letech vrátil zpět, až jsem věděl, že to půjde, že to zvládnou a jsem připravený se vrátit. Bylo to těžký období, měl jsem i psychické problémy, byl jsem v léčebnách... Člověk potřebuje z toho stupínku, kdy se propadá víc a víc dolů, nějakou pomocnou ruku, něco, co pomůže se dostat zase o stupeňk výš.... Člověk si sám nepomůže, potřebuje nějak začít, pomoc....“

Odkud jste získával peníze?

„Měl jsem hmotnou nouzi, žil jsem na azyláku.“

Jak se říká podání pomocné ruky?

„Ano, to je potřeba, nějak pomoc, aby se z toho nejhoršího dostal a pak mohl už pokračovat a pomoc si sám.“

Kde jste pracoval?

O práci jsem přišel, protože se všechno zrušilo. Neměl jsem práci, doma začali problémy a tak se to vše stalo. Jsem vyučený kuchař, pracoval jsem v závodní kuchyni.“

Využíval jste nějaké služby? Noclehárny a tak?

„Ano využíval. Třeba Naděži, Armádu spásy.“

Je něco, co Vám vadí, co Vám dělá problém? Například pravidla a tak...?

„Pravidla vůbec, skoro žádná nejsou a bez nich by to ani nešlo. Musí být, ale to je základ všeho. Tady je vlastně jen podmínka nekouřit, nepít. A to je všechno. Jsme samostatní, nikdo nás nekontroluje. To vůbec. Vadí mi to, že jsou lidi, kteří jen využijí pomoci na chvíli a pak utečou. Na týden a zmizí. S tím se špatně vyrovnávám, občas. Prostě mě to občas naštvě. Pastor je už zvyklý, tak si to nebere, ale mě to prostě štvě.“

Jak platíte bydlení zde v adaptačním bytu?

„Pracuju v pekárně ve Voticích, je to docela dřina. Ale jsem rád, že mám práci. Vzájemně si pomáháme, mám nějaké finanční zajištění. Tady s kolegou si finančně vypomůžeme s placením bytu a tak. Známe se, můžeme si věřit.“

A kuchaře už dělat nechcete?

„Ne, přeci jen je to blíž k alkoholu, nejsem závislý, ale přeci jen je lepší u toho nebýt. Třeba bych se napil, to nechci.“

Mluvil jste o své rodině, jste v kontaktu? Třeba po telefonu, emailu?

„Přihlásil jsem se sem do knihovny, tam jsem našel dcery na facebooku. Jenže oni tam taky moc nechodí, jednou za půl roku?“

Takže máte tři dcery?

„Ano tři dcery, mám i vnoučata. Mám tu fotku, já Vám je ukážu... neviděl jsem je od 2005. To bylo naposled.“

Chcete se s nimi kontaktovat? Nebo je vidět?

„Ano plánuji to.“

A sourozence nějaké máte?

„Mám, ale nevidáme se. „

Mají svůj život...

(přikývnutí)

8.7 Michal Dzyula, pastor

„Chcete vědět přesný název?“

Ano...

„Jmenujeme se Rehabilitační centrum EXIT, Ambasáda Boží o. s.“

Jak získáváte finanční prostředky na chod EXITU?

„Někteří lidé pracují, někteří mají hmotnou nouzi a jsme o. s., takže i odsud, v neděli jsou sbírky, které nám také vypomůžou.“

Co stálo za vznikem EXITU?

„Různí lidé volali, měli problémy. Na Ukrajině je takových organizací hodně, máme odsud inspiraci.“

Jaká klientela v EXITU je?

„Jsme takové krizové centrum. Závislí lidé na návykových látkách - alkohol, drogy, gambleři, pak také bezdomovci. Ti co potřebují pomoc a podat pomocnou ruku, jsou v těžké životní situaci...“

Jak dlouho EXIT existuje?

„První klienti přišli v lednu 2012, takže 4 roky. Vše co tady je, jsme vybudovali postupně svýma rukama. Stavební práce, úpravy, zahrada.“

Jak získáváte klienty?

„Někteří se sami ozvou, že mají problém, nebo někdo z rodiny. Máme internetové stránky, facebook. Pak jezdíme pátky do Prahy, kde lidem na ulici nabízíme kafe, čaj, něco k jídlu. Máme tam terénní stan a oni za námi mohou přijít a zeptat se. Máme různé letáky, nabízíme kontakty. Jezdíme do Benešova, Prahy, Příbrami.“

Jak dlouho trvá rehabilitace?

„Není na to omezená doba. Někdo je tu pár dní, týdnů, měsíců i roky. Vše je na konkrétním člověku. Podá se mu pomocná ruka, má čas na rozmyšlení a sám uvidí. Pomáháme, aby se lidé zase zařadili do společnosti, našli si práci a tak. Každému to trvá jinou dobu. Jsou lidé, kteří fungují dál, najdou si práci a žijí normálním životem. Je to jejich život a je na nich, jak s ním naloží. Snažíme se jim pomoc, podpořit je. Pomůžeme jim jít nějakou cestou, a buď si jí zvolí, nebo ne.“

Pokud se někdo rozhodne k Vám do komunity nastoupit, jak to probíhá? A co když mají abstinenční příznaky, pokud byli závislími?

Máme jeden byt ve Voticích. Tam je ten člověk pár dní, projde si vším, má na vše čas, čas na rozmyšlení. Jako prevenci používáme různé čaje, spolupracujeme s lékaři- takže daného člověka, pokud je potřeba dovezeme k lékařům, na psychiatrii a tak různě.

Pokud jsou v Heřmaničkách v centru, tak tam také mají čas na rozmyšlení, se vším se seznámí a pak mohou, ale nemusí podepsat smlouvy, prohlášení a ostatní administrativu. Mají několik dní na promyšlení, proberou si pro a proti v hlavě a pak sami uvidí. Na vše mají prostor, mají volnost. Porozhlídnou se po domě, seznámí se s pravidly, ostatními...Vše je na každém člověku. Je také potřeba během rehabilitace držet klienty při zemi, pomalu měnit jejich myšlení, návyky. Dostanou možnost, a buď jí využijí, nebo ne. Buď pomocnou ruku přijmou, nebo ne. Je to dlouhodobý proces, je potřeba, aby si člověk sám vše uvědomil, přiznal si chyby. Pokud budu pít alkohol, tak mám volbu: mohu si dojít do obchodu a koupit si alkohol, ale také nemusím. A pak se musím sám rozmyslet, co chci. Vždy mám volbu. Já jsem také měl problémy s alkoholem. A samozřejmě v hlavě to je, ale vím, že tu volbu mám a to je důležité.

Učíme lidi návykům, které mohli během těžkého životního období ztratit. Vždy se mohou ozvat, promluvit si o problémech, pocitech.“

Chodí nějaký klient také do zaměstnání?

„Ano, mohou do práce. Postupně se učí žít normálním životem, zvykají si na režim dne. My je pouze doprovázíme. Zaměstnání si shání sami, třeba přes inzeráty. Pak se sami domluví, zavolají si tam, a když potřebují radu, nebo pomoc, tak pomůžeme. Vše je na nich, mají na to čas. Je těžké jít do zaměstnání po dlouhé době, chce to začít pomalu, nikam nikoho netlačit, dát mu čas na odpočinek. My s nimi vyřídíme, pokud potřebují administrativu, doklady- např. občanské průkazy, nebo jiné záležitosti na úřadech.“

Co by se stalo, pokud by někdo přišel pod vlivem alkoholu?

„Sedli bychom si spolu, probrali tu situaci- proč se to stalo, co se stalo a pak by se uvidělo. Je třeba vše podchytit, omezilo by se třeba zaměstnání, zaměřili bychom se na jiné činnosti.“

A pokud někdo chce odsud odejít?

„Nikdo nikoho nenutí tu být. Jsme dospělí lidé. Pokud tu někdo nechce být, tak nemá cenu toho člověka nutit, přemlouvat. Všem dáváme čas, nenutíme nikoho.“

Všimla jsem si, že jste zaměřeni na víru?

„Ano, rehabilitační centrum EXIT vychází z Bible, učíme je žít jinak. Bible je základ, z kterého vycházíme. Z Bible čteme, povídáme si. Člověk se nenarodí jako narkoman, gambler. Bůh stvořil jednoho člověka a to, jakou cestou se rozhodne jít, je na každém člověku. Většina lidí byli ateisté a změnili svůj názor, pomalu začínají víru chápat jinak. Jsou to lidé, kteří jsou na okraji společnosti a pomalu ale jistě se mění. Žili bez různých běžných návyků, jako je spát v posteli, mít čisté povlečení, čistit si zuby... Přijdou sem bez návyků, nějakého denního režimu. Vždy klienty ze začátku, když do EXITU přijdou, s jejich souhlasem je vyfotíme a oni se pak mohou v zrcadle dívat na změny, vidí nejen změny tělesné, ale i psychické, v myšlenkách a tak různě. Slovo Boží je takový návod, jak žít, jsou to instrukce, kterými se člověk může, ale samozřejmě nemusí řídit, jít myšlenkami ve stejném duchu.“

Jak s klienty probíráte problémy, jejich život apod.?

„Různě, skupinově, individuálně, pak jsou tu pracovní terapie, nebo si malují.“

Vy zde i bydlíte?

„Ne, já bydlím ve Voticích se svou rodinou. Občas zde přespím, ale jinak sem jezdím. Je tu jeden klient, který je zde už delší dobu. Ten má k dispozici telefon, kde má na mě kontakt a kdyby se něco stalo, tak mi může zavolat. Chceme, aby se sami učili.“

Stalo se, že někdo utekl například v noci?

„Ne nestalo. V 10:00 se zamyká a je večerka. Fungujeme tu, jako v rodině, tam se taky večer chodí normálně spát...“

Kolik tu teď máte klientů?

„Momentálně je tu osm lidí. Jeden klient je v nemocnici a druhý jel za rodinou, na pohřeb.“

A kapacitu máte jakou?

„14 lůžek, ale snažíme se udržovat počet okolo 10, protože je potřeba se věnovat každému individuálně. V průběhu roku se tu prostřídá kolem 30 lidí.“

Máte i jiné činnosti mimo EXIT v Heřmaničkách, kromě terénních stanů?

Ano máme společenství v Praze, každou neděli. Pak různé aktivity v týdnu, například v úterý.“

9. Kazuistiky

Pro lepší představu jedinců, kteří byli závislí a chtěli svou situaci řešit, uvedu několik příkladů kazuistik, kde je popsán jejich život před vstupem do komunity a popřípadě po ukončení pobytu v dané komunitě. Lidé, kteří v kazuistice vystupují, jsou klienti, kteří docházeli na Úřad práce ve Voticích a s jejich souhlasem mi popsali jejich život.

Dané příběhy lidí jsou od jejich dětství až po současnost- tedy do doby, kdy jsem s jednotlivými lidmi mluvila. To, jak žijí v době dokončení mé práce, se neví.

9.1 Ivan

Tato kazuistika se zabývá jedincem, který si prošel drogovou závislostí.

Ivan se narodil do úplné rodiny, kde byla matka, otec a jeho sourozenci bratr a sestra. Když bylo Ivanovi 4 roky, tak došlo k rozpadu rodiny. Ivan i jeho sourozenci byli soudním rozhodnutím svěřeni do výhradní péče matky. Matka pracovala jako uklízečka a otec jako dělník v továrně.

Po rozvodu se Ivan se svým otcem vídal pouze sporadicky. Matka se o své děti nestarala a Ivan byl okolím nazýván dítětem ulice. Již na základní škole měl Ivan velké problémy s učením a docházkou. Neměl žádný režim a nikdo ho nevedl k zodpovědnosti k plnění svých školních povinností. Situace ve škole se postupně zhoršovala a od páté třídy začal Ivan propadat z většiny předmětů.

V období puberty se Ivan chytl špatné party přátel, kteří experimentovali s drogami. Ivan to bral jako zábavu a měl pocit, že k někomu patří. Cítil se, že má kolem sebe lidi, kteří ho mají rádi.

Čas plynul, Ivan stěží dokončil základní školu a nastoupil na střední odborné učiliště – malíř pokojů. Zde vydržel pouhý měsíc. Finančně si pomáhal krádežemi aut a jiných cenných předmětů. V této době došlo i k razantní změně, kdy se jeho matka odstěhovala ke svému novému příteli, který byl člověkem závislým na alkoholu. Ivan se musel přestěhovat ke své babičce. Babička se o něj finančně starala a snažila se mu být oporou. Jelikož byl zvyklý se vždy postarat sám o sebe a spolu s jeho stupňující se závislostí na drogách, začal krást peníze i své babičce.

V době jeho plnoletosti ho matka kontaktovala s tím, že potřebuje zaplatit nájemné, na které nemá finance a tím ho požádala o pomoc s finanční půjčkou, kde Ivan byl uveden jako ručitel. Ivan souhlasil a zavázal se ručit za její úvěr ve výši 100 000 Kč. Jeho matka přestala úvěr splácet a Ivan tím, že neměl stálé příjmy, tak upadl do dluhové pasti. Kolotoč dluhů se roztočil a jeho problémy se vystupňovaly.

Po tomto sledu událostí Ivan přešel z lehkých drog na tvrdé. Krádežemi, které byly čím dál častější, si sháněl peníze na drogy – kokain, pervitin a extázi. Jelikož drogy působí i na psychický stav člověka, tak i u Ivana vznikly různé psychotické ataky.

Když měl Ivan slabší chvíli, svůj život litoval a myslel si, že svou situaci dokáže překonat sám, věřil tomu. Našel si práci v obchodním domě, kde pracoval jako ochranka. Jelikož se dostal díky své matce do vysokých částek exekuce a tlak exekutorů se stupňoval, tak Ivan pod nátlakem začal krást elektroniku ve svém zaměstnání. Samozřejmě se na tuto situaci přišlo, Ivan dostal okamžitou výpověď a informace o krádežích byly předány Policii České republiky. V soudním řízení dostal podmínku po dobu dvou let.

Protože nevěděl jak dál, tak se opět dostal na své dno. Svou závislost chtěl řešit a vyhledal si terapeutickou komunitu. Z počátku byl nadšený, v komunitě se mu líbilo a měl lepší vyhlídky na svou budoucnost. Bohužel jeho vůle nebyla natolik silná, aby vydržel, po dvou týdnech komunitu opustil s tím, že se ze své situace dokáže dostat sám. Ale opak byl pravdou. Opět se začal potulovat po ulicích, kde sháněl drogy.

Ivan momentálně žije v celku normální život, vrátil se ke své babičce, která mu dokázala přes to všechno odpustit. Ivan se zkontaktoval se svým otcem, se kterým se léta nestýkal a ten mu pomohl nalézt zaměstnání. I když se momentálně snaží, tak ho jeho minulost dohání, rodina mu nevěří a Ivan si uvědomuje, že mu už nikdo kromě babičky nepomůže.

9.2 Martin

V příběhu Martina je uveden příklad propojenosti s jinými institucemi, které se zabývají stejným problémem. Není vhodné být za každou cenu v komunitě, pokud daný jedinec není přesvědčený a motivován v komunitě žít.

Martin vyrůstal v úplně rodině. Žil se svou sestrou a rodiči. Jeho matka byla podnikatelka a otec také podnikal. Rodina disponovala velkými finančními prostředky, rodina byla zajištěná.

Na prvním stupni základní školy byl bezproblémové dítě, ale s nástupem na druhý stupeň začali jeho problémy. Začal se kamarádit s lidmi, kteří užívali marihuanu. Jelikož měl Martin vysoké kapesné ve výši 5000,- Kč na týden, tak neměl problém si marihuanu obstarávat.

Začal mít problémové chování ve škole, učitelé chtěli situaci řešit s jeho matkou. Ta jim vše vyvracela a svého syna se zastávala. Přístupem jeho matky neměl Martin pocit, že dělá něco špatně.

Nastoupil na několik středních škol, ze kterých byl vždy vyloučen za problémové chování.

Matka se spojila s psychiatrem, který Martinovi doporučil komunitní léčbu. Protože porušoval pravidla komunity, musel z komunity odejít. Pracovník komunity Martinovi doporučil léčbu v psychiatrické léčebně, která by pro něj byla vhodnější z důvodu přísnějšího dodržování režimu.

Martin nedokázal dodržet režim ani v psychiatrické léčebně a léčbu předčasně dobrovolně ukončil. Vrátil se ke své rodině, kde žije dodnes a jeho problémové chování je stále jako na houpačce. Má problémy s policií, přestupky, úřady a jiné. Postoj Martina matky se dosud nezměnil, pořád jeho chování omlouvá.

9.3 Ludvík

Ludvíkův život je postihnutý jeho minulostí, a to z důvodu páčání trestné činnosti, drogové závislosti, nestabilního rodinného prostředí.

Ludvík se narodil do neúplné rodiny. Žil jen s matkou. Otce nikdy nepoznal, vychovával ho nevlastní otec. Měl dva sourozence, sestry. Starší sestra byla z původního manželství nevlastního otce a jeho mladší sestra se narodila matce a jejímu příteli. Narodil se v Jablonci, vyrůstal na sídlišti.

Chodil do základní školy, choval se zde hyperaktivně. Matka s ním docházela kvůli jeho hyperaktivitě do pedagogicko-psychologické poradny. Ve škole měl individuální plán, vždy byl středem pozornosti, snažil se na sebe upozornit. U spolužáků se snažil získat pozornost, vymýšlel si různé příběhy o jeho životě. Měl partu kamarádů, s kterými trávil veškerý volný čas a škole se nevěnoval. V deváté třídě poprvé zkusil alkohol, přišel domů opilý a jeho činu se dozvěděli i ve škole. Z toho důvodu na něj dohlížela sociální

pracovnice z městského úřadu. Jeho chování to ovšem nezměnilo, ba naopak na konci deváté třídy měl dvojku z chování a propadal.

Šel na střední odborné učiliště, obor malíř pokojů. Do školy chodil převážně jen na praxi, která ho bavila, dokázal zde využít své hyperaktivity. Zde si našel nové starší kamarády, kteří ho přijali do své party, a spolu s nimi holdoval alkoholu. Několikrát měl na různých diskotékách problémy s policií a vyhazovači. Tam také poprvé zkusil tvrdší drogy, jako je marihuana i pervitin. Školu dokončil jak se špatným prospěchem, tak s neomluvenými hodinami. Na co učitelé přihlíželi, bylo hodnocení z praxe.

Po škole nastoupil do zaměstnání ve svém oboru. Žil v bytě, který platil spolu s jedním známým z práce. Zaměstnání si našel velmi brzy, protože byl doporučený vedoucím z praxe. V práci začal selhávat z důvodu jeho popíjení- z počátku občasného, postupem na denním pořádku. Dle jeho tvrzení na to měl vliv rozchod s přítelkyní, se kterou žil. Nejprve se jeho problémy snažili řešit domluvou, ale Luděk své chování nezměnil a chodil pořád do zaměstnání pod vlivem alkoholu. Nakonec dostal v zaměstnání výpověď. S tím začaly další problémy, které na sebe navazovaly. Neměl na zaplacení nájmu a po několika měsících musel z bytu odejít. Vrátil se ke své matce, ale jejich soužití netrvalo dlouho, protože Luděk byl každý den opilý a svou situaci nechtěl řešit. S matkou se jednoho dne pohádal a z domu musel odejít. Skončil na ulici.

Jelikož neměl zaměstnání, ani si žádné nechtěl hledat, protože nad vším rezignoval, tak začal řešit svou těžkou finanční situaci trestnou činností. Začal krást v obchodech, poté auta a nakonec i sochy v kostelech, které prodával do Německa. Byl trestně stíhaný na území celé České republiky. Netrvalo dlouho a Luděk skončil ve vězení na Pankráci v Praze. Tam byl celých osm let. Ve věznici se seznámil s lidmi, kteří měli kontakty na drogové dealery. Luděk vězení nenapravila, ale naopak mu otevřelo spoustu nových možností k získání financí.

Po propuštění zkontaktoval známé z vězení a začal prodávat drogy. Svůj život vnímal pozitivně, jelikož měl mnoho peněz, mohl si koupit byt, auto. Už ztratil veškerou kontrolu nad svým chováním a začal vařit pervitin sám u sebe v bytě. Tato situace trvala cca půl roku. Poté začal být lidem v okolí podezřelí a ostatní dealeři ho nahlásili na policii. Opět skončil ve vězení na tři roky. Poté začal pracovat práce na černo, drogy užíval sporadicky. Bydlel po ubytovnách, pracoval jako dělník. V současnosti je ve velkých problémech. Ztratil řidičské oprávnění, z důvodu řízení motorového vozidla pod vlivem

návykové látky, ztratil motivaci do života. Nastoupil na léčbu do komunity, kde zatím vydržel měsíc.

10. Shrnutí části rozhovorů a kazuistik

Rozhovory jsem přepsala tak, jak byly řečené. Myslím, že se mi část rozhovorů povedla a informace získané z rozhovorů jsou dostačující.

Z rozhovorů vyplynulo, že jsou klienti v EXITU spokojeni, že pocítují pozitivní změnu ve svém životě. To, že je komunita zaměřená i na křesťanskou víru klientům také nevadí. Celkově jejich vstupu do EXITU předcházely problémy, jako je bezdomovectví, závislost, žádné rodinné zázemí. Příběhy jsou velmi silné, a když jsem si já osobně rozhovory po nějaké době přečetla, měla jsem sama zvláštní pocit, který byl spojený s beznadějí, kterou museli jednotliví klienti cítit, tak i obdiv, že dané situace v životě dokázali překonat.

Kazuistiky jsem zaměřila na celkový pohled na osoby, které prošli závislostí, na jejich život, který vedli, na jejich rodinu, ve které se narodili až do současnosti. Jak jsem uvedla již v úvodu kazuistik, tak bohužel u některých lidí, jejichž život jsem popsala nevím, jak žijí. Možná by bylo zajímavé se s danými muži sejít po nějaké době a sledovat jejich život po delší dobu.

ZÁVĚR

Problematika závislosti je natolik závažným problémem, že ji nelze komplexně vystihnout v jedné práci. K větší informovanosti o závislostech a možnostech léčby je potřeba si nastudovat velký objem literatury a informovat se i porovnat několik organizací, které poskytují pomoc osobám i rodinám závislých a které na závislého zapůsobí kladně.

S návykovými látkami je nejlepší si vůbec nezačínat, nepouštět si je k tělu. Závislost vzniká velmi rychle a není dobré tento jev ignorovat. Není tak jednoduché svou závislost ze dne na den odstranit. Jde o velmi dlouhou a trnitou cestu. Jedinci, kteří se stanou závislími na návykových látkách, velmi často skončí jako lidé bez přístřeší, ztratí rodinu a své blízké. Do popředí se dostane droga, alkohol, nebo herní automaty a všechny ostatní zájmy jsou v pozadí. Vrátit se zpět do života, který žil jedinec před závislostí vlastně ani nelze. Závislost v rodině a okolí jedince vytvoří nenávratné škody a většina lidí si abstinujícího jedince vybaví spolu se špatnou zkušeností.

Má práce je zaměřená na terapeutickou komunitu, kam přichází lidé, kteří si svůj problém již plně uvědomili a chtějí svou situaci řešit. Často se nemají kam vrátit a mohou jen přemýšlet, co se svým životem plánují do budoucnosti. Jejich motivace musí být obrovská, protože musí začít od začátku a znovu budovat vše, co díky své závislosti ztratili. A přesto, jak jsem měla možnost na vlastní oči vidět, se najdou jedinci, kteří se dokážou motivovat a říci drogám, alkoholu, herním automatům DOST! Pak už jen musí doufat a věřit sami v sebe, že dokážou jak sobě, tak své rodině a blízkému okolí, že to zvládnou. Pokud rodina ovšem chce.

Není těžké se do terapeutické komunity, nebo jiného zařízení dostat, ale vydržet tam. V rehabilitačním centru EXIT musí spolu s nástupem jedinci vyplnit několik dotazníků, které se týkají jejich života. S vyplněním dotazníků podepisují souhlas s počátkem léčby. Svým podpisem by si měli být jistí a plně si uvědomit, co vlastně podepisují a co to pro ně znamená. Příjímací dotazníky, spolu s režimem dne v EXITU jsou v přílohách mé práce.

Svou práci bych uzavřela tím, že terapeutická komunita není nic negativního, ale právě naopak je to krok kupředu. Osobám v komunitách byla podána pomocná ruka a je už jen na každém jednotlivci, jak tuto šanci využije. Pak už je jejich další životní etapa jen na každém z nich.

POUŽITÉ ZDROJE

Česká literatura

CARNEGIE Dale, *Jak správně myslet, jednat a mluvit*. Vyd. 1. Praha: Práh, 2010. 10, 14, 20 s. ISBN 978-80-7252-294-1.

FERJENČÍK, Ján. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: jak zkoumat lidskou duši*. Vyd. 2. Překlad Petr Bakalář. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-815-9.

GRIFFIN, Vicki. *Cesta ke svobodě: jak překonat své každodenní závislosti : průvodce naším životem*. Vyd. 1. Praha: Advent-Orion, 2011, 60,61 s. Život a zdraví (Advent-Orion). ISBN 978-80-7172-916-7.

KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd. 7., V Portálu 6. Praha: Portál, 2013., 18, 19, 110 s. ISBN 978-80-262-0528-9.

KÜHN FRANK, FR.-CHRISTOPH GÖHLERT, *Od návyku k závislosti*, Vyd. Euromedia Group, k.s., 20s. ISBN 80*7202-950-9.

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 4., aktualiz. Praha: Portál, 2011. 9, 10, 30 s. ISBN 978-80-7367-908-8.

POTTS, Conrad a Suzanne POTTS. *Asertivita: umění být silný v každé situaci*. 1. vyd. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5197-9.

VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. 274 s. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1315-1.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003, 84 s. ISBN 80-7178-549-0.

KALINA, Kamil. *Terapeutická komunita*. Vyd. Grada Publishing a.s., 2009 62 s.

ZORMANOVÁ Lucie, *Výukové metody v pedagogice, 2012, 56 s.*

On-line zdroje

<http://exitrc.webnode.cz/>

SEZNAM PŘÍLOH

V přílohách nalezneme kopie administrativních dokladů, které musí každý klient vyplnit před zahájením léčby v EXITU.