

**UNIVERZITA KONŠTANTÍNA FILOZOFA V NITRE
FAKULTA SOCIÁLNYCH VIED A ZDRAVOTNÍCTVA**

DIPLOMOVÁ PRÁCA

2010

Zuzana Miklášová

**UNIVERZITA KONŠTANTÍNA FILOZOFA V NITRE
FAKULTA SOCIÁLNYCH VIED A ZDRAVOTNÍCTVA**

**MOŽNOSTI VYUŽITIA LOGOTERAPIE V DOLIEČOVANÍ
ZÁVISLÝCH**

Diplomová práca

Študijný program: Aplikovaná sociálna práca

Školiace pracovisko: Katedra sociálnej práce a sociálnych vied

Školiteľka: doc. PhDr. Ľuba Pavelová, PhD.

Nitra 2010

Zuzana Miklášová

Predkladaná práca vznikla predovšetkým za pomoci školiteľky
doc. PhDr. Ľuby Pavelovej, PhD.,
ktorej by som sa chcela touto cestou úprimne poďakovať
za odborné usmernenie a cenné rady pri jej vypracovávaní.

Moje poďakovanie patrí aj vedeniu dvoch resocializačných stredísk (Čistý deň, n.o., Teen
Challenge Slovakia, n.o.), ktoré mi umožnili zrealizovať prieskum s ich klientmi
a samozrejme samotným klientom, ktorí prejavili záujem a ochotu podieľať sa na
prieskume.

ABSTRAKT

MIKLÓŠOVÁ, Zuzana: *Možnosti využitia logoterapie v doliečovaní závislých.* [Diplomová práca] - Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva; Katedra sociálnej práce a sociálnych vied. - Školiteľka: doc. PhDr. Ľuba Pavelová, PhD. Stupeň odbornej kvalifikácie: Magister (Mgr.). - Nitra : FSVaZ, 2010. 110 s.

Práca má teoreticko – empirický charakter. Je členená na úvod, šesť kapitol a záver. Práca je obsahovo zameraná na možnosti a opodstatnenosť využitia logoterapie v doliečovaní závislých. Teoretická časť je obsiahnutá v prvých troch kapitolách. Prvá kapitola je zameraná na vymedzenie logoterapie, na objasnenie zmyslu života a hodnôt v logoterapii a na vymedzenie vzťahu medzi slobodou a zodpovednosťou v logoterapii. Druhá kapitola poukazuje na súvislosti medzi logoterapiou a drogovou závislosťou. Osobitne zdôrazňuje existenciálnu frustráciu, ako možný etiologický činiteľ, resp. symptóm drogovej závislosti a v závere sumarizuje miesto logoterapie v liečbe drogovej závislosti. Tretia kapitola sa venuje otázke konkrétnych možností aplikácie logoterapie v doliečovaní závislých cez charakteristiku jej špecifických psychoterapeutických techník a snaží sa poukázať aj na prvky terapie vedúce k nachádzaniu zmyslu života. V tej istej kapitole sa autorka zaoberá aj možnosťami uplatnenia logoterapie v sociálnej práci s drogovými závislými. Empirická časť práce je obsiahnutá vo štvrtej a piatej kapitole. Pomocou obsahovej analýzy rozhovorov s klientmi dvoch resocializačných stredísk sa autorka snažila poukázať na možnosti a opodstatnenosť využitia logoterapie v doliečovaní drogovými závislými. Ako východisko jej slúžili výskumy potvrdzujúce častú prítomnosť existenciálnej frustrácie u drogovými závislými. Analýza a interpretácia výsledkov prieskumu ako aj zoznam odporúčaní pre prax sú obsiahnuté v diskusii.

Kľúčové slová:

Logoterapia. Zmysel života. Hodnoty. Sloboda a zodpovednosť. Človek v poňatí logoterapie. Existenciálna frustrácia, existenciálne vákuum a drogová závislosť. Techniky logoterapie. Zdroje zmyslupnosti života v terapeutickom komunitnom prostredí. Uplatnenie logoterapie v sociálnej práci.

ABSTRACT

MIKLÓŠOVÁ, Zuzana: *The possibilities of logotherapy utilization in after-treatment of addicted men.* [Diploma work] - Constantine the Philosopher University in Nitra, Faculty of Social Sciences and Health Care; Department of Social Work and Social Sciences. - Tutor: doc. PhDr. Ľuba Pavelová, PhD. Master of degree: Magister (Mgr.). - Nitra : FSVaZ, 2010. 110 p.

This work has theoretical - empirical character. It is divided into introduction, six chapters and a conclusion. The work is thematically focused on the possibilities of logotherapy in the after-treatment of drug addicts. The theoretical part is included in the first three chapters. The first chapter focuses on the definition of logotherapy, to clarify the meaning of life and values in logotherapy and to identify the relationship between freedom and responsibility in logotherapy. The second chapter shows the relation between logotherapy and drug dependence. It also stresses the existential frustration, as a possible etiological factor, respectively symptom of drug addiction and finally summarizes the place of logotherapy in the treatment of drug addiction. The third chapter concentrates on the issue of possibilities in the application of logotherapy in after-treatment addicts through its characterization of specific psychotherapeutic techniques and seeks to highlight elements of therapy, leading to a sense of life. In the same chapter the author deals with the possibilities of application of logotherapy in social work with drug addicts. The empirical part is defined in the fourth and fifth chapter. Using content analysis of interviews with clients of two resocialization centres, the author has tried to highlight the possibilities and potential relevance of the use of logotherapy in after-treatment of drug addicts. It serves as the basis of studies confirming the frequent presence of existential frustration among drug addicts. Analysis and interpretation of research results and a list of recommendations for practice are included in the discussion.

Key words:

Logotherapy. Meaning of life. Values. Freedom and responsibility. Concept of man in logotherapy. Existential frustration, existential vacuum and drug addiction. Logotherapy techniques. Resources of life meaningfulness in the therapeutic community. Application of logotherapy in social work.

OBSAH

ÚVOD	9
1 LOGOTERAPIA	11
1.1 Vymedzenie logoterapie	11
1.2 Zmysel života v kontexte logoterapie	13
1.3 Hodnoty života z pohľadu logoterapie	15
1.4 Sloboda a zodpovednosť v logoterapii	16
2 LOGOTERAPIA A DROGOVÁ ZÁVISLOSŤ	18
2.1 Človek v poňatí logoterapie	18
2.2 Existenciálna frustrácia, existenciálne vákuum a drogová závislosť	19
2.3 Miesto logoterapie v liečbe drogovej závislosti	21
3 MOŽNOSTI LOGOTERAPIE V DOLIEČOVANÍ DROGOVO ZÁVISLÝCH	24
3.1 Špecifické psychoterapeutické metódy logoterapie	24
3.2 Prvky terapie v TK vedúce k nachádzaniu zmyslu života	27
3.3 Uplatnenie logoterapie v sociálnej práci s drogovými závislými	30
4 PRIESKUM O MOŽNOSTIACH A OPODSTATNENOSTI VYUŽÍVANIA LOGOTERAPIE V DOLIEČOVANÍ ZÁVISLÝCH	33
4.1 Ciele a otázky prieskumu	35
4.2 Metódy prieskumu	35
5 VÝSLEDKY	39
6 DISKUSIA	51
6.1 Významová kategória – Prežívanie zmysluplnosti života	51
6.2 Významová kategória – Hodnoty, priority	54
6.3 Významová kategória – Postoj k životu	58
6.4 Významová kategória – Pozitívne vplyvy terapie	61
6.5 Významová kategória – Možné zdroje zmysluplnosti života	64
6.6 Limity prieskumu	69
6.7 Odporúčania pre prax	70

ZÁVER	72
ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV	74
PRÍLOHY	79
Príloha A Významová kategória – Prežívanie zmysluplnosti života	79
Príloha B Významová kategória – Hodnoty, priority	83
Príloha C Významová kategória – Postoj k životu	88
Príloha D Významová kategória – Pozitívne vplyvy terapie	94
Príloha E Významová kategória – Možné zdroje zmysluplnosti života	99
Príloha F Zoznam otázok	105
Príloha G Informovaný súhlas	106
Príloha H Čistý deň, n.o. – resocializačné stredisko	107
Príloha I Teen Challenge Slovakia, n.o. – resocializačné stredisko	109

ZOZNAM TABULIEK

<i>Tab. 1</i> Participanti prieskumu	36
<i>Tab. 2</i> Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste začali užívať drogy?	39
<i>Tab. 3</i> Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste už aktívne užívali drogy?	40
<i>Tab. 4</i> Považovali ste svoj život v tom období za zmysluplný?	40
<i>Tab. 5</i> Čo bolo pre Vás v tom období najdôležitejšie?	41
<i>Tab. 6</i> Čo pre Vás v tom období znamenali drogy?	41
<i>Tab. 7</i> Venovali ste sa v tom čase niečomu, resp. angažovali sa v niečom, čo Vás naplňalo?	42
<i>Tab. 8</i> Chýbalo Vám niečo v tom čase?	42
<i>Tab. 9</i> Ako vnímate svoj život v súčasnosti?	43
<i>Tab. 10</i> Ste v súčasnosti so svojim životom spokojný?	43
<i>Tab. 11</i> Považujete momentálne svoj život za hodnotný a zmysluplný?	44
<i>Tab. 12</i> Ktoré veci sú v súčasnosti najdôležitejšie vo Vašom živote?	44
<i>Tab. 13</i> Sú v súčasnosti vo Vašom živote nejaké veci, v ktorých sa naplno angažuje?	45
<i>Tab. 14</i> Ako vnímate seba samého v porovnaní s obdobím, keď ste užívali drogy?	46
<i>Tab. 15</i> Čo pre Vás znamená táto komunita?	46
<i>Tab. 16</i> Čo je v TK pre Vás zdrojom zmysluplnosti života?	47
<i>Tab. 17</i> Poskytuje Vám TK niečo, čo Vám predtým v živote chýbalo?	48
<i>Tab. 18</i> Čo si myslíte, čo z toho, čo sa odohráva v TK je najpodstatnejšie pre Vaš budúci zmysluplný život bez drog?	48
<i>Tab. 19</i> Ktoré hodnoty dávajú Vašmu životu zmysel v súčasnosti?	49
<i>Tab. 20</i> Myslíte si, že máte v živote ešte nejakú úlohu alebo poslanie?	49
<i>Tab. 21</i> Čo pre Vás predstavuje abstinencia?	50
<i>Tab. 22</i> V čom vidíte zmysel svojho života bez drog?	50

ÚVOD

„Niet inej, účinnejšej cesty ako bojovať s drogami, ako dať človeku vysoké etické ciele a úlohy, ktoré môžu vyplniť jeho život, a ktoré dajú jeho životu potrebný zmysel.“

(Z prehlásenia WHO)

Keď sa hovorí o „zmysle nášho života“, znie to tajuplne a záhadne, ale zároveň aj akosi vznešene. Asi každý z nás v určitom období svojho života sa cíti byť priťahovaný k tomuto problému, a to nie pre jeho zdanlivú večnosť a neriešiteľnosť, ale predovšetkým preto, že si uvedomuje, že je to vec nesmierne závažná pre celý náš život.

Čo sa však stane, ak človek prežíva svoj život ako bezzmyselný, bezcenný a prázdny? ... v prvom rade sa bude snažiť svoje prežívanie a pocity nejakým spôsobom kompenzovať, pričom drogy mu na tento účel dokonale poslúžia, pretože ako tvrdí Živný (2007), namiesto toho, aby sa človek snažil dosahovať uspokojenie svojich potrieb kvalitným a reálnym prežívaním reality, budovaním vzťahov a hľadaním zmyslu, psychoaktívne látky ponúkajú možnosť skratky. Pre človeka, ktorý berie drogu, zrazu naberá svet, ktorý bol dovtedy nezmyselný a prázdny, obrovskú zmyslovú plnosť. Treba však mať na pamäti, že to nie je skutočný zmysel, ale len ilúzia, resp. subjektívny pocit zmyslu, s ktorým sa človek uspokojí, aby takto umelo vytvorený svet aspoň na chvíľku prežíval ako zmysluplný.

Riešenie na tento závažný problém hľadá logoterapia V. E. Frankla, ktorá nazerá na závislosť, ako na kompenzáciu nedostatku existenciálneho naplnenia a zdôrazňuje aj ďalšie patogénne následky straty zmyslu života, a naopak liečivé účinky jeho obnovenia.

Základným východiskom tejto práce je teda zistenie, že drogová závislosť je obvykle spojená s nízkou úrovňou prežívania zmysluplnosti života, čo potvrdzuje celý rad výskumov v tejto oblasti. Či už je však nedostatok, resp. strata zmyslu života príčinou vzniku drogovej závislosti alebo jedným z jej symptómov, je preukázateľne prítomná u veľkej časti drogovovo závislých, preto je zrejmé, že je to téma, ktorá si zaslúži adekvátnu pozornosť.

Nadväzujúc na spomínané výskumy, hlavným cieľom bolo prostredníctvom tejto práce poukázať na možnosti a opodstatnenosť využívania logoterapie v doliečovaní drogovovo závislých v terapeutických komunitách.

Teoretická časť práce ozrejmuje okrem iného základné princípy logoterapie, demonštruje jej vzťah k drogovej závislosti a snaží sa nájsť odpoveď na otázku, ktoré prvky terapie v terapeutických komunitách by mohli mať za následok rast úrovne prežívania zmysluplnosti života u drogovovo závislých.

Empirická časť práce pozostáva z prieskumu, ktorý bol zrealizovaný na vzorke 10 klientov dvoch resocializačných stredísk s použitím metódy kvantitatívno-kvalitatívnej obsahovej analýzy rozhovorov, pretože spomínaná metóda najlepšie umožňovala preniknúť do nesmierne vážnej a komplikovanej problematiky prežívania zmysluplnosti života u drogovovo závislých.

Inšpirácia k voľbe tejto skôr filozoficko-psychologickej témy prišla v mojom prípade úplne nečakane. Takmer tri roky som pôsobila v resocializačnom stredisku Čistý deň, n. o. ako dobrovoľníčka a priznám sa, s témou prežívania zmysluplnosti života a všeobecne s logoterapiou som sa za toto obdobie nikdy nestretla. Až kým som nenatrafila na zaujímavý článok s názvom *Možnosti logoterapie v terapii drogovovo závislých* od Petra Halamu, ktorý pojednával práve o tejto problematike v súvislosti so závislosťami. Téma bola pre mňa dovtedy nepoznaná, nesmierne zaujímavá, poučná a v určitom zmysle tajomná, čím vlastne spĺňala všetky podmienky, ktoré som si dopredu stanovila pri výbere témy diplomovej práce. Preštudovaním ďalších materiálov, hlavne prác V. E. Frankla, z ktorých vychádzam, som sa len utvrdila v tom, že moje rozhodnutie bolo správne, pretože ma táto, vyslovene ľudská téma donútila zamyslieť sa okrem iného aj nad zmyslom vlastného života, mojím ďalším smerovaním a životnými hodnotami.

Význam tejto práce pravdaže nevidím v mojich „osobných ziskoch“, v každom prípade však otázky týkajúce sa prežívania zmysluplnosti života u drogovovo závislých ma zaujali natoľko, že som sa rozhodla pokúsiť sa ich aspoň čiastočne zodpovedať v tejto práci, lebo napriek tomu, že spomínaná súvislosť medzi nízkou úrovňou prežívania zmysluplnosti života a drogovou závislosťou je empiricky preukázaná, táto téma v rámci terapie drogovovo závislých nie je vonkoncom dostatočne reflektovaná.

Dúfam, že táto práca svojimi teoretickými východiskami a prieskumnými zisteniami, resp. závermi prispeje aspoň sčasti k tomu, aby sa začalo uvažovať o vytvorení adekvátneho priestoru na riešenie existenciálnych otázok klienta v priebehu jeho doliečovania v terapeutických komunitách.

1 LOGOTERAPIA

Jednou z hlbokých a zásadných otázok, ktoré si človek vo svojom živote kladie, je otázka po zmysle: "Čo je zmyslom môjho života? Čo je jeho cieľom? Čo má v živote zmysel a hodnotu?"

Tieto a podobné otázky však napriek tomu, že si ich kladie v niektorej etape svojho života asi každý z nás, stáli dlhú dobu na okraji psychologického záujmu najmä z dôvodu ich subjektivity a ťažkej uchopiteľnosti. Počiatky záujmu o túto otázku vychádzajú z existenciálnej filozofie E. Husserla a S. Kierkegaarda a pokračujú v súvislosti s úvahami K. Jaspersa a J. P. Sartra. V psychológii sa tento prúd spája predovšetkým s osobami Viktora Emila Frankla, Ludwiga Binswanger, M. Bossa a Rolla Maya (Kavenská, 2009).

V našej práci sa budeme zaoberať len jedným z prístupov, ktoré sa zaoberajú existenciálnymi otázkami a síce logoterapiou, ktorá býva označovaná aj ako tretí viedenský psychoterapeutický smer, vedľa psychoanalýzy Sigmunda Freuda a individuálnej psychológie Alfreda Adlera. Občas býva tiež nazývaná ako „psychológia výšin“ v protiklade k hlbinej psychológii Freuda (Frankl, 1994).

1.1 Vymedzenie logoterapie

Počiatky logoterapie siahajú do 20. a 30. rokov 20. storočia. Jej vznik je spojený s menom viedenského neurológa, psychiatra a psychológa Viktora Emila Frankla.

Frankl chcel svojim prístupom vytvoriť niečo, čo by bolo protikladom a zároveň doplnením psychoanalýzy a individuálnej psychológie, z ktorých pôvodne vychádzal. Kým Freudova psychoanalýza nám ukázala vôľu k rozkoši, z čoho sme mohli pochopiť princíp slasti, a Adlerova individuálna psychológia nás zoznámila s vôľou k moci vo forme snahy o uplatnenie, Franklova logoterapia vychádza z presvedčenia, že človeku ide v živote predovšetkým o zmysluplnú existenciu. Týmto presvedčením sa Frankl postavil proti redukcionistickým tendenciám spomínaných psychoterapeutických smerov. Na druhej strane uznával platnosť a užitočnosť týchto prístupov a svojou logoterapiou sa ich nesnažil nahradiť či vytlačiť, snažil sa len poukázať na ich nedokonalosť a nekomplexnosť. Svoje učenie vnímal ako hodnotný doplnok, ktorým sa ich snažil vyvážiť rozšírením o špecificky ľudskú dimenziu, čím prispel k rehumanizácii psychológie a ďalších spoločenských vied a pomáhajúcich profesií (Frankl, 2009).

V pôvodnom Franklovom poňatí je teda logoterapia prístup, resp. terapeutická metóda, ktorej ústredným pojmom je „vôľa k zmyslu“, ako najhlbšia túžba, ako najvnútornejšia potreba človeka odpovedať dennodenne životu na jeho výzvy a otázky a tiež ako perspektíva, v ktorej sa odráža zmysluplná konečnosť nášho bytia (Bačová, 2006).

Balcar (2007) tvrdí, že logoterapia je prístup, ktorý sa sústreďuje najmä na špecifické stránky ľudskej existencie. Jej ústredným motívom je tendencia či „vôľa k zmyslu“, čiže vôľa nachádzať zmysel v každej situácii. Logoterapia sa podľa neho líši od smerov vychádzajúcich z biológie a psychológie tým, že rešpektuje v človeku jeho duchovnú stránku, čím psychoterapiu obohacuje o nový rozmer.

Ďalšia definícia logoterapie ju vymedzuje ako terapeutický prístup, zdôrazňujúci patogénne následky straty zmyslu v živote, a naopak liečivé účinky jeho obnovenia (Vymětal a kol., 2007).

GLE (Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse - rakúska Spoločnosť pre logoterapiu a existenciálnu analýzu) poníma logoterapiu, ako na zmysel orientované poradenstvo, ktoré pomáha, sprevádza a radí pri hľadaní zmyslu, príp. pri frustrácii vôle k zmyslu. V tomto chápaní je logoterapeutická pomoc určená ľuďom, ktorí nie sú vážne duševne chorí, ale nachádzajú sa v stave existenciálnej núdze, t.j. trpia stratou orientácie vo svojom vlastnom živote (Was ist Existenzanalyse/ Logotherapie?).

Podľa Alfrieda Längeho (2007), Franklovho žiaka je jeho logoterapia „Sinnlehre gegen die Sinnleere“, čiže „učenie o zmysle proti zmysluprázdnote“, čím chcel do psychoterapie, poradenstva a ďalších oblastí zaviesť základnú otázku človeka, ktorá dovtedy mimo filozofie a teológie nebola rozpracovaná, a síce otázku utrpenia z nezmyselnosti existencie.

Na záver tejto podkapitoly by sme rady dodali, že svoju koncepciu logoterapie rozvinul Frankl ešte počas svojej mladosti. Mal však možnosť ju preverovať v najťažších životných podmienkach, ako väzeň v koncentračnom tábore počas 2. svetovej vojny. Dalo by sa povedať, že prežil to, čo učí. Vrátil sa z pekla, stratil svojich rodičov, brata, ženu, prišiel úplne o všetko... a napriek tomuto všetkému dokázal povedať životu „áno“. Píše o tom v knihe, ktorá je nielen autentickým svedectvom o živote v koncentračnom tábore, ale ktorá tiež spopularizovala psychológiu zmysluplnosti života a stala sa jedným z najväčších psychologických bestsellerov (*Napriek všetkému povedať životu áno*). Svojím učením dával najavo, že ľudská existencia nemôže byť nikdy úplne bezzmyselná, že i v najbezvýhodiskovejších situáciách môže jedinec objaviť zmysluplnosť a hodnotnosť

svojho bytia. Nech je nám jeho posolstvo príkladom toho, že život človeka nestráca zmysel nikdy, za nijakých okolností.

1.2 Zmysel života v kontexte logoterapie

Podľa Frankla otázka zmysluplnosti života, či už je položená výslovne alebo ostáva nevyslovená zasahuje do všetkých rovín ľudskej existencie, je totiž otázkou špecificky ľudskou, výrazom ľudského bytia vôbec – výrazom práve toho najľudskejšieho v človeku (Frankl, 1994).

Frankl teda na rozdiel od Freuda nepovažoval nutne otázky človeka o zmysle jeho života za prejav niečoho chorobného, ale ako prirodzený výraz ľudskej existencie, ktorý je skôr prejavom duchovnej dospelosti (Marshall, 2009).

V súlade s Nietzscheovým výrokom: „Kto vie, prečo je na svete, znesie každý spôsob života“ Frankl veril, že kto si je vedomí zmyslu vlastného života, tomu toto vedomie pomôže viac než čokoľvek, prekonať vonkajšie prekážky a vnútorné ťažkosti (Frankl, 1994a, Frankl, 2009).

Než však začneme venovať pozornosť problematike zmyslu a zmysluplnosti života (najmä z pohľadu logoterapie), položíme si otázku: Prečo je vlastne také dôležité – ak odhliadneme od presvedčenia Frankla, že hľadanie zmyslu v živote je hlavnou zodpovednosťou každého človeka – zaoberať sa touto problematikou?

Odpoveď na túto otázku je nespočetne veľa: v prvom rade preto, lebo zameranie nášho konania je smerované k tomu, čo bude – k budúcnosti, k cieľom, ktoré si stavíme, k tomu, čo očakávame, na čo sa tešíme, o čo sa snažíme, a sú to práve ciele našich snáh, ktoré dávajú nášmu konaniu zmyslupnosť. Pretože problematika zmysluplnosti života je v pozadí našej motivácie – toho, o čo nám v živote ide, toho, čo nás povzbudzuje k snaženiu a usilovaniu o niečo a toho, na čo si v živote trúfame (našich aspirácií). Takisto preto, lebo sa ukazuje, že to, čo sa rozumie pod zmyslupnosťou života, má vplyv na to, aký je náš život kvalitný, aký je náš zdravotný stav (či už psychický alebo fyzický). Pretože problematika zmysluplnosti života sa podieľa na tom, ako zvládame stres a aká je hierarchia našich hodnôt. Takisto preto, lebo chápanie nášho vlastného života má vplyv na to, či nám je alebo nie je dobre, i na to, ako sme v živote spokojní alebo nespokojní, či prežívame v živote radosť, šťastie alebo ich opak, smútok a nešťastie. A napokon preto, lebo otázky zmysluplnosti života hrajú kľúčovú rolu v priebehu celého života pri tvorbe

a udržovaní poňatia našej vlastnej identity (hľadanie odpovede na otázku „kto vlastne som?“) ale i v chápaní celoživotného vývoja osobnosti (Křivohlavý, 2007).

Halama zdôrazňuje naliehavosť tejto problematiky najmä poukázaním na teoretické a výskumné štúdie, vypovedajúce o zmysle života ako veľmi silnom pozitívnom činiteli v ľudskom živote a dynamike ľudskej motivácie a správania. Za zmienku podľa neho stoja viaceré štúdie prezentujúce vzťah zmyslu života a životnej spokojnosti či duševnej pohody, úlohu zmyslu života v kvalite života, vplyv zmyslu života na zvládanie záťažových situácií, vzťah nedostatku zmyslu života a závislostí a pod. (Halama, 2003).

Reker a Wong (1988, In Křivohlavý, 2006) tvrdia, že zmysluplnosť života je výrazom hodnoty, ktorú prisudzujeme udalostiam v živote a tiež významu, ktorý priradujeme vlastnej existencii. Je to tiež uvedomovanie si súvislostí a účelu našej existencie, budovanie hodnotných cieľov a s tým súvisiace pocity naplnenia.

Tí istí autori ponúkajú trojkomponentový model zmyslu života. Podľa nich zmysel života a jeho prežívanie možno popísať pomocou troch zložiek resp. komponentov:

- kognitívny komponent – týka sa životných postojov a presvedčení, obsahuje životnú schému, rámec, ktorý umožňuje interpretovať a udeľovať zmysel jednotlivým životným udalostiam a životu ako takému,
- motivačný komponent – týka sa snahy a úsilia o dosahovanie cieľov; obsahuje tiež hodnotový systém životných cieľov, ktoré si človek na základe svojich hodnôt vyberá,
- afektívny komponent – súvisí s prežívaním spokojnosti, naplnenia a šťastia, ktoré vyplýva zo zmysluplného života (Halama, 2003).

Automaticky sa tu však nastoluje otázka, ako je zmysel života chápaný v psychologickom kontexte logoterapie?

Už sme naznačili, že o rozšírenie pojmu zmysel života sa v psychológii najviac zaslúžil Frankl, ktorý na otázku o zmysle života odpovedá takto: zmysel života je tým, po čom každá ľudská bytosť vedome či nevedome túži. Je to pocit zmysluplnosti či hodnoty vlastnej existencie, nie však v absolútnom význame (logoterapia totiž nehľadá odpoveď na otázku o zmysle celej existencie) ale vždy s ohľadom na konkrétneho človeka a na konkrétnu situáciu, v ktorej sa nachádza. Zmyslom sa teda nerozumie ten „jediný zmysel života“, ktorý je človeku daný, ale spôsob utvárania situácie. Zmysel života spočíva v angažovanosti, v bezprostrednom zapojení sa do diania okolo nás, či už sa to týka situácií, ľudí či prežívania (Vlčko, 2006).

Frankl (1994a, 1998) upozorňuje aj na to, že nejde o to, aby život odpovedal na našu otázku o nejakom jeho abstraktnom, všeobecnom zmysle. Naopak, náš konkrétny život kladie túto otázku nám. Život sa každého z nás pýta, aký mu chceme dať zmysel. Hovorí v tejto súvislosti o kopernikovskom obrate a otáča otázku o zmysle života naopak: „Nejde o to, čo my očakávame od života, ale skôr o to, čo život očakáva od nás“, prostredníctvom situácií, do ktorých sa dostávame. A dodáva: život v konečnom dôsledku neznamena nič iné, než niešť zodpovednosť za správne odpovede na jeho otázky, za plnenie úloh, ktoré pred nás život stavia, za splnenie požiadavky prítomnej hodiny.

Frankl (2007) zdôrazňuje aj to, že v logoterapii vôbec nejde o to, dať pacientovi zmysel bytia, ten sa totiž nedá človeku predpísať. Môžeme mu ho jedine pomôcť hľadať, viesť ho k tomu, aby tento zmysel našiel, teda rozšíriť jeho obzor, aby vnímal celé spektrum osobných a konkrétnych šancí a možností zmyslu a bohatstvo sveta hodnôt.

V čom teda tkvie význam Franklovej logoterapie? Predovšetkým v základnej myšlienke, že život má zmysel vždy a všade. Neostáva nám nič iné, len súhlasiť s jeho tézou že život človeka si zachováva zmysel, vždy a za každých okolností a jediné, čo si treba vypestovať je vôľa k tomuto zmyslu. Pretože zmysel života nie je žiadna danosť, ale vyžaduje vynaloženie vlastného úsilia, angažovania sa v každej situácii, pred ktorú nás život postaví, vyžaduje tiež značnú zodpovednosť za naše bytie, rozhodnutia a uskutočňovanie hodnôt.

1.3 Hodnoty života z pohľadu logoterapie

Ako je to z predchádzajúcej podkapitoly zrejmé, okrem zmyslu, resp. zmysluplnosti života venoval Frankl v rámci svojej logoterapie značnú pozornosť aj hodnotám. Domnieval sa totiž, že ľudský život v sebe nesie možnosť zmysluplného naplnenia práve skrz uskutočňovanie hodnôt (Jak SLEA chápe..., 2009).

Predtým ako sa pozrieme na hodnoty cez optiku logoterapie, je dôležité vyjasniť si, čo vlastne hodnoty sú, ako sa na ne pozerá psychológia vo všeobecnosti.

V psychológii sa udomácnila definícia, ktorá tvrdí, že hodnota je to, čo sa človek snaží dosiahnuť. A prečo? Lebo sa domnieva, že to prispeje k tomu, aby mu bolo dobre (Křivohlavý, 2004).

Maslow (In Křivohlavý, 2006) chápe hodnoty ako niečo, kvôli čomu sa oplatí žiť. Podobne znie aj definícia od Krejčího (tamtiež), podľa ktorého je hodnota to, čo stojí za to, aby sa stalo predmetom chcenia.

Podľa Alfrieda Längeho (2007) Frankl zdôrazňoval, že zmysel bytia naplníme vždy tým, že uskutočňujeme hodnoty. Z toho tiež vyplýva, že to, čo nie je hodnotné, prežíva človek ako nezmyselné. Pre účely praxe je teda možné vyvodit' záver, že ťažisko nachádzania zmyslu tkvie v nachádzaní a uskutočňovaní hodnôt.

Hodnoty, ktoré dávajú životu zmysel, rozdelil Frankl do troch kategórií, ktoré zároveň vytvárajú hierarchické usporiadanie (najvyšším typom sú hodnoty postojové):

1. hodnoty tvorivé – spočívajú v tom, čo jedinec sám vytvára a dáva svetu; je možné ich uskutočniť pri najrôznejších činnostiach, pri plnení úloh, ktoré človeku ukladá jeho povolanie či rodina, pri angažovaní sa pre nejaké presvedčenie a pod.,
2. hodnoty zážitkové – spočívajú v tom, čo človek prijíma od sveta vo forme rôznych vzťahov, zážitkov a prežívania; patria sem zážitky spojené s vnímaním umenia, športu, prírody, partnerského vzťahu a pod.
3. hodnoty postojové – vychádzajú z toho, ako sa človek dokáže postaviť k utrpeniu, smrti a ťažkému osudu, ktorý nemôže zmeniť a ovplyvniť. Ich realizácia spočíva v tom, ako sa človek postaví k týmto obmedzeniam svojho života a aký postoj voči osudovým danostiam zaujme (Kondáš a kol., 1989, Plháková, 2006).

Na záver by sme dodali toľko, že každá situácia ponúka šancu na realizáciu nejakých hodnôt – či už tvorivých, zážitkových alebo postojových. „Neexistuje totiž žiadna situácia, ktorú by človek nemohol zušľachtit' tým, čo robí, alebo ako ju znáša“ (Goethe, In Frankl, 1999) Život od nás vyžaduje len elasticnosť, teda pružné prispôsobovanie sa možnostiam, ktoré sa nám vo svete hodnôt ponúkajú.

1.4 Sloboda a zodpovednosť v logoterapii

Vzťah medzi slobodou a zodpovednosťou patrí tiež k ústredným témam logoterapie. Výstižne to vyjadril Frankl výrokom: „Človek je slobodný preto, aby bol zodpovedný za uskutočňovanie zmyslu svojho života, za logos svojej existencie“ (Frankl, 1990, s. 545).

Človek môže podľa Frankla dosiahnuť zmysel len vtedy, ak sú splnené podmienky slobody a zodpovednosti. Zdôrazňoval, že sloboda je základnou ľudskou vlastnosťou, nie však

neobmedzenou, človek totiž nie je slobodný od podmienok, ktorým je vo svojom živote vystavený, v každom prípade však môže voči nim slobodne zaujať určitý postoj. Záleží len na ňom, či sa im podrobí alebo nie. Dokonca aj v tých najťažších životných situáciách je človeku ponechaná voľnosť v rozhodovaní, ako sa s nepriaznivou osudovosťou vyrovnáť, pretože osud nevytvára ľudský život deterministicky absolútne, ale slúži len ako rámec pre realizáciu slobody jednotlivca (Frankl, 1994a).

Na začiatku sme však hovorili o vzťahu medzi slobodou a zodpovednosťou, tá prvá je totiž nemysliteľná bez druhej, t.j. bez prevzatia zodpovednosti človeka za svoje jednanie a svoj jedinečný a neopakovateľný život.

A aký je ten spomínaný vzťah medzi slobodou a zodpovednosťou? Sloboda je podľa Frankla (1994a) len akási „polovičná pravda“, a nato, aby mohla existovať, musia byť vymedzené aj jej hranice. Zdôrazňuje tiež, že byť slobodným je negatívny aspekt javu, ktorého pozitívnym aspektom je byť zodpovedným. Sloboda sa totiž obráti na svojvoľu, v prípade že nie je prežívaná v zmysle zodpovednosti.

Bytie človeka teda musí byť vždy bytím zodpovedným. Táto zodpovednosť znamená podľa Frankla (1994) zodpovednosť za realizáciu hodnôt. Možností, ako uskutočniť tieto hodnoty je niekoľko konkrétnych foriem, o ktorých sme sa už zmienili. Ďalej je dôležité, že zodpovednosť Frankl nespájal s nejakou absolútnou hodnotou ale ponímal ju situačne a osobne, čiže ako spojené s určitými jednorazovými situáciami ale tiež viazané na osobu, teda meniace sa od osoby k osobe.

Otázku ľudskej zodpovednosti zároveň spájal Frankl (1994) aj s konečnosťou ľudského bytia, ako zodpovednosť vzhľadom na jednorazovosť, jedinečnosť a konečnosť jeho existencie, pričom táto konečnosť života, ako jeho časová konečnosť, mu neberie zmysel, ale práve naopak, vedomie vlastnej smrteľnosti núti človeka prevziať zodpovednosť za vlastné konanie, pretože žije pod ťarchou vedomia, že má iba jednu šancu. A práve z tohto dôvodu vyzýval Frankl ľudí k najvyššej zodpovednosti a k najlepšiemu využitiu možností, ktoré nám život ponúka.

V otázkach slobody a zodpovednosti sa prikláňame k Franklovmu názoru a chceli by sme ešte raz zdôrazniť, že nesmieme zabúdať na to, že hoci sme slobodní v správaní, nie sme zbavení zodpovednosti, či už za svoje konanie alebo voči druhým, pretože na tom je postavená celá logoterapeutická pomoc klientovi: vnímať človeka ako svojbytnú bytosť, čiže ako bytosť obdarenú slobodou a zodpovednosťou.

2 LOGOTERAPIA A DROGOVÁ ZÁVISLOST'

V tejto kapitole by sme chceli poukázať na súvislosti, ktoré sa vynárajú v problematike drogovej závislosti vo vzťahu k logoterapii. Ale ešte predtým, ako začneme analyzovať miesto logoterapie v tejto komplikovanej problematike, chceli by sme poukázať aj na to, ako táto psychoterapeutická metóda nazerá na človeka, pretože sa domnievame, že bez týchto informácií nie je možné demonštrovať ani možnosti a opodstatnenosť jej aplikácie v liečbe závislostí.

2.1 Človek v poňatí logoterapie

Logoterapeutická perspektíva ako sme už spomínali, poníma človeka ako bytosť hľadajúcu zmysel svojho života, bytosť, ktorá nie je do hĺbky duše naplnená ani vôľou k moci, ani vôľou k rozkoši či slasti, ako tvrdia Adler a Freud, ale vôľou k zmyslu. A práve vôľa k zmyslu vedie človeka, aby vo svojom živote hľadal a naplňal zmysel (Frankl, 2009).

Frankl sa pri svojich úvahách a praktickej práci zaoberal človekom, ako celkom, nie len určitými časťami jeho osobnosti. Definoval človeka ako rozmanitosť v jednote. Vysvetľoval to tým, že napriek jednote existuje rozmanitosť dimenzií, do ktorých sa rozprestiera. Podľa jeho názoru je ľudská povaha trojdimenzionálna. Má dimenziu fyziologickú (somatickú, biologickú), psychologickú (duševnú) a noologickú (duchovnú, noetickú) (Drapela, 2003).

Tento nový antropologický model Frankla, tzv. trojdimenziálny obraz človeka bol prelomovým aspektom, ktorý priniesol do vtedajšej psychológie a medicíny úplne nový pohľad na človeka (Ševčíková, 2005).

Tento nový pohľad spočíva v tom, že neredukuje človeka iba do biologickej roviny alebo iba do psychologической roviny, ale vníma ho vždy ako celok, pričom platí, že dimenzia vyššieho rádu zahŕňa dimenziu nižšieho rádu a tiež dianie v jednej dimenzii ovplyvňuje dianie v ostatných dimenziách. Frankl prízvukoval, že duchovná dimenzia je špecificky ľudskou dimenziou (telesná a psychická dimenzia sú totiž v zjednodušenej forme vlastné aj zvieratám, ale duchovná dimenzia sa objavuje len u ľudí), v ktorej sa aktivujú také akosti, ako túžba človeka po zmysle života, sloboda navzdory akýmkoľvek podmienkam a okolnostiam, zodpovednosť, sebaodstup a sebaapresah (Bačová, 2006).

Frankl sám sa príliš nevenoval popisu prvých dvoch dimenzií, vo svojej koncepcii zdôrazňoval dimenziu duchovnú, v ktorej má človek podľa neho možnosť presiahnuť telesne-duševnú (fyziologicko-psychologickú) rovinu bytia. Ale zároveň apeloval aj na to, že žiadna z troch dimenzií nesmie zostať nepovšimnutá. Frustrácia fyziologických potrieb totiž spôsobuje somatické ochorenia, ignorovanie psychologických potrieb problémy emocionálne a neuspokojovanie noologických (duchovných) potrieb vedie k problémom v samom jadre osobnosti, k existenciálnej kríze, k absencii, či strate zmyslu života (Prášilová, 2009).

Frankl zdôrazňoval aj to, že ak chce človek zmysel svojho života nájsť a realizovať, je treba, aby sa prestal obmedzovať na uspokojovanie čisto svojich individuálnych potrieb a aby sa otvoril voči vonkajšiemu svetu. To však môže jedine vtedy, ak prekoná sám seba, odpúta sa od svojich problémov a zameria svoju pozornosť na nejaký vonkajší predmet, osobu či čin. Byť človekom totiž znamená podľa Frankla otvoriť sa možnostiam a presahovať seba samého. Podstata ľudskej existencie je teda podľa neho v sebatranscendencii, t.j. byť zameraným a nastaveným na niečo, alebo na niekoho, byť oddaný nejakému dielu, ktorému sa človek venuje, nejakému človeku ktorého miluje, alebo Bohu, ktorému slúži. Je totiž špecificky ľudské, že človek presahuje sám seba a otvára sa zmyslu a hodnotám, ktoré objavuje mimo seba vo svete (Maslow, 2000, Frankl, 2007).

2.2 Existenciálna frustrácia, existenciálne vákuum a drogová závislosť

V tejto podkapitole by sme rady poukázali na to, aká úzka môže byť štrbina medzi pocitom bezzmyselnosti a sebazničením a to deklarováním vzťahu existenciálnej frustrácie resp. prázdnoty a drogovej závislosti.

Ako sme sa už zmienili v predchádzajúcich častiach, Frankl postavil vedľa Freudovej „vôli k slasti“ a Adlerovej „vôli k moci“, tretiu základnú ľudskú potrebu, ktorú označil, ako vôľa k zmyslu. Nenaplnenie tejto vôle a stratu zmyslu života Frankl nazýva existenciálnou frustráciou, existenciálnym vákuom resp. prázdnotou. Existenciálna frustrácia vzniká podľa neho vtedy, ak človek pochybuje o zmysle svojej existencie, ak sa zmysel bytia stal sporným, doterajší zmysel stratil svoje odôvodnenie a človek nevie, čo ďalej, alebo ak pochybuje o zmysle svojho života vôbec. Existenciálna frustrácia sa môže za určitých okolností stať patogénnou a viesť k neuróze alebo depresii so suicidálnymi

tendenciami. Takto vzniknutá neuróza sa označuje ako noogénna alebo existenciálna neuróza (Kratochvíl, 1997).

Logoterapia však nie je indikovaná len v prípadoch noogénnej neurózy, ale tiež pri práci s terminálne chorými a v prípadoch kriminality, alkoholizmu a drogovej závislosti, viac-menej totiž spočíva ich základ tiež v existenciálnej frustrácii (Frankl, 1994a).

Existenciálna frustrácia podľa Ševčíkovej nie je iba ohraničeným problémom konkrétneho človeka. V širšom chápaní sa objavuje aj v súvislosti s interakciou jednotlivca so spoločnosťou, ktorá zdá sa, ignoruje potrebu zmyslu. Je tiež problematikou rodiny a výchovy, ktorá má dôležitý vplyv na fyzický a psychický rast dieťaťa, ale aj na jeho duchovný vývin. Nesprávnym vplyvom rodiny a výchovy môže totiž dôjsť k zablokovaniu duchovného rastu dieťaťa. Existenciálna frustrácia sa potom stáva následkom neschopnosti mladého človeka uspokojiť svoju túžbu po zmysle. A následne, ak prežíva svoj život ako nudný, bezcieľný, prázdny, snaží sa tieto frustrujúce pocity prekonať náhradnými činnosťami a návykové správanie a návykové látky práve v takýchto prípadoch prinášajú široké spektrum iluzórnych pocitov uspokojenia (Bačová, 2006).

Frankl (1994a) tiež poukazuje na to, že vznik drogovej závislosti môže mať na svedomí práve frustrácia pôvodnej vôle k zmyslu. Pre človeka, ktorý berie drogu, zrazu nabera svet, ktorý bol dovtedy nezmyselný a prázdny, obrovskú zmyslovú plnosť. Nie je to však skutočný zmysel, ale iba pocit zmyslu, s ktorým sa človek uspokojí. Frankl to prirovnáva k stavu, do ktorého sa dostali krysy, ktoré boli vystavené nasledujúcim pokusom: do mozgu im zaviedli pokusné elektródy, ktoré bolo možné aktivovať stlačením tlačítka. Elektrický okruh potom vyvolával sexuálnu rozkoš, prípadne pocit uspokojenia hladu. Keď sa krysy naučili stlačiť tlačítko, tak prepadli tomuto uspokojovaniu, že sa v priebehu dňa takto uspokojovali tisícekrát. Najzaujímavejším faktom bolo, že sa potom vôbec nezaujímali o skutočnú potravu ani o skutočného sexuálneho partnera. Takto podobne sa podľa Frankla človek závislý na drogách uspokojuje tým, že uniká zo zmyslovej prázdnoty do sveta subjektívneho pocitu zmyslu a opúšťa reálne hodnoty a úlohy v skutočnom živote.

Aj ďalší autor Scott Peck (2001, In Naništová, 2001) uvádza, že sklamanie v zápase o zmysel bytia sa často stávajú živnou pôdou existenciálnej bolesti, ktorá tvorí súčasť reality, späté s problémami. A pokiaľ sú ľudia frustrovaní vo svojej pôvodnej vôle ku zmyslu, často svoj stav kompenzujú pomocou drogy, aby takto umelo vytvorený svet aspoň na chvíľku prežívali ako zmysluplný. Často ani nechcú vidieť, že podobný únik z prázdnoty je

len fikciou, ktorá odvádza od reality každodenných vzťahov a skutočných úloh. Paradoxom je, že hoci zmysel života nemôže byť vytvorený, na úteku pred existenciálnou prázdnotou si mnohí drogový závislí budujú fiktívne, „subjektívne pocity zmyslu“, ktoré vyprchajú skôr, ako sa preberú z drogového opojenia.

Zaujímavý je aj pohľad na vznik drogovej závislosti, ktorý nám sprostredkúva Gebattelova teória, ktorá tiež vychádza z existenciálnych predpokladov. Podľa nej závislosť vzniká následkom neznesiteľnej prázdnoty a prejaveneho impulzu k sebazničeniu, ktorý je prítomný v každom človeku (Längle, Probst, 1997).

Z názorov odborníkov je teda zrejmé, že nedostatok zmyslu života je často sa vyskytujúcim javom u drogový závislých. Dokazujú to aj skúsenosti terapeutov, ako aj množstvo výskumov potvrdzujúcich prítomnosť existenciálneho vákuu u drogový závislých. Z ich skúseností je známe, že závislí sa často sťažujú na prázdnotu svojho života, nedostatok životných cieľov, apatiu, nezáujem o iné veci ako o drogu a pod. Sám Frankl vo svojich prácach poukazuje aj na niekoľko ďalších výskumov, podľa ktorých sa ukazuje, že existenciálna prázdnota silne koreluje so sklonom k užívaniu drog (Halama, Možnosti logoterapie...).

Halama (Možnosti logoterapie...) však na druhej strane zdôrazňuje aj to, že existenciálne vákuum či frustrácia nie sú jediným ani všeobecným faktorom vzniku závislostí a že sú prípady, keď drogová závislosť, hlavne v mladom veku, je naopak príčinou neschopnosti nájsť a realizovať zmysel života.

Či už však uvažujeme o vzniku drogovej závislosti ako jednom z možných dôsledkov pocitu bezzmyselnosti alebo naopak, z ktorej táto bezzmyselnosť pramení, tento pocit je preukázateľne prítomný u mnohých závislých a je preto hodný pozornosti a uváženia pri terapeutickú a sociálnú prácu s drogový závislými a nesmie byť v liečbe opomenutý.

2.3 Miesto logoterapie v liečbe drogovej závislosti

Naništová (2001) hovorí o chorobnej závislosti ako o nutkavej psychickej potrebe, patologickom návyku, žiadostivosti, vášni či túžbe po niečom, čo jedinec subjektívne prežíva ako dôležité k vlastnému prežitiu. Ale napriek tomu, že sa definuje ako synonymum slova túžba, nie je podľa nej skutočnou túžbou, ale len náhradou inej potreby našej Ja. Základným krokom v liečbe závislostí je preto nájdenie skutočnej potreby, maskovanej nejakou klamnou vášňou a posun od kompenzačných mechanizmov k priamej

konfrontácii s otázkami vlastnej existencie. A práve tu narážame na možnosti využitia logoterapie pri liečbe závislostí.

Aj z predchádzajúcej podkapitoly je zrejmé, že miesto logoterapie v liečbe závislosti je opodstatnené, najmä v prípadoch, kde závislosť úzko súvisí s existenciálnou frustráciou, chýbajúcou zmyslupnosťou v živote, či oslabením noetických schopností pre napĺňanie vlastného života zmyslom. Logoterapeuticky orientovaná liečba pritom pomáha pomocou konkrétnych psychoterapeutických techník závislým pacientom obnovovať tieto noetické schopnosti – slobodu, zodpovednosť, sebaodstup a sebaapresah. Cez ich aktiváciu pomáha závislým ľuďom nadviazať na ich existujúce hodnoty, prípadne si vytvoriť nové zmyslupné hodnoty. Cez realizáciu týchto hodnôt môžu potom abstinujúci ľudia napĺňať konkrétne životné ciele a tým včleniť svoju abstinenciu do zmyslupnej perspektívy vlastného života (Vymětal, 2004).

Živný (2007) tiež zdôrazňuje význam logoterapie v liečbe drogových závislostí. Podľa jeho názoru, ak uvažujeme o psychoterapii ako o nástroji slúžiacom na uskutočnenie procesu zmeny v živote drogovu závislého, súčasne musíme zvažovať aj existenciálny prvok procesu tejto zmeny. Hľadanie zmyslu existencie, procesu zmeny a zmeny ako takej by podľa neho malo byť samozrejmom súčasťou akejkoľvek terapie závislostí, najviditeľnejšie s ním však pracuje vo svojej logoterapii práve Frankl. Logoterapeutický prístup v liečbe závislostí potom prebieha a realizuje sa v spoločnom úsilí závislého a terapeuta o hľadanie a nachádzanie smeru myslenia, hodnotenia života a jeho zmyslu. Spolu hľadajú zmysel života so závislosťou a hlavne, zmysel života bez závislosti.

Vzhľadom nato, že naša práca pojednáva o logoterapii v doliečovacom procese, považujeme za dôležité objasniť, prečo je vhodná najmä v tejto fáze pomoci závislým.

Podľa Ševčíkovej (2005) práve v štádiu doliečovania, kedy sa klient zamýšľa nad svojim postojom k životu, hľadá nové nosné hodnoty pre svoj budúci život bez drog a snaží sa (re)integrovat' do spoločnosti, je logoterapia najlepšie aplikovateľná, je to totiž fáza liečby, kedy už klienta netrápia priame fyzické problémy spojené s odvykacou liečbou, ale koncentruje sa v rámci nej na budúcnosť a snaží sa napravnovať svoj súčasný život.

Považujeme za dôležité spomenúť v tejto súvislosti aj hlavné ciele liečby v terapeutickej komunite (ďalej už len TK), kde doliečovanie drogovu závislých spravidla prebieha a ktoré Richterová-Těmínová (In Kol. autorov, 2007) zhrnula do nasledujúcich bodov, ktoré podľa

nášho názoru vypovedajú o úzkej súvislosti týchto cieľov s hlavnými princípmi logoterapie:

1. prispieť k nájdeniu a prijatiu zmyslu vlastného života – teda prijatie toho, že náš život má zmysel a opodstatnenie,
2. prispieť k nájdeniu svojej vlastnej slobody a zodpovednosti,
3. prispieť k poznaniu a prijatiu seba samého, svojich možností a limitov,
4. prispieť k osobnému rastu a viere v seba samého,
5. prispieť k nájdeniu svojho miesta v bežnom ľudskom spoločenstve – najmä cez prijatie pravidiel a hodnôt uznávaných spoločnosťou,
6. prispieť k pozitívnemu a tvorivému prístupu k životu,
7. prispieť k spokojnému a radostnému životu,
8. prispieť k získaniu a rozšíreniu znalostí, schopností a zručností, ako dosiahnuť individuálne ciele.

Ďalej by sme rady zdôraznili, že najväčším prínosom logoterapie v terapii závislostí je to, že liečbu neobmedzuje iba na riešenie existenciálnej frustrácie ale pri práci so závislými zdôrazňuje komplexný prístup zahŕňajúci prácu s fyzickou aj psychickou dimenziou a oproti štandardným prístupom rozširuje možnosti liečby aj o prácu na noetickej úrovni. Logoterapia pomáha závislému dosiahnuť už spomínaný kopernikovský obrat. Ukazuje mu možnosti voľby. Učí ho rozhodovať sa, ako v terapii, tak aj v každodennom živote. Pacient je totiž ten, kto sa rozhoduje. Rozhoduje sa pre abstinenciu, alebo pre závislosť. Za svoje rozhodnutie je však aj zodpovedný. Učí sa niesť zodpovednosť za svoje rozhodnutia v každodennom živote, ale aj za svoju závislú minulosť. Tým pomáha logoterapia abstínujúcemu človeku začleniť boľavú minulosť v závislosti aj s jej následkami do zmysluplnej perspektívy nového života. Úloha logoterapeuta pritom spočíva v tom, že sa snaží aktivovať noetické schopnosti klienta a pomáha mu odkrývať zmysluplné a hodnotné obsahy v živote a tak naplňovať jeho život zmyslom (Bačová, 2006).

Domnievame sa, že posledné dve podkapitoly dostatočne zdôraznili skutočnosť, že vzhľadom na častý výskyt existenciálnej frustrácie u drogovu závislých, je využitie princípov logoterapie v ich úspešnej liečbe opodstatnené a prínosné, najmä vďaka práci s duchovnou dimenziou človeka, ktorej sa donedávna venovala v rámci liečby len minimálna, resp. žiadna pozornosť, ale ktorá v poslednom období naberá na význame a dôležitosť v rámci systému starostlivosti o drogovu závislých.

3 MOŽNOSTI LOGOTERAPIE V DOLIEČOVANÍ DROGOVO ZÁVISLÝCH

Východiskom našej práce je už spomínaný vzťah medzi nízkou mierou prežívania zmysluplnosti života a drogovou závislosťou. Ako a čím konkrétne však môže logoterapia prispieť k riešeniu tejto problematiky v doliečovaní drogovu závislých? V tejto kapitole sa pokúsime dať odpoveď na túto otázku prostredníctvom charakterizovania konkrétnych psychoterapeutických metód logoterapie a identifikovania možných prvkov terapie v doliečovaní závislých, vedúcich k nachádzaniu zmyslu života. V závere kapitoly by sme rady poukázali aj na uplatnenie logoterapie v sociálnej práci s drogovu závislými.

3.1 Špecifické psychoterapeutické metódy logoterapie

Terapeutické techniky, ktoré predstavíme v tejto podkapitole predstavujú základné princípy, ktoré sa pri práci s určitým problémom prispôbujú jeho konkrétnej povahe a okolnostiam. V ďalšej časti sa budeme snažiť objasniť tieto techniky a poukázať predovšetkým na možnosti ich aplikácie v terapii závislostí (Vymětal, 2007).

Terapeutické techniky hrajú v rámci logoterapie významnú rolu a ich využitie vyplýva z analýzy vonkajšej situácie a vnútorného stavu človeka. Ich hlavným cieľom je, aby si človek uvedomil vzťah medzi slobodou a zodpovednosťou a porozumel hodnotám v konkrétnych situáciách. V rámci logoterapie sú najviac využívanými technikami: technika paradoxnej intencie, dereflexie a technika modulácie postojov (Balcar, 2007).

„Paradoxná intencia je metóda, ktorá využíva schopnosť človeka „odpojiť sa“ od svojich problémov, zlyhávaní, či trápenia a zaujať voči nim nezávislý, slobodný postoj a uplatniť tak možnosť sebaodstupu, sebadištancie“ (Vymětal, 2004, s. 269).

Pacient je v rámci tejto techniky povzbudzovaný k tomu, aby si prial veci, ktorých sa najviac obáva alebo proti čomu bojuje. Základom tejto techniky je už spomínaná sebadištancia, teda zaujatie odstupu voči sebe samému, ktoré umožňuje nazrieť klientovi na jeho bytie aj z uhlu, ktorý mu bol dovtedy skrytý. K tejto sebadištancii sa využíva humor a sebaironia, pričom sa klient nevysmieva sám sebe ale svojmu strachu. Zmysel pre humor je totiž jednou z mnohých stránok špecificky ľudskej schopnosti odpútať sa od seba. Ak je klient úspešný vo vyvolaní paradoxného priania s humorom, jeho príznaky alebo „strach zo strachu“ postupne samy zmiznú (Frankl, 1999).

Halama (Možnosti logoterapie...) vidí možnosť využitia tejto metódy v rámci terapie závislostí najmä pri práci s tzv. flashbackmi – pocitmi, ako keby človek aktuálne prežíval intoxikáciu drogou. Neprijemné pocity úzkosti, skreslené vnímanie, paranoidné myšlienky alebo v extrémnych prípadoch halucinácie, sú vyčerpávajúce a často znepríjemňujú klientovi abstinenciu. Vyvolávajú tiež obavy o to, ako často sa budú opakovať. Keďže tieto, v zásade fyziologické procesy je možné ovplyvniť len málo alebo vôbec, je nutné, aby sa ich klient naučil ignorovať a aby sa od nich dištancoval. Znamená to, že sa na ne začne dívať, ako na niečo cudzie, čo mu síce môže znepríjemniť danú chvíľu, ale inak na neho môže vplývať len do tej miery, do akej im to on dovolí. Ak sa klient naučí tieto a iné, im podobné stavy nebrať na vedomie, či dokonca vysmiať sa ich novej hrozbe, je na dobrej ceste minimalizovať ich účinok a dopad na svoje prežívanie.

Druhá zo základných techník, resp. metód logoterapie, dereflexia, pracuje na princípe myšlienky: „za šťastím nemožno ísť, šťastie prichádza samo“, čiže čím viac sa človek zameriava na cieľ, tým viac mu uniká. Využíva pritom schopnosť človeka k odkloneniu svojho snaženia a počínania od seba samého smerom k cieľom a hodnotám, ktoré presahujú hranice jeho osobného údelu. Jej podstatou je teda umenie prehliadať (zabúdať na) seba, vrátane svojich problémov a príznakov v prospech hodnotných vonkajších cieľov (Vymětal, 2004, Frankl 1999).

Možnosť aplikácie tejto techniky v terapii závislostí vidí Halama (Možnosti logoterapie...) najmä v prípade zvládania chutí na drogu (cravingu). Tie najmä v začiatkoch liečby závislého tvoria jeden z ústredných problémov a oblastí intervencie. Použitie techniky dereflexie v týchto prípadoch spočíva v odvedení pozornosti klienta od seba samého a jej zameraní na iné aktivity, činnosti a hodnoty, pričom vlastne ide o nahradenie väzieb na drogu (ktorá sa v danej chvíli prejavuje fyziologickými, príp. psychickými prejavmi silnej túžby po droge, myšlienkami na drogu a nezriedka aj priam fyzickým pocitom kontaktu s ňou) väzbami hodnotnejšími. Terapeutova úloha v práci s cravingom metódou dereflexie môže spočívať v pomoci klientovi vo vytvorení zoznamu činností, na ktoré môže v prípade potreby zamerať svoju pozornosť a energiu, pričom zoznam týchto činností musí vychádzať z aktuálnych možností klienta, príp. zariadenia, v ktorom a lieči a musí reflektovať jeho osobnostné a záujmové nastavenie.

Podľa uvedeného popisu by sa dalo usudzovať, že metóda dereflexie má veľmi blízko ku kognitívno-behaviorálnej metóde odvedenia pozornosti, ktorá sa tiež používa na zvládanie cravingu, s tým rozdielom, že cieľom dereflexie nie je len odvedenie pozornosti klienta od

chutí na drogu, ale aj naplnenie jeho života pozitívnym obsahom, čiže sa pozerá ďalej, akoby za horizont aktuálnej potreby a pomáha budovať postoj k životu ako celku (Ševčíková, 2005).

Tretia špecifická metóda logoterapie, modulácia postojov súvisí s pozoruhodným objavom v oblasti biologickej a psychologickej liečby, že často najväčším problémom a prekážkou nie je samotný telesný, duševný alebo vzťahový problém, či porucha sama o sebe, ale skôr postoj, s akým k nim pacient pristupuje. Logoterapia nadväzujúc na toto poznanie sa usiluje o sústavné prepracovanie negatívnych, deštruktívnych postojov k závažným životným skutočnostiam, na postoje pozitívne a konštruktívne (Vymětal, 2004).

Orientácia na postoje u osoby závislej súvisí predovšetkým s postojmi v správaní, s ich motivačným vplyvom na konanie a s distorziami (skresleniami) hodnotiacich postojov, ku ktorým došlo počas vývoja závislosti. Podľa Kondáša (In Kondáš a kol., 1989) ide predovšetkým o tendencie obviňovať za vlastný neúspech vonkajšie okolnosti, nepochopenie a neprajnosť druhých, fixované tolerantné postoje k pitiu a drogám, znížená sebaúcta ako aj zmeny v celkovej hodnotovej orientácii vplyvom závislosti.

Halama (Možnosti logoterapie...) v súvislosti s postojovou zmenou u závislých spomína predovšetkým ich postoj k minulosti, ktorá je právom vnímaná negatívne. Finančná náročnosť závislosti viedla u mnohých k finančnému zruinovaniu, takisto krádeže, lúpežné prepadnutia, okrádanie svojich príbuzných, psychické a v mnohých prípadoch aj fyzické ubližovanie, boli bežnou súčasťou života mnohých z nich. Lenže čo sa stane, keď sa človek vymaní spod aktívneho užívania drog? Nastúpia pocity hanby, poníženia, viny a pod. a stáva sa, že sa človek pod ťarchou týchto pocitov radšej vráti k predchádzajúcemu stavu, než by mal byť s nimi dlhodobo konfrontovaný. Podľa Halamu potrebuje klient v takýchto prípadoch zmeniť postoj k objektívnemu stavu vecí tak, aby ho záťaž minulosti neubíjala, ale naopak, aby z nej mohol čerpať. Úloha terapeuta pritom spočíva v tom, aby naučil klienta dívať sa na svoj stav pozitívne, teda vidieť napr. to, koľko krokov už urobil na ceste k trvalej abstinencii, ako sa dokázal zmeniť, naučiť ho namiesto hanby za svoju závislosť vnímať hodnotu svojej abstinencie, čo ho následne môže naplniť pocitmi úcty k sebe samému a dôstojnosťou, ktoré sú pozitívnym predpokladom trvácnosti abstinencie.

Aj podľa nášho názoru je takýto postup práce s postojom k drogovej minulosti najvhodnejším, pretože umožňuje klientovi prijať vlastnú minulosť, ako niečo, čo sa síce nedá zmeniť, ale k čomu je možné zaujať postoj a poučiť sa z nej.

3.2 Prvky terapie v TK vedúce k nachádzaniu zmyslu života

Prežívanie prázdnoty vlastného života, málo radosti v ňom, nezáujem o veci a nepoznanie možností uplatnenia – takto charakterizovali svoj stav drogovovo závislí nastupujúci na liečbu do TK v kvalitatívnom výskume, ktorý realizovali Halama a Timuľák (2004).

V tejto podkapitole by sme práve kvôli tomu rady poukázali na niektoré konkrétne zložky, resp. princípy v terapii závislostí, ktorých samotná existencia ponúka klientom možnosť nachádzania zmyslu života a ktoré by sme mohli nazvať aj zdrojmi zmysluplnosti života.

Domnievame sa, že prvým takýmto prvkom je samotná koncepcia terapeutickkej komunity, v rámci ktorej sa doliečovanie závislých realizuje. Jednou zo základných princípov komunity je totiž aktívna účasť klienta na vlastnej liečbe, ktorá sa odráža v tom, že nie je iba pasívnym pacientom inštitúcie, ale sám sa podieľa na jej fungovaní, rozhoduje o nej. (Špaleková, 2006, Kooyman, 2004)

Učenie sa aktívnemu prístupu k životu je aj z pohľadu logoterapie jedným zo základných predpokladov pre zmysluplnú existenciu. Myslíme si, že jedine človek, ktorý sa aktívne podieľa na tvorení alebo prežívaní niekoho či niečoho, alebo zaujíma postoj voči určitým danostiam, prežíva svoj život ako zmysluplný. A teda keď človek vo svojom živote stratil to, čo ho naplňalo zmyslom, jedine aktívnym hľadaním môže tento stratený zmysel opäť nájsť.

Obnovenie aktívneho prístupu a angažovania sa v živote považuje aj Halama za jeden z najdôležitejších zmien v oblasti zmyslu života v priebehu liečby v terapeutickej komunite (Halama, Timuľák, 2004).

Zvlášť významným faktorom v terapeutickej komunite je aj pocit, že sa človek stáva súčasťou niečoho, čo ho presahuje, samotnej komunity a v prípade, že za tento celok prijíma zodpovednosť a svojou angažovanosťou sa podieľa na jeho fungovaní a rozvoji, vytvára sa priestor, aby sa komunita stala niečím, voči čomu môže klient zamerať svoju schopnosť sebatranscendencie, ktorá je jednou zo základných myšlienok logoterapie a podľa Frankla aj jedným z najdôležitejších zdrojov zmysluplnosti života (Kooyman, 2004, Frankl, 1994).

Významným z hľadiska nachádzania zmyslu v živote sú aj interpersonálne vzťahy v rámci komunity. Halamová (2001, In Štempelová, Čmáriková, 2003) rozborom viacerých výskumov predpokladá, že existuje pozitívny vplyv sociálnych vzťahov na mieru

prežívania zmysluplnosti života, a to zaangažovaním sa do osobných vzťahov a vytváraním väzieb s inými, čo je prevenciou izolácie.

Naništová (2001) tiež upozorňuje, že bazálnou, ba možno povedať najhlbšou ľudskou potrebou a zároveň jedným z hlavných ľudských motívov, je potreba patriť niekam, byť vo vzťahu, byť naviazaný na citový a duchovný „domov“, čiže mať určité zakotvenie vo vzťahoch, čo je jedným zo základných prvkov zmysluplnej existencie.

Podľa viacerých odborníkov sú práve interpersonálne faktory základným liečebným faktorom v komunite. Prežívanie prijímajúcich, bezpečných a intímnych vzťahov v komunite je totiž pre mnohých klientov nepoznanou a nesmierne významnou skúsenosťou. Okrem toho komunita zároveň učí klientov takéto vzťahy nadväzovať, budovať a udržiavať, či už tým, že ich učí vyjadrovať svoje pocity a myšlienky, alebo tiež tým, že ich jednoducho učí stretávať sa s druhými ľuďmi v dôvernom a otvorenom vzťahu (Halama, Klimas, 2006).

Ďalším dôležitým prvkom terapie je práca so sebapoňatím klienta, pretože si myslíme, že len klient presvedčený o hodnote vlastnej existencie a seba samého môže prežívať život naplnený zmyslom.

Aj odborníci z oblasti liečby drogovej závislosti považujú zmenu negatívneho sebapoňatia, prijatie seba samého a získanie reálneho pohľadu na seba za jeden z dielčích cieľov doliečovania v rámci terapeutického komunity (Adameček, Richterová-Těmínová, Kalina, In Kalina, 2003).

Zvyšovanie sebahodnotenia, či sebapoňatia sa pritom realizuje cestou vlastného pričinenia, či už tým, že klient postupne prekonáva strach z nezvládnutia vecí, neúspechu či odmietnutia, alebo pomáha druhým a tým si utvrdzuje vlastnú hodnotu alebo sa snaží prekonať pocity hanby, poníženia a viny za svoju závislú minulosť (Kalina, 2008).

S aktívnou angažovanosťou klienta v liečbe veľmi úzko súvisí aj zodpovednosť, ktorá je zároveň jedným z ústredných pojmov logoterapie a podľa nej aj predpokladom zmysluplnej existencie.

V rámci doliečovania závislých je reaktivizácii zodpovednosti venovaná značná pozornosť. Vychádza sa pritom z predpokladu, že komunita neoberá klientov o zodpovednosť za ich život, správanie, ale práve naopak, učí ich zodpovednosti, ukazuje im všetky stránky zodpovedného života, učí ich rozhodovať sa a zároveň ich tvrdo konfrontuje s dôsledkami ich rozhodnutí. Možnosť procesu postupného učenia sa „býť zodpovedným“, objavovanie

tejto schopnosti je podľa Richterovej-Těmínovej (In Kol. autorov, 2007) jedným z najväčších darov komunity.

Učenie sa zodpovednosti v terapeutickej komunite sa realizuje predovšetkým zastávaním určitých funkcií v komunitnom systéme, pretože výkon týchto funkcií je najlepším nástrojom pre nácvik preberania zodpovednosti za seba aj ostatných klientov. Každá funkcia má zároveň určité posolstvo, ktoré klientovi hovorí, aký je v skupine dôležitý a prospešný, čím sa zase vraciame k možnosti potvrdenia vlastnej hodnoty a zvýšenia pozitívneho sebapoňatia (tamtiež).

Halama (Možnosti logoterapie...) zdôrazňuje v rámci terapeutickej komunity aj požiadavku vzájomnej zodpovednosti. Ako príklad uvádza myšlienku „starších bratov či sestier“, ktorí pomáhajú novým klientom pri zaraďovaní sa do komunitného života. Spomína aj samostatnú prípravu voľnočasových aktivít, ako dôležitý prvok života v terapeutickej komunite, ktorý pomáha klientom v prechode od pasívneho nastavenia k aktívnemu postojú a prežívaniu zodpovednosti za svoj život a jeho náplň.

Učenie sa zodpovednosti v rámci terapeutickej komunity nie je viazané len na výkon určitých funkcií v rámci nej, ale tiež na pracovnú terapiu, ktorá tvorí jeden zo základných pilierov terapie. Práca tu pritom nie je spájaná len so zodpovednosťou ale aj s tým, že podľa Frankla je jedným z hlavných tvorivých hodnôt, z ktorej môže človek čerpať pocit zmysluplnosti.

Csáder (In Ondrejko, 1999) má podobný názor. Pracovná terapia v terapeutickej komunite sa podľa neho musí zameriavať na rozvíjanie schopnosti klientov byť zodpovedným za výsledky a kvalitu svojej práce a na to, aby sa klienti naučili vnímať prácu ako životnú hodnotu a dôležitý predpoklad celkového uzdravenia a uplatnenia v živote.

Aj Gábriš (In Janiaková, 2003) zdôrazňuje, že klientov treba predovšetkým naučiť, že práca má zmysel. Oni totiž predtým „vonku“ videli, že má zmysel len vtedy, ak ide o „kšeft“. V TK majú naopak možnosť zistiť, že môžu mať radosť aj z maličkosťami, ktoré urobia, resp. vyrobia, že prácou spoznávajú iných ľudí, učia sa byť empatickí, tolerantní a prijímať druhých takých, akí sú.

Poslednou významnou oblasťou, ktorú by sme spomenuli je oblasť výchovy a vzdelávania ako dôležitý aspekt liečby v terapeutických komunitách, prostredníctvom ktorého sú klienti vedení k novému chápaniu života, sveta a hodnôt.

Vzdelávanie môže prebiehať formou prednášok, seminárov, nácviku, pričom hlavnými témami sú obyčajne prevencia relapsu a témy podporujúce praktické schopnosti a zručnosti. Adameček, Richterová-Těmínová a Kalina (In Kalina, 2003) však spájajú význam výchovy a vzdelávania okrem týchto tém aj s oblasťou hodnôt, s duchovným rozmerom osobnosti, so spiritualitou a etikou. Výchova je totiž podľa nich niečo, čo sa uskutočňuje aj mimo vzdelávacích lekcí a prelína sa celou liečbou.

Logoterapia si tento obrovský potenciál výchovy plne uvedomuje. Frankl (1994a) v tejto súvislosti zdôrazňuje, že výchova má byť v prvom rade výchovou k zodpovednosti a musí smerovať k tomu, aby nesprostredkovala len vedomosti, ale aby tiež zušľachtľovala svedomie tak, aby človek dostatočne jasne dokázal vycítiť v každej jednotlivej situácii požiadavku, ktorá je v nej obsiahnutá.

Lukasová (1997) v súvislosti s výchovou zdôrazňuje „korekciu obrazov“ v rámci terapie – obrazov o človeku, o svete, o živote... Podľa nášho názoru tkvie zmysel terapie v rámci TK práve v týchto korekciách. Ide pritom konkrétne o korekcie v sebahodnotení klienta a korekcie v oblasti hodnôt a postojov (k životu, k druhým ľuďom, k práci, k minulosti...).

V terapeutických komunitách sú využívané aj mnohé ďalšie prvky (napr. arteterapia, dramaterapia, muzikoterapia, športové a voľnočasové aktivity...), ktoré môžu ponúkať možnosť na uskutočňovanie hodnôt (tvorivých, zážitkových aj postojových) a tým pádom prispieť aj k nachádzaniu zmyslu života, ale rozsah práce nám nedovoľuje zmieniť sa o všetkých, ktoré by mohli poslúžiť ako zdroj zmysluplnosti života pre klientov terapeutických komunit. Veríme však, že tie, o ktorých sme sa zmienili dostatočne zdôrazňujú význam využitia logoterapeutickej teórie v oblasti terapie závislostí.

3.3 Uplatnenie logoterapie v sociálnej práci s drogovými závislými

Napriek tomu, že literatúra vzťahujúca sa priamo k téme využitia logoterapie v sociálnej práci s drogovými závislými nie je príliš frekventovaná, v nasledujúcej podkapitole by sme radi poukázali na možnosti jej využitia v tejto oblasti, pretože ako tvrdí Ševčíková (2005a) nemá potenciál byť využívaná výhradne v psychoterapeutickej praxi. Logoterapia môže byť podľa nej efektívnym nástrojom sociálnej práce, ktorý poslúži nielen klientovi ale tiež samotnému sociálnemu pracovníkovi.

Strieženec (1997) definuje sociálnu prácu ako odbornú disciplínu, ktorá špeciálnymi pracovnými metódami zaisťuje sociálnu starostlivosť o človeka na profesionálnom

základe. Vychádza pritom zo systému poznatkov mnohých spoločenských vied (psychológie, sociológie, filozofie, etiky, pedagogiky, lekárskech, právnych a ekonomických vied) a aplikuje vedecké poznatky do praktickej činnosti.

Z hľadiska možností využitia logoterapie v sociálnej práci považujeme za dôležité spomenúť aj jej základné paradigmy. Sú nimi sociálno-právna, reformná a terapeutická paradigma, ktoré sa od seba líšia tak filozofickými východiskami, ako aj praktickými konkvenciami, pričom sú v práci sociálneho pracovníka využívané väčšinou eklekticky. (Tkáčiková, Pavelová, 2006).

Pre účely našej práce je dôležitá hlavne terapeutická paradigma. Navrátil (2001) označuje túto paradigmu, ako terapeutickú pomoc, ktorá je vykonávaná formou psychoterapie. Zástancovia tohto prístupu vidia cieľ sociálnej práce v snahe pomôcť zabezpečiť jednotlivcom, skupinám i komunitám psychickú a následne tiež sociálnu pohodu. V súvislosti s tým sa zameriavajú na otázku, ako je zvládanie životnej situácie klientom obmedzované jeho osobnostnými deficitmi. Zvládnutie očakávaní prostredia podľa tohto názoru treba podporovať posilňovaním duševného zdravia klientov, ich vnútornej rovnováhy a rozvojom ich osobnosti.

Podľa Pavelovej (2009) práve tu dochádza k základnému problému v uplatnení sociálnej práce, pretože i napriek terapeutickému paradigmatu sociálnej práce je uplatnenie sociálnych pracovníkov v liečbe závislostí najnižšie a sú mu kladené najväčšie prekážky zo strany rezortu zdravotníctva. Diskusie o výhradnej „oprávnenosti“ psychológie a psychiatrie v tejto oblasti by si podľa nej zaslúžili veľkú revíziu a nové pohľady. Je totiž presvedčená, že aj sociálna práca má svoje miesto v terapii závislých a že navyše môže prekryť nedostatok záujmu o túto prácu, samozrejme pri dodržaní odborných a osobnostných predpokladov. Dodáva tiež, že dôsledné používanie metód sociálnej práce v tejto oblasti dáva možnosti včleniť sociálne aspekty do súčasných medicínskych a psychologických postupov, rozšíriť paletu poskytovaných služieb závislým a zvýšiť efektivitu práce s nimi. Jednou z podmienok rozšírenia palety možností práce sociálnych pracovníkov s cieľovou skupinou závislých je podľa nej profesionalita v prístupe k závislým, čo úzko súvisí s potrebou vzdelávania sociálnych pracovníkov a ich praxou. Aby sa zlepšilo uplatnenie sociálnej práce v oblasti liečby závislostí, je dôležité mať dostatok odborne vzdelaných sociálnych pracovníkov s absolvovaným sebaskúsenostným výcvikom, resp. inou formou psychoterapeutického výcviku.

Iste nie je nutné, aby každý sociálny pracovník bol vyškoleným psychoterapeutom, nepochybne by však takýchto odborníkov bolo treba ďaleko viac, ako ich je teraz.

Považujeme to za dôležité preto, lebo absolvovanie podobných terapeutických výcvikov môže prispieť k tomu, aby pomáhajúci pracovník nebol ortodoxným zástancam jednej metódy, ktorá sa v doliečovaní závislostí preferuje, ale tvorivo využíval aj prednosti ostatných škôl a smerov.

Logoterapeutická intervencia považuje za potrebné pri rehabilitácii a resocializácii drogovu závislých brať do úvahy existenciálnu frustráciu ako etiologický činiteľ. Lebo ako tvrdí Frankl (1994): každá patológia potrebuje najskôr diagnózu so zreteľom na zmysel, ktorý dané utrpenie má a každá symptomatológia potrebuje diagnózu so zreteľom na etiológiu. A v tej miere, v akej je etiológia multidimenzionálna, je aj symptomatológia viacvýznamová.

Podľa nášho názoru teda pohľad jednej či dvoch z mnohých psychoterapeutických smerov a teórií, ktoré sú v terapii drogovu závislých preferované, nestačí na to, aby dokázalo poňať celú multidimenzionalitu príčin závislosti a jej symptómov, ktorú môže v oboch prípadoch predstavovať existenciálna prázdnota.

Ako dobrým riešením v súvislosti so spomínanými psychoterapeutickými výcvikmi a uplatnením sociálneho pracovníka v terapii závislostí, sa javí výcvik v logoterapii, ktorý je už v súčasnosti dostupný nielen psychológom a lekárom, ale takisto sociálnym pracovníkom a poskytuje psychoterapeutické vzdelanie v existenciálnej analýze a logoterapii. Pokladáme to za dôležité najmä z toho dôvodu, aby aj sociálni pracovníci boli schopní hlbšie porozumieť klientom v existenciálnych otázkach a konkrétne v prípade doliečovania sa pokúsili udržať závislého klienta motivovaného pre liečbu, pomohli mu nájsť zmysel života bez drog, aby boli schopní začleniť abstinenciu do zmysluplnej perspektívy svojho ďalšieho života.

4 PRIESKUM O MOŽNOSTIACH A OPODSTATNENOSTI VYUŽÍVANIA LOGOTERAPIE V DOLIEČOVANÍ ZÁVISLÝCH

Terapeutická komunita ako základný prvok doliečovania závislých sa definuje ako špecializované rezidenčné zariadenie, zamerané na liečbu vedúcu k abstinencii. Avšak abstinencia nie je cieľom liečby v TK, ale len akousi cestou, podmienkou a súčasťou liečby a dôležitým prostriedkom k tomu, aby sa klient mohol v budúcnosti zapojiť do normálneho života. Hlavným cieľom liečby v TK by mala byť zmena osobnosti a spôsobu života závislého. Liečba v TK si kladie za cieľ liečiť človeka ako celok, vo všetkých rovinách jeho existencie a práve preto sa v tejto súvislosti hovorí o celkovom osobnostnom raste klienta – v rovine správania, hodnôt, postojov, emócií aj duchovného života (Richterová-Těminová, Adameček, Kalina, 2003).

Napriek tomu, že má liečba v rámci TK ambície zasahovať do všetkých týchto rovín a liečiť človeka v jeho celistvosti, tému zmysluplnosti života, ako ústrednú tému logoterapie, v jej teoretických východiskách skôr nenachádzame. Nenachádzame ju však len vyslovene pod týmto názvom, ale implicitne je obsiahnutá prakticky vo všetkých najdôležitejších cieľoch liečby. Pozitívny životný štýl a hodnoty, pozitívne sebapoňatie, medziľudské vzťahy, prevzatie zodpovednosti, osobnostný rast – čiže hlavné ciele liečby podľa Kalinu (2003) – to sú všetko predpoklady a zdroje zmysluplnej ľudskej existencie. Rast prežívania zmysluplnosti života by teda mal byť jedným zo sprievodných javov a dôsledkov liečby v TK práve cez napĺňanie jej cieľov.

A prečo je to vôbec potrebné? V teoretickej časti našej práce sme už poukázali na súvislosť medzi nedostatkom zmyslu života a drogovou závislosťou a okrajovo sme spomenuli aj výskumy zamerané na túto problematiku. V záujme lepšieho pochopenia vzťahu nízkej úrovne prežívania zmysluplnosti života a závislostí však pokladáme za dôležité bližšie popísať aspoň niektoré z nich.

Rainer (In Länge, 1997) vo svojom článku s názvom Existenciálna stránka alkoholizmu popisuje výskum, ktorý prebiehal v USA, v štáte Connecticut v dvoch zariadeniach s odvykacou protialkoholickou liečbou, ktorého sa zúčastnilo 46 pacientov. Potrebné dáta boli získané štruktúrovaným rozhovorom, vyplnením anamnestického dotazníka a pomocou Existenciálnej škály (ESK). Výskum v závere potvrdil hypotézu, že jednou z hlavných príčin závislosti je existenciálna prázdnota a pocit bezzmyselnosti života.

Tumpachová (2005) realizovala svoj výskum s cieľom zistiť, či zmysel života a životné hodnoty zohrávajú úlohu v liečbe a následnej rehabilitácii klientov závislých na návykových látkach a či sa líši prežívanie zmysluplnosti u osôb závislých od alkoholu a u osôb so závislosťou od iných psychoaktívnych látok. Výskum sa realizoval na oddelení závislostí Psychiatrickej kliniky FN v Plzni a zúčastnilo sa ho 40 pacientov, z toho 20 osôb so závislosťou od alkoholu a 20 osôb závislých od iných návykových látok. Účastníci výskumu vyplnili na začiatku aj na konci liečby LOGO-TEST Elisabeth S. Lukasovej, dotazník PIL (test zmysluplnosti života Crumbaugh a Maholicka) a dotazník POI (dotazník osobnostnej orientácie Everette L. Shostroma). Vyhodnotením spomínaných dotazníkov bolo v prípade oboch súborov potvrdené zlepšenie prežívania zmysluplnosti života na konci liečby. Treba však tiež povedať, že ani v jednej skupine nebol preukázaný predpoklad existenciálnej frustrácie.

V ďalšom výskume, ktorý realizovali v rokoch 2001 až 2003 Halama a Timuľák (2004) v resocializačnom zariadení Retest, sa na získanie potrebných dát použil pološtruktúrovaný dotazník, ktorý sa venoval rôznym tematickým okruhom. Jedným z nich bol zmysel života. Z výsledkov výskumu vyplynulo, že respondenti pociťovali v priebehu užívania drog vnútornú prázdnotu, bezcieľnosť, nezáujem o iné veci ako o drogu a málo radosti v živote. V priebehu resocializácie však nastala zmena. Podľa klientov došlo k rozšíreniu ich hodnotovej oblasti, začali zažívať pocity naplnenia a pocity príťažlivosti určitej aktivity či hodnoty, ktorú následne realizovali. Dôležitá je podľa autorov aj zmena postojov prejavujúca sa nielen v otvorenosti novým hodnotám a cieľom, ale aj zmysluplnou interpretáciou minulosti.

Výskumov zachytávajúcich vzťah nízkej úrovne prežívania zmysluplnosti života a drogovej závislosti je prirodzene viac. O ďalších sa zmienime vo fáze analýzy a interpretácie našich vlastných výsledkov, ktorá vytvorí priestor pre ich porovnanie so závermi, ku ktorým dospeli odborníci zaoberajúci sa danou problematikou.

Myslíme si, že potrebu realizácie prieskumu v tejto oblasti dostatočne odôvodňujú výsledky spomínaných výskumov. Napriek tomu problematika prežívania zmysluplnosti života u drogovu závislých v rámci fungovania terapeutických komunít nie je príliš reflektovaná. Inšpiráciou pre výber hlavného cieľa nášho prieskumu bol práve tento fakt. Naším prieskumom by sme chceli upozorniť na opodstatnenosť práce s touto tematikou a tiež na to, aké užitočné a významné môže byť vzhľadom na veľký výskyt existenciálnej prázdnoty u drogovu závislých, využívanie logoterapie v doliečovacom procese.

4.1 Ciele a otázky prieskumu

V teoretickej časti práce sme poukázali na dôležité skutočnosti, z ktorých vychádza náš prieskum. V nadväznosti na spomínané teoretické východiská a vyššie popísané výskumy a v súlade s názvom našej diplomovej práce sme si stanovili nasledovný hlavný cieľ nášho prieskumu: Poukázať na možnosti a opodstatnenosť využívania logoterapie v doliečovaní drogovu závislých v TK.

Relatívne široký záber nášho hlavného cieľa nám dovolil stanoviť si nasledovné štyri čiastkové ciele:

- C1: Získať informácie o tom, či existenciálna prázdnota /nedostatok zmyslu života/ zohrávala úlohu pri vzniku a pretrvávaní závislosti u našich participantov.
- C2: Zmapovať, aký vplyv má terapia v TK na postoj participantov k životu.
- C3: Identifikovať prvky terapie v TK, ktoré našim participantom pomáhajú zvyšovať úroveň prežívania zmysluplnosti života.
- C4: Zistiť, či sa doliečovaním v TK zvýšila úroveň prežívania zmysluplnosti života našich participantov.

Vychádzajúc z našich čiastkových cieľov majú byť pomocou získaných empirických dát zodpovedané nasledovné prieskumné otázky:

- O1: Zohrávala existenciálna prázdnota /nedostatok zmyslu života/ úlohu pri vzniku a pretrvávaní závislosti u našich participantov?
- O2: Ako ovplyvňuje terapia v TK postoj našich participantov k životu?
- O3: Ktoré prvky terapie v TK pomáhajú našim participantom zvyšovať úroveň prežívania zmysluplnosti života?
- O4: Došlo počas doliečovania v TK k pozitívnej zmene v oblasti prežívania zmysluplnosti života u našich participantov?

4.2 Metódy prieskumu

Výber prieskumnej vzorky

Podľa Miovského (2006) by mala byť metóda výberu prieskumného súboru podriadená cieľom prieskumu tak, aby bola vo vzťahu ku skúmanému problému dosiahnutá saturácia dát.

Keďže predmetom našej diplomovej práce bolo skúmanie možností a opodstatnenosti využitia logoterapie v doliečovaní závislých, našu prieskumnú vzorku mali tvoriť klienti liečiaci sa v resocializačnom stredisku, kde pobytová forma doliečovania drogovu závislých prebieha.

V našom prieskume sme sa rozhodli použiť kombináciu dvoch metód výberu prieskumnej vzorky, a to: zámerný výber cez inštitúcie a metódu samovýberu (Miovský, 2006).

Metódou zámerného výberu cez inštitúcie sme skontaktovali dve resocializačné strediská, ktoré boli pri realizovaní prieskumu ochotné s nami spolupracovať. Išlo konkrétne o neziskové organizácie Teen Challenge Slovakia v Sereďi a Čistý deň v Galante (Príloha I, H). Zámerný výber prostredníctvom inštitúcie bol pre nás najvýhodnejší z toho dôvodu, že v spomínaných zariadeniach sa nachádzala naša cieľová skupina, čiže drogovu závislí podrobujúci sa doliečovaniu.

Po tom, ako sme sa zámerným výberom cez inštitúciu dostali k potencionálnej prieskumnej vzorke, sme pre jej užší výber zvolili metódu samovýberu, ktorá je založená na princípe dobrovoľnosti. Klientom spomínaných resocializačných stredísk sme teda ponúkli možnosť zapojiť sa do nášho prieskumu, pričom možnosť voľby, či tak urobia alebo nie, sme nechali na nich.

Prostredníctvom dvoch metód výberu prieskumnej vzorky sa nám nakoniec podarilo získať vzorku 10 participantov, ktorí prejavili záujem a ochotu zapojiť sa do nášho prieskumu.

V nasledujúcej tabuľke uvádzame ich základné údaje (meno, vek, dobu užívania drog, RS, v ktorom sa momentálne nachádzajú a dobu strávenú v danom zariadení).

Tab. 1 Participanti prieskumu.

	Meno	Vek	Doba užívania drog	Resocializačné stredisko	Doba strávená v RS
1.	Peter	31 rokov	16 rokov	Teen Challenge, n. o.	2 roky
2.	Marian	30 rokov	13 rokov	Teen Challenge, n. o.	7 mesiacov
3.	Vladimír	56 rokov	25 rokov	Teen Challenge, n. o.	3 mesiace
4.	Jozef	41 rokov	10 rokov	Teen Challenge, n. o.	5 mesiacov
5.	Martin	19 rokov	7 rokov	Teen Challenge, n. o.	5 mesiacov
6.	Juraj	29 rokov	15 rokov	Čistý deň, n. o.	1 mesiac
7.	Tomáš	24 rokov	8 rokov	Čistý deň, n. o.	10 mesiacov
8.	Viktor	18 rokov	1 rok	Čistý deň, n. o.	3,5 roka
9.	Marta	18 rokov	6,5 roka	Čistý deň, n. o.	1,5 roka
10.	Martina	21 rokov	4 roky	Čistý deň, n. o.	1 mesiac

Použité metódy

Výskumná metóda je podľa Gavoru (2007) prostriedok na zber empirických údajov. Ritomský (2004) ju definuje ako spôsob uskutočňovania výskumu, závislý na určitom výbere a usporiadaní bádateľských úkonov, pričom tento spôsob poznávania je naplánovaný a vhodný na viacnásobné použitie.

Metóda, ktorú sme si zvolili pre náš prieskum je kvantitatívno-kvalitatívna obsahová analýza. Chápeme ju ako široké spektrum dielčich metód a postupov slúžiacich k analýze akéhokoľvek textového dokumentu s cieľom objasniť jeho význam, identifikovať jeho štylistické a syntaktické zvláštnosti, prípadne určiť jeho štruktúru. Zameriava sa na námet, obsah a formu. Tie totiž označuje za základné východiskové kategórie a prostredníctvom nich, pomocou klasifikácie a kategorizácie sú získavané a spracovávané jednotky analýzy, aby mohli byť následne spracované a získaný výsledok interpretovaný (Miovský, 2006).

Teoretická časť našej práce slúžila ako textový materiál pre spomínanú obsahovú analýzu. Podľa Gavoru (2007) poskytuje textový materiál bohaté údaje, ktoré vystupujú vo výskume buď ako samostatné a jediné materiály, alebo dopĺňujú iné zistenia získané pomocou rozhovoru alebo pozorovania.

Kvalitatívnu časť obsahovej analýzy predstavovali okrem našich teoretických východísk, odpovede participantov, ktoré boli spracované vo forme vopred stanovených kategorických oblastí a k nim patriacich indukovaných kategórií, ktoré sme takisto stanovili na základe odpovedí participantov.

Kvantitatívna časť našej obsahovej analýzy predstavovala absolútna početnosť odpovedí, ktoré sa dali jednoznačne zaradiť do jednotlivých indukovaných kategórií, čiže frekvenciu výskytu relevantných obsahových jednotiek.

V záujme získania kvalitatívnych dát pre náš prieskum sme sa rozhodli pre rozhovor. Cieľom rozhovoru je prostredníctvom zámerne vyvolanej interakcie medzi výskumníkom a respondentom získať informácie potrebné na pochopenie určitej problémovej oblasti (Pavlica a kol., 2001).

Podľa Gavoru (2007) sa ním zisťujú fakty, názory, presvedčenia a postoje ľudí o tom, čo zažili, skúsili, konali, pričom ich výpoveď je správou z prvej ruky.

Z hľadiska štruktúrovanosti išlo v našom prípade o pološtruktúrovaný rozhovor, kedy má výskumník pripravený obsahový rámec, ale otázky prispôbuje tomu, akým smerom sa

rozhovor uberá. Výhodou takéhoto rozhovoru je väčšia flexibilita, ktorá spočíva v tom, že výskumník môže počas rozhovoru nehodiace sa otázky vynechať, alebo naopak pripájať ďalšie, doplňujúce otázky (Gavora, 2007).

Základ pre náš pološtruktúrovaný rozhovor tvorilo 21 vopred pripravených otvorených otázok (Príloha F), ktoré sme v niektorých prípadoch rozšírili o ďalšie doplňujúce otázky, resp. z ktorých sme niektoré vynechali, napr. v prípade, že participant zodpovedal dve alebo viac otázok súčasne.

Rozhovory s participantmi nášho prieskumu sme zaznamenávali pomocou prehrávača, z ktorého sme následne získané informácie preniesli do počítača. Z prenesených nahrávok, ktoré sme si prehrávali pomocou Windows Media Player, sme následne metódou fixácie dát na papier vyhotovili prepis, (Príloha A, B, C, D, E), pričom sme získané empirické dáta roztriedili do nami vytvorených kategorických oblastí, následne vytvorili indukované kategórie a uviedli absolútnu početnosť k nim. Takto získaný materiál sme nakoniec podrobili obsahovej analýze, aby následne v diskusii mohli byť výsledky vyčerpávajúco zinterpretované.

Samotnej realizácii rozhovorov predchádzalo podpísanie informovaného súhlasu (Príloha G) participantmi prieskumu, v ktorom súhlasili s jeho zaznamenávaním a využitím výhradne na účely našej diplomovej práce.

Plán prieskumu

Náš prieskum sme realizovali v nasledovných etapách:

Vymedzenie cieľov prieskumu a prieskumných otázok	október 2009
Teoretická príprava	november – december 2009
Skonštruovanie otázok pre pološtruktúrovaný rozhovor	december 2009
Výber metód a metodík	január 2010
Výber prieskumnej vzorky	január 2010
Realizácia prieskumu	február 2010
Spracovanie výsledkov prieskumu	marec 2010
Vyhodnotenie a interpretácia výsledkov prieskumu	marec – apríl 2010

5 VÝSLEDKY

Použitím metódy rozhovoru sa nám podarilo získať pomerne veľké množstvo empirických dát, ktoré sa budeme snažiť popísať a prezentovať v tejto kapitole.

Našou primárnou snahou bolo zhrnutie odpovedí participantov, ktoré by na jednej strane vypovedalo o absolútnej početnosti odpovedí, ktoré sa dali zahrnúť do určitého spoločného tematického okruhu (indukovanej kategórie) a na druhej strane by naznačovalo zmysel týchto odpovedí, ktorý ale budeme prezentovať až v diskusii (Kapitola 6).

Pri analýze našich empirických dát sme postupovali nasledovným spôsobom: v prvom kroku sme odpovede participantov na každú z 21 otázok roztriedili do nami vytvorených indukovaných kategórií a následne sme ich rozdelili do nasledovných kategorických oblastí (významových kategórií):

- Prežívanie zmysluplnosti života (Príloha A)
- Hodnoty, priority (Príloha B)
- Postoj k životu (Príloha C)
- Pozitívne vplyvy terapie (Príloha D)
- Možné zdroje zmysluplnosti života (Príloha E)

Výsledky sme sa následne snažili prezentovať v prehľadnej tabuľkovej podobe, pričom každú tabuľku sme doplnili stručným komentárom a krátkym popisom výsledkov.

V záujme ujasnenia toho, prečo bol pri niektorých otázkach celkový počet výrokov vyšší, ako počet našich participantov dodávame, že niektorí participanti odpovedali na jednotlivé otázky obširnejšie (spomenuli viacero vecí) a tým pádom sa ich odpovede dali zaradiť do viacerých indukovaných kategórií.

Tab. 2 Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste začali užívať drogy?

Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste začali užívať drogy?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Neviazaný, slobodný život, bezproblémové obdobie, vyhovujúci stav, život čisto o zábave, dobrá nálada, relax</i>	Pozitívne vnímanie	7
<i>Život dobrý aj zlý, navonok všetko v poriadku, na druhej strane pocit, že niečo nie je v poriadku</i>	Ambivalentné vnímanie	2
<i>Zložité, zle znášané obdobie, bez podpory</i>	Negatívne vnímanie	1
Celkový počet výrokov		10

Komentár: Prvou otázkou sme chceli zistiť detailnejší pohľad participantov na ich život v období, keď začali užívať drogy, aby sme si vedeli vytvoriť lepší obraz o ich živote v začiatkoch ich „drogovej kariéry“. V celkovom súbore odpovedí participantov (n = 10) sa nám podarilo identifikovať 3 kategórie, pričom najväčšia frekvencia odpovedí sa nachádzala v kategórii *pozitívne vnímanie* (7). Výskyt *ambivalentného vnímania*, a *negatívneho vnímania* života, bol v porovnaní s pozitívnym vnímaním zanedbateľný.

Tab. 3 Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste už aktívne užívali drogy?

Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste už aktívne užívali drogy?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Zanedbávanie školy, povinností, rodiny, priorit uspokojiť seba samého, droga, zábava a kamaráti na prvom mieste, droga ako zmysel života, nezúčujem o vzťahy, rodinu</i>	Zmena priorít	7
<i>Problémy v škole, v rodine, so zákonom, vzťahové, zdravotné, psychické problémy</i>	Vnímanie problémov	5
<i>Straty materiálne, zdravotné, vzťahové, strata možnosti doštudovať</i>	Vnímanie strát	3
<i>Strata zábran, posúvanie hraníc, krádeže, ubližovanie rodine,</i>	Posúvanie morálnych zábran	3
<i>Pád na dno</i>	Pád na dno	1
Celkový počet výrokov		19

Komentár: Druhou otázkou sme zisťovali vnímanie vlastného života participantmi prieskumu v čase, keď už aktívne užívali drogy, pričom sme boli zvedavé, aké zmeny v ňom nastali v porovnaní s obdobím, kedy s užívaním drog začali. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 19) sa nám podarilo vytvoriť 5 indukovaných kategórií. Z odpovedí participantov vyplýva, že najväčšie zastúpenie má kategória vnímania *zmeny priorít* (7), po ktorej nasleduje *vnímanie problémov* (5).

Tab. 4 Považovali ste svoj život v tom období za zmysluplný?

Považovali ste svoj život v tom období za zmysluplný?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Bezcenný život, pokus o samovraždu, časté rozmyšľanie o tom, ako žijem, žiadne ciele</i>	Život bez zmyslu	6
<i>Hľadanie zmyslu života v drogách, život naplnený len drogou, nezúčujem o iné veci, len o drogu, droga ako jediný zmysel života</i>	Droga, ako zmysel života	3
<i>Dostatok sebavedomia, peňazí, popularity, pocit hrdosti v určitom zmysle</i>	Zmysluplný život	1
Celkový počet výrokov		10

Komentár: Naša tretia otázka mala za úlohu zistiť, či participanti považovali svoj život v období aktívneho užívania drog, za zmysluplný. Táto otázka bola z hľadiska hlavného cieľa našej práce jedna z najpodstatnejších, lebo mala zodpovedať otázku, či je použitie logoterapie opodstatnené pri práci s drogovými závislými. V celkovom súbore odpovedí (n = 10) sa nám podarilo identifikovať 3 kategórie, pričom najväčšia frekvencia odpovedí sa nachádzala v kategórii *život bez zmyslu* (6) a *droga, ako zmysel života* (3).

Tab. 5 Čo bolo pre Vás v tom období najdôležitejšie?

Čo bolo pre Vás v tom období najdôležitejšie?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Droga, zohnať si drogu,</i>	Droga	5
<i>Peniaze, zohnať si peniaze, ako si zohnať peniaze</i>	Peniaze	4
<i>Priateľ, priateľka, kamaráti, mať kamarátov, mať frajerku, bezproblémový vzťah s priateľom</i>	Priatelia	4
<i>Zabávať sa, chodiť von, nemať problémy</i>	Zábava	2
<i>Mať úspech, peniaze, byť obľúbený</i>	Spoločenské postavenie	1
<i>Zabudnúť na problémy, nemyslieť na ne</i>	Zabudnúť na problémy	1
<i>Hudba</i>	Hudba	1
Celkový počet výrokov		18

Komentár: Štvrtou otázkou sme zisťovali, čo považovali za najdôležitejšie naši participanti vo svojom živote v čase aktívneho užívania drog, pričom našim hlbším zámerom bolo identifikovať ich hodnoty a priority v tom období. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 18) sa nám podarilo vytvoriť 7 indukovaných kategórií, z ktorých mali *droga* (5), *peniaze* (4) a *priatelia* (4) najväčšie zastúpenie.

Tab. 6 Čo pre Vás v tom období znamenali drogy?

Čo pre Vás v tom období znamenali drogy?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Únik z reality života, zažehňovanie problémov, nepostavenie sa zoči-voči realite, útek pred vzťahmi, pred výčitkami, pred zodpovednosťou</i>	Únik z reality	6
<i>Dobry pocit, pocit slobody, relax, spokojnosť, uvoľnenie, sranda, zábava</i>	Príjemné pocity	6
<i>Denná potreba, nevyhnutnosť</i>	Potreba	4
<i>Forma zábavy, výplň voľného času</i>	Vyplňovanie voľného času	2
<i>Odbúravanie psychických zábran, zábran v komunikácii</i>	Odbúravanie zábran	2
<i>Stres kvôli problémom s policajtmí, hádkam doma</i>	Nepříjemné pocity	1
Celkový počet výrokov		21

Komentár: Naša piata otázka si kládla za cieľ zistiť, čo predstavovali v živote našich participantov drogy. Pri tejto otázke sa nám z celkového súboru odpovedí participantov (n = 21) podarilo identifikovať 6 indukovaných kategórií. Z odpovedí participantov jasne vyplýva, že drogy pre nich znamenali *únik z reality* (6), resp. *príjemné pocity* (6). Droga chápaná v zmysle *potreby* bola tiež častou odpoveďou našich participantov.

Tab. 7 Venovali ste sa v tom čase niečomu, resp. angažovali sa v niečom, čo Vás naplňalo?

Venovali ste sa v tom čase niečomu, resp. angažovali sa v niečom, čo Vás naplňalo?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Nezáujem o iné veci, ako o drogu, priorita drogy pred inými aktivitami, zanedbávanie záľub, skoncovanie so záľubami</i>	Droga, ako jediný zdroj naplnenia	5
<i>Šport, hudba, hra na bicích</i>	Záľuby	2
<i>Priateľka, ako jediná ozajstná záľuba</i>	Priateľka	1
<i>Ísť si sadnúť s niekým, nahúliť sa</i>	Zábava	1
<i>Extrémne dávky drog a ich kombinácia, adrenalínové športy</i>	Adrenalín	1
<i>Venovanie sa predaju drog</i>	Predaj drog	1
<i>Nevenovanie sa ničomu</i>	Žiadne angažovanie sa	1
Celkový počet výrokov		12

Komentár: Šiestou otázkou sme zisťovali, či bolo v živote našich respondentov v čase aktívneho užívania drog niečo, čomu sa venovali a čo ich naplňalo. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 12) sa nám podarilo vytvoriť 7 kategórií, z ktorých mala *droga, ako jediný zdroj naplnenia* (5) vysoko najväčšie zastúpenie medzi odpoveďami.

Tab. 8 Chýbalo Vám niečo v tom čase?

Chýbalo Vám niečo v tom čase?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Nepocitovanie žiadnej inej potreby okrem drog, byť pod vplyvom drog</i>	Nič okrem drog	4
<i>Mama, syn, rodinný život</i>	Rodina	2
<i>Peniaze na drogu</i>	Peniaze	2
<i>Nepestovanie žiadnych záľub</i>	Záľuby	1
<i>Láska zo strany priateľa</i>	Láska	1
<i>Priateľka, po rozchode</i>	Priateľka	1
<i>Citová stabilita, vyrovnanosť, schopnosť vysporiadať sa s problémami bez drog</i>	Vlastnosti a schopnosti	1
Celkový počet výrokov		12

Komentár: Touto otázkou sme zisťovali, či chýbalo v živote našich participantov niečo v čase aktívneho užívania drog. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 12) sa nám podarilo vytvoriť 7 indukovaných kategórií, pričom najviac odpovedí bolo možné zaradiť do kategórie *nič okrem drog* (4).

Tab. 9 Ako vnímate svoj život v súčasnosti?

Ako vnímate svoj život v súčasnosti?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Obrat k lepšiemu, zlepšenie v rodinných vzťahoch, plány do budúcnosti, osobnostný rast, spokojnosť, pocit slobody, prežívanie hodnoty vlastného života, záujem o iné veci, iné zmyšľanie,</i>	Pozitívne vnímanie	7
<i>Pozitívne zmeny v živote, rozhodnutie pre zmenu, zmena osobnosti</i>	Zmena	3
<i>Vnímanie strát na jednej strane, na druhej strane možnosť poučiť sa</i>	Ambivalentné vnímanie	2
Celkový počet výrokov		12

Komentár: Naša ôsma otázka skúmala oblasť vnímania života participantov v súčasnom období. Zisťovali sme ňou prípadné zmeny vo vnímaní v porovnaní s obdobím aktívneho užívania drog. V celkovom súbore odpovedí (n = 12) sa nám pri tejto otázke podarilo identifikovať 3 indukované kategórie. Najpočetnejšou kategóriou bolo *pozitívne vnímanie* (7) života v súčasnosti, po ktorej nasledovala *zmena* (3), ako druhá indukovaná kategória.

Tab. 10 Ste v súčasnosti so svojim životom spokojný?

Ste v súčasnosti so svojim životom spokojný?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Spokojnosť so životom, podpora zo strany rodiny, neprítomnosť väčších aj bežných problémov, spokojnosť so sebou samým, radosť zo seba, zo slobody, z možností, ktoré život ponúka</i>	Pocitovanie spokojnosti	5
<i>Pocitovanie väčšej spokojnosti, spokojnosť s komunitou, terapeutmi, pozitívnejšie vnímanie života, v porovnaní s minulosťou</i>	Pocitovanie väčšej spokojnosti, ako predtým	4
<i>Málo času v liečbe, aby človek dokázal povedať, že je so svojim životom spokojný</i>	Pocitovanie nespokojnosti	1
Celkový počet výrokov		10

Komentár: Naša ďalšia otázka mala za úlohu zistiť, či sú naši participant v súčasnosti spokojní so svojim životom, pričom hlbším zámerom bol zistiť ich momentálny postoj k životu. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 10) sa nám v tomto prípade

podarilo vytvoriť 3 kategórie, pričom najfrekvencovanejšie odpovede sme mohli zaradiť do kategórií *pociťovanie spokojnosti* (5) a *pociťovanie väčšej spokojnosti, ako predtým* (4).

Tab. 11 Považujete momentálne svoj život za hodnotný a zmysluplný?

Považujete momentálne svoj život za hodnotný a zmysluplný?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Plnohodnotný, zmysluplný život, presvedčenie o hodnote vlastného života, pociťovanie hodnoty vlastnej abstinencie, nachádzanie zmyslu života vo viere v Boha,</i>	Hodnotný, zmysluplný život	5
<i>Hodnotnejší život oproti minulosti, pripisovanie väčšieho zmyslu životu,</i>	Hodnotnejší, zmyslupnejší život	4
<i>Málo času v liečbe, aby sa to dalo povedať, Kritické vnímanie svojej osoby (narkoman, ktorý nič nedosiahol, nedokázal, nemá vzdelanie...)</i>	Kritické vnímanie hodnoty a zmysluplnosti života	3
Celkový počet výrokov		12

Komentár: Ďalšia otázka bola zameraná na zisťovanie miery prežívania hodnoty a zmysluplnosti života našich participantov. Táto otázka bola z hľadiska nášho hlavného cieľa takisto zásadná, pretože nám poskytla informácie o subjektívnom prežívaní zmysluplnosti života našich participantov po určitom čase liečby. V celkovom súbore odpovedí (n = 12) sa nám pri tejto otázke podarilo identifikovať takisto 3 indukované kategórie, z ktorých nám vyplynulo, že participantí považujú v súčasnosti svoj život za *hodnotný a zmysluplný* (5), resp. *hodnotnejší a zmyslupnejší* (4), ako v minulosti.

Tab. 12 Ktoré veci sú v súčasnosti najdôležitejšie vo Vašom živote?

Ktoré veci sú v súčasnosti najdôležitejšie vo Vašom živote?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Budovať a udržiavať vzťahy v komunite, urovnať si vzťahy v rodine,</i>	Vzťahy	5
<i>Syn, matka, získať naspäť dôveru rodiny</i>	Rodina	4
<i>Zostať a vytrvať v liečbe, vyliečiť sa,</i>	Liečba	3
<i>Život bez drogy, bez potreby drogy, abstinencia ako základ, od ktorého sa odvíja všetko ostatné,</i>	Abstinencia	2
<i>Nájsť si prácu, začať si budovať život, rozhýbať sa</i>	Práca	2
<i>Dať sa fyzicky dokopy, zdravie</i>	Zdravie	2
<i>Škola, dokončiť školu</i>	Škola	2
<i>Pomáhať druhým ľuďom nejakým spôsobom</i>	Pomáhať druhým	1
<i>Začať sa mať rád nejakým spôsobom</i>	Začať sa mať rád	1
Celkový počet výrokov		22

Komentár: Našou ďalšou otázkou sme chceli zistiť, čo je momentálne najdôležitejšie v živote našich participantov, pričom našim hlbším zámerom bolo identifikovať ich súčasné hodnoty a priority. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 22) sa nám podarilo vytvoriť 9 indukovaných kategórií, z ktorých mali najväčšiu frekvenciu výskytu odpovede zaradené do kategórie *vzťahy* (5). Výroky zaradené do kategórií *rodina* (4) a *liečba* (3), ako najdôležitejšia vec v súčasnom živote, patrili medzi ďalšie najčastejšie odpovede participantov.

Tab. 13 Sú v súčasnosti vo Vašom živote nejaké veci, v ktorých sa naplno angažujete?

Sú v súčasnosti vo Vašom živote nejaké veci, v ktorých sa naplno angažujete?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Dať sa fyzicky do poriadku, práca na duchovnom živote, štúdium Biblie, čítanie, štúdium angličtiny, učenie sa komunikácii, snaha potlačiť v sebe hnev, zvládať stresy, dávať vhodnú spätnú väzbu na kritiku, práca na počítači, rozširovanie vedomostí</i>	Práca na sebe	6
<i>Šport (behánie, box, cvičenie, plávanie), starostlivosť o zvieratá, chov zvierat, hra na gitare,</i>	Záľuby	5
<i>Práca s hlinou, výroba svietnikov a ozdôb, maľovanie farbami na sklo, kreslenie,</i>	Arteterapia	3
<i>Možnosť naučiť sa pracovať, priučiť sa niečomu, žehlenie, práca v kuchyni, varenie, upratovanie</i>	Pracovná terapia	2
<i>Pomoc v domove dôchodcov, získanie praxe v sociálnej oblasti</i>	Práca v prospech iných	1
<i>Skupinové sedenia, spoločné trávenie času, mítingy</i>	Skupiny	1
Celkový počet výrokov		18

Komentár: Touto otázkou sme zisťovali, či je v súčasnosti v živote našich participantov niečo, v čom sa angažujú, alebo čomu sa naplno venujú. V prvom rade sme boli zvedavé, či došlo v tejto oblasti k nejakej zmene v porovnaní s obdobím aktívneho užívania drog. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 18) sa nám podarilo vytvoriť 6 indukovaných kategórií, pričom z odpovedí jasne vyplynulo, že najviac participantov sa momentálne naplno angažuje v *práci na sebe* (6). *Záľuby* (5) a *arteterapia* (3), ako ďalšie dve kategórie, tvorili druhú a tretiu najčastejšiu aktivitu, ktorá našich participantov v súčasnosti najviac zamestnáva a naplňa.

Tab. 14 Ako vnímate seba samého v porovnaní s obdobím, keď ste užívali drogy?

Ako vnímate seba samého v porovnaní s obdobím, keď ste užívali drogy?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Pociťovanie väčšej zodpovednosti, väčšia odhodlanosť, pracovitosť, snaha riešiť konflikty hneď, uvedomenie si následkov, nesebeckosť, väčšia samostatnosť, racionálnosť, zmysel pre povinnosť</i>	Zmena v oblasti vlastností	6
<i>Dobrá fyzický a psychický stav, zlepšenie zdravotného stavu, bez strachu, spoliehanie sa na Boha, väčšia pohoda, vyrovnanosť, spokojnosť, pokoj, bezstarostnosť, dobrá nálada, vyrovnané nálady</i>	Pociťovanie pohody	4
<i>Schopnosť zvládania záťažových situácií, stresu, riešenie vecí iným spôsobom, lepšia komunikácia, schopnosť dávať vhodnú spätnú väzbu, potláčať hnev, schopnosť vyrovnať sa s problémami, práca s hlinou, varenie, upratovanie</i>	Nadobudnutie nových schopností	4
<i>Hodnoty na správnom mieste, vzťahy a rodina ako priorita, radosť z iných vecí, ako predtým, iné hodnoty</i>	Zmena v oblasti hodnôt	4
<i>Uvedomenie si určitých vecí, zmena vo vnímaní, zameranie sa na budúcnosť</i>	Zmena pohľadu na veci	3
Celkový počet výrokov		21

Komentár: Táto otázka mala za úlohu zistiť, ako sa momentálne vnímajú naši účastníci v porovnaní s obdobím, kedy aktívne užívali drogy. Z celkového súboru odpovedí (n = 21) sa nám podarilo vytvoriť 5 kategórií, pričom najpočetnejšou bolo pociťovanie zmien v oblasti vlastností (6). Výroky zaradené do kategórií: *pociťovanie pohody* (4), *nadobudnutie nových schopností* (4) a *zmena v oblasti hodnôt* (4), takisto odzneli viackrát.

Tab. 15 Čo pre Vás znamená táto komunita?

Čo pre Vás znamená táto komunita?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Zázemie, zázemie ľudí, ľudia s podobnými problémami, spoľahliví ľudia, ktorí dokážu povzbudiť, dodať energiu, zrkadlo – spätná väzba, jediní ľudia, ktorí mi dokážu pomôcť, ktorí ma dokonale poznajú, ktorých mám naozaj rád, možnosť zaradiť sa opäť do života, druhá rodina, druhý domov</i>	Zázemie	7
<i>Pripisovanie veľkého významu komunite, výborná vec, pozitívne vzťahy</i>	Menej konkrétny pozitívny význam	3
Celkový počet výrokov		10

Komentár: Štrnástou otázkou sme chceli zistiť, čo predstavuje pre našich participantov komunita. Naším hlbším zámerom bolo pri tejto otázke zistiť, aký význam jej pripisujú a či by sme ju mohli chápať v zmysle určitého zdroja zmysluplnosti života. Z celkového súboru odpovedí participantov (n = 10) sa nám pri tejto otázke podarilo vytvoriť 2 indukované kategórie, pričom najpočetnejšiu kategóriu tvorili odpovede zaradené do kategórie *zázemie* (7). Druhá kategória pripisovala komunite menej konkrétny, ale takisto *pozitívny význam* (3).

Tab. 16 Čo je v TK pre Vás zdrojom zmysluplnosti života?

Čo je v TK pre Vás zdrojom zmysluplnosti života?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Starší klienti, ktorí už niečo dokázali, starší klienti, ako zdroj inšpirácie, terapeuti, ako zdroj inšpirácie</i>	Pozitívne vzory	3
<i>Pochvala, ocenenie, podpora a uznanie, ako zdroje posilnenia,</i>	Podpora a ocenenie	3
<i>Láskavý prístup človeka k človeku, vzťah človek-človek, zdravé vzťahy, pevné vzťahy, prijímajúce vzťahy, prejavenie záujmu</i>	Vzťahy	3
<i>Boh, očistenie seba samého, možnosť vykúpiť sa z hriechov, Sväté Písmo,</i>	Viera	3
<i>Viditeľné pozitívne zmeny, keď sa niečo podarí, keď im chutí to, čo navarím, deň prežitý v abstinencii vnímané ako víťazstvo,</i>	Pocit úspechu	2
<i>Výborný kolektív, výborní terapeuti, výborný učiteľ, dobrá partia,</i>	Komunita	2
<i>Radosť z pomoci druhým, túžba podržať ostatných, poradiť a pomáhať im</i>	Túžba pomáhať druhým	1
<i>Osobná vízia do budúcnosti, predstava o budúcnosti a o zaradení sa do normálneho života,</i>	Vízia lepšej budúcnosti	1
Celkový počet výrokov		18

Komentár: Touto otázkou sme skúmali možné zdroje zmysluplnosti života pre našich participantov v TK, pričom nás zaujímalo, čo im v rámci nej dodáva chuť do života. Z celkového súboru odpovedí (n = 18) sme pri tejto otázke identifikovali 8 kategórií, z ktorých ani jeden nevynikal, čo sa týkalo frekvencie výskytu. Odpovede zaradené do kategórií *pozitívne vzory* (3), *podpora a ocenenie* (3), *vzťahy* (3) a *viera* (3) boli najčastejšie sa vyskytujúce.

Tab. 17 Poskytuje Vám TK niečo, čo Vám predtým v živote chýbalo?

Poskytuje Vám TK niečo, čo Vám predtým v živote chýbalo?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Priateľstvo, úprimné, otvorené, podporujúce, prijímajúce vzťahy, pocit, že pre niekoho niečo znamenám</i>	Vzťahy	7
<i>Bezpečie, izolácia v dobrom slova zmysle</i>	Bezpečie	2
<i>Zázemie</i>	Zázemie	1
<i>Výstraha vo forme trestov</i>	Výstraha	1
<i>Nič</i>	Nič	1
Celkový počet výrokov		12

Komentár: Šestnástou otázkou sme zisťovali, či poskytuje TK našim účastníkom niečo, čo im v minulosti v živote chýbalo, čo by sme mohli následne chápať ako možný dôvod zvýšenia úrovne prežívania zmysluplnosti života. V celkovom súbore odpovedí účastníkov (n = 12) sme identifikovali 5 indukovaných kategórií, pričom najobsiahlejšou z nich bola kategória *vzťahy* (7).

Tab. 18 Čo si myslíte, čo z toho, čo sa odohráva v TK je najpodstatnejšie pre Váš budúci zmysluplný život bez drog?

Čo si myslíte, čo z toho, čo sa odohráva v TK je najpodstatnejšie pre Váš budúci zmysluplný život bez drog?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Uvedomovať si vzťahy medzi ľuďmi, budovať, udržiavať a utužovať vzťahy, vzťahy, ako možný zdroj pomoci v budúcnosti</i>	Vzťahy	3
<i>Získať zodpovednosť, uvedomovať si následky činov,</i>	Zodpovednosť	2
<i>Práca, pracovná terapia, osvojovanie si pracovných návykov</i>	Pracovná terapia	2
<i>Dodržanie, rozvrhnutie času, pravidlá, hranice, osvojovanie si návykov</i>	Režim	2
<i>Naučiť sa správne reagovať pri konfliktoch, nevybuchovať, riešiť konflikty pokojne</i>	Konfrontácia s problémami	1
<i>Prítomnosť Boha</i>	Boh	1
<i>Byť samostatný, nebyť nikomu na obtiaž</i>	Samostatnosť	1
<i>Dôležitosť celej terapie</i>	Terapia	1
<i>Neschopnosť posúdiť to</i>	Neschopnosť posúdiť	1
Celkový počet výrokov		14

Komentár: Touto otázkou sme chceli zistiť, čo považujú naši účastníci z hľadiska svojho budúceho života bez drog, za najpodstatnejšie v TK, pričom našim hlbším zámerom

bolo zistiť, čo z terapie je pre nich najdôležitejšie. Pri tejto otázke sme z celkového súboru odpovedí našich participantov (n = 14) vytvorili 9 indukovaných kategórií, z ktorých *vzťahy* (3), ako participantmi vnímaná najpodstatnejšia vec pre ich budúcnosť, sa vyskytovala najčastejšie.

Tab. 19 Ktoré hodnoty dávajú Vášmu životu zmysel v súčasnosti?

Ktoré hodnoty dávajú vášmu životu zmysel v súčasnosti?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Vzťahy, práca na nich, vzťahy v rodine, v komunite, túžba mať vlastnú rodinu</i>	Vzťahy	6
<i>Boh, viera, náboženstvo</i>	Viera	3
<i>Zodpovedný prístup k práci, mať prácu v budúcnosti, zarábať si na seba</i>	Práca	2
<i>Vzdelanie, škola, učenie, plány ísť na VŠ</i>	Vzdelanie	2
<i>Dať do poriadku zdravie</i>	Zdravie	1
<i>Túžba pracovať s sociálnej oblasti, pomáhať a odovzdávať ďalej Božie svedectvo</i>	Túžba pomáhať druhým	1
<i>Snaha objaviť v sebe hodnoty, byť ľudský, naučiť sa rozlišovať medzi dobrom a zlom</i>	Práca na sebe	1
Celkový počet výrokov		16

Komentár: Osemnástou otázkou sme zisťovali aktuálne najvýznamnejšie hodnoty našich participantov. V celkovom súbore odpovedí (n = 16) sme identifikovali 7 kategórií, pričom najobsiahlejšiu skupinu tvorili odpovede zahrnuté do kategórie *vzťahy* (6).

Tab. 20 Myslíte si, že máte v živote ešte nejakú úlohu alebo poslanie?

Myslíte si, že máte v živote ešte nejakú úlohu alebo poslanie?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Dokončenie školy, pomoc druhým, práca v sociálnej oblasti, nájsť si prácu, žiť plnohodnotne, ísť na VŠ, založiť si rodinu, mať deti, posplácať dlhy, nadobudnúť dôveru ľudí, odovzdať ďalej Božie poslanie</i>	Jasné ciele	5
<i>Spoliehanie sa na osud, nejasná budúcnosť kvôli zdravotným problémom, zmätok v tejto otázke, viera, že nejaké osobné poslanie existuje</i>	Nejasné ciele	3
<i>Reálnejšie, ľahšie dosiahnuteľné ciele</i>	Krátkodobé ciele	1
<i>Zodpovednosť voči mladším, odovzdať im niečo, byť vzorom</i>	Momentálne poslanie	1
Celkový počet výrokov		10

Komentár: Touto otázkou sme chceli zistiť, či si participantia myslia, že majú v budúcnosti pred sebou ešte nejakú úlohu alebo poslanie. Z celkového súboru odpovedí (n = 10) sa nám

podarilo vytvoriť 4 indukované kategórie. Najfrekventovanejší typ odpovedí vypovedal o *jasných cieľoch* (5) našich participantov do budúcnosti. Druhú obsiahlejšiu kategóriu predstavovali odpovede zaradené do kategórie *nejasné ciele* (3).

Tab. 21 Čo pre Vás predstavuje abstinencia?

Čo pre Vás predstavuje abstinencia?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Oslobodenie, možnosť dýchať normálne, žiť normálnym spôsobom, viac možností, môcť robiť veci, ktoré sa predtým nedali, nebyť otrokom nejakej látky,</i>	Sloboda	4
<i>Udržať si odolnosť, nutnosť vyhýbať sa spúšťačom, hádkam, stresu, adrenalínu, nutnosť odreagovať a vyventilovať sa, strániť sa určitých ľudí, byť od nich izolovaný</i>	Odolnosť	3
<i>Zdravý životný štýl, zmena v životnom štýle, v správaní</i>	Životný štýl	2
<i>Pokoj pred zlým</i>	Pokoj	1
<i>Spokojnosť so životom</i>	Spokojnosť	1
Celkový počet výrokov		11

Komentár: Táto otázka zisťovala názor našich participantov na abstinenciu. V celkovom súbore odpovedí na túto otázku (n = 11) sme vytvorili 5 indukovaných kategórií. Najviac frekventovanou boli odpovede, zaradené do kategórií *sloboda* (4) a *odolnosť* (3).

Tab. 22 V čom vidíte zmysel svojho života bez drog?

V čom vidíte zmysel svojho života bez drog?	Indukovaná kategória	Absolútna početnosť
<i>Založiť si vlastnú rodinu, mať priateľku alebo manželku, deti, byť dobrým manželom, vzorom svojmu dieťaťu</i>	Rodina	5
<i>Nájsť si prácu, samostatnosť, práca, ktorá by ma bavila</i>	Práca	2
<i>Pomáhať druhým ľuďom, spraviť všetko, čo sa dá pre niekoho</i>	Pomoc druhým	2
<i>Abstinovať, byť čistý</i>	Abstinencia	2
<i>Začleniť sa, nevyčnievať, „prispôbiť sa“, všetko, čo sa týka normálneho fungovania</i>	Normálne fungovanie	2
<i>Ísť do zahraničia, cestovať, navštíviť rodinu v zahraničí</i>	Cestovanie	2
<i>Prežiť život naplno, zistiť a vyskúšať veľa vecí, vedieť sa obracať</i>	Spokojnosť so životom	1
<i>Spraviť si školu</i>	Vzdelanie	1
Celkový počet výrokov		17

Komentár: Posledná otázka zisťovala, v čom vidia naši participanti zmysel svojho života bez drog. Z celkového súboru odpovedí (n = 17) sa nám v tomto prípade podarilo vytvoriť 8 indukovaných kategórií, z ktorých mala *rodina* (5) najväčšie zastúpenie.

6 DISKUSIA

Naša práca sa zaoberá témou prežívanie zmyslupnosti života u drogovu závislých v doliečovacom procese v rámci terapeutických komúní, pričom sa zároveň snaží poukázať na možný prínos Franklovej logoterapie v tomto procese.

V predchádzajúcej kapitole sme zhrnuli empirické údaje, ktoré sa nám podarilo získať prostredníctvom pološtruktúrovaného rozhovoru s našimi participantmi a ktoré sme následne zatriedili do jednotlivých indukovaných kategórií na základe ich obsahu a nakoniec podrobili kvantitatívnej analýze (priradili k nim absolútnu početnosť).

V tejto kapitole sme sa venovali kvalitatívnej interpretácii výsledkov zhrnutých v tabuľkách 2 – 22, pričom sme postupovali podľa vopred stanovených významových kategórií (Príloha A, B, C, D, E), ktoré korešpondujú s našimi cieľmi, prieskumnými otázkami i teoretickými východiskami. K interpretácii indukovaných kategórií s najväčšou frekvenciou výskytu sme pripojili aj citácie participantov, aby sme dosiahli väčšiu autentickosť.

Pochopiteľne si táto kapitola nemôže robiť nároky na detailný rozbor a podrobné zdôvodnenie všetkých záverov, chce však prispieť k tomu, aby súvislosti medzi prežívaním zmyslupnosti života a drogovou závislosťou, resp. jej liečbou, boli objasnené a aby sa prostredníctvom nich uznalo miesto logoterapie, ako schopnej a účinnej intervencie v tejto oblasti.

6.1 Významová kategória – *Prežívanie zmyslupnosti života* (Tab. 4, 8, 11, 22, Príloha A)

Podľa Rejera a Wonga (1988, In Křivohlavý, 2006) je zmyslupnosť výrazom hodnoty, ktorú prisudzujeme udalostiam a behu života a významu, ktorú pripisujeme vlastnej existencii.

Významovú kategóriu *prežívanie zmyslupnosti života* sme si vybrali so zámerom vytvoriť si detailnejší obraz o úrovni prežívania zmyslupnosti života našich participantov v čase, keď aktívne užívali drogy a následne v súčasnosti, po určitom čase strávenom v terapeutickej komunite.

Otázkou, ktorá sa týkala posúdenia zmyslupnosti vlastného života v období aktívneho užívania drog (Tab. 4) sme zistili, že väčšina našich participantov považovala svoj život

v tom čase za bezzmyselný a bezcenný (6), nemali žiadne ciele a často sa zamýšľali nad podobnými existenciálnymi otázkami.

„... chvíľku som bol hore, chvíľku dole a potom viac-menej viac dole a zistil som, že to nemá cenu a po pár pokusoch o samovraždu a podobných záležitostiach to asi nedávalo moc veľký zmysel...“

Naše zistenia potvrdzuje aj Halamov (Možnosti logoterapie...) článok, kde konštatuje okrem svojich aj zistenia mnohých iných terapeutov, podľa ktorých sa závislí často sťažujú na prázdnotu svojho života, nedostatok životných cieľov, apatiu a nezáujem o iné veci, ako o drogu, pričom posledná spomínaná záležitosť zároveň korešponduje aj s našou druhou najfrekvencovanejšou indukovanou kategóriou pri tejto otázke, ktorou je *droga, ako zmysel života* (3), ktorá zahŕňala odpovede ako: hľadanie zmyslu života v drogách, život naplnený len drogou, droga ako jediný zmysel života a pod.

„Tak nejako som o to ani nedbal, či je zmysluplný. Pre mňa vtedy existovali proste iba peniaze a droga a nič viac ma ani nezaujímalo.“

S predchádzajúcou otázkou úzko súvisela aj nasledujúca. Touto otázkou, ktorá zistovala, či chýbalo našim účastníkom niečo v tomto období (aktívneho užívania drog) (Tab. 8), sme zistili, že väčšine z nich nechýbalo *nič okrem drog* (4), resp. nepociťovali žiadnu inú potrebu okrem drog a okrem potreby byť pod ich vplyvom.

„Keď som bol pod vplyvom drog ani nie... nič mi nechýbalo. Až potom, keď som začal byť triezvy, zase mi chýbalo byť v nejakom stave. Nedokázal som byť triezvy, neľúbil sa mi ten stav.“

Vysvetľujeme si to už spomínanou apatiou, rezignáciou a nezaujmom o iné veci ako drogu príznačným pre drogovú závislosť. Ak sa však pozeráme na chorobnú závislosť ako Naništová (2001), ktorá ju definuje v zmysle určitej náhrady inej potreby našej Ja, dá sa tiež predpokladať, že požitie drogy môže aspoň na chvíľu vyriešiť veľké napätie, ktoré má človek z nenaplnenia tejto skutočnej potreby, čím sa uňho droga stáva jedinou hodnotou, resp. pseudohodnotou a následne už o iné nestojí. Práve z tohto dôvodu upozorňuje Naništová na to, že základným krokom v liečbe závislostí by malo byť nájdenie skutočnej potreby, maskovanej nejakou klamnou vášňou a posun od kompenzačných mechanizmov k priamej konfrontácii s otázkami vlastnej existencie.

Tieto dve otázky boli vzhľadom na hlavný cieľ našej práce zásadné, pretože jednoznačne potvrdili opodstatnenosť práce s témou zmyslu života a tým pádom aj využitia logoterapie v doliečovaní závislých.

Ďalšou otázkou priradenou k významovej kategórii *prežívanie zmysluplnosti života*, ktorá mala za úlohu zistiť aktuálny stav v tejto oblasti (Tab. 11), sme zistili, že došlo k pozitívnemu posunu v smere prežívania života ako *hodnotného a zmysluplného* (5), resp. *hodnotnejšieho a zmyslupnejšieho* (4) ako v čase aktívneho užívania drog. Svedčili o tom odpovede vypovedajúce o plnohodnotnom a zmysluplnom živote, pripisovaní väčšieho zmyslu životu, o pociťovaní hodnoty vlastného života, o nachádzaní zmyslu života vo viere v Boha a pod.

„... určite má nejaký zmysel... Vtedy ma ku koncu už vlastne ani nebavilo žiť, bol to taký kolobeh, stereotyp a nikdy som nevedel čo bude ráno, či sa zobudím v bolestiach, v zimmici. Takže teraz má môj život určite väčší zmysel, ako tomu bolo predtým...“

Naše zistenia korešpondujú aj s výsledkami výskumu, ktorý realizovala Tumpachová (2005) a ktorý potvrdil zlepšenie v oblasti prežívania zmysluplnosti života počas liečby u alkoholikov a klientov zneužívajúcich iné nelegálne psychoaktívne látky. K podobným záverom dospeli aj Halama a Timuľák (2004), ktorí výskumom zistili, že v priebehu liečby v terapeutickej komunite začínajú klienti zažívať pocity naplnenia vlastného života.

Úlohu logoterapie vidíme v tejto súvislosti hlavne v tom, že sa v prvom rade usiluje o rozšírenie obzoru klienta a o ukázanie možností, ktoré robia jeho život nielen znesiteľným, ale aj hodnotným a zmysluplným.

Táto otázka bola z hľadiska našich cieľov takisto podstatná, lebo zodpovedala otázku, či dochádza v terapeutickej komunite, po určitom čase liečby k zvýšeniu úrovne prežívania zmysluplnosti života, čím sa znova dostávame k potvrdeniu prínosu, ktorým práca s témou zmyslu a zmysluplnosti života nepochybne je.

Naša posledná otázka priradená k tejto významovej kategórii skúmala to, v čom vidia naši participanti zmysel svojho života bez drog (Tab. 22). Naším hlavným zámerom bolo objasniť, ako dokážu otázku prežívania zmysluplnosti vlastného života premietnuť do perspektívy svojej budúcnosti bez drog.

Zistenia, ku ktorým sme dospeli potvrdili, že približne polovica našich participantov vidí zmysel svojho života v *rodine* (5). Svedčili o tom odpovede ako: založenie vlastnej rodiny, mať priateľku či manželku a deti, byť dobrým manželom, vzorom svojmu dieťaťu a pod..

„Založiť si rodinu a byť vzorom svojmu dieťaťu, dobrým manželom, aby na mňa boli rodičia hrdí, aby som ja mohol byť hrdý na seba...“

Myslíme si, že vidieť svoju budúcnosť v takejto perspektíve znamená v prípade drogozo závislých podstatný posun, hlavne ak zoberieme do úvahy, že väčšina z nich v čase aktívneho užívania drog, zaujatý sám sebou a uspokojovaním vlastných, egocentrických potrieb, okrádala svoju rodinu, príbuzných, dokonca niektorí im ubližovali nielen materiálne ale aj psychicky a fyzicky.

Vidieť zmysel svojho budúceho života v rodine súvisí podľa nás predovšetkým s hľadáním sociálnej blízkosti, s objavením hodnôt vzťahujúcich sa k medziludským vzťahom a s hľadáním sociálnej opory, ktorú tieto vzťahy môžu zabezpečiť a poskytnúť človeku.

Aby sme to však zhrnuli, ťažisko logoterapie tkvie práve v objasnení perspektív budúcnosti. Jej snahou je nájsť alternatívy k závislosti v podobe prežívania hodnôt, ktoré sám Frankl považuje za jediný zdroj zmysluplnosti života. Domnievame sa, že nezáleží ani tak na tom, či je to rodina, práca alebo abstinencia, dôležité je to, aby bola hodnota pozitívna a trvácna, ktorá má šancu pretrvávať aj po skončení liečby a podporovať klienta v jeho rozhodnutí žiť plnohodnotný a zmysluplný život bez drog.

6.2 Významová kategória – Hodnoty, priority (Tab. 5, 6, 7, 12, 19, Príloha B)

Existencia hodnôt v živote človeka je zásadnou podmienkou prežívania zmysluplnosti, pretože ako tvrdí Frankl zmysel života je možné naplniť jedine uskutočňovaním hodnôt.

Bačová (2006) vo svojom článku uvádza, že drogozo závislých vo všeobecnosti charakterizuje chýbajúci cit pre hodnoty, nenaplnenosť hodnotami a slabá otvorenosť a zaniatenosť pre hodnoty.

Túto významovú kategóriu sme si vybrali práve z toho dôvodu, aby sme sa pokúsili identifikovať hodnoty a priority našich participantov v období, keď aktívne užívali drogy a aby sme zistili, či po určitom čase strávenom v terapeutickej komunite došlo k pozitívnej zmene v tejto oblasti.

Otázkou, ktorá zisťovala, čo bolo v čase aktívneho užívania drog najdôležitejšie v živote našich participantov (Tab. 5) sme zistili, že túto rolu u nich jednoznačne zastávali *droga* (5), *peniaze* (4) a *priatelia* (4).

„...každodenná robota zohnať peniaze a drogu bol takým mojím zmyslom života...“

Výroky našich participantov podľa nášho názoru dokazujú egocentrické a hedonistické životné zameranie v čase aktívneho užívania drog, kedy im šlo jedine o vlastný pôžitok a kladné emocionálne zážitky sprostredkované účinkami drog. Odpovede našich participantov teda jednoznačne potvrdili ich slabú zaniietenosť pre pozitívne hodnoty, resp. nenaplnenosť hodnotami v tomto období.

Ďalšia otázka priradená k významovej kategórii *hodnoty, priority* mala za úlohu zistiť, čo predstavovali drogy v živote našich participantov v čase, keď ich aktívne užívali (Tab. 6).

V odpovediach našich participantov sa nám podarilo identifikovať dve rovnako často sa vyskytujúce indukované kategórie, ktorými boli *únik z reality* (6) a *príjemné pocity* (6).

„Dobrý pocit, útek, z pre mňa tak nezvládnuteľného sveta, útek pred vzťahmi, pred výčitkami zo strany kamarátov a bývalej frajerky, pred všetkým, čo pre mňa mohlo predstavovať nejakú zodpovednosť...“

Chápanie drogy v zmysle úniku pred realitou spája Frankl (2009) s otázkou zodpovednosti človeka. Jeho logoterapia totiž vidí v zodpovednosti najzákladnejšiu podstatu ľudskej existencie. Podľa neho musia mať práve preto všetky postupy duševného liečenia v konečnom dôsledku za cieľ priviesť človeka k tomu, aby sa tešil zo zodpovednosti.

V prípade drogovy závislých je na druhej strane možné spozorovať pravý opak – nechť k zodpovednosti, strach z nej a následne spomínaný únik pred ňou, pred reálnymi hodnotami a skutočnými úlohami.

Mnohí odborníci zaoberajúci sa drogovou problematikou považujú tento faktor za jeden z najfrekvencovanejších dôvodov, prečo vôbec človek siahne po droge. Realita sa mu javí ako zlá, nepriateľská, nezvládnuteľná, nenachádza v nej svoje miesto alebo pod ťarchou vlastných vonkajších a vnútorných emotívnych problémov si volí vlastný spôsob reakcie, v podobe určitých obranných mechanizmov a únikových tendencií z reality, nepostavenia sa tvárou v tvár problémom.

Domnievame sa tiež, že *príjemné pocity* sprostredkované drogou (pocit slobody, relax, spokojnosť, uvoľnenie, zábava), ktoré sa rovnako často vyskytovali v odpovediach našich participantov, a ktoré sú síce len prechodné a prinášajú čisto iluzórne pocity uspokojenia, v prípade závislého človeka však môžu vyvážiť spomínané frustrujúce a nepríjemne pocity zažívané v reálnom živote, pred ktorými sa snaží uniknúť.

Naša vyššie uvedená domnienka korešponduje s názorom Margiesa (1991, In Naništová, 2001), ktorý v tejto súvislosti hovorí o tom, že človek si pomocou drogy navodí bez predstierania príjemné reakcie poskytujúce jeho sebaoptvrdenie a zabezpečí si pôžitok a pocit nadradenosti, odpojí sa od svojho okolia a svojej zodpovednosti. Je to podľa neho „geniálny trik“, ako si najkratšou cestou zabezpečiť mnoho pôžitku, pokoja alebo tiež pocitu vlastnej veľkosti.

Pri analýze otázky, či sa naši participanti venovali niečomu, resp. sa angažovali v niečom, čo ich naplňalo v čase, keď aktívne užívali drogu (Tab. 7), sme zistili, že *droga ako jediný zdroj naplnenia* (5) figurovala medzi odpoveďami najčastejšie. Svedčili o tom odpovede ako: *nezáujem o iné veci, ako o drogu, prioritá drogy pred inými aktivitami, zanedbávanie, resp. skoncovanie so záľubami a pod.*

„...keď som už bola závislá, tak ma prestalo baviť všetko, už som si na ďalšie veci nemohla nájsť čas, lebo keď som sa mala rozhodnúť, či pôjdem do Červeného kríža, alebo sa pôjdem nafetovať, tak som sa išla radšej nafetovať...“

Báčová (2006) pri všeobecných charakteristikách závislého človeka okrem iného takisto uvádza nízku angažovanosť, pasivitu, stratu záujmu a iniciatívy. Túto skutočnosť potvrdzujú aj Halama a Timuľák (2004) svojimi výskumnými závermi, v ktorých uvádzajú *bezcieľnosť* a *nezáujem o iné veci, než o drogu u závislých nastupujúcich na liečbu do terapeutických komunit.*

Frankl (1994a, 1998) pritom apeluje na nutnosť angažovania sa, pretože zmysel života spočíva podľa neho práve v angažovanosti a bezprostrednom zapojení sa do diania okolo nás, v plnení úloh, pred ktoré nás život postaví.

Halama (Možnosti logoterapie...) takisto zdôrazňuje, že v rámci terapie drogovu závislých je treba pomôcť klientovi v prechode od pasívneho nastavenia („čo život prinesie“), k aktívnemu postojú a prežívaniu zodpovednosti za svoj život a jeho náplň, čo je nutným predpokladom k rozvíjaniu zmyslu života. Navyše poznanie, že vlastná aktivita a angažovanosť v konkrétnych aktivitách, činnostiach a hodnotách dokáže naplniť jeho život potrebným zmyslom, môže slúžiť ako základ pre ďalší rast v tejto oblasti, a to takým spôsobom, že tieto skúsenosti a zážitky môže po skončení pobytu v zariadení využiť pri hľadaní svojej celkovej životnej orientácie.

Ďalšou otázkou priradenou k významovej kategórii *hodnoty, priority* sme zisťovali, ktoré veci pokladajú naši participanti vo svojom živote za najdôležitejšie v súčasnosti (Tab. 12).

Po zhrnutí odpovedí sme zistili, že túto rolu vo väčšine prípadov zastávajú *vzťahy* (5). Participanti to vyjadrili odpoveďami ako: budovať a udržiavať vzťahy v komunite, urovnať si vzťahy v rodine, získať naspäť dôveru rodiny a pod.

„Myslím, že vzťahy v prvom rade, aby som mal ľudí, ktorí ma podporia a hlavne tu, pretože mám síce aj mamu, ale ona nikdy nepochopí moju závislosť a mňa, takého aký som...“

Křivohlavý (2006) vo svojej publikácii *Psychologie smysluplnosti existence* takisto uvádza, že vzťahy medzi ľuďmi sú mimoriadne dôležité pre našu spokojnosť a pozitívne poňatie zmysluplnosti života.

Zistenie, že väčšina našich participantov považuje v súčasnosti vzťahy za prioritné vo svojom živote nás teší aj z toho dôvodu, že tie predstavujú podľa Naništovej (2001) dobrý základ pre morálku, napomáhajú lepšiemu zvládaniu stresu a ako sme už spomínali, podieľajú sa aj na zmysluplnosti života. Naopak, nedostatok vzťahových väzieb, resp. ich absencia sa môže prejavovať vo forme depresí, pocitu nezmyselnosti, prázdnoty, smútku, nedôverčivosti... a v konečnom dôsledku i závislosti.

Napokon aj v súvislosti s doliečovaním závislých v terapeutických komunitách treba podotknúť neodškriepiteľný význam vzťahov, pretože samotná liečba sa tu odohráva predovšetkým prostredníctvom nich. Členovia komunity sú podporovaní vo vytváraní hlbokých a blízkych vzťahov medzi sebou navzájom, k personálu a k spoločenstvu, ako celku. Týmto spôsobom sa zaisťuje korektívna emočná skúsenosť začlenenia do spoločenstva a spolunáležitosti, čo bolo v minulosti klientov takmer vždy vážnym problémom (Kalina, 2008).

Posledná otázka priradená k významovej kategórii *hodnoty, priority* zisťovala súčasné hodnoty našich participantov, ktoré dávajú zmysel ich životu (Tab. 19). Otázkou sme našich participantov nabádali k tomu, aby sa zamysleli nad tým, ktoré hodnoty a priority majú zakorenené vo svojom živote a aké princípy ich vedú v súčasnosti. Aj v tomto prípade nám z odpovedí vyplynulo, že *vzťahy* (6) sú v ich súčasnom živote prevládajúcou hodnotou. Svedčili o tom odpovede, ako: vzťahy, práca na nich, vzťahy v rodine, v komunite, túžba mať rodinu a pod.

„...vzťahy v prvom rade, či už rodinné alebo v rámci komunity...“

Pri analyzovaní predchádzajúcej otázky sme už ozrejmili význam vzťahov v oblasti prežívania zmysluplnosti života. Na záver by sme dodali už len toľko, že k takému výrazne

pozitívnemu posunu v ich chápaní zo strany závislých mohlo dôjsť podľa nášho názoru preto, lebo v terapeutickkej komunite mohli na vlastnej koži okúsiť kvalitatívne iný druh vzťahov, než boli tie, na ktoré boli doteraz zvyknutí. Prežívanie prijímajúcich, bezpečných rešpektujúcich a intímnych vzťahov v komunite je totiž pre väčšinu z nich nepoznanou a nesmiernu významnou skúsenosťou, ktorú navyše môžu zúžitkovať aj po odchode zo zariadenia, pretože vzťahy vytvorené v ňom väčšinou nekončia odchodom klienta, naopak, väčšina klientov vidí v týchto vzťahoch možný zdroj sociálnej podpory a opory pre prípad potreby v budúcnosti.

6.3 Významová kategória – *Postoj k životu* (Tab. 2, 3, 9, 10, 20, Príloha C)

Křivohlavý (2006) uvádza, že kriticky dôležitá pre pocit šťastia je osobnosť človeka a jeho pohľad na život, resp. jeho postoj k nemu. Zároveň však konštatuje, že jednou z najdôležitejších podmienok pre kladný postoj človeka k životu je jeho zmysluplné prežívanie. Poňatie zmyslu života, ktorý daný človek má, mu totiž dáva určitý rámec a v tomto rámci mu potom dávajú zmysel aj všetky ostatné dielčie skutočnosti (ciele, veci, udalosti, ľudia, vzťahy), ktoré následne dávajú jeho existencii kladnú hodnotu, čím prispievajú k jeho celkovo pozitívnemu postoju k životu.

Významová kategória *postoj k životu* je teda z hľadiska témy našej práce nesmiernu dôležitá, pričom sme otázkami priradenými k tejto kategórii zisťovali, či a ako ho ovplyvňuje terapia v terapeutickkej komunite.

V prvom rade sme boli zvedavé, ako vnímali naši participanti svoj život v období, keď začali užívať drogy (Tab. 2). Analýza odpovedí na otázku preukázala pri väčšine z nich *pozitívne vnímanie* (7), o čom svedčili odpovede ako: neviazaný, slobodný život, bezproblémové obdobie, vyhovujúci stav, život čisto o zábave, dobrá nálada, relax a pod.

„Dá sa povedať, že dobre. Vnímam som takú voľnosť, pocit slobody a mohol som robiť proste všetko... chodil som na diskotéky, zabával som sa s partiou... Drogy ako keby ma od niečoho oslobodzovali, od problémov, od starostí...“

Spomínaný výsledok nás neprekvapil, lebo je známe, že bývalí užívatelia drog väčšinou považujú počiatočné obdobie užívania drog, keď ešte neboli závislí, za jediný cenný a bezstarostný úsek svojho života (Kalina, 2008).

Myslíme si však, že úloha terapie spočíva práve v tom, aby u závislých dosiahla korekciu podobných postojov a aby sa klienti dopracovali k tomu, že ich zodpovedný život bez

drog, ktorému sa v rámci terapeutickkej komunity učia, takisto dokázal naplniť kladnými pocitmi a prežívaním.

Naša ďalšia otázka skúmajúca oblasť postojov našich participantov k svojmu životu bola zameraná na obdobie, keď už boli aktívnymi užívateľmi drog (Tab. 3). Výsledky analýzy tejto otázky preukázali výraznú zmenu v tejto oblasti oproti obdobiu, keď s užívaním drog začínali. Väčšina našich participantov si na toto obdobie spomína, ako na obdobie, kedy u nich došlo k podstatnej *zmene priorít* (7). Svedčili o tom odpovede ako: zanedbávanie školy, povinností, rodiny, priorit a uspokojiť seba samého, droga, zábava a kamaráti na prvom mieste, nezáujem o vzťahy, o rodinu a pod.

„Išlo to úplne dole vodou, úplne so všetkým. Povinnosti išli bokom, rodina a všetko vlastne... boli už proste len drogy, kamaráti, zábava...“

Pri tejto otázke sa nám podarilo identifikovať aj ďalšiu kategóriu odpovedí, ktoré mali relatívne vysokú frekvenciu výskytu. Išlo konkrétne o *vnímanie problémov* (5) v období závislosti, ktoré sa týkali predovšetkým školy, rodiny, zdravotných, psychických a vzťahových problémov a problémov so zákonom.

Z uvedených je teda zrejmé, že v živote našich participantov došlo k výrazným zmenám oproti začiatkom ich „drogovej kariéry“. Už to nebolo len o príjemných zážitkoch, ktoré ponúkali drogy, ale o postupnej zmene osobnosti, hierarchie hodnôt, priorít, o posúvaní morálnych zábran a o neustálych problémoch, ktoré mali na svedomí drogy a závislosť na nich.

Do tretice nás v oblasti postoja k životu zaujímal jeho súčasné vnímanie zo strany našich participantov (Tab. 9), aby sme zistili, či v priebehu terapie dochádza k zlepšeniu v tejto sfére. Analýza otázky nakoniec preukázala pri väčšine našich participantov *pozitívne vnímanie* (7) života v súčasnosti, čo sme vyvodili z odpovedí ako: obrat k lepšiemu, zlepšenie v rodinných vzťahoch, spokojnosť, pocit slobody, prežívanie hodnoty vlastného života a pod.

„Teraz som veľmi spokojný a teším sa, že som v poriadku, že sú ľudia okolo mňa v poriadku, že mám život vo svojich rukách a že som slobodný a nie som ničím viazaný...“

Naša ďalšia otázka skúmajúca postoj našich participantov k vlastnému životu mala za úlohu zistiť, či sú v súčasnosti spokojní so svojim životom (Tab. 10). Výsledky analýzy tejto otázky u nich jednoznačne preukázali *spokojnosť* (5), resp. *väčšiu spokojnosť, ako predtým* (4).

„Momentálne som, a ak to bude smerovať takto ďalej, budem spokojnejší než predtým. Teraz si už uvedomujem, aký život som viedol... už sa pozerám na veci s čistou hlavou...“

Domnievame sa, že pociťovanie spokojnosti, resp. väčšej spokojnosti so životom, ako tomu bolo v minulosti, je v prípade participantov prirodzené, pretože ich vlastné pokroky a pozitívne napredovanie počas liečby v pozitívnom smere ovplyvňuje vnímanie vlastnej osoby, čo sa následne odráža v prežívaní vlastnej úspešnosti a životnej spokojnosti.

Poslednou otázkou priradenou k významovej kategórii *postoj k životu*, sme zisťovali názor našich participantov na to, či si myslia, že majú v živote ešte nejakú úlohu alebo poslanie (Tab. 20), pričom odpovede väčšiny z nich vypovedali o *jasných cieľoch* (5) v tejto súvislosti. Svedčili o tom odpovede ako: dokončiť školu, ísť na vysokú školu, pomáhať druhým, posplácať dlhy, nadobudnúť dôveru ľudí, odovzdávať ďalej Božie poslanstvo, pracovať v sociálnej oblasti a pod.

„Určite áno, ešte som dosť mladá. Chcem si spraviť v prvom rade vysokú školu, to je môj veľký cieľ... no a nájsť si prácu, založiť si rodinu a žiť plnohodnotne, tak aby ma to aj bavilo, ale aby som nemusela byť závislá...“

Podľa Frankla (2009) nie je pre človeka nič neznesiteľnejšie, ako stav bez úloh a bez cieľov a zároveň nič neumožňuje človeku lepšie prekonávať ťažkosti, ako vedomie, že plní nejakú úlohu. Dodáva tiež, že z hľadiska liečenia duše nezáleží na tom, či je niekto mladý alebo starý, rozhodujúce je to, či svoj čas vyplní činnosťou, ktorá dáva ľudskému životu zmysel a obsah a že táto činnosť v ňom vzbudzuje pocit, že je tu pre niekoho alebo pre niečo. V závere ešte zdôrazňuje, že „ak chce človek zostať telesne a duševne zdravý, potrebuje predovšetkým jedno – primeraný životný cieľ, vhodné životné úlohy, jedným slovom potrebuje, aby na neho život ustavične kládol požiadavky, samozrejme také, ktoré je schopný zvládnuť“ (Frankl, 2009, s. 71).

Okruhlica (1999) vo svojom článku uvádza, že pre mnohých závislých je typické, že po prekonaní akútnych abstinenčných príznakov si kladú otázku, či má ich život zmysel bez drog, resp. čím ich nahradiť. Ako inak dosiahnuť pôžitok a slasť? Stále akoby sa pohybovali v začarovanom kruhu hľadania cesty k slasti, len lepším spôsobom. Domnievame sa, že stávanie si adekvátnych cieľov a vynaloženie úsilia na ich dosiahnutie, je tá správna cesta, ktorá dokáže poskytnúť vyčerpávajúce odpovede na tieto a podobné otázky.

Aj Křivohlavý (2004) vyzdvihuje význam snahy človeka o účelné zameranie vlastného jednania, hľadania a stavania si cieľov a približovania sa k nim. Podľa jeho názoru ide v podstate o to, že človeku je dobre – je v pohode – keď má prečo žiť, keď nachádza uspokojivé odpovede na otázky: čo robím a prečo žijem, aký je účel toho, čo robím a akú má môj život perspektívu.

Little (1998, In Křivohlavý, 2006) tiež poukazuje na súvislosť medzi cieľmi a prežívaním zmysluplnosti života. Hovorí, že osobné plány človeka, resp. jeho ciele vypovedajú o tom, o čo mu v živote ide a sú zároveň nositeľom jeho osobného zmyslu života, zdrojom hodnôt a prejavom zmysluplného zamerania osoby, ktorá si danú úlohu vezme za svoju.

Na záver chceme vyzdvihnúť myšlienku Křivohlavého (2006, s. 51), ktorý hovorí, že „tam, kde je ľudské vedomé jednanie a rozhodovanie o ňom zamerané k určitému, pre daného človeka hodnotnému cieľu, t.j. tam, kde je toto jednanie z úmyslu a vôle daného človeka cieľavedomé, jedine tam je možné hovoriť o účelnej a zmyslupnej činnosti“.

Dúfame, že sa nám touto podkapitolou podarilo dostatočne ozrejmiť oblasť postojov drogovu závislých k vlastnému životu a úlohu terapie pri jej korekcii a takisto poukázať na význam životných cieľov a plánov, ktoré sú podľa nášho názoru jedným z ukazovateľov pozitívneho a aktívneho postoja k životu.

6.4 Významová kategória – *Pozitívne vplyvy terapie* (Tab. 13, 14, 21, Príloha D)

Myslíme si, že polemizovať o tom, či má alebo nemá terapia v rámci doliečovania pozitívny vplyv na závislého človeka je úplne zbytočné, spomínaný vplyv je už totiž dávno preukázaný. Dokazujú to rôzne výskumy, ako aj autentické životné svedectvá ľudí, ktorí takouto liečbou prešli a dodnes úspešne abstínujú. Naším hlavným zámerom pri vytvorení tejto významovej kategórie preto nebola snaha podložiť túto jednoznačnú skutočnosť, ale skôr sa pokúsiť identifikovať konkrétne oblasti, v ktorých sa tento efekt najviditeľnejšie odzrkadľuje.

Prvá otázka, ktorá skúmala pozitívne vplyvy terapie v terapeutickej komunite zisťovala, či sú v súčasnom živote našich participantov nejaké veci, v ktorých sa naplno angažujú (Tab. 13). Analýzou odpovedí na otázku sme zistili, že väčšina z nich sa momentálne naplno angažuje v *práci na sebe* (6). Svedčili o tom odpovede ako: práca na duchovnom živote, štúdium Biblie, čítanie, štúdium angličtiny, učenie sa komunikácii, snaha potlačiť v sebe hnev, dávať vhodnú spätnú väzbu na kritiku, rozširovanie vedomostí a pod.

„...cvičím napríklad, boxujem, behávam... proste šport ma chytil, ako taký, veľmi ma baví. Čítam aj knihy, snažím sa rozšíriť si vedomosti, učiť sa... chcem veľa vedieť...“

Práca na sebe je aj podľa Kalinu (2008) najpodstatnejším atribútom role klienta, pretože dosiahnutie zmeny je hlavným dôvodom jeho pobytu v terapeutickom komunitnom prostredí.

Pokladáme za dôležité dodať, že klientov treba od začiatku terapie viesť k tomu, aby pochopili, že terapeutická komunita funguje ako liečebný mechanizmus, ktorý zaisťuje určitý pozitívny výsledok len v prípade ich vlastného pričinenia, t.j. že sa od nich vyžaduje angažovanosť a aktívne zapojenie sa do tohto procesu, pričom opakujeme – že učenie sa aktívnemu prístupu k životu a angažovanie sa v ňom, je z pohľadu logoterapie jedným zo základných predpokladov pre zmysluplnú existenciu.

Pri triedení odpovedí účastníkov na túto otázku sa nám podarilo identifikovať aj ďalší typ odpovedí s vysokou frekvenciou výskytu, ktoré sme mohli zaradiť do kategórie *záľuby* (5) a ktoré zahŕňali odpovede ako: šport (behanie, box, cvičenie, plávanie), starostlivosť o zvieratá, chov zvierat, hra na gitare a pod.

Spomínané odpovede účastníkov sa teda týkali predovšetkým voľnočasových a športových aktivít, a aj keď si myslíme, že tie nie sú z hľadiska hlavných cieľov terapie najpodstatnejšie, sú nepochybne zdrojom pozitívnych zážitkov, zábavy, uvoľnenia a prirodzenej eufórie a tým posilňujú aj odolnosť človeka. Podľa Kalinu (2008a) tieto aktivity navyše pomáhajú obnoviť zmysel klientov pre niektoré prirodzené zdroje pocitu šťastia, spokojnosti a naplnenia, takže si myslíme, že angažovanie sa v nich má nepochybne pozitívny vplyv na človeka, pričom ich kladný vplyv sa odzrkadľuje aj v tom, že nimi môžu klienti vyplniť svoj voľný čas aj po dokončení programu.

Ďalšia otázka priradená k tejto významovej kategórii zisťovala to, ako momentálne vnímajú naši účastníci seba samého, v porovnaní s obdobím, kedy aktívne užívali drogy (Tab. 14), pričom sme boli zvedavé, aké pozitívne zmeny badajú na sebe, odkedy sa liečia v príslušnom zariadení. Analýza odpovedí na túto otázku priniesla zaujímavé výsledky: najviac účastníkov opisovalo v tejto súvislosti *zmenu v oblasti vlastností* (6), ale časté boli aj odpovede, ktoré vypovedali o *pocitovaní pohody* (4), *nadobudnutí nových schopností* (4) a o *zmene v oblasti hodnôt* (4).

„...vidím, že rozmýšľam o dosť racionálnejšie, ako predtým. Viem sa už pomaly s nejakými vecami vyrovnávať... Vidím, že viem byť aj nesebecký, že hodnoty mám tam, kde majú byť, kde ich má mať človek, ktorý je zdravý a zdravo rozmýšľa...“

Domnievame sa, že odpovede našich participantov, resp. kategórie, ktoré sme z nich vytvorili, vypovedajú o ich osobnostnom raste, presnejšie o jeho subjektívnom pociťovaní zo strany našich participantov.

Kalina (2008a) v tejto súvislosti uvádza, že cieľom liečby v TK je zmena životného štýlu klienta. Dodáva tiež, že trvalejšie zmeny životného štýlu je možné dosiahnuť práve prostredníctvom osobnostného rastu. Klient by mal v priebehu terapie postupne dosahovať zmeny v oblasti vlastností, postojov, sebapoňatia, prežívania, správania a vo vzťahoch, čo mu umožní, aby mohol následne svoj život prežívať ako uspokojivý a zodpovedne sa rozhodovať, akým spôsobom ho bude ďalej viesť, navyše osobnostný rast mu umožní, aby si žiaduce zmeny správania udržal aj po odchode z chráneného prostredia TK.

Chceli by sme zdôrazniť, že dobrý predpoklad pre uzdravenie podľa nás znamenajú práve spomínané zmeny, ktoré klienti uvádzali, čiže obnova stratených schopností, vlastností, hodnôt, resp. zručností potrebných pre život alebo v prípade, že tie v živote klientov predtým chýbali, ich nadobudnutie a postupná aplikácia vo vlastnom živote.

Z kategórií odpovedí by sme ešte rady vyzdvihli význam zmien v oblasti hodnôt, pretože tie sú ústredným pojmom logoterapie. Podľa Frankla totiž zmysel života spočíva v odovzdaní sa určitej hodnote či už prostredníctvom skutkov, prácou, tvorivosťou, alebo cez vzťahy s inými blízkymi ľudskými bytosťami.

Posledná otázka zameraná na skúmanie pozitívnych vplyvov terapie si kládla za cieľ zistiť, čo pre našich participantov predstavuje abstinencia (Tab. 21). Analýzou odpovedí na otázku sme zistili, že najviac našich participantov ju chápe zmysle *slobody* (4), čo našlo vyjadrenie v odpovediach ako: oslobodenie, možnosť dýchať normálne, viac možností, nebyť otrokom žiadnej látky a pod.

„Viac možností, môžem robiť veci, ktoré som predtým nemohol robiť, môžem sa venovať veciam, ktorým som sa predtým venovať nemohol...“

Je všeobecne známe, že závislosť oberá človeka o slobodu, je to v pravom slova zmysle stav totálneho zotročenia osobnosti drogou. Človek má zrazu pocit obmedzenia, stráca možnosti voľby, stráca osobnú slobodu, pretože bez opakovaného užitia drog prakticky nie je schopný existovať. Na druhej strane, uvedomenie si týchto dopadov drogovo závislými a okúsenie pocitu oslobodenia sa spod „otročstva“ návykových látok, je podľa nášho názoru dobrým predpokladom na to, aby klienti začali vnímať abstinenciu ako životnú hodnotu

hodnú úsilia, ktorá ponúka cestu ku kvalitnému a plnohodnotnému životu a následne sa ju snažili zo všetkých síl prakticky a trvalo aplikovať vo svojom živote.

Na záver chceme zdôrazniť to, že kľúčovým momentom v logoterapii závislosti je, že abstinencia prestáva byť pre klienta cieľom, o dosiahnutie ktorého sa v priebehu terapie snaží. Dôležité je naopak to, aby sa abstinencia pre závislého človeka stala nevyhnutným prostriedkom k dosiahnutiu jeho rastu a následne k prežívaniu vlastného života ako zmysluplného a hodnotného (Bačová, 2006).

6.5 Významová kategória – Možné zdroje zmysluplnosti života (Tab. 15, 16, 17, 18, Príloha E)

Zdroje zmyslu sú oblasti v živote jednotlivca, z ktorých pramení jeho pocit zmysluplnosti. Analýzou otázok priradených k tejto významovej kategórii sme chceli poukázať na to, čo v terapeutickej komunite spôsobuje, že sa život človeka stáva zmysluplným, resp. zmysluplnejším a aké sú zložky individuálneho zážitku zmysluplnosti života našich participantov, čiže ktoré prvky terapie by sme mohli chápať v zmysle zdrojov, z ktorých môžu klienti čerpať pocity existenciálneho naplnenia.

Prvá otázka zameraná na túto oblasť zisťovala, čo pre našich participantov znamená komunita (Tab. 15). Analýzou odpovedí na túto otázku sme vyvodili záver, že väčšia časť našich participantov ju chápe v zmysle *zázemia* (7), o čom svedčili odpovede ako: *zázemie ľudí, ľudia s podobnými problémami, druhá rodina, druhý domov, spoľahliví ľudia, ktorí dokážu povzbudiť, dodať energiu a podobne.*

„...získal som tu také zázemie, zázemie ľudí, ktorí majú podobné problémy ako ja a s ktorými sa dá rozprávať o tomto probléme a hľadať nejaké riešenia...“

Kalina (2008) takisto spomína terapeutickú komunitu v zmysle druhej rodiny, resp. *zázemia* a toto jej poňatie zahŕňa medzi jej najdôležitejšie liečebné faktory. Hovorí, že terapeutická komunita slúži ako náhradná rodina, ktorá má poskytnúť klientovi možnosť dospieť v bezpečnom prostredí. Dodáva tiež, že bezpečné prostredie spolu s ďalšími faktormi, ako je prijatie, starostlivosť, pocit spolunáležitosti a podpory, je jedným z najdôležitejších predpokladov pre osobnostný rast klientov v priebehu terapie.

Ten istý autor vo svojej ďalšej publikácii (2008a) uvádza, že bezpečné ukotvenie v terapeutickom priestore je dôležitým predpokladom zmeny, pričom pevnú základňu pre túto zmenu tvorí vzťahové príľnutie (attachment), t.j. prijatie, získanie bazálnej podpory,

vznik pocitu spolunáležitosti, kedy terapeutické vzťahové prostredie je schopné pojať klienta s jeho problémami, zvláštnosťami, bez toho, aby prepadol do úzkosti a obrán a dá mu jasné hranice. Výsledkom je potom pocit bezpečia a istoty, spoľahlivosti, dôveryhodnosti a pod., ktorý je sám o sebe uzdravujúcou skúsenosťou.

Ďalšia otázka priradená k tejto významovej kategórii mala za úlohu zistiť, čo je pre našich participantov v terapeutickej komunite zdrojom zmysluplnosti života (Tab. 16). Analýzou odpovedí na otázku sme zistili, že sú to v prvom rade *pozitívne vzory* (3), *podpora a ocenenie* (3), *vzťahy* (3) a *viera* (3), ale keďže ani jedna z kategórií nejako zvlášť nevynikala, pokúsime sa vyjadriť ku všetkým.

„Keď vidím tých starších klientov, ktorí už fungujú sami, majú pri sebe aj peniaze, majú pri sebe telefón, chodia si, kde chcú... tak ma to inšpiruje...“

Kalina (2008) zdôrazňuje, že terapeutická komunita funguje ako akákoľvek iná skupina, v ktorej je napodobňovanie ostatných členov významným prvkom skupinovej kohézie a dosiahnutia spolunáležitosti, pričom tieto procesy môžu podporovať zrelé a sociálne prospešné správanie jej členov. Dodáva tiež, že k roly klienta v terapeutickej komunite patrí poskytovať ostatným klientom vzor v charakteristikách, ako je napr. otvorenosť, aktivita, vlastný postoj k zmene, dodržiavanie a uplatňovanie pravidiel ale tiež v rôznych, pre život užitočných zručnostiach.

Halama a Klimas (2006) vo svojich výskumných zisteniach takisto uvádzajú vzor a príklad iného klienta medzi faktormi, ktoré sú samotnými klientmi vnímané ako nápomocné v procese doliečovania, pričom spomínaný faktor funguje nielen v pozitívnom zmysle, ale aj v negatívnom, pri pozorovaní a učení sa z chýb druhých. Navyše starší klienti stelesňujú pre mladších určitú nádej, že sa dá žiť aj bez drog a úspechy, ktoré pritom dosahujú, ich v tom utvrdzujú. Úspechy sú podľa nich navyše povzbudzujúcejšie, ak si ich všimne niekto zo spoluklientov alebo terapeutov a ocení ich, čím sa vlastne dostávame k ďalšej kategórii odpovedí, ktorou je *podpora a ocenenie* (3).

„...keď som žila s feťákmi a mala som problém, všetci sa mi otočili chrbtom, ale tu sa ti všetci obrátia tvárou a začnú sa s tebou rozprávať... je to tu úplne o inom, tu ťa podržia a nevykašľú sa na teba...“

Tieto faktory sú podľa tých istých autorov akýmsi „hnacím motorom, resp. impulzom, ktorý dokáže klientov nakopnúť“ a dodať im silu a energiu do ďalšej práce na sebe. Aj podľa nášho názoru sú podpora, ocenenie a pochvala dôležitými predpokladmi pre zmenu

klienta, ktoré majú navyše, hlavne v prípade ocenenia, motivačný vplyv a zároveň cez zážitok vlastného úspechu pozitívne vplývajú aj na sebapoňatie klienta.

O vzťahoch ako možnom zdroji zmysluplnosti života sa zmienime pri interpretácii ďalšej otázky. Teraz pokladáme za dôležité ozrejmiť miesto viery (3) v tejto súvislosti, pretože klienti ju rovnako často spomínali medzi zdrojmi, z ktorých čerpajú pocit zmysluplnosti života.

„Dost' pre mňa znamená v súčasnosti Písmo sväté, človek sa k tomu prakticky utieka, číta si to a prehadzuje si to na seba a nachádza v ňom všelijaké odpovede, dobré odpovede...“

Napriek našim zisteniam, podľa Doležalovej (2005) prax naznačuje, že lekári a terapeuti často podceňujú dôležitosť spirituality a viery pri uzdravovaní z alkoholovej či drogovej závislosti. Prítom psychoterapia zameraná na rozvoj duchovnosti a samovoľný proces vnútorných zmien môže podľa nej sprostredkovať intenzívne prežitky, ktoré môžu výrazne narušiť patologické štruktúry osobnosti.

Ako však súvisí viera so zmyslupnosťou života? Pargament a Park (1995, In Křivohlavý, 2006) chápu náboženstvo ako motivačnú silu, ktorá dodáva človeku energiu a usmerňuje voľbu cieľov jeho snaženia. Z tohto hľadiska potom definujú funkciu náboženstva ako toho, čo človeku poskytuje výhľad na to, o čo by sa mali ľudia vo svojom živote snažiť, aby následne svoj život prežívali ako zmysluplný. Schimmel (1997, In Křivohlavý, 2006) dodáva, že náboženstvo navyše dodáva človeku nosné ciele a pevný systém hodnôt, ktoré majú vzťah k všetkým aspektom života.

Dôvod na optimizmus nám poskytuje fakt, že spiritualite v liečbe závislostí venuje odborná literatúra vzrastajúcu pozornosť a to práve pre jej úlohu v podpore zmysluplnosti života pri liečbe zo závislostí. Carvajal Posada (In Kalina, 2008) prítom uvádza spiritualitu do súvislosti s formovaním charakteru človeka, ktorý prijíma drogovú závislosť ako „znamenie“ a „poučenie“, ktoré umožňuje rozpoznať cestu od závislosti k autonómii, seba prijatiu, sebariadeniu a slobode. Pre prijatie tohto poučenia je podľa neho významný moment pokory, kedy klient prijme predstavu akéhosi vyššieho princípu alebo vyššej sily, ktorej je možné sa odovzdať, keď má pocit, že na zvládanie svojich ťažkých životných situácií nestačí.

„Keďže sme kresťanské stredisko, ponúka sa mi možnosť, že všetko to, čo som navyvádzal za tie roky, mi bude odpustené... z čoho som mal strašné výčitky svedomia a stále ich mám,

pretože narkoman za svoju drogovú éru narobi strašne veľa zla... takže také očistenie seba samého“.

Spirituálna, religiózna a náboženská kategória zdrojov zmysluplnosti života zahŕňa aj podľa Requera a Wonga (1998, In Křivohlavý, 2006) najhlbšie a najdôležitejšie zdroje vôbec. Týkajú sa totiž samotných základov existencie, morálneho zrenia, bazálnych životných hodnôt, najvyššej autority a celoživotnej zodpovednosti za život.

Na záver by sme chceli upozorniť na to, čo zdôrazňuje aj Doležalová (2005) vo svojej práci, a síce, že terapeuti by nemali podceňovať intervenciu v spirituálnych témach, mali by rešpektovať vieru klienta a citlivo pristupovať k ich spirituálnym potrebám, pretože spiritualita a religiozita majú veľký význam v individuálnej i skupinovej terapii a hrajú dôležitú rolu pri liečbe závislosti.

Pri snahe identifikovať možné zdroje zmysluplnosti života v terapeutickej komunite sme sa našich participantov pýtali aj na to, či im terapeutická komunita poskytuje niečo, čo im predtým v živote chýbalo (Tab. 17) a ak áno, čo konkrétne. Analýzou odpovedí na túto otázku sme zistili, že väčšine klientov poskytuje TK *vzťahy* (7), ktoré im v minulosti chýbali, resp. boli kvalitatívne iného charakteru, čo sme vyvodili z odpovedí, ako: priateľstvo, úprimné, otvorené, podporujúce, prijímajúce vzťahy, pocit, že pre niekoho niečo znamenám a pod.

„Taký nejaký pocit vzájomnej lásky... podporujúce, prijímajúce vzťahy, ktoré sú úplne iné, ako vzťahy, do ktorých sa dostáva bežne narkoman...“

„...vždy som mal pocit menejcennosti ale tu pre nich niečo znamenám...“

Halama a Klimas (2006) vo svojich výskumných záveroch takisto uvádzajú, že klienti im často hovorili o tom, ako im v procese zmeny pomohli medziľudské vzťahy a komunikácia s inými. Vzor iných klientov, vzťahy medzi klientmi a vzájomná pomoc a zodpovednosť voči iným im pomáhali objavovať svet zmysluplných ľudských vzťahov a vzájomného dávania a prijímania.

Kalina (2008a) takisto zdôrazňuje význam vzťahov v procese liečby. Klienti sa podľa neho v terapeutickej komunite dostávajú do spoločenstva, kde sa im dostáva takého prijatia, rešpektu a tolerancie, ako nikdy predtým. Jainchel (2000, Kalina, 2008a) navyše dodáva, že nachádzanie priateľov mimo „toxickej“ skupiny je dôležitým ukazovateľom zmeny, pretože znamená obnovu či získanie prirodzených zdrojov sociálnej podpory.

Domnievame sa, že fakt, že naši participanti v takejto miere vyzdvihovali práve význam vzťahov, môže súvisieť s tým, že „dlhodobá história neuspokojivých vzťahov ich naučila očakávať od druhých ľudí skôr hostilitu, zneužitie či odmietnutie a zavrhovanie, ako bezpečné emocionálne primknutie“ (Kalina, 2008, s. 83), ktoré môžu v súčasnosti zažívať na vlastnej koži v terapeutickej komunite.

My sa takisto domnievame, že pre klienta môže byť komunita mnohokrát jediným miestom, kde je uznávaný a prijímaný a kde sa môže ukázať taký, aký naozaj je. Zdôrazňujeme však aj to, že by tieto vzťahy nemali byť náhradou iných spoločenských vzťahov, ale poslúžiť k získavaniu odvahy k tvoreniu a udržiavaniu vzťahov v budúcnosti.

Posledná otázka skúmajúca oblasť zdrojov zmysluplnosti života v terapeutickej komunite zisťovala názor našich participantov na to, čo je podľa nich z toho, čo sa odohráva v TK najpodstatnejšie pre ich budúci zmysluplný život bez drog (Tab. 18). Po analýze odpovedí na túto otázku sme zistili, že *vzťahy* (3) boli aj v tomto prípade na prvom mieste (aj keď nie v takom výraznom zastúpení), po ktorých nasledovala *zodpovednosť* (2), *pracovná terapia* (2) a *režim* (2).

„Je to ťažké popísať konkrétne, ide o to, že viem, že toto je miesto, kam môžem dôjsť, keď mám problém. To je pre moju budúcnosť bez drog, čo sa týka tohto miesta asi najpodstatnejšie. Nevieť to inak opísať, sme proste komunita, takže to, že tu utužujeme vzťahy...“

K významu vzťahov v živote človeka sa už nebudeme vracáť, myslíme si že sme tento faktor, spolu s jeho významom pre budúcnosť klientov a ako možný zdroj zmysluplnosti života, dostatočne ozrejmili pri predošlej otázke.

Veríme, že sa nám interpretáciou našich významových kategórií podarilo aspoň sčasti ozrejniť súvislosť medzi prežívaním zmysluplnosti života a drogovou závislosťou, resp. jej liečbou v terapeutických komunitách a prispieť k tomu, aby sa logoterapii, ako terapeutickému metóde zdôrazňujúcej patogénne následky straty prežívania zmyslu v živote, a naopak liečivé účinky jeho obnovenia, vytvoril väčší priestor v tejto oblasti.

6.6 Limity prieskumu

Myslíme si, že zmysluplnosť života je fenomén natoľko intímny a individuálny, že akákoľvek snaha o jej objektívne zachytenie a výklad, nám môže poskytnúť aj v najlepšom prípade len značne obmedzený, ak nie skreslený pohľad. Napriek tomu sa domnievame, že sa nemôžeme pozerat' na výskumy zamerané na túto oblasť – tým pádom aj na náš vlastný – ako na zbytočné a bezcenné, ale mali by sme oceniť ich prínos a snahu objasniť tento, doteraz málo skúmaný fenomén.

Ak by sme sa však chceli pozrieť na konkrétne obmedzenia nášho prieskumu, mali by sme sa zamerať predovšetkým na limity súvisiace so zvolenou metódou obsahovej analýzy.

Čmáriková (Možnosti a medze...) upozorňuje na to, že kvalitatívnou analýzou sa síce otvárajú nové možnosti v problematike skúmania životného zmyslu oproti kvantitatívnej, pretože ponúka možnosť pre slobodný prejav participantov a ponecháva priestor pre zachytenie subjektívneho zážitku zmyslu života. Na druhej strane je však ťažké sa vyvarovať subjektivity hodnotiaceho a to najmä pri kategorizácii odpovedí, otázkou totiž zostáva, či aj participanti by svoje odpovede kategorizovali rovnakým spôsobom, ako hodnotiaci.

K ďalším skresleniam v prípade nášho prieskumu mohlo dôjsť aj vplyvom výberu našich participantov, presnejšie resocializačných zariadení, v ktorých sa momentálne podrobujú doliečovaniu. Jedno z dvoch vybraných zariadení bolo totiž cirkevné, čo mohlo mať vplyv na odpovede našich participantov, keďže zariadenia takéhoto typu, oproti tým svetským, sa vo väčšej miere orientujú na duchovnú stránku človeka, s ktorou Frankl spájal prirodzenú ľudskú vôľu k zmyslu.

Slabou stránkou nášho prieskumu môže byť v určitom zmysle aj relatívne nízky počet našich participantov, čo evokuje otázku, nakoľko sú výsledky získané obsahovou analýzou rozhovorov zovšeobecniteľné.

Napriek všetkým spomínaným obmedzeniam, ktoré náš prieskum nepochybne má, si však myslíme, že nestráca na význame a pri rešpektovaní čiastočnej nezachytiteľnosti fenoménu zmyslu života a dodržiavaní určitej opatrnosti pri zovšeobecňovaní výsledkov, môže pomôcť ľuďom, ktorí hľadajú odpovede práve v otázkach prežívania zmysluplnosti života.

6.7 Odporúčania pre prax

Teoretické východiská, ktoré sme opisovali v prvých troch kapitolách našej práce a prieskumné závery, ku ktorým sme nakoniec dospeli, naznačujú viaceré podnety pre prax, ktoré sme zhrnuli do nasledujúcich bodov:

- Keďže výsledky nášho prieskumu potvrdili stratu, resp. nedostatok zmyslu života u drogovovo závislých v priebehu užívania drog, je podľa nás potrebné dbať na to, aby liečba a doliečovanie dostatočne reflektovali tento jav. Domnievame sa preto, že by bolo potrebné venovať zvýšenú pozornosť duchovným potrebám drogovovo závislých, lebo ich neuspokojovanie, ako sa ukazuje, je častou príčinou vzniku závislosti, resp. faktorom, ktorý stav existenciálnej frustrácie udržiava, a tým bráni v procese uzdravovania. Problém vidíme v tom, že existenciálne otázky síce hrajú v psychoterapii závislostí významnú rolu (okrem iných pravdaže), avšak nie je pre ne vyhradený dostatočný priestor. Domnievame sa preto, že najlepším riešením by bola liečba zohľadňujúca všetky faktory, ktoré sa na vzniku a udržiavaní závislostí podieľajú.
- Myslíme si tiež, že uplatnenie sociálnych pracovníkov v rámci doliečovania a hlavne v terapii drogových závislostí je značne obmedzené. Práve preto sa domnievame, že absolvovaním sebakúsenostného, resp. psychoterapeutického výcviku by sa šance ich uplatnenia podstatne zvýšili. A keďže naša práca poukázala na opodstatnenosť využívania logoterapie v terapii drogovovo závislých, výcvik v logoterapii, ako jeden z potenciálnych psychoterapeutických výcvikov, by mohol predstavovať veľký prínos. Spomínaný prínos vidíme hlavne v tom, že sociálny pracovník resocializačného strediska s absolvovaným výcvikom v logoterapii, by mohol rozšíriť paletu poskytovaných služieb a využívať logoterapiu pri práci s klientom, ako rovnocenný prístup, resp. doplnok iných viac preferovaných terapeutických prístupov v doliečovaní. Navyše si myslíme, že absolvovaniu takéhoto výcviku nestojí nič v ceste, pretože ten je, oproti minulosti, v súčasnosti dostupný už nie len pre psychológov a lekárov, ale takisto pre sociálnych pracovníkov a pre príslušníkov iných pomáhajúcich profesií.
- Konkrétne úlohy sociálneho pracovníka s absolvovaným výcvikom v logoterapii vidíme najmä pri poradenskom rozhovore s klientmi, pri identifikovaní symptómov, ktoré by mohli naznačovať prítomnosť existenciálnej frustrácie a v práci s otázkami prežívania zmysluplnosti života, ktoré sa vynárajú v priebehu terapie. Navyše

prítomnosť takéhoto pracovníka by zároveň znamenala väčšiu sústredenosť na klientmi prežívanú zmyslupnosť života, ktorá by spočívala v zameraní sa a vyhľadávaní takých činností a aktivít v rámci terapie, ktoré by mohli viesť k rastu úrovne prežívania zmyslupnosti života a ktorých vykonávanie by sa následne mohlo stať dlhodobejšou hodnotou pre klientov, ktorú by mohli využiť aj v budúcnosti, po odchode zo zariadenia.

- Domnievame sa tiež, že naše zistenia týkajúce sa možných zdrojov zmyslupnosti života v terapeutickom komunite by mohli poslúžiť ako inšpirácia pre ďalší, rozsiahlejší výskum v tejto oblasti, ktorý by hlbšie prenikol do oblasti prežívania zmyslupnosti života skúmaných osôb. Pokladáme to za dôležité z toho dôvodu, že hľadaním a identifikovaním takýchto zdrojov, prostredníctvom ktorých sa zvyšuje úroveň prežívania zmyslupnosti života klientov, by sa mohol zvýšiť potenciál ich využitia, a zároveň by to pomohlo pri hľadaní nových ciest v terapii prostredníctvom uvedomovania si jedinečného zmyslu života a jeho realizácie.
- Pre ďalší výskum odporúčame zistiť aj to, či nízka úroveň prežívania zmyslupnosti života je v prípade drogovo závislých príčinou, prečo s užívaním drog začínajú, alebo sa objavuje skôr ako dôsledok samotnej závislosti (t.z. či je dôvodom vzniku závislosti alebo skôr jedným z jej symptómov). Význam týchto zistení vidíme najmä v tom, aký postup sa následne zvolí pri práci na jej zvyšovaní. Iný prístup totiž podľa nás potrebujú klienti, ktorí siahli po drogách práve v dôsledku toho, že pochybovali o zmysle svojej existencie a iní tí klienti, u ktorých sa tento pocit objavil až počas závislosti. Tej prvej skupine by bolo podľa nás treba pomôcť predovšetkým v rozširovaní obzoru a zodpovedaní otázky, čo by bolo v ich danej životnej situácii tým najzmyslupnejším a zároveň im ukázať možnosti, ktoré robia život hodnotným a zmyslupným. Úlohu logoterapie v druhom prípade vidíme predovšetkým v identifikovaní a obnovení väzieb klientov s tými aktivitami, resp. aspektami ich života, z ktorých čerpali pocit zmyslupnosti predtým, ako s užívaním drog začali a zároveň v identifikovaní príčin, ktoré viedli k vzniku závislosti, pretože ich odstránením by následne nestálo nič v ceste abstinencii a objaveniu zmyslu života, o ktorý prišli v dôsledku závislosti.

ZÁVER

Hlavným zámerom našej práce bolo prostredníctvom priblíženia teoretických východísk logoterapie a pomocou obsahovej analýzy rozhovorov s klientmi dvoch resocializačných zariadení, ktorý bol zameraný na otázky subjektívneho prežívania zmysluplnosti života, poukázať na možnosti a opodstatnenosť využívania logoterapie v doliečovaní drogových závislých. Po analýze a vyhodnotení všetkých materiálov (teoretických aj empirických dát) sa v kontexte našej práce objavili nasledovné zistenia:

Naša domnienka o existenciálnej frustrácii, ako možnom dôvode, prečo naši participanti s užívaním drog začali, sa nám síce nepotvrdila, potvrdila sa však jej prítomnosť v čase aktívneho užívania drog, kedy participanti subjektívne hodnotili svoj život ako bezzmyselný, bezcenný, bezcieľny a prázdny. Myslíme si tiež, že spomínané pocity našich participantov zohrávali úlohu pri pretrvávajúcej závislosti, pretože ich slabá zaoštieňenosť pre hodnoty, resp. chýbajúci cit pre ne a zároveň ich egocentrické a hedonistické životné zameranie, orientované jedine na vlastný pôžitok, ďalej vyhýbanie sa zodpovednosti (droga chápaná v zmysle úniku z reality), nízka angažovanosť a pasívne životné nastavenie, čiže veci, ktoré ich podľa našich výsledkov charakterizovali v tom čase – to sú podľa Franklovej logoterapie hlavné dôvody, ktoré bránia človeku v nachádzaní zmyslu života, a tým pádom udržiavajú závislosť. Tieto zistenia zároveň poskytujú odpoveď na základnú otázku nášho prieskumu, a síce, či je využitie logoterapie v doliečovaní závislých opodstatnené.

K nášmu druhému čiastkovému cieľu, ktorý sa týkal vplyvu terapie na postoje participantov k životu, sa viažu nasledovné zistenia: klienti v otázke postojov k vlastnému životu prešli od obdobia, kedy s užívaním drog začínali, cez obdobie ich aktívneho užívania až po súčasnosť, podstatnými zmenami. Kým obdobie začiatku svojej „drogovej kariéry“ vnímala väčšina z nich pozitívne, ako bezstarostný a bezproblémový úsek svojho života, v čase aktívneho užívania drog u nich prevládalo najmä vnímanie zmien v prioritách (pravdaže v negatívnom zmysle vo forme zanedbávania školy, rodiny, povinností a pod.) a vnímanie problémov spojených so závislosťou (či už zdravotných, psychických, vzťahových alebo problémov so zákonom). Otázkami zameranými na súčasné postoje našich participantov k vlastnému životu sme naopak zistili pozitívne vnímanie a spokojnosť, čo podľa nás potvrdzuje pozitívny vplyv terapie v tejto oblasti. Domnievame sa, že pozitívom vo veci postojov našich participantov k vlastnému životu sú

aj ich výroky vypovedajúce o jasných cieľoch do budúcnosti, ktoré spolu s vynaloženým úsilím na ich dosiahnutie zároveň potvrdzujú ich aktívny postoj k životu, ktorý je v konečnom dôsledku jedným z najdôležitejších predpokladov pre zmyslupnú existenciu.

Pri našej snahe identifikovať možné zdroje zmyslupnosti života v rámci terapeutickkej komunity sme vyvodili nasledujúce závery: vzťahy sú vnímané väčšinou našich participantov ako najpodstatnejší faktor, ktorý v ich prípade prispieva k prežívaniu života ako zmyslupného a hodnotného. Ďalšie možné zdroje existenciálneho naplnenia, ktoré sa nám podarilo identifikovať súviseli v určitom zmysle tiež so vzťahmi a týkali sa konkrétne pozitívnych vzorov v rámci komunity, s podporou a ocenením a s vnímaním komunity v zmysle zázemia, spolunáležitosti a druhého domova, resp. rodiny. Napriek tomu že sa viera, ako zdroj zmyslupnosti života objavila len v odpovediach participantov, ktorí sa nachádzali v resocializačnom zariadení kresťanského typu (Teen Challenge Slovakia, n.o.), chceli by sme zdôrazniť jej význam, lebo napriek tomu, že býva väčšinou podceňovaný a bagatelizovaný, zaslúži si podľa nás pozornosť práve pre svoju úlohu v podpore zmyslupnosti života.

V rámci odpovede na poslednú prieskumnú otázku týkajúcu sa rastu úrovne zmyslupnosti života klientov v TK sme dospeli k záveru, že na základe subjektívneho hodnotenia našich participantov k nemu preukázateľne dochádza. Svedčili o tom okrem konkrétnych vyjadrení našich participantov o prežívaní hodnoty a zmyslupnosti svojho života, aj zmeny v oblasti hodnôt, najmä zdôrazňovanie významu vzťahov, ako prevládajúcej hodnoty v ich súčasnom živote, pretože tie sa významnou mierou podieľajú na pozitívnom poňatí zmyslupnosti života.

Myslíme si, že zhrnutím výsledkov prieskumu sme splnili všetky úlohy, ktoré nám táto práca uložila. Rady by sme ju však zakončili trošku netradične, Nietzscheho myšlienkou, ktorý raz povedal: „*Kto má prečo žiť, znesie takmer každý spôsob života.*“ To znamená, že ak si človek uvedomuje zmysel svojho života, toto vedomie mu viac než čokoľvek iné pomôže prekonať vonkajšie prekážky a vnútorné ťažkosti. Z toho napokon vyplýva aj to, aké dôležité je z terapeutického hľadiska pomôcť človeku nájsť zmysel jeho existencie a vôbec prebudiť túžbu po naplnení zmyslu, ktorá v ňom drieme. Nakoniec by sme rady vyslovili presvedčenie alebo skôr želanie, aby sa prostredníctvom našej práce uznala opodstatnenosť a význam logoterapie, ako schopnej a účinnej intervencie, ktorá má podľa nás potenciál obstať pri riešení týchto neľahkých úloh.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

- BAČOVÁ, M. 2006. Logoterapia a existenciálna analýza v liečbe závislostí. In *Empatia bulletin*. ISSN 1335 8624, 2006, roč. XIII, č. 2, s. 21 – 28.
- BALCAR, K. 2007. *Logoterapie a existenciální analýza V. E. Frankla*. [online]. 2007, [cit. 2009-12-26]. Dostupné na internete: <<http://www.slea.cz/index.php/odborne-texty-mainmenu-2/4-karel-balcar/5-karel-balcar-logoterapie-a-existencialviktora-e-frankla>>.
- Čistý deň*. [online]. [cit. 2010-0312]. Dostupné na internete: <<http://www.cistyden.sk/>>.
- ČMÁRIKOVÁ, A. *Možnosti a medze zachytenia životného zmyslu v psychologickom výskume*. [online]. [cit. 2010-03-03]. Dostupné na internete: <<http://katpsych.truni.sk/existprob/prispevky/cmariik.html>>.
- DOLEŽALOVÁ, P. *Spiritualita a zdravý pri lécbě závislostí*. [online]. 2005, [cit. 2010-03-20]. Dostupn na internete <<http://www.adiktologie.cz/download/784/adiktologie-2-2005-priloha.pdf>> .
- DRAPELA, J. V. 2003. *Přehled teórií osobnosti*. Praha : Portál, 4. vydanie, 2003. 175 s. ISBN 80-7178-766-3.
- FRANKL, V. E. 1990. Dynamika a hodnoty. In *Československá psychologie*. ISSN 0009-062X, 1990, roč. 34, č. 6, s. 542 – 547.
- FRANKL, V. E. 1994. *Lékařská péče o duši, Základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno : Cesta, 1994. 240 s. ISBN 80-85319-39-X.
- FRANKL, V. E. 1994a. *Vůle ke smyslu, Vybrané přednášky o logoterapii, S příspěvkem Elisabeth S. Lukasové*. Brno : Cesta, 1994a. 216 s. ISBN 80-85139-29-2.
- FRANKL, V. E. 1998. *Napriek všetkému povedať životu áno, Psychológ prežíva koncentračný tábor*. Bratislava : Slovenský spisovateľ, 1998. 184 s. ISBN 80-220-0918-0.
- FRANKL, V. E. 1999. *Teorie a a terapie neuróz, Úvod do logoterapie a existenciální analýzy*. Praha : Grada Publishing, 1999. 172 s. ISBN 80-7169-779-6.
- FRANKL, V. E. 2007. *Vůľa k zmyslu, Myšlienky Viktora Frankla*. Knihu zostavila: Judita Štempelová. Bratislava : LÚČ, 2007. 120 s. ISBN 978-80-7114-628-5.
- FRANKL, V. E. 2009. *Psychoterapia pre laika*. Bratislava : Lúč, 2009. 176 s. ISBN 978-80-7114-690-2.

GAVORA, P. 2007. *Sprievodca metodológiou kvalitatívneho výskumu*. Bratislava : Univerzita Komenského, 2007. 230 s. ISBN 978-223-2317-8.

HALAMA, P – KLIMAS, J. 2006. Nápomocné a blokujúce faktory u resocializujúcich sa. In *Čistý deň*. ISSN 1336-4243, 2006, roč. IV, č. 1, s. 30 – 31.

HALAMA, P. 2003. Zmysel života ako kognitívny fenomén: Je možné hovoriť o existenciálnej inteligencii? In *Inteligencia v rôznych kontextoch*, zborník príspevkov vypracovaných v rámci grantového projektu Vega č. 2/3020/23. Bratislava, 2003. ISBN 80-88910-15-3, s. 37 – 52.

HALAMA, P. *Možnosti logoterapie v terapii drogovu závislých*. [online]. [cit. 2010-01-25]. Dostupné na internete: <<http://katpsych.truni.sk/existprob/prispevky/halama.htm>>.

HALAMA, Peter - TIMULAK, L. 2004. Zmeny zmyslu života v resocializácii drogovu závislých z pohľadu klientov – pilotný kvalitatívny výskum. In HALAMA, P. – KLČOVANSKÁ, E. – MRÁZ, M. *Logoterapia: Človek pri hľadaní seba samého – logoterapeutický prístup*. Zborník príspevkov z 2. vedeckej konferencie. Trnava : Filozofická fakulta TU, 2004. s. 137 – 147.

Jak SLEA chápe existenciální analýzu a logoterapii. [online]. 2009, [cit. 2010-01-02]. Dostupné na internete: <<http://www.slea.cz/index.php/co-je-ea-a-lt/45-jak-slea-chape-existencialni-analyzu-a-logoterapii>>.

JANIAKOVÁ, D. 2003. *Tak už dost! Východiská zo závislosti*. Bratislava : Kontakt, 2003. 220 s. ISBN 80-968985-0-7.

KALINA, K. 2008. *Terapeutická komunita, Obecný model a jeho aplikace v léčbě závislosti*. Praha : Grada Publishing, 2008. 400 s. ISBN 978-80-247-2449-2.

KALINA, K. a kol. 2003. *Drogy a drogové závislosti 2., Mezioborový přístup*. Úřad vlády České republiky, národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti, 2003. 343 s. ISBN 80-86734-05-6.

KALINA, K. a kol. 2008a. *Základy klinické adiktologie*. Praha : Grada Publishing, 2008a. 392 s. ISBN 978-80-247-1311-0.

KAVENSKÁ, V. 2009. Smysl života v kontextu závislosti na alkoholu. In *E-psychologie* [online]. 2009, [cit. 2009-11-13]. Dostupné na internete: <<http://e-psycholog.eu/pdf/kavenska.pdf>>. ISSN 1802-8853.

- Kol. autorov. 2007. *Terapeutická komunita pro drogově závislé II. Česká praxe*, Praha : Stř. kraj, HL.M. Praha, Magdaléna O.P.S., 2007. 320 s. ISBN 978-80-7106-937-9.
- KONDÁŠ, O. – KRATOCHVÍL, S. – SYŘIŠŤOVÁ, E. 1989. *Psychoterapia a reedukácia, Učebnica pre filozofické fakulty*. Martin : Osveta, 2. doplnené vydanie, 1989. 296 s. ISBN 80-217-0014-9.
- KOOYMAN, M., DE LEON, G. a kol. 2004. *Terapeutická komunita pro drogově závislí I. Vznik a vývoj*. Praha : Stredočeský kraj, 2004. ISBN 80-7106-876.
- KRATOCHVÍL, S. 1997. *Základy psychoterapie, Smery, metody, výzkum*. Praha : Portál, 1997. 392 s. ISBN 80-7178-179-7.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2007. *Problematika smysluplnosti života v psychologii*. [online]. 2007, [cit. 2010-01-25]. Dostupné na internete: <<http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii>>.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2004. *Pozitivní psychologie, Radost, naděje, odpouštění, smířování, překonávání negativních emocí*. Praha : Portál, 2004. 200 s. ISBN 80-7178-835-X.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2006. *Psychologie smysluplnosti existence, Otázky na vrcholu života*. Praha : Grada Publishing, 2006. 204 s., ISBN 80-247-1370-5.
- LÄNGE, A. 2007. *Nalézt přitakání životu*. [online]. 2007, [cit. 2009-12-28]. Dostupné na internete: <<http://www.slea.cz/index.php/odborne-texty-mainmenu-2/6-alfried-langle/8-alfried-langle-pritakani-zivotu>>.
- LÄNGE, A., PROBST, Ch. 1997. *Süchtig sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten*. Wien : Facultas Universitäts Verlag, 1997. ISBN 3-85076-428-1.
- LUKASOVÁ, E. 1997. *Logoterapia vo výchove*. Praha : Portál, 1997. 207 s. ISBN 80-7178-180-0.
- Manuál k vypracovaniu záverečnej práce na Fakulte sociálnych vied a zdravotníctva UKF v Nitre*, 2010.
- MARSHALL, M. 2009. *A life with Meaning: Guide to the Fundamental Principles of Viktor E. Frankl's Logotherapy*. [online]. Halifax, NS, Canada : Maritime Institute of Logotherapy, 2009. 131 p. [cit. 2009-12-28]. Dostupné na internete: <<http://maritimelogotherapy.org/wp-content/uploads/2009/12/Life-with-Meaning.pdf>>.

- MASLOW, H. A. 2000. *Ku psychológii bytia*. Bratislava : Persona, 2000. 223 s. ISBN 80-967980-4-9.
- MIOVSKÝ, M. 2006. *Kvalitatívny prístup a metódy v psychologickom výskume*. Praha : Grada, 2006. 332 s. ISBN 80-247-1362-4.
- NANIŠTOVÁ, E. 2001. *Logoterapia vs. väzby a závislosti*. [online]. 2001, [cit. 2010-01-25]. Dostupné na internete: <<http://katpsych.truni.sk/existprob/prispevky/nanist.html>>.
- NAVRÁTIL, P. 2001. *Teorie a metódy sociálnej práce*. Brno : Marek Zeman, 2001. 165 s. ISBN 80-903070-0-0.
- OKRUHLICA, Ľ. 1999. *Logoterapia a náš prístup k liečbe závislosti*. [online]. 1999, [cit. 2009-12-13]. Dostupné na internete: <<http://www.drogy.sk/odborne/index.html>>.
- ONDREJKOVIČ, P., POLIAKOVÁ, E. a kol. 1999. *Protidrogová výchova*. Bratislava : Veda – vydavateľstvo SAV, 1999. 356 s. ISBN 80-224-0553-1.
- PAVELOVÁ, Ľ. 2009. *Perspektívy sociálnej práce v oblasti závislosti*. [online]. 2009, [cit. 2010-03-02]. Dostupné na internete: <http://www.kpsv.fsvaz.ukf.sk/PhD_konf_zbornik_2009/SUBORY/PDF/02_Pavelova.pdf>.
- PAVLICA, K. a kol. 2001. *Sociálny výskum, podnik a management*. Praha : EKOPRES, 2001. 161 s. ISBN 80-86119-25-4.
- PLHÁKOVÁ, A. 2006. *Dejiny psychológie*. Praha : Grada Publishing, 2006. 328 s. ISBN 80-247-0871.
- PRÁŠILOVÁ, M. 2009. *Duchovná dimenzia človeka ako súčasť well-being*. [online]. 2009, [cit. 2010-01-20]. Dostupné na internete: <http://www.kpsv.fsvaz.ukf.sk/PhD_konf_zbornik_2009/SUBORY/PDF/56_Prasilova.pdf>.
- RAINER, M. 1997. Die existentielle Seite der Alkoholkrankheit. Eine existenzanalytische Untersuchung an Alkoholkranken. In LÄNGE, A. *Süchtig sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten*. Wien : Facultas Universitäts Verlag. 1997. ISBN 3-85076-428-1. s. 39-50.
- RITOMSKÝ, A. 2004. Metodológia sociálnopsychologického výskumu. In KOLLÁRIK, T. a kol. *Sociálna psychológia*. Bratislava : Univerzita Komenského, 2004. ISBN 80-223-1841-8, s. 53 – 72.

STEMPELOVÁ, J. – ČMÁRIKOVÁ, A. 2003. Zmyslupnosť života v kontexte sociálnych vzťahov. In *Inteligencia v rôznych kontextoch*, zborník príspevkov vypracovaných v rámci grantového projektu Vega č. 2/3020/23. Bratislava, 2003. ISBN 80-88910-15-3, s. 53 – 59.

STRIEŽENEC, Š. 1996. *Slovník sociálneho pracovníka*. Trnava : AD, 1996. 255 s. ISBN 80-967589-0-X.

ŠEVČÍKOVÁ, S. 2005. Srovnání kognitivně-behaviorálního přístupu a logoterapie v sociální práci v nástinu terapie drogové závislosti. In *Sociální práce/ Sociálna práca*. ISSN 1213-624, 2005, č. 1, s. 122 – 133.

ŠEVČÍKOVÁ, S. 2005a. The possibility of use of logotherapy in social work. In BORODKINA, O. – GRIGORIEVA, I. *Actual issues of social work*. St. Petersburg : Skifia Print, 2005a. ISBN 5-98620-020-9, p. 85 – 93.

ŠPALEKOVÁ, M. 2006. Proces resocializácie ako súčasť riešenia problému závislosti. In *Sociálna prevencia*. ISSN 1336-9679, 2006, roč. 1, č. 2, s. 21 – 22.

Teen Challenge Slovakia, Stop závislosti. [online]. [cit. 2010-03-12]. Dostupné na internete: <<http://www.teenchallenge.sk/uvod>>.

TKÁČIKOVÁ, J. – PAVELOVÁ, L. 2006. Sociálny klient v zdravotníctve. In SMUTEK, M. – KAPPL, M. (ed.). *Proměny klienta služeb sociální práce – Social Work Client Metamorphoses*. Hradec Králové : Gaudeamus, 2006. ISBN 80-7041-716-1, s. 167 – 172.

TUMPACHOVÁ, N. 2005. Hodnocení smyslu života v průběhu psychoterapie osob závislých na návykových látkách. In *Adiktologie*. ISSN 1213-3841, 2005, roč. 5, č. 4, s. 505 – 515.

VLČKO, V. 2006. Logotest v logoterapii. In *SI Bulletin*. 2006, s. 389 – 400.

VYMĚTAL, J. a kol. 2004. *Obecná psychoterapie*. Praha : Grada Publishing, 2. rozšířené a přepracované vydání, 2004. 340 s. ISBN 80-247-0723-3.

VYMĚTAL, J. a kol. 2007. *Speciální psychoterapie*. Praha : Grada Publishing, 2. přepracované a doplněné vydání, 2007. 400 s. ISBN 978-80-247-1315-1.

Was ist Existenzanalyse/Logotherapie? [online]. [cit. 2009-12-28]. Dostupné na internete: <<http://www.gle.at/Was-ist-Existenzanal.108.0.html>>.

ŽIVNÝ, H. 2007. Proces zmeny u abstínujúcich závislých – Hľadanie zmyslu existencie. In *Čistý deň*. ISSN 1336-4243, 2007, roč. 5, č. 1, s. 12 – 13.

Príloha A Významová kategória – Prežívanie zmyslupnosti života

Významová kategória: Prežívanie zmyslupnosti života		
	Otázka č. 3 Považovali ste svoj život v tom období za zmyslupný? (v čase, keď užívali drogy)	Kategórie odpovedí
	Odpovede účastníkov	
Peter	<i>Môj život bol naplnený len tou drogou. Začal som cigaretami, marihuanou, alkoholom a potom tvrdými drogami... začal som brať heroín. Takže zmysel života som hľadal v drogách.</i>	Droga ako zmysel života
Marian	<i>Ani moc nie...nie, bolo to tak na striedačku, chvíľku som bol hore, chvíľku dole a potom viacmenej viac dole a zistil som, že to nemá cenu a po pár pokusoch o samovraždu a podobných záležitostiach to asi nedávalo moc veľký zmysel.</i>	Život bez zmyslu
Vladimír	<i>Myslím že nie... človek to s tým alkoholom skôr zažehnával. Keď som si vypil, nemal som žiadne starosti, som si myslel: voľajako bolo, voľajako bude. Ale myslím si, že nie je to tak, ako som si to ja predstavoval, že prakticky som sa dostal až na dno.</i>	Život bez zmyslu
Jozef	<i>Určite nie.</i>	Život bez zmyslu
Martin	<i>Tak nejako som na to ani nedbal, či je zmyslupný. Pre mňa vtedy existovali proste iba peniaze a droga a nič viac ma ani nezaujímalo.</i>	Droga ako zmysel života
Juraj	<i>Nie. Uvedomoval som si, že to nie je v poriadku a bol som aj na niekoľkých liečeniach, ale vždy to bolo dobrovoľne nasilu, a nedopadlo to dobre: vrátil som sa a po týždni som sa vrátil k droge. Išiel som na liečenie len kvôli mame, aby som ju upokojil, že sa liečim, že už prídem a budem čistý...</i>	Život bez zmyslu
Tomáš	<i>Ale áno, keď som bral tie drogy, považoval som to za dobré, ale už ku koncu som mal strach, z policajtov, z paranoje z drog, sledovačky... Raz som mal taký zážitok, že na jednej diskotéke za mnou prišiel chlapec a chcel mi niečo spraviť za to, že jeho bratovi som predal drogy... vtedy som si povedal, že toto nie je pre mňa. Ale inak som bol v tom období rád, mal som sebavedomie, mal som peniaze, bol som v partii, všetci ma poznali, bol som obľúbený... aspoň tak som to vtedy vnímal... nemusel som chodiť na brigády, ako ostatní, ktorí si takto zarábali peniaze. Boli obdobia, keď som na to bol dokonca určitým spôsobom hrdý.</i>	Zmyslupný život
Viktor	<i>Nie, určite nie... s tým som mal dosť veľký problém, s tým som sa niekedy potýkal, keď som bol triezvy... presne toto ma napadlo a že ako vlastne ja žijem.</i>	Život bez zmyslu
Marta	<i>Ani veľmi nie, jediný môj zmysel bol ísť von a zabávať sa... viacmenej. Nemala som žiadne ciele, nič také.</i>	Život bez zmyslu
Martina	<i>Pre mňa dávali zmysel drogy, takže som to brala tak, že je to v pohode, že môj život má zmysel.</i>	Droga ako zmysel života

Významová kategória: Prežívanie zmyslupnosti života		
	Otázka č. 7	Kategórie odpovedí
	Chýbalo Vám niečo v tom čase?	
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Dá sa povedať, že mi nechýbalo nič. Keď som mal drogu, tak som si myslel, že mám všetko, že všetko je v poriadku... ale nebolo samozrejme.</i>	Nič okrem drog
Marian	<i>Nie, asi nie, tie drogy boli zo začiatku zábava a stále som hľadal niečo nové, čím by som sa mohol zabaviť... a tie drogy to krásne ponúkli a ja som to využil ale nakoniec som zistil, že to bol omyl. Takže okrem drogy ti nechýbalo nič? Hej</i>	Nič okrem drog
Vladimír	<i>Po rozvode s manželkou súd zveril môjho syna do starostlivosti mojej bývalej manželke, a vidaval som ho málo, len každý druhý týždeň... manželka mu niečo dokonca narozprávala o mne... nejaké klamstvá... takže asi ten syn mi najviac chýbal.</i>	Rodina
Jozef	<i>Mne chýba furt niečo, ja som taký nespokojný typ, ale najviac asi peniaze na drogu.</i>	Peniaze
Martin	<i>Keď som bol pod vplyvom drog ani nie... nič mi nechýbalo. Až potom, keď som začal byť triezvy, zase mi chýbalo byť v nejakom stave... nedokázal som byť triezvy, neľúbil sa mi ten stav.</i>	Nič okrem drog
Juraj	<i>Myslím, že nie. Keď som mal drogy, mal som všetko.</i>	Nič okrem drog
Tomáš	<i>Pokiaľ som mal priateľku, úspech v práci, tak mi nechýbalo nič. A keď ma priateľka nechala, som mal veľkú dieru v sebe, chýbala mi... a to som nahrádzal tými drogami. Určite mi chýbali aj nejaké záľuby, hoci som to vtedy nevnímal. Vidím to až teraz. Ja som potom nemal nikdy čo robiť a skončil som vždy pri húlení. Proste som nič také nepestoval, čo by ma naplňovalo, jednoducho som žil lajdácky, zo dňa na deň... strácal som čas.</i>	Priateľka, Záľuby
Viktor	<i>Chýbalo mi to, aby som bol citovo stabilný a vyrovnaný, aby som sa so svojimi problémami vedel vysporiadať normálne, ako ostatní ľudia vonku, ktorí ich tak riešia a neberú drogy kvôli tomu. Ja som hneď siahol po droge a považoval som to za najlepšie riešenie.</i>	Vlastnosti a schopnosti
Marta	<i>Asi matka, a rodinný život, lebo keď som prišla domov, napriek tomu, že sme s otcom bývali spolu, bolo to ako keby sme bývali každý zvlášť. Nerozprávali sme sa veľmi, boli sme si ako cudzí ľudia.</i>	Rodina
Martina	<i>určite... peniaze a hlavne láska, lebo aj od priateľa som cítila, že je so mnou len kvôli sexu a drogám, čiže to nebolo ozajstné a v rodine som tiež cítila, že sú na mňa vyvíjané tlaky, že nemám robotu a tak. Takže som niekedy nevedela, čo mám robiť. Rozmýšľala som nad takými vecami, že odídem preč, alebo sa zabijem...</i>	Láska, Peniaze

Významová kategória: Prežívanie zmyslupnosti života		
	Otázka č. 10 Považujete momentálne svoj život za hodnotný a zmysluplný?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Určite považujem. Našiel som zmysel v tom, že problémy, ktoré mám, dávam Bohu, zdôverujem sa s nimi Bohu a nechávam to na Bohu, lebo on vidí naše problémy, moje problémy, ktoré mám. Ale je to ťažké. Všetci si myslia, že človek uverí v Boha a zrazu je všetko v poriadku... a vlastne aj je, Boh pomáha postupne, takisto ako som ja postupne robil zle 15 rokov, tak teraz Boh pomôže každému jednému, kto poprosí o pomoc, ale neoberá ťa o zodpovednosť, tá tam stále ostáva, aj následky, ktoré som kedysi mal. To všetko si musím pretrpieť, ja sám s tým musím zápasiť. Ale to sú už len detaily pre mňa, ktoré nemajú až taký význam. Teraz má pre mňa význam Boh, že existuje, že v Neho verím.</i>	Hodnotný, zmysluplný život
Marian	<i>...má určite väčšiu hodnotu, ako predtým. Dneska už rozmýšľam inak, túžim si založiť rodinu a mať deti a aby som ich uživil nejakou zmyslupnou robotou.</i>	Hodnotnejší, zmyslupnejší život
Vladimír	<i>Teraz áno, považujem.</i>	Hodnotný, zmysluplný život
Jozef	<i>Áno</i>	Hodnotný, zmysluplný život
Martin	<i>Určite... určite má nejaký zmysel... Vtedy ma ku koncu už vlastne ani nebavilo žiť, bol to taký kolobeh, stereotyp a nikdy som nevedel čo bude ráno, či sa zobudím v bolestiach, v zimmici. Takže teraz má môj život určite väčší zmysel, ako tomu bolo predtým...</i>	Hodnotnejší, zmyslupnejší život
Juraj	<i>Ešte by som to tak nemohol povedať na 100 %, lebo som len v začiatkoch, ešte som nič nedokázal... možno po roku, keď budem na sebe cítiť aj vidieť zmenu... tak vtedy by som už možno vedel povedať, že je hodnotný.</i>	Kritické vnímanie zmyslupnosti života
Tomáš	<i>Určite je hodnotnejší, než bol a pracujem na sebe, a chodievam už aj na nejaké priepustky a doprovody von. A pokiaľ som tu, tak to vyzerá hodnotne a zmyslupne, že na sebe robím, ale vidím to, že keď som vonku, stále som len narkoman, ktorý nič nedosiahol, nemám školu, nemám nič... takže vzdelanie a podobné hodnoty by som mal začať nadobúdať... Tu je to pekné, že áno, tak teraz som hovorca a pod. ale vidím to, že vonku som stále nič, som chalan, budem mať 25 rokov a som rok na sociálke pomaly... takže strašná slabota, ale musím to prijať, inak to nejde.</i>	Hodnotnejší, zmyslupnejší život Kritické vnímanie hodnoty a zmyslupnosti života
Viktor	<i>Myslím si, že áno... taktiež chcem raz pomáhať ľuďom, a myslím si, že to všetko mám zmysel. Niečo mi možno ostalo z minulosti, nejaký komplex menejcennosti niekedy, ale to býva asi spojené s niečím, keď je mi napríklad zle... takže považujem ho za plnohodnotný a zmysluplný určite.</i>	Hodnotný, zmysluplný život
Marta	<i>Určite áno, veľakrát, aj keď mi je zle, lebo však stále nemôže byť dobre, si poviem, že som aspoň čistá. Mám aj negatívne spomienky na drogy, lebo veľa ľudí, čo tu sledujem, tieto negatívne skúsenosti nemá, ale ja si to viem porovnať... že bolo to aj dobré, lebo však inak by som asi nefetovala, ale viem, že mi to aj veľmi veľa zla narobilo v rodine, aj v živote.</i>	Hodnotný, zmysluplný život
Martina	<i>Neviem, ešte som len na začiatku, ešte to nie je také... ešte ma to ťahá aj k tomu zlému, ešte pociťujem potrebu si dať dávku a tak, ale na to sú tu tí ľudia, čo sú tu so mnou... vždy mi dokážu niečo povedať, povzbudiť ma... nedá sa teda povedať, že by som ho brala ako hodnotný, ale myslím že časom sa to zlepši.</i>	Kritické vnímanie hodnoty a zmyslupnosti života

Významová kategória: Prežívanie zmyslupnosti života		
	Otázka č. 21	Kategórie odpovedí
	V čom vidíte zmysel svojho života bez drog?	
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Zmysel môjho života vidím v tom, že pôjdem tou cestou, ktorú mi predpísal Boh, lebo už to mám viackrát potvrdené, že by som mal túto prácu robiť, pomáhať druhým ľuďom</i>	Pomoc druhým
Marian	<i>Ja mám pred očami rodinu... stále. Svoju vlastnú rodinu...</i>	Rodina
Vladimír	<i>Momentálne ho vidím v abstinencii. Dúfam, že sa mi to s Božou pomocou podarí...</i>	Abstinencia
Jozef	<i>V tomto nemám úplne jasno... ale aby sa cítili ľudia v mojej prítomnosti dobre a potom taká klasika: nejaký zdroj príjmu, nejaká práca, ktorá by ma bavila, čo zhruba asi aj viem, kde a aká. Mať nejakú priateľku alebo manželku, možno nejaké deti v budúcnosti, navštíviť rodinu, ktorú mám v Kanade a pomaličky sa začleniť, aj keď ja sa veľmi nerád začleňujem do nejakých spoločností, mám trošku také zmýšľanie ešte z minulosti také voľnejšie, čo je nebezpečné... a tak nejako sa prispôbiť v úvodzovkách, aby som príliš nevyčnieval.</i>	Práca, Rodina, Cestovanie, Normálne fungovanie
Martin	<i>V abstinencii, ostať čistý... Teraz sa na všetko inak pozerám a je to pre mňa niečo celkom nové, lebo v podstate za posledné štyri roky som bol každý deň pod vplyvom niečoho, a teraz som nejaký ten čas čistý, tak je to skôr také nové pre mňa, niečo, čo len teraz objavujem, spoznávam...</i>	Abstinencia
Juraj	<i>Vidím ho v tej rodine, ktorú by som budúcnosti chcel mať.</i>	Rodina
Tomáš	<i>Založiť si rodinu a byť vzorom svojmu dieťaťu, dobrým manželom, aby na mňa boli rodičia hrdí, aby som ja mohol byť hrdý na seba.</i>	Rodina
Viktor	<i>Aby som ho prežil naplno, aby som vyskúšal všetko dobré, aby som toho veľa zistil, aby som sa v ňom vedel obracať, aby som pomohol veľa ľuďom, aby som spravil všetko, čo môžem, pre niekoho... vtedy budem spokojný... a aby som ja bol spokojný.</i>	Spokojnosť so životom, Pomoc druhým
Marta	<i>Chcem byť samostatná, to je pre mňa asi najdôležitejšie. Spraviť si školu, nájsť si nejakú prácu, byť, chcem ísť do zahraničia, veľmi rada by som cestovala, keďže mám rada cudzie jazyky, tak venovať sa aj tým, prejsť si zahraničie...</i>	Práca, Vzdelanie, Cestovanie
Martina	<i>Vidím ho v rodine a vo všetkom, čo sa týka rodiny a normálneho fungovania...</i>	Rodina, Normálne fungovanie

Príloha B Významová kategória – Hodnoty, priority

Významová kategória: Hodnoty, priority		
	Otázka č. 4 Čo bolo pre Vás v tom období najdôležitejšie? (v čase, keď užívali drogy)	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Zohnať si drogu...</i>	Droga
Marian	<i>.... asi peniaze, a ako ich získať...</i>	Peniaze
Vladimír	<i>... aby som zabudol na svoje problémy, nemyslel na ne</i>	Zabudnúť na problémy
Jozef	<i>Keď som bral heroín, tak asi heroín bol najdôležitejší, no a hudba... ale nehľadal som žiadny hlbší zmysel.</i>	Droga, Hudba
Martin	<i>...každodenná robota zohnať peniaze a drogu bol takým mojím zmyslom života.</i>	Droga, Peniaze
Juraj	<i>Stále som rozmýšľal nad tým, ako si zoženiem peniaze zase na ďalšie dni, aby som bol zabezpečený, aby som si mohol dať, aby mi nebolo zle, aby som nemal absták. Druhoradá bola moja priateľka, ktorú som mal veľmi rád... No a na mamu som vtedy vôbec nemyslel a tej som ubližoval najviac.</i>	Peniaze, Priatelia
Tomáš	<i>Byť obľúbený, mať peniaze, nemať problémy, mať úspech, mať frajerku... ale hlavne tá obľúbenosť a nejaké to spoločenské postavenie, ktoré vyplývalo z drog a peňazí. Škola išla do úzadia a skôr také veci, ako mať kamarátov, zabávať sa s nimi a aby sa aj oni mali dobre tým spôsobom, že sme sa spolu nafetovali. Ku koncu sa to už zvrtilo a šlo to ďalej tak, že som bol zrazu vždy sám, alebo tak, že kým sme sa chceli nafetovať, sme držali spolu, dali sme dokopy peniaze, ale keď sme sa nafetovali, som si všimol, že zrazu si každý robil svoje veci, každý bol zrazu vo svojom svete... vtedy som si začal uvedomovať, že to nie je v poriadku, ale ešte som to tak nebral.</i>	Peniaze, Spoločenské postavenie, Zábava, Priatelia
Viktor	<i>Zohnať si drogy.</i>	Droga
Marta	<i>V podstate tí priatelia, chodiť von, zabávať sa. A mala som psa, ten bol pre mňa dosť dôležitý, ten ma aj dokonca dosť dlhú dobu držal doma, lebo aby som počúvala, tak otec sa mi vyhrážal tým psom ale potom som to zlomila, a už mi nebolo nič sväté, poriadne som sa rozbehla a už vtedy som nechodila domov, ani som tam nebývala.</i>	Zábava, Priatelia
Martina	<i>Mala som priateľa, s ním som brala tie drogy, takže to mi bolo predné, aby som sa nehádala s ním, doma mi to bolo úplne jedno... takže prvoradá boli tie drogy a priateľ,</i>	Droga, Priatelia

Významová kategória: Hodnoty, priority		
	Otázka č. 5 Čo pre Vás v tom období znamenali drogy? (v čase, keď užívali drogy)	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Ťažko povedať ale znamenali pre mňa dosť veľa, lebo dovtedy kým som nebral drogy, nebol som odviazaný, nevedel som sa poriadne zabaviť, bol som deprimovaný, smutný, pomalý od malička a drogy tieto psychické problémy, ktoré som mal, odbúravalí a prinášali mi slobodu a začal som si užívať život. Ale nepozeral som na následky, ktoré to má, ani som vtedy nechápal, aké to bude mať následky – človek si to vlastne ani neuvedomuje, keď s tým začína...</i>	Odbúravanie zábran, Príjemné pocity,
Marian	<i>Únik z reality života...</i>	Únik z reality
Vladimír	<i>Po alkohole mi bolo dobre, zažehňával som ním problémy. Keď som popíjal každý deň, tak to bolo týždeň, dva týždne v pohode, ale keď sa problémy nakopili, potom už nebolo kam cúvnuť.</i>	Príjemné pocity, Únik z reality
Jozef	<i>Takú akoby nejakú dennú potrebu, ako keď si ide človek zuby umývať napríklad... taký útek od reality zrejme.</i>	Potreba, Únik z reality
Martin	<i>Na začiatku relax, potom po čase vypĺňanie voľného času a ku koncu to už bolo také, že som si musel dať, aby mi nebolo zle, aby som mohol fungovať normálne... ísť do školy a tak.</i>	Príjemné pocity, Vypĺňanie voľného času, Potreba
Juraj	<i>Keď som bol na droge, tak som bol spokojný, cítil som sa dobre, vedel som komunikovať s ľuďmi, vedel som veľa vecí vybaviť. Keď som ju nemal, tak som bol slabý, nevedel som nič... nevedel som existovať proste.</i>	Príjemné pocity, Odbúravanie zábran, Potreba
Tomáš	<i>Formu zábavy, uvoľnenia. Keď som sa napr. rozišiel s priateľkou, s ktorou som bol dlho... a strašne som sa ľutoval, drogy mi vtedy strašne pomohli. Ráno som si dal a cítil som sa lepšie, potom som si zase dal... takže to bol vlastne taký únik z reality. Nepostavil som sa realite zoči-voči. Zo začiatku to bola zábava, sranda a neskôr sa nakopili problémy, začal som hrať aj na automatoch a potom to už bolo o tom úniku...</i>	Príjemné pocity, Únik z reality
Viktor	<i>Dobrý pocit, útek, z pre mňa tak nezvládnuteľného sveta, útek pred vzťahmi, pred výčitkami zo strany kamarátov alebo bývalej frajerky, pred všetkým, čo pre mňa mohlo predstavovať nejakú zodpovednosť... Znamenali pre mňa aj zábavu ale často aj stres... mal som problémy s policajtní, keď som spravil niečo zlé, alebo miestami, alebo teda často krát boli hádky doma, lebo mama to ťažko znášala, brala lieky...</i>	Príjemné pocity, Únik z reality, Nepříjemné pocity
Marta	<i>Výplň voľného času a akýsi únik z reality... dosť veľký. Zabudla som vtedy na problémy a starosti a zabávala som sa.</i>	Vypĺňanie voľného času, Únik z reality
Martina	<i>Na začiatku som nepocítovala ani tú potrebu, ale po čase to už išlo do extrémov, že som pre drogy spravila všetko možné. Priateľ pracoval vo firme so železom, tak sme odtiaľ brali železo, a predávali ho do zberníc. Zlato doma a všetky veci, ktoré sa dali speňažiť, som speňažila a použila na to, aby som si kúpila drogy, alebo aby som si drogu nejako zadovážila. No a neskôr to bolo už v takom extrémne, že už ja sama som sa predávala niektorým za drogy... drogy boli pre mňa nevyhnutnosť, bez nich som sa nepostavila z postele, alebo sa mi nič nechcelo.</i>	Potreba

Významová kategória: Hodnoty, priority		
	Otázka č. 6 Venovali ste sa v tom čase niečomu, alebo ste sa angažovali v niečom, čo vás naplňalo? (v čase, keď užívali drogy)	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Ja som spravil taký rázny sek do normálneho života, dá sa povedať... behom pár mesiacov som prešiel od trávy k heroínu a nemal som už následne žiadne záujmy, len také ako dievčatá, diskotéky, autá sme si kupovali, motorky bez papierov a jazdili sme načierno bez vodičáku. No ale aj toto postupom času vymizlo... a okrem drogy už nebolo nič, čo by ma zaujímal, už ma nebavilo nič, len tie drogy... a to bolo dlho dlho dlho.</i>	Droga ako jediný zdroj naplnenia
Marian	<i>Tak bola to škola, študoval som na konzervatóriu, čiže hudba... ale to išlo samozrejme bokom, pretože droga bola prvoradá. Zo začiatku sa to tak prelínalo... že tá hudba a drogy išli dokopy, ale nakoniec zvíťazili drogy.</i>	Droga ako jediný zdroj naplnenia
Vladimír	<i>Zo začiatku som sa venoval futbalu, mal som na starosti žiakov, dospelých... potom ostal už len alkohol</i>	Droga ako jediný zdroj naplnenia
Jozef	<i>Venoval som sa nejakým veciam... písal som recenzie v jednom undergroundovom časopise, na koncerty trebárs, potom trochu hudbe, hral som na bicích... No a čomu som sa venoval ešte? Predaju drog som sa venoval... to bolo asi všetko.</i>	Záľuby, Predaj drog
Martin	<i>Adrenalín iba... pri skeiboarde. Pri drogách to boli extrémne dávky a kombinácia.</i>	Adrenalín
Juraj	<i>Áno, veľmi rád som hrával futbal, aj profesionálne som hral. Mal som veľkú šancu dostať sa niekde ďalej, bol som v Taliansku na výbere za Slovensko. Keby som nešiel zlou cestou, k drogám, tak teraz som mohol zarábať tým, čo ma baví, mohol som byť niekde úplne inde... takže šport ma veľmi bavil, aj teraz ma baví ale vzhľadom na to, že som už invalidný dôchodca, nemôžem sa tomu venovať tak, ako by som chcel.</i>	Záľuby
Tomáš	<i>Ale áno. Nebolo to zase také čierne, ako to teraz opisujem. Mal som dlho priateľku a bolo aj také obdobie, že som pol roka ani nefajčil, nepil alkohol, ani nehúli. Predtým som mal rád aj športy, ale neskôr som ich zanedbával kvôli drogám, aj štúdium som zanedbával. Až tuto nachádzam nejaké záľuby, lebo ak si to tak zoberiem, taká jediná moja ozajstná záľuba bola priateľka, alebo si ísť s niekým niekde sadnúť, ale tiež to končilo pri tom, že sme si išli sadnúť napr. do čajovne a smerovalo to k tomu, že sa potom pôjdeme nahúliť, vždy to malo proste takéto zakončenie.</i>	Priateľka, Zábava
Viktor	<i>Myslím si, že som sa nevenoval ničomu, kde by som vynaložil svoju energiu, šport to nebol určite, aj keď sme si občas zahráli streetball, ale to bolo len sporadicky... takže myslím že nebolo nič</i>	Žiadne angažovanie sa
Marta	<i>Predtým ma veľmi bavilo, keď som chodievala jazdiť na kone. Venovala som sa všetkým športom ale tiež len chvíľu a zapájala som sa do ochranárskych organizácií (sloboda zvierat, green peace a pod.) a chodila som aj do červeného kríža, tam ma to tiež veľmi bavilo. Ale keď som už bola závislá, tak ma to všetko prestalo baviť, už som si na to nemohla nájsť čas, lebo keď som sa mala rozhodnúť, či pôjdem, do červeného kríža, alebo sa pôjdem nafetovať, tak som sa išla radšej nafetovať.</i>	Droga ako jediný zdroj naplnenia
Martina	<i>Od 8. rokov až do 18. som chodila na mažoretky, teda desať rokov a bolo to super životná skúsenosť, ale akonáhle prišla maturita, tak som s tým sekla, začali drogy, takže som sa už nevenovala ničomu inému, len tým drogám... takže to všetko padlo naraz.</i>	Droga ako jediný zdroj naplnenia

Významová kategória: Hodnoty, priority		
	Otázka č. 11 Ktoré veci sú v súčasnosti najdôležitejšie vo Vašom živote?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Aby som sa dal fyzicky dokopy, to je dosť dôležité pre mňa, aby som si našiel prácu. Ja nemám školu vlastne, nedokončil som ju a teraz si ju už ani neplánujem dokončiť, skôr by som chcel pomáhať v sociálnej oblasti, trebárs v domovoch dôchodcov a podobných zariadeniach... dá sa to, dajú sa všelijaké kurzy si spraviť cez úrad práce. Ja už som minul tolké milióny za tie roky, že mne už ani Boh nedá niečo len tak... ja si teraz musím toto vytrpieť, tak som to pochopil, že ja už nebudem mať žiadny majetok, lebo ja som už minul, načo som mal „nárok“, ja som to už premrhal. Teraz musím ísť už len cestou pokory a pomáhať ľuďom nejakým spôsobom, aj keď len tak, že im poviem o Bohu... a hlavne v týchto ústavoch a zariadeniach. Jasné že by som chcel viac, ale stále mi dáva Boh najavo, že už som mal dosť, už mi z veľa vecí pomohol a že tak to má byť.</i>	Zdravie, Práca, Pomáhať druhým
Marian	<i>Určite ten život, bez drogy, bez tej potreby... mať navrch. Začať sa mať rád nejakým spôsobom, aby som mohol mať rád aj niekoho druhého potom.</i>	Abstinencia Začať sa mať rád
Vladimír	<i>Najdôležitejší je môj syn, a matka samozrejme, lebo tá mi vo veľa veciach pomohla a podržala ma.</i>	Rodina
Jozef	<i>V prvom rade abstinencia a od nej sa vlastne odvíja všetko, ale to je vlastne to hlavné.</i>	Abstinencia
Martin	<i>Na prvom mieste je rodina a zostať tu, vytrvať a samozrejme škola.</i>	Rodina, Liečba, Škola
Juraj	<i>Zdravie, rodina, vzťahy</i>	Zdravie, Rodina, Vzťahy
Tomáš	<i>Mal by som povedať, že liečba... nechcel by som klamať, chcel by som sa čím skôr dostať do takého štádia, aby som mohol chodiť odtiaľto do práce a začať si budovať život, získať naspäť dôveru rodiny. Som rád, že sa tu naučím veľa vecí technických, lebo ja nie som technický typ. Rád by som sa dopracoval k tomu, aby som išiel robiť nejakú školu na rok. Trošku ma hnevá, že nemám žiadne veľké ciele. Dal som si čas, ale odkedy chodím von, si uvedomujem, že sa musím rozhybať, lebo vyjdem odtiaľto po troch rokoch a potom čo?</i>	Liečba, Práca, Vzťahy,
Viktor	<i>Myslím, že vzťahy v prvom rade, aby som mal ľudí, ktorí ma podporia a hlavne tu, pretože mám síce aj mamu, ale ona nikdy nepochopí moju závislosť a mňa, takého aký som. Potrebujem proste niekoho, kto mi dokonale rozumie v tomto a to sú ľudia z tejto komunity. Ale pravdaže aj vzťahy doma sú pre mňa dôležité, s mamou, babkou, takže to je to hlavné, a na tom mi najviac záleží.</i>	Vzťahy
Marta	<i>Určite škola, tá je pre mňa veľmi dôležitá teraz, potom vzťahy, ktoré mám tu v zariadení a taktiež ma teší aj to, že som si urovnala niektoré tie vzťahy aj doma... s otcom mám teraz omnoho lepší vzťah, aj keď je to stále dosť nalomené, taký „tenký“ vzťah... chce to viacej času, ale je to podstatne lepšie, ako predtým.</i>	Škola, Vzťahy
Martina	<i>Určite to, aby som sa vyliečila, a moja rodina... teda aby som si tie vzťahy dala dokopy, hlavne so sestrou.... no a keď si dám tú rodinu a seba dokopy, tak určite to bude zase o mne, takže práca, vlastný život, deti, všetko ako má byť.</i>	Liečba, Rodina, Vzťahy

Významová kategória: Hodnoty, priority		
	Otázka č. 18 Ktoré hodnoty dávajú Vášmu životu zmysel v súčasnosti?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Boh, viera, a to že ja môžem teraz pomôcť, že ja môžem teraz povedať druhým ľuďom, o tom, čo Boh urobil v mojom živote, ako mi zasiahol do života, ako mi pomohol a že existuje... a takéto veci. Aby som to mohol odovzdať ďalej ostatným, ktorí, ako som ja predtým, ešte nechápu. Ako som hovoril, chcel by som robiť v sociálnej oblasti ale hlavne hovoriť ľuďom o Bohu, aj keď sú už trebárs na smrteľnej posteli alebo majú problémy, lebo vtedy je to vlastne najdôležitejšie. Viem, že toto ma bude naplňať.</i>	Viera, Túžba pomáhať druhým
Marian	<i>Je to určite viera... ja som nikdy nemal nijaký vzťah k viere, len keď som sem prišiel, som spoznal ľudí, ktorí naozaj vyzerajú veľmi šťastne a myslím si, že aj sú šťastní a spočiatku mi z toho behal mráz po chrbte, že ako je to vlastne možné, či to nie je nejaká pretváarka. Aj predtým som rozmýšľal o Bohu, ako každý ale nikdy som sa nedostal k tomu, že by som pocítil v sebe, že verím, že verím v niečo.</i>	Viera
Vladimír	<i>V prvom rade je to náboženstvo. Človek musí niečomu veriť a za tým ísť, lebo človek, ktorý je neveriaci, si to nevie vážiť a tým pádom odpláva nabok.</i>	Viera
Jozef	<i>Doma sa to vyvíja celkom sľubne, s mamou napríklad. Dneska mi dokonca – čo som vôbec nechápal – mi zavolala bývalá priateľka, ktorá je v Dubline a dobre sme sa porozprávala. Takže asi tie vzťahy, práca na nich je pre mňa také najdôležitejšie.</i>	Vzťahy
Martin	<i>Zdravie v prvom rade... teda dať si ho do poriadku, pretože tu je na to priestor, vonku som na to vôbec nedbal. No a pravdaže rodina, s ktorou je to už teraz na dobrej ceste.</i>	Zdravie, Vzťahy
Juraj	<i>Neobjavil som v sebe zatiaľ nové hodnoty, ale pracujem na tom, aby som získal zodpovednosť, vedel komunikovať, byť ľudský, vedel rozlišovať, čo je dobré a čo je zlé. Predtým som to vôbec nerobil, ani som sa nesnažil to rozlišovať. Teraz sa snažím, chcem sa to naučiť.</i>	Práca na sebe
Tomáš	<i>Zodpovedný prístup k práci, aj k práci na sebe, vzťahy v komunite a v rodine, aj keď sa momentálne sústreďujem viac na komunitu,</i>	Práca, Vzťahy
Viktor	<i>Vzťahy v prvom rade. Vsadil som trošku na to, že chcem byť v živote spokojný, možno to znie ostro, ale viem, že keď nebudem spokojný, tak budem fetovať... takže buď budem spokojný alebo budem fetovať. A k spokojnosti potrebujem tie vzťahy, a pracujem na tom, aby som mohol viesť taký život, aký chcem, venovať sa tým veciam, ktorým chcem, svojmu športu, svojej škole, učeniu - plánujem ísť na výšku po strednej – svojim záľubám a to, aby som mal okolo seba zdravé prostredie, vytváral si ho a taktiež bol dosť silný na to, aby som zvládal to, čo mi robí problémy.</i>	Vzťahy, Vzdelanie
Marta	<i>Vzdelanie, a vzťahy v prvom rade, či už rodinné alebo v rámci komunity. Zmenila som vlastne priateľov aj prostredie, lebo som dosť z ďaleka...</i>	Vzťahy, Vzdelanie,
Martina	<i>Hlavne tá rodina, chcem žiť v rodinnom kruhu, zarábať si na seba a mať plnohodnotné hodnoty, ako normálny človek, chcem mať rodinu, deti, muža, prácu...</i>	Vzťahy, Práca

Príloha C Významová kategória – Postoj k životu

Významová kategória: Postoj k životu		
	Otázka č. 1 Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste začali užívať drogy?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Dá sa povedať, že dobre. Vnímam som takú voľnosť, pocit slobody a mohol som robiť proste všetko... chodil som na diskotéky, zabával som sa s partiou, takže taký ozaj neviazaný, slobodný život som viedol. Myslel som si, že je všetko v poriadku. Drogy ako keby ma od niečoho oslobodzovali, od problémov, od starostí...</i>	Pozitívne vnímanie
Marian	<i>Keďže som bol v puberte, tak som mal – z dnešného pohľadu – dosť skreslené predstavy o živote, ale v tom období som ho bral ako zábavu...</i>	Pozitívne vnímanie
Vladimír	<i>Vnímam som ho celkom dobre. Alkohol mi robil lepšiu náladu, premáhal som stresy.</i>	Pozitívne vnímanie
Jozef	<i>Môj život bol väčšinou o zábave, bol aj dobrý aj zlý.</i>	Ambivalentné vnímanie
Martin	<i>Lúbilo sa mi to, vyhovovalo mi to, bol to pre mňa relax. Predtým to bolo také normálne, ako u ostatných v mojom veku: venoval som sa športom, chodil som do školy, von... takže bezproblémové dieťa...</i>	Pozitívne vnímanie
Juraj	<i>Žil som vtedy v podstate dobre, v neúplnej rodine síce bez otca, ale namiesto otca som mal dve mamy, starkú a mamu, ktoré ma zahŕňali láskou a všetkým, čo som potreboval. Čo Vás napriek tomu viedlo, aby ste začali s užívaním? <i>Bol som ľahko ovplyvniteľný a starší chlapci z mojej partie mi povedali, aby som to skúsil... len raz. Tak aby som netrhal partiu, som išiel a skúsil to.</i></i>	Pozitívne vnímanie
Tomáš	<i>Nemal som problémy v škole, bol som dobrý žiak. Chcel som zapadnúť do kolektívu tých, čo boli obľúbení, chcel som byť niečo viac a cestu som videl práve v tomto spôsobe. Bol som taký, že som bol paradoxne dobrý žiak, ale na druhej strane som chodil von a robil grázlovstvá.... Vždy ma to ťahalo von, už keď som mal 10 rokov, som robil všelijaké somariny... Ťahalo ma to k chalanom, ktorí boli obľúbení... a chcel som patriť medzi nich a videl som, že hŕli, tak som to chcel vyskúšať...</i>	Pozitívne vnímanie
Viktor	<i>Myslel som si, že mám problémy, ktoré ostatní nepochopia... Keď som začal užívať drogy, som si myslel, že to budem zvládať. Dlhú som nevedel, že som závislý. Ľudia mi to hovorili, ale ja som hovoril, že oni nie sú v poriadku, len ja som... takto som to vnímal. ...klamal som sám seba, ale cítil som vo vnútri, že niečo nie je v poriadku.</i>	Ambivalentné vnímanie
Marta	<i>Vnímala som to tak, že som na tom dosť zle. Moji rodičia sa rozvádžali v tom čase, keď som začala fetovať a matka odo mňa odišla... ja som bola akurát vo veku, kedy som ju najviac potrebovala, takže to bolo dosť zložitá obdobia pre mňa. Vychovával ma vlastne celý život len otec. Mala som 9 rokov a fakt som to veľmi zle znášala a navyše s otcom sme sa oddialili, takže som nemala žiadnu podporu doma... aspoň som to tak necítila, nevedeli sme si k sebe nájsť cestu. Dával všetko, čo sa týkalo materiálnej stránky, ale chýbalo mi niečo rodinné... prísť domov a rozprávať sa o tom, ako sa mám a tak... to som nemala. Tak som to hľadala vonku...</i>	Negatívne vnímanie

Martina	<i>Keď som začala užívať drogy, tak to bola čistá zábava. Brala som to tak, že je to v pohode, že to všetci berú, tak som to chcela skúsiť aj ja. Začiatky boli veru také, zábava... každý z našej partie to bral, bolo to teda na dennom poriadku. Viedlo ma k tomu to, že som sa dostala z jednej partie do druhej, a v tam to frčalo, tak aby som nevyčnievala a bola ako oni, robila som to tiež...</i>	Pozitívne vnímanie
----------------	---	--------------------

Významová kategória: Postoj k životu		
	Otázka č. 2 Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste už aktívne užívali drogy?	Kategórie odpovedí
	Odpovede účastníkov	
Peter	<i>Dovtedy som mal, dá sa povedať v celku normálny život, ale ako som začal brať drogy, tak sa mi zmenil život aj tým, že som prestal chodiť do školy. Neukončil som ju, skončil som v prvom ročníku na učňovke... no a postupne som začal stále viac a viac užívať drogy a stále sa len zabávať... takže môj život sa zmenil: začal som kraďnúť, mal som problémy so zákonom...</i>	Zmena priorit, Vnímanie problémov, Posúvanie morálnych zábran
Marian	<i>V podstate ako každý narkoman som sa dostal do štádia, kedy to už prestalo byť zábavou a bolo to o tvrdej závislosti, čiže som padol na dno, a bolo to o smútku.</i>	Pád na dno
Vladimír	<i>Ja som aktívne začal piť po rozvode. Potom to začalo pomaličky. Striedavo som prestával, potom znova začínal s pitím a ku koncu to došlo až tam, že som začal mať zdravotné problémy, najmä so žalúdkom, veľká nervozita. ...bol som tri mesiace v Záluží a ako som sa odtiaľ vrátil, nastala znova nervozita, takže som si musel dať pol deci... a už to išlo... tak som išiel do nemocnice na detox. No a nakoniec som sa odhodlal po rozhovore s bratom ísť na takúto dlhšiu liečbu do RS.</i>	Vnímanie problémov
Jozef	<i>Prišiel som o hodne vecí na materiálnej aj zdravotnej stránke.</i>	Vnímanie strát
Martin	<i>Tie začiatky boli pekné, ale okolo 15., 16. sa to vlastne otočilo k horšiemu. V začiatkoch som ani presne nevedel, že na tom niečo zlého môže byť. Videl som len dobré, neuvedomoval som si ten dopad. A vlastne od 16. som začal s tvrdou látkou, čiže s heroínom a zistil som že... že to je zmysel môjho života, to čo ma baví... proste mi to chutilo, nechcel som sa toho vzdať. Nahováral som si a aj ostatným som hovoril, že to mám pod kontrolou a pritom som vedel, ako to je, že som na tom závislý. A ako ubiehali roky, pribúdali aj problémy doma, v škole...</i>	Vnímanie problémov, Zmena priorit
Juraj	<i>Začal som veľmi ubližovať svojej matke, začal som jej kraďnúť veci, peniaze, elektroniku z domu... ale ona si nechcela pripustiť, aj keď jej hovorili ľudia z mesta, príbuzní, že beriem drogy. Nechcela tomu veriť, stále dávala na mňa, keď som jej hovoril, že to nie je pravda, že som potreboval peniaze, lebo som bol niekomu dlžný, že som hral automat... na to som sa vyhováral. Takže takto som jej ubližoval a už som nevnímal ľudí okolo seba. Myslel som iba na seba, bol som veľký sebec, všimával som si len seba, uspokojil seba. Nemať som žiadne zábrany.</i>	Posúvanie morálnych zábran, Zmena priorit
Tomáš	<i>Už na SŠ som húlil... Mal som s niektorými učiteľmi aj problémy ale nakoniec som dobre skončil. Mal som síce aj dvojku zo správania ale maturoval som na jednotky, na dvojky. Už vtedy som pociťoval problémy, ale nevnímal som to tak. Najviac ma to zasiahlo, keď som bol na VŠ, v Bratislave na internáte. Mne sa v podstate vždy podarilo prejsť, nie ako väčšine kamarátov, ktorí vypadli v prvom ročníku... Zostal som až do tretieho ročníka ale</i>	Vnímanie problémov, Zmena priorit, Vnímanie strát

	<i>stratil som možnosť doštudovať, lebo som nedokončil ročník... teraz som už mohol byť bakalárom, ale nespravil som to, lebo v tom čase to už začalo byť extrémne. Došiel som v pondelok do Bratislavy a hneď som si vybavoval drogy, utorok, stredu som nespál, bol som rozbitý, v piatok som prichádzal rozbitý domov... zasahovalo mi to veľmi do života. chodil som iba na cviká, prednášky som zanedbával. Dva roky som takto ukočiroval... druhý rok bol zlomový, tam som si prenášal nejaké skúšky, ktoré sa mi nepodarilo spraviť... a to bolo preto, lebo som tam nechodil... dost mi to teda zasiahlo do života.</i>	
Viktor	<i>Bol som so sebou dost nespokojný a bol som dost problémový, aj keď som si to nechcel nikdy priznať, bral som to ako svoj život, miloval som to nadovšetko. Všetko som kvôli tomu zahodil... mamu, s ktorou som žil, rodinu, kamarátov, proste najdôležitejšie veci. Ľudia odo mňa začali bočiť. Posúval som aj svoje hranice: začal som kraďnúť, bol by som schopný niekomu ublížiť za peniaze, za drogy. Mal nejaké zábrany, ako každý, ale už sa mi posúvali.</i>	Vnímanie strát, Posúvanie morálnych zábran, Zmena priorít
Marta	<i>V tom období som bola taká, že som už nemala záujem sa veľmi zdržiavať doma, ani vzťahy s otcom som už nechcela zlepšovať... ja som mala už na prvom mieste kamarátov, chodiť von a takéto veci.</i>	Zmena priorít
Martina	<i>Išlo to úplne dole vodou, úplne so všetkým. Povinnosti išli bokom, rodina a všetko vlastne... boli už proste len drogy, kamaráti, zábava. Do školy som ani nechodila, ešte predtým som mala štvorku zo správania, takže tam to išlo tiež dolu vodou... aj doma s rodinou... všade proste mi to narazilo do vzťahov.</i>	Vnímanie problémov, Zmena priorít

Významová kategória: Postoj k životu		
	Otázka č. 8 Ako vnímate svoj život v súčasnosti?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Asi pred takými dvomi rokmi, ako som prišiel sem do strediska, tak sa môj život úplne zmenil, lebo predtým som bol okolo troch rokov na ulici, rôzne som prespával, po známych, kamarátoch u priateľky u dílera... a tam som aj predával drogy. Doma som nemohol bývať, mal som problémy, matka ma vyhodila z domu so sestrou. ...Ja som predtým nebol veriaci človek, ale ako som bol na ulici a sedel len tak na schodoch a už som nevládal, už som myslel na samovraždu, už ma proste nebavilo žiť takým životom, tak som začal prosiť, že keď existuje Boh, tak nech mi pomôže. A neprešlo ani desať minút, ako som tam sedel a mal slzy v očiach - pritom ja nezvyknem plakať... a v tom sa zjavil jeden terapeut, ktorý tu pracoval v stredisku. Ja som sa na neho pozeral, ako keď sa pred vami niekto zjaví, lebo som ho predtým roky stretával. On mal kedysi tiež problémy s drogami ale dostal sa z toho ešte pred desiatimi rokmi... on už vtedy uveril v Boha. Ja som až tu v stredisku pochopil, že mi ho vlastne Boh postavil do cesty. Pár rokov som ho stretával a on sa ma vždy pýtal, či nechcem niečo spraviť so svojím životom a ja som ho vždy odmietal a nechápal som, čo mi ten človek rozpráva, o Bohu, o nejakom stredisku a podobných veciach. A až vtedy, ako som tam sedel na schodoch a znova sa ma opýtal, či chcem niečo spraviť ešte so svojím životom, som mu konečne povedal áno a ešte v ten deň ma priviedol do tohto strediska. Bol som na tom strašne zle, zničený, krízu som mal, bol som vychudnutý. Takže tak som sa sem dostal, a odvtedy sa začali diať veľké zmeny v mojom živote. Uveril som v Boha, Pána Ježiša Krista, aj keď sa to zdá možno čudné... mám</i>	Zmena

	<p>vyše tri roky odsedené a podobné veci za sebou, ale až tu som vlastne pochopil, ako to v skutočnosti je, že „Ja som volal Pána a on mi pomohol“... A takisto som mal problémy s hepatitídou a vyliečil som sa z toho v podstate... takže v tomto mi Boh tiež pomohol. Mal som problémy aj so zákonom a zase mi Boh pomohol v tom, že som dostal podmienku. Takisto aj so sestrou som mal zlý vzťah... a veľa vecí sa udialo v mojom živote a stále sa deje. Takže môj život sa zlepšil, začal som navštevovať dcéru. Predtým som o ňu nejavil veľký záujem. Takže veľa vecí sa zmenilo v mojom živote.</p>	
Marian	<p>Tak, že keby som sa mohol vrátiť na začiatok, tak to samozrejme nikdy neskúsim, ale ak to mám posúdiť, tak je to určite lepšie, ako predtým.</p>	Pozitívne vnímanie
Vladimír	<p>Teraz dobre, v pohode, aj rodina ma podržala.No a tuto sme vedení svätým písmom a myslím si, že to človeku pomáha. Keď človek verí, tak buduje na tejto viere a vidí, aký je pevný. Človek, keď v niečo verí, je oddanejší, otvorenejší, nedusi nič v sebe, porozpráva sa... a myslím si, že to prospieva, mal som to spraviť už skôr. Ale hovoril som si, že však to zvládnem sám, ale bol som nakoniec zdravotne dohnaný a neľutujem to.</p>	Pozitívne vnímanie, Zmena
Jozef	<p>Mám niekedy také chvíle, že to vnímam tak, že som premárnil hodne-hodne rokov zbytočne, a mladosť ubehla akoby bokom. Mrzí ma, že som niektoré veci nedotiahol do konca, Ďalej ma mrzí, že som nedbal na svoje zdravie, svoje vzťahy, ako napríklad s priateľkou a rodinou.... Pozitívne na tom je možno taká akoby „škola do života“, že teraz ja môžem pomôcť niekomu v otázkach závislosti.</p>	Ambivalentné, vnímanie
Martin	<p>Obracia sa k lepšiemu, dávam si rodinné vzťahy do poriadku, chcem si dokončiť školu a celkovo si urovnať vzťahy s ľuďmi vonku...</p>	Pozitívne vnímanie
Juraj	<p>Teraz ako som sa rozhodol pre liečenie, aj keď mám už dosť rokov, ale predsa... chcem získať zodpovednosť a byť samostatný, chcem pomôcť rodine, ktorá mi ešte ostala. Pred dvoma týždňami mi umrela mamka, takže som z toho ešte dosť zlomený. No a ostal mi už len brat, ten má len 19 rokov a krstná. Takže to tu budem musieť zvládnuť a naučiť sa žiť samostatne, lebo už sa nemám o koho oprieť... kvôli sebe, kvôli mame, ktorá tu už nie je, ale pozerá sa na mňa z neba určite, lebo to bola veľmi dobrá žena. Chcem jej to dokázať, a aj sebe a rodine, čo mi ešte ostala, a postarať sa aj o brata, lebo on je ešte, dá sa povedať v puberte, pojašený a hrozne hotový z toho, čo sa stalo.</p>	Zmena
Tomáš	<p>Momentálne mi je celkom dobre. Naučil som sa tu veľa vecí, čo by ma mohlo v živote baviť, napr. práca s hlinou, čo som doteraz nikdy nerobil. Začal som tu behávať, športovať... ale viem, že pokiaľ by som odišiel, tak nevládzem udržať tento rytmus, ktorý mám tu. Tu ma to baví ale do istej miery som k tomu tlačенý. Viem, že ešte je skoro. Keby som teraz vyšiel von, aj koničky by som postupne zanedbával...</p>	Pozitívne vnímanie
Viktor	<p>Teraz som veľmi spokojný a teším sa, že som v poriadku, že sú ľudia okolo mňa v poriadku, že mám život vo svojich rukách a že som slobodný a nie som ničím viazaný, aj keď som závislý a budem ním do konca života. Viem že musím žiť inak, ale som s tým vyrovnaný a cítim, že som slobodný, že si môžem v živote robiť, čo chcem a môžem sa v živote vypracovať a spraviť niečo zo seba.</p>	Pozitívne vnímanie
Marta	<p>Dobre, teraz si robím SŠ, keďže som vynechala dosť veľa, keď som odišla zo školy a z domu a myslím si, že sa mi celkom darí. Chodím do školy odtiaľto, teraz som v druhom ročníku, plánujem ísť aj na VŠ. Teraz sa chystám do roboty odtiaľto, pomaličky by som si</p>	Pozitívne vnímanie

	<i>chcela urobiť vodičák, zapojiť sa do života vonku.</i>	
Martina	<i>Myslím, že teraz je určite hodnotnejší, ako bol. Zaujímam sa už aj o iné veci: o také, ktoré patria fakt do života, ako upratať tu... v živote ma nikto predtým neprinútil. No a rozmýšľam úplne inak momentálne, chcem aby to bolo v rodine dobre, chcela by som si nájsť prácu a žiť ako normálny človek. Myslím, že toto je fakt tá správna cesta, že by mi nič iné nepomohlo, len takáto liečba.</i>	Pozitívne vnímanie

Významová kategória: Postoj k životu		
	Otázka č. 9	Kategórie odpovedí
	Ste v súčasnosti so svojim životom spokojný?	
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Som určite spokojnejší a bohvie ako by som dopadol, keby som sa nedostal do tohto strediska.</i>	Pocit'ovanie väčšej spokojnosti, ako predtým
Marian	<i>V podstate ešte pred pol rokom som bol dosť na dne a myslím si, že pol rok absolútne nestačí na to, aby sa človek dal dohromady natoľko, aby mohol povedať, že je spokojný so životom.</i>	Pocit'ovanie nespokojnosti
Vladimír	<i>Spokojný som... moja rodina stojí za mnou.</i>	Pocit'ovanie spokojnosti
Jozef	<i>Teraz áno. Ja to možno preto, že som tu a možno aj preto, lebo nemám väčšie problémy ani také bežné problémy spojené so životom. ... ale očakávam ešte veľa od života.</i>	Pocit'ovanie spokojnosti
Martin	<i>Momentálne som, a ak to bude smerovať takto ďalej budem spokojnejší než predtým. Teraz si už uvedomujem, aký život som viedol. V súčasnosti sa pozerám na veci s čistou hlavou. Vtedy ma nič nezaujímal, nevedel som riešiť veci, resp. som neriešil veci... teraz už proste rozmýšľam, viem povedať rozumný názor na vec...</i>	Pocit'ovanie spokojnosti
Juraj	<i>Áno, môžem povedať, že som spokojnejší, aj sa cítim lepšie, viem, že sa tu môžem veľa naučiť, sú tu dobrí terapeuti, personál aj komunita. Čo sa týka komunity, sú tu klienti, vedia mi poradiť, aj keď sú mladší, lebo sú tu dlhšie. Keď sa cítim horšie, môžem si zvolať skupinu a povedať im, čo ma trápi. Vedia mi tu pomôcť, preto pôjdem ďalej a chcel by som tu vydržať čo najdlhšie.</i>	Pocit'ovanie väčšej spokojnosti, ako predtým
Tomáš	<i>Určite som spokojnejší, aj doma sú spokojnejší.</i>	Pocit'ovanie väčšej spokojnosti, ako predtým
Viktor	<i>Teraz som veľmi spokojný a teším sa, že som v poriadku, že sú ľudia okolo mňa v poriadku, že mám život vo svojich rukách a že som slobodný a nie som ničím viazaný, aj keď som závislý a budem ním do konca života, viem že musím žiť inak, ale som s tým vyrovnaný a cítim proste, že som slobodný, že si môžem v živote robiť, čo chcem a môžem sa v živote vypracovať a spraviť niečo zo seba, jednoducho mám svoje smery, ktoré si vyberám.</i>	Pocit'ovanie spokojnosti
Marta	<i>Je to určite omnoho lepšie ako predtým.</i>	Pocit'ovanie väčšej spokojnosti, ako predtým
Martina	<i>Zatiaľ hej.</i>	Pocit'ovanie spokojnosti

Významová kategória: Postoj k životu		
	Otázka č. 19 Myslíte si, že máte v živote ešte nejakú úlohu alebo poslanie?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>...to že ja môžem teraz pomôcť, že ja môžem teraz povedať druhým ľuďom, o tom, čo Boh urobil v mojom živote, ako mi zasiahol do života, ako mi pomohol a že existuje... a takéto veci. Aby som to mohol odovzdať ďalej ostatným, ktorí, ako som ja predtým, ešte nechápu. Ako som hovoril, chcel by som robiť v sociálnej oblasti ale hlavne hovoriť ľuďom o Bohu, aj keď sú už trebárs na smrteľnej posteli alebo majú problémy, lebo vtedy je to najdôležitejšie. Viem, že toto ma bude naplňovať.</i>	Jasné ciele
Marian	<i>Mnohokrát som o tom rozmýšľal, ale v tomto mám stále zmätok, ale verím, že Boh má pre mňa ešte niečo pripravené, niečo pozitívne.</i>	Nejasné ciele
Vladimír	<i>Myslím si, že mám. Som vyučený, mám rôzne profesie, takže si myslím, že sa uplatním. Ak mi to dovoľí zdravotný stav, tak by som mohol robiť šoféra alebo SBSkára, alebo nejakú ľahšiu robotu... uvidím ešte ako dopadnem, či nepôjdem na invalidný dôchodok.</i>	Nejasné ciele
Jozef	<i>Určite, každý máme nejaké, veď nikto tu nie je len tak, si myslím... A niečo konkrétne pre mňa? Ja si dávam krátkodobé ciele, väčšie vnímam skôr ako také bludy, nereálne. Nedávam si veľké ciele zatiaľ, lebo sa poznám natoľko, že často krát mením názor.</i>	Krátkodobé ciele
Martin	<i>Určite... znovu nadobudnúť dôveru ľudí, ktorých som sklamal a posplácať dlhy... to sú také moje ciele.</i>	Jasné ciele
Juraj	<i>Verím tomu, že áno. Veľmi by som chcel mať rodinu, už som ju mal mať dávno, ale žiaľ... chcel by som mať deti, vychovať ich zodpovedne, ako som bol vychovaný ja...</i>	Jasné ciele
Tomáš	<i>Na takéto veci som myslel aj vtedy, keď som bral drogy a podľa mňa to súviselo so zmenou myslenia a toto ma šťastí aj namotalo na tie drogy. Väčšina narkomanov to tak má, že je na niečo predurčená, vyvolená. Teraz sa beriem skôr za takého normálneho človeka, ktorý by mal zapadnúť. Momentálne vnímam určitú zodpovednosť, lebo komunita mi niečo dala a teraz vnímam, že mám určitú zodpovednosť voči mladším, niečo im odovzdať a ísť im vzorom, keďže tu patrí medzi najstarších klientov... takže takéto momentálne poslanie mám tu v komunite.</i>	Momentálne poslanie
Viktor	<i>...chcem, venovať sa tým veciam, ktorým chcem, svojom športu, svojej škole, učeníu - plánujem ísť na výšku po strednej - svojim záľubám a to, aby som mal okolo seba zdravé prostredie, vytváral si ho a taktiež bol dosť silný na to, aby som zvládol to, čo mi robí problémy.</i>	Jasné ciele
Marta	<i>Určite áno, ešte som dosť mladá. Chcem si spraviť v prvom rade vysokú školu, to je môj veľký cieľ a chcela by som sa zapájať do nejakých organizácií ako aj predtým v minulosti, chcela by som pomáhať druhým ľuďom v rámci svojich možností, no a nájsť si prácu, rodinu si založiť a žiť plnohodnotne, tak aby ma to aj bavilo, ale aby som nemusela byť závislá.</i>	Jasné ciele
Martina	<i>Myslím si, že každý má nejaké poslanie, určite aj ja, ale neviem ešte aké. Myslím si, že je to na osude, ako to dopadne. A ešte som nad tým konkrétnejšie ani neuvažovala, lebo fakt sa to teraz ešte nedá, teraz mám proste dané tie prvé veci, ktoré by mali byť pre mňa samozrejmosťou... a tie ešte nemám vyriešené, takže ak budú vyriešené tie, tak potom začnem rozmýšľať aj nad nejakými inými vecami, cieľmi a plánmi do budúcnosti. Nedá sa to všetko naraz...</i>	Nejasné ciele

Príloha D Významová kategória – Pozitívne vplyvy terapie

Významová kategória: Pozitívne vplyvy terapie		
	Otázka č. 12 Sú v súčasnosti vo Vašom živote nejaké veci, v ktorých sa naplno angažuje?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Teraz momentálne nie je možnosť sa nejakou naplno angažovať v niečom, ale v tejto sfére, čo som spomínal, že by som chcel pracovať v oblasti sociálnej, tak taký rok dozadu som chodieval do domova dôchodcov, som začal pracovať po dohode s pani riaditeľkou, takže teraz počítam, že za také 3 mesiace, keď prestúpim do tretej fázy, znova by som tam išiel, aby som získal prax. Vtedy pred rokom som s tým musel prestať, lebo som bral interferón (kvôli hepatitíde) a začal som chudnúť a mal som nejaké psychické problémy. Takže teraz momentálne nemám inú možnosť sa angažovať, jedine fyzicky... dať sa do poriadku... chystám sa teraz na operáciu prsta napríklad.</i>	Práca v prospech iných, Práca na sebe
Marian	<i>Keďže sme v kresťanskom stredisku, kde sa mi ponúka možnosť nájsť iný zmysel života... cez Boha, tak je to určite práca na mojom duchovnom živote.</i>	Práca na sebe
Vladimír	<i>Mám takého konička... s kamarátom chováme poštových holubov a závodíme s nimi.</i>	Záľuby
Jozef	<i>Študujem Bibliu, čítam rôzne iné knihy, učím sa angličtinu, teda sa zdokonaľujem v angličtine, hrám na gitare s chalanmi, cvičím, variť som sa naučil že vraj... Učím sa komunikovať s ľuďmi. Predtým som mal problém, že som bol dosť výbušný a tuto sa učím dávať vhodnú spätnú väzbu na kritiku, ktorú dostávam, snažím sa v sebe potláčať hnev, zvládať stresy. Tu je to kvázi ako inkubátor, kde sa to môžem naučiť. Spoznávam tu rôznych ľudí, čo napr. predtým ma ľudia vôbec nezaujímali, bol som arogantný, namyslený.</i>	Práca na sebe, Záľuby
Martin	<i>Mám vzťah ku zvieratám, takže sa tu starám o psov... tak možno to</i>	Záľuby
Juraj	<i>Dá sa tu pracovať na počítači, naučiť sa s ním robiť. My sme síce mali doma všetko, notebook, počítač a kadečo, ale neviem na nich robiť nič. No a tu je možnosť sa naučiť tie hlavné a základné veci, takže tomu by som sa chcel venovať. Potom som sa spytoval, či by som sa mohol zdokonaľovať ešte v angličtine, lebo aj tá sa tu vyučuje a rád by som sa do toho zapojil. Ale sú tu aj iné možnosti, športovať, chodiť na plaváreň, do haly... šport ma veľmi baví, ale musím nabrať ešte kondičku, lebo ešte veľmi nevládzem. Dva roky som nič nerobil so svojim telom, tak som dosť slabý. Chce to čas. A sú tu aj iné možnosti, naučiť sa pracovať... Máme tu tie pracovky, upratujeme... to som tiež predtým nerobieval a teraz to tu je na každodennom poriadku, takže to ma tiež celkom baví. Aj také práce, ako keď napr. robíme na starom dome, betónujeme... naučím sa tu veľa vecí.</i>	Práca na sebe, Pracovná terapia, Záľuby
Tomáš	<i>V práci s hlinou. Bola tu jedna baba na praxi a tá nás to naučila a som rád, lebo teraz to ja môžem odovzdávať ďalej mladším klientom... takže arteterapia ma baví.</i>	Arteterapia
Viktor	<i>Jasné, sú. Cvičím napríklad, boxujem, behávam... proste šport ma chytil, ako taký, veľmi ma baví. Čítam aj knihy, snažím sa rozšíriť si vedomosti, učiť sa... chcem veľa vedieť.</i>	Práca na sebe, Záľuby

Marta	<i>Veľmi ma bavia cudzie jazyky, hlavne angličtina, tú som sa učila od malička... dedko ma k tomu viedol, takže keď je čas, tak sa tomu venujem, ale veľmi veľa času nemám. A teraz najnovšie ma chytalo maľovanie farbami na sklo, alebo keď robíme z hliny výrobky, kreslenie.. takéto veci ma bavia. A celkom rada sa učím.</i>	Práca na sebe, Arteterapia
Martina	<i>Doma som v živote nežehlila, a tu som sa na to strašne namotala... je to dobrá vec, fakt, a aj tie ďalšie typické práce, v kuchyni, varenie... to je fakt super. A ešte ma tu baví arteterapia, práca s hlinou, keď vyrábame rôzne svietniky a všelijaké ozdoby. A ešte ma strašne baví, keď sme všetci spolu, keď napr. namiesto normálnej večere ideme opekať, pokecáme... mítingy ma tiež bavia, aj skupiny.</i>	Pracovná terapia, Arteterapia, Skupiny,

Významová kategória: Pozitívne vplyvy terapie		
	Otázka č. 13 Ako vnímate seba samého v porovnaní s obdobím, keď ste užívali drogy?	Kategórie odpovedí
	Odpovede účastníkov	
Peter	<i>Veľmi dobre. Kedysi som bol dosť povýšenecký – neviem načo síce . Teraz si uvedomujem, že vlastne nič neviem a stále sa musím učiť veľa vecí. Predtým som mal pocit, že som sa nerozprával s ľuďmi. Buď som mal pocit, že ma nechápu, alebo ma nezaujímali. Ešte aj teraz mám niekedy problém, že sa odmietam s ľuďmi rozprávať. Ale myslím si, že som na tom momentálne celkom dobre po psychickej stránke aj fyzicky. Fyzicky som na tom veľmi dobre, lebo som začal športovať v stredisku, plávať, behať. Len keď som bral interferón, som na tom bol trochu horšie. No a mám ešte nejaké problémy so žalúdkom... takže je toho dosť, ale dá sa to zvládať. Inokedy, keby som mal takéto problémy, ktoré sa mi nakopili (operácia prsta, kolonoskopia, problémy s policajmi) by som to nezvládol... ale teraz sa dá povedať, že to zvládam veľmi dobre. Už nemám strach, spolieham sa na Boha alebo sa zdôverím terapeutom. A inak reagujem a inak riešim problémy, ktoré nastávajú. Pozitívne je to, že teraz sa dokážem zasmiať, spravím srandu aj zo seba aj z druhých. Inokedy som bol háklivý, keď mi niekto niečo povedal, takže v tomto smere vidím pozitívne zmeny a pociťujem psychickú pohodu a pokoj. Predtým som bol nervák, dosť som sa bil a podobné veci... stačilo málo, aby ma niekto vyprovokoval.</i>	Zmena pohľadu na veci, Pocitovanie pohody, Nadobudnutie nových schopností
Marian	<i>Pociťujem väčšiu pohodu, teda konečne pociťujem pohodu bez toho, aby som musel užívať nejaké drogy, čo sa mi už dlhé roky nedarilo. (smiech)... ja som sa po prvýkrát tu v stredisko normálne vyspal po dlhých rokoch, bez použitia nejakej drogy, takže... je to pohoda, klud naozaj... a dokážem sa smiať aj bez toho, aby som niečo užil. ...Dneska už rozmýšľam inak, túžim si založiť rodinu a mať deti a aby som ich uživil nejakou zmysluplnou robotou.</i>	Pocitovanie pohody, Zmena v oblasti hodnôt
Vladimír	<i>Výborne, človek nemá žiadne stresy, je kludnejší a odhodlanejší, ničoho sa prakticky nebojí, trebárs zubára. Predtým to bolo problematické. Doma som išiel k zubárovi, keď som vypil 5 pol deci... tým som sa povzbudzoval, ale nemá to význam a vidím, že to tu ide aj bez toho. Zlepšil sa mi zdravotný stav, fyzicky sa cítim lepšie, som bezstarostnejší, dobrú náladu mám. Baví ma aj robota, a nerozmýšľam nad tým, čo bolo ale pozerám sa dopredu, čo mám ešte pred sebou.</i>	Pocitovanie pohody, Zmena v oblasti vlastností, Zmena pohľadu na veci
Jozef	<i>Učím sa komunikovať s ľuďmi. Predtým som mal problém, bol som</i>	Nadobudnutie

	<i>dosť výbušný, ale tu sa učím dávať vhodnú spätnú väzbu na kritiku, ktorú dostávam, snažím sa v sebe potláčať hnev, zvládať stresy. Tu je to kvázi ako inkubátor, kde sa to môžem naučiť. Spoznávam tu rôznych ľudí, Predtým ma ľudia vôbec nezaujímali, bol som arogantný, namyslený.</i>	nových schopností,
Martin	<i>Vyrovnaného, pokojného, spokojného... Dá sa povedať, že moje nálady sa vyrovnali, vtedy mi kolísali, bol som podráždený stále, agresívnejší, no a teraz som taký pokojný. A celkovo aj to zdravie sa zlepšuje.</i>	Pocitovanie pohody
Juraj	<i>Som viac pracovitý, čo som aj rád, lebo som bol nesmierne lenivý v minulosti. Nechcelo sa mi pomôcť ani s maličkosťami doma, a vonku už v žiadnom prípade... cudzím ľuďom. Teraz som aj trošku zodpovednejší, lebo som dostal nejaké funkcie, o ktoré sa musím starať. Musím sledovať aj druhých klientov, vytknúť im nejaké veci, keď vidím, že to robia zle... takže trošilinku zodpovednosti mám. Ďalšie veci už ani nie... pracujem na tom.</i>	Zmena v oblasti vlastností
Tomáš	<i>Mám lepšiu pamäť, som zodpovednejší, viac si vyčítam, keď spravím nejakú chybu. Predtým keď som spravil chybu, som utekal pred tým a išiel som sa nahúliť, aby som na to zabudol a neriešil to. Teraz sa snažím riešiť veci hneď, aby boli čo najmenšie škody, aby som mohol ísť ďalej. Začína mi viac záležať na rodine, rozmýšľam o nej. Keď mi je zle, rozmýšľam o tom, že aj kvôli nim som tu, nielen kvôli sebe. Začínam vážnejšie uvažovať o škole, chcel by som so sebou niečo robiť... so svojim životom.</i>	Zmena v oblasti vlastností Zmena v oblasti hodnôt
Viktor	<i>Vidím, že rozmýšľam o dosť racionálnejšie, ako predtým. Viem sa už pomaly s nejakými vecami vyrovnávať... ale určite to nie je ľahké, preto som tu vlastne tak dlho, a preto nemám ani také sebavedomie. Vidím, že viem byť aj nesebecký, že hodnoty mám tam, kde majú byť, kde ich má mať človek, ktorý je zdravý a zdravo rozmýšľa a nemá rizikové správanie, ako som mal ja predtým. Predtým som mal hodnoty inde, ako som povedal... drogy boli prvé... no a dneska sú to vzťahy a je to pre mňa to najdôležitejšie a viem, že to potrebujem.</i>	Zmena v oblasti vlastností, Zmena v oblasti hodnôt,
Marta	<i>Určite lepšie. Som omnoho samostatnejšia, aj keď vtedy som si tiež myslela, že som samostatná ale nebola som, lebo som bola viazaná na drogu a v podstate ma to brzdilo. Teraz viem variť, viem upratovať, veľmi veľa vecí som sa tu naučila, napr. robiť s hlinou, a viem, že keď mi niekto dá niečo na starosť, tak sa na mňa môže spoľahnúť... a teší ma pocit, keď chodím na doprovody, keď mi dajú peniaze a môžem ísť na nákup a tieto veci... proste už mám radosť z iných vecí ako predtým. Predtým ma tešilo, keď sa mi podarilo ujsť z domu, teraz ma teší, keď sa stretnem s otcom a vidím, že je na tom dobre alebo lepšie.. Mám iné hodnoty...</i>	Zmena v oblasti vlastností, Nadobudnutie nových schopností, Zmena v oblasti hodnôt
Martina	<i>Neviem ako by som sa opísala teraz. Kedysi som proste sedela na mieste, a ani som nevedela, že sedím a teraz to vnímam úplne jasne: že sa proste zobudím a že bože, ja som tu na liečení, ja nie som doma. Minule sa mi akurát sníval sen, že som bola doma, a potom som sa zobudila a bola som v tom, že som doma, a zrazu som pozerala, že prečo sú dvere tam, a prečo nie hentam... a potom že Ježiš, veď ja som tu. Takže tá realita mi pomaličky dochádza, vnímam veci inak... takže tak sa asi aj vnímam, že som proste tu, nie doma, čiže tu by som asi aj mala byť, nie doma... a mala by som to už vyhodiť z hlavy, lebo myslím stále na rodinu. ...Pre mňa bol predtým problém sa rozprávať v skupine, ale teraz tým, že máme tie skupiny, kde bilancujeme a takéto veci... to bolo pre mňa dosť ťažké na začiatku, ale teraz mi to už celkom ide, s tými ľuďmi sa už viem normálne porozprávať, viem im povedať čo cítim, na čo myslím a aký mám problém... takže v tomto som sa určite zmenila. No a zmenila som sa aj tých prirodzených veciach,</i>	Zmena pohľadu na veci Nadobudnutie nových schopností, Zmena v oblasti vlastností

	<i>v povinnostiach, že to beriem tak, že to musíš, tak spravíš, ako je to aj v reálnom živote vonku. Ale tak nezmenilo sa za ten mesiac veľa vecí, som tu ešte krátko, ale zase mám aj také veci, ktoré by som chcela zmeniť... takže mám toho dosť.</i>	
--	--	--

Významová kategória: Pozitívne vplyvy terapie		
	Otázka č. 20 Čo pre Vás predstavuje abstinencia?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Vďaka bohu som dospel do takého štádia, že som oslobodený od týchto vecí. Môžu sa stať situácie, že človek môže padnúť, alebo si môže dať nejaké tabletky, lebo si zdôvodňuje nejaké problémy, ale myslím si, alebo teda viem, že sa nechcem znova vrátiť a ani by som si nikdy nedal tie tvrdé drogy, ktoré som si predtým dával: heroín a pervitín. Takže nemám s týmto problém, niektorí ľudia s tým majú väčší problém, ja ten problém vidím veľmi malý oproti tým ostatným veciam, ktoré teraz musím riešiť. Už ma to nezatažuje natoľko a nerobí mi to také starosti ako napríklad vtedy, keď som bol napríklad zavretý... vtedy som nevedel, ako to bude, potom ma pustili von a zas som začal s drogami. Teraz momentálne s tým nemám problém. Problém môže nastať, keď nastanú nejaké psychické problémy alebo komplikácie... to sú väčšinou také spúšťače, stres, adrenalin, hádky... buď medzi nami alebo s terapeutmi. A takým situáciám je dobré sa vyhnúť, alebo treba nadbytočný adrenalin, či hnev nasmerovať na niečo iné a odreažovať sa, zacvičiť si napríklad, lebo nie je dobré to v sebe držať</i>	Sloboda, Odolnosť
Marian	<i>Možnosť dýchať normálne, možnosť žiť normálnym spôsobom, pretože drogy sú smrť!</i>	Sloboda
Vladimír	<i>Pokoj pred tým zlým, lebo kým som neabstinoval, to bolo príšerne zle. Teraz mám triezvejší rozum, už si vie zadeliť, čo bude robiť, ako ďalej pokračovať, čo ďalej so životom, že ten život ešte nie je celkom zahodený... aj keď už mám dosť rokov, ale tak mám ešte nejaké roky pred sebou.</i>	Pokoj
Jozef	<i>Viac možností, môžem robiť veci, ktoré som predtým nemohol robiť, môžem sa venovať veciam, ktorým som sa predtým venovať nemohol, alebo som sa im nevenoval úplne naplno.Je to úplne iné. Dnes som bol napr. v Bratislave po piatich mesiacoch a je to úplne iný pohľad, keď sa človek pozerá na veci triezvymi očami.</i>	Sloboda
Martin	<i>Strániť sa ľudí, s ktorými som sa stýkal, s tým priestorom, kde sa vyskytujú a celkovo byť od nich izolovaný, aby som tomu zase neprepadol cez nejakú maličkosť, keď napr. uvidím nejaký leták, ktorý mi to bude pripomínať, aby ma tá chuť znova nepremohla, aby som tomu zase nepodľahol.</i>	Odolnosť
Juraj	<i>...je to veľmi ťažké pre niektorých ľudí, ale keď to dokážu, tak je to skvelý život, nie sú na ničom závislí, nemiňajú peniaze na také zbytočné veci, ako sú drogy... takže je pre mňa o slobodnom živote, kedy nie som otrokom žiadnej látky...</i>	Sloboda
Tomáš	<i>Zdravší životný štýl, ako som viedol. Nevieť či to dokážem, ale určite taká abstinencia, aká by mala byť, by bola spojená nielen s neužívaním drog, ale aj celkovo so životným štýlom zdravým, pracovitým, hodnotným, s dobrými vzťahmi, s prácou na sebe, s dobrým rozložením času medzi prácou, športom, záľubami a nie flákanie sa, vysedávanie.</i>	Životný štýl
Viktor	<i>V prvom rade ako som hovoril, byť spokojný v tom živote bez drog, lebo abstinencia nie je o tom, ako som si to myslel predtým. Po</i>	Spokojnosť

	<i>prvej liečbe som sa doma zavrel a držal som sa, aby som sa nešiel nafetovať.</i>	
Marta	<i>Po roku aj pol si neviem predstaviť, že by som mala prejsť znova všetkým týmto, čím som už prešla, celou liečbou a vlastne momentálne to pre mňa dosť veľa znamená, pretože som sa posunula odkedy som tu. Všetky tie vedomosti, a správanie, ktoré som zmenila, že už nehľadím stále len na seba, ale snažím sa pozerieť aj na to, ako sa cítia iní ľudia, a nerobím naschvál ľuďom, neublížujem im, snažím sa rozhodovať sa správne, teda nie to čo chcem, ale to, čo je správne, aj keď viem, že mi to nie vždy urobí radosť, ale viem, že je to tak dobre.</i>	Životný štýl
Martina	<i>Keď som sem prišla, som fajčila, pila som kávu a samozrejme do toho tie drogy. Behom toho mesiaca abstinujem už od cigariet, alkoholu, ktorý som ani tak nepijavala, ale sem tam som si tiež dala. Chodievala som predtým aj na ruletu, to je tiež preč, ale abstinencia od drog je pre mňa to hlavné. Kávu som tu prestala piť pred tromi dňami asi, lebo ma to spolu s ňou ťahalo aj k cigaretám. A myslím, že bude ťažké abstinovať od všetkého tohto, lebo človek proste vyjde von a proste to naňho čiha a bojí sa toho, že do toho znovu spadnem... je to ťažké, fakt, udržať si akoby odolnosť. Abstinencia pre mňa znamená veľa, preto som vlastne tu, aby som si vedela zachovať tú odolnosť.</i>	Odolnosť

Príloha E Významová kategória – Možné zdroje zmyslupnosti života

Významová kategória: Možné zdroje zmyslupnosti života		
	Otázka č. 14	Kategórie odpovedí
	Čo pre Vás znamená táto komunita?	
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Myslím si, že každý má s tým – aj terapeut aj klient – problém, že niektorých ľudí má radšej ako iných, niekoho vôbec nemusí, s inými sa zase v pohode porozpráva a takisto je to aj tu, ja to tak beriem. Sú tu dvaja-traja ľudia, s ktorými nevychádzam, nekomunikujem a je to ťažké a zložité a snažím sa, dávam to všetko Bohu, alebo sa o tom porozprávam s terapeutmi... ale ináč vnímam vzťahy teraz dobre, myslím, že všetci napredujú, idú pozitívnym smerom, sú dobre naladení, väčšina je na dobrej ceste a na dobrom mieste... všetci na jednej lodi</i>	Menej konkrétny pozitívny význam
Marian	<i>Je to také zvláštne a v podstate po troch mesiacoch, čo som tu bol, som išiel na prvú priepustku domov. Tri mesiace, nie je až taká dlhá doba, ale... a tešil som sa a myslel som si, že budem strašne nadšený z toho, že budem vonku zas, „za plotom“ (smiech), ale prišlo tak trošku sklamanie, lebo vlastne tam bežal život tak, ako som ho tam nechal predtým a absolútne nič sa nezmenilo... a nakoniec som sa celkom tešil naspäť. ... získal som tu také zázemie, zázemie ľudí, ktorí majú podobné problémy ako ja a s ktorými sa dá rozprávať o tomto probléme a hľadať nejaké riešenia, pomôcť...</i>	Zázemie
Vladimír	<i>Je to výborná vec, človek je tu spätý s Bohom, modlí sa, keď má nejaké problémy, číta Bibliu. V Písme nájdete odpovede na otázky, ktoré si človek kladie. Predtým som na tieto veci nemal čas ale vidím teraz, že to má zmysel, keď človek v niečo verí, niekoho sa bojí a keď je v zúfalstve a pomodlí sa, nasleduje výborný pocit, akoby bol človek odľahčený, depresie upadnú, vidí aj iné cesty, nielen alkohol, pretože všetko sa dá vyriešiť, k všetkému je aj iná cesta.</i>	Menej konkrétny pozitívny význam
Jozef	<i>Ťažko povedať. Sú to ľudia, ktorým môžem niečo dať, od ktorých si môžem niečo vziať, ľudia s ktorými sa môžem porozprávať o spoločných problémoch, ľudia, od ktorých sa môžem veľa naučiť.</i>	Zázemie
Martin	<i>Je to vlastne taká druhá rodina, asi taký druhý domov.</i>	Zázemie
Juraj	<i>Znamená pre mňa veľmi veľa, teraz mi je ako druhá rodina. Bez nich sa vlastne nepohnem, musím sa pýtať stále komunity, či môžem niečo spraviť, aj navyše, či mi to schvália, musíme sa totiž navzájom rešpektovať. Fakt je druhá rodina teraz, lebo som tu a ešte nemám možnosť komunikovať s ľuďmi z vonku, ani s rodinou... až neskôr... takže ide všetko cez nich a pravdaže cez personál. A ako sa správa komunita, tak sa správa aj personál a taký máme potom aj program... takže záleží všetko od nás viac-menej.</i>	Zázemie
Tomáš	<i>Komunita mi dáva možnosť sa zaradiť opäť do života, dáva mi spätnú väzbu, akoby zrkadlo, čo je pre mňa dosť cenné, lebo doma som sa tomu vyhýbal. Tu som so všetkým skonfrontovaný a nemôžem sa tomu vyhnúť, aj keby som sa tomu najradšej vyhol, ale potom by som sa nezmenil... takže zrkadlo, ktoré momentálne potrebujem k zmene mi dáva komunita. Na každú chybu, každý výkyv v správaní dostanem hneď odozvu, a cítim od nich ocenenie, keď urobím niečo dobre.</i>	Zázemie

Viktor	<i>Mám pocit, že sú to jediná ľudia, ktorí mi vedia pomôcť, bez ohľadu na to, že aj vonku mám ľudí, ktorí ma majú fakt radi, od ktorých to cítim a sú veci, podľa ktorých to viem, ale komunita je niečo úplne iné... sú to jediná ľudia, ktorí mi vedia pomôcť, dokonale ma poznajú, lepšie, ako ktokoľvek iný na svete. Mám tu svojich ľudí, ktorých mám naozaj rád a s ktorými mám dobré vzťahy a chcem ich s nimi udržiavať aj naďalej, aj keď už budem vonku.</i>	Zázemie
Marta	<i>Znamená pre mňa dosť veľa, lebo tu žijem už vyše roka. Keď som sem prišla, bola som ešte mladistvá a nechcela som tu byť, asi ako každý, ale musela som tu byť kvôli rozhodnutiu súdu. Ale je veľmi dobré, že som tu strávila ten rok, lebo veľmi veľa vecí sa vo mne zmenilo a som vďačná, že som sa tu toľko vecí naučila a že teraz môžem zase ja viesť ďalších ľudí a učiť ich to, čo som sa tu naučila ja... je to taký dobrý pocit. A najlepšie je, keď sú tí ľudia za to vďační, ale nie všetci sú.</i>	Menej konkrétny pozitívny význam
Martina	<i>Pre moju osobu v nej vidím strašne moc, lebo sa dokážem na tých ľudí spoľahnúť, hlavne keď niečo poviem, tak si povedia svoj názor, a tým ma môžu povzbudiť a dodať mi nových síl. Sú tu aj skúsenejší, ktorí sú tu už dlhšie, takže väčšinou za tými chodím, keď mám nejaký problém, alebo ako to mám riešiť, a oni ma vždy povedia a dodajú mi tú energiu. Veľakrát som už mala stavy, že som to už chcela zabaliť, odísť preč, ale vždy ma dokázali presvedčiť, že je v mojom záujme aby som tu ostala...</i>	Zázemie

Významová kategória: Možné zdroje zmyslupnosti života		
	Otázka č. 15 Čo je tu v TK pre Vás zdrojom zmyslupnosti života?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Zdrojom zmyslupnosti môjho života je Boh. Určite, niekedy sa tu udejú aj také maličkosti, ktoré môžu človeka posunúť, a to nemyslím len tu, ale aj keď ideme brigády. Mne napríklad stačí, keď sa pozriem na nejakých starších ľudí... aj tu máme dvoch v stredu, a aj napriek tomu, že už majú pomaly 60 rokov, idú a robia tu v stredu plno vecí, vyznajú sa, sú šikovní a teda napriek tomu, že majú toľko rokov a niečo si už odžili, zničili sa alkoholom, pomaly celý život prepili ale dokážu stále napredovať, byť čulí, aktívny, tak prečo by som to nedokázal ja. Vždy ma to posilní, keď vidím nejaký pozitívny vzor, tie negatívne nevnímam.</i>	Viera, Pozitívne vzory
Marian	<i>... taký láskavý prístup človeka k človeku, nie je to taký typický vzťah terapeut-klient, ale vzťah človek-človek. Keďže sme kresťanské stredisko, takže sa ponúka možnosť, že to všetko, čo som navyvádzal za tie roky... to všetko mi bude odpustené... z čoho som mal strašne výčitky svedomia stále, pretože narkoman za svoju drogovú éru narobí strašne veľa zla. Také očistenie samého seba...</i>	Vzťahy, Viera
Vladimír	<i>Dosť pre mňa znamená v súčasnosti písmo sväté, človek sa k tomu prakticky utieka, číta si to a prehadzuje si to na seba a nachádza v tom všelijaké odpovede a dobré odpovede... takže je to dobrá vec. Človek keď uverí, tak verím tomu, že prestane s drogami ako aj s alkoholom. Je tu aj výborný kolektív, výborní terapeuti, výborný učiteľ... vie dobre vysvetľovať. Zo začiatku som mal problémy pochopiť niektoré verše a sväté písmo... takže človek je taký vnímavější a chápavejší, ako vtedy, keď bola len robota, krčma, robota, krčma. Človek teraz vidí, čo tým alkoholom zahodil, koľko roky boli zbytočné, napäté... ono z toho bolo len chvíľka dobra,</i>	Viera, Komunita

	<i>lebo keď prestal alkohol pôsobiť, tak bolo zase ťažko.</i>	
Jozef	<i>Keď im chutí, keď im dobre navarím, alebo keď sa zasmejeme na nejakom vtipe alebo keď sa niečo podarí, nejaká práca. Každý jeden deň je pre mňa ako víťazstvo, pretože tu nie som prvý krát. Prvý krát som tu bol dva dni, potom dva mesiace, potom desať mesiacov a teraz som tu vlastne pol roka skoro. A každý jeden deň je pre mňa také malé víťazstvo, prežiť ho v abstinencii. Učím sa vypestovať si pevnejšiu vôľu, trénovať si nejaké veci.</i>	Pocit úspechu
Martin	<i>Skôr taká moja osobná vízia do budúcnosti a sme tu v podstate celkom dobrá partia, a viem, že keby som odišiel, ľutoval by som to... určite. Je mi tu v podstate dobre. Čiže predstava o budúcnosti, že keď prestaneš s drogou, tak máš šancu sa zaradiť do života, a byť ako každý iný vonku, čistý... a ja chcem byť zase čistý a fungovať ako normálny človek, dokončiť školu, nájsť si robotu.</i>	Komunita, Vízia lepšej budúcnosti
Juraj	<i>Keď vidím tých starších klientov, ktorí už fungujú sami, majú pri sebe aj peniaze, majú pri sebe telefón, chodia si, kde chcú... tak ma to inšpiruje, že by som chcel získať aj ja tú tretiu, dokonca štvrtú fázu. Už keď by som sa aj zamestnal, aj s tým mojím poškodením, aké mám, si myslím, že by som si nejakú robotu našiel... tak by som robil, chodil sem sa vyspať, a bral by som to ako také prechodné bydlisko a dával svoje skúsenosti mladším klientom, hovoril im, ako sa mi žije, ako sa majú zaradiť, kadiaľ ísť. Takže vidím v tých starších klientoch tú inšpiráciu. A sú tu terapeuti, ktorí boli predtým tiež v komunite, ako závislí a tými rokmi, ako boli tu, sa dostali až na post terapeuta, urobili si k tomu pravdaže aj školu... no a teraz sú terapeuti a veľmi nám pomáhajú. A v tom tiež vidím jeden zo smerov, že by som tu možno ostal a pomáhal ľuďom, lebo mám vlastnú skúsenosť, prežil som to, a vedel by som aj ja pomôcť zase ďalším... takže aj v tom by som videl zmysel.</i>	Pozitívne vzory
Tomáš	<i>Keď ma niekto podporí, ocení, dá nejaké uznanie, že niečo robím dobre... tak mi to dáva strašnú chuť a posilní ma to. Mám trochu problém s tým, že som ľahko ovplyvniteľný, a príliš dávam na tieto veci. A preto mávam obdobia, že keď mi niekto moc nakladá, alebo robí nejaké tlaky, alebo vraví, že toto robím zle, že som taký a taký, tak ja si to príliš pripúšťam, sústredím sa a na to a začnem sa ľutovať. Naopak, keď ma niekto pochváli, strašne ma to vie posilniť.</i>	Podpora a ocenenie
Viktor	<i>Tí ľudia, proste pomáhať im, moji kamaráti, ktorí sú tu všetci kratšie, keďže ja som tu najdlhšie... vždy im viem poradiť, keď za mnou prídu, teší ma to. Teší ma to, že ma majú radi, že pre niekoho niečo znamenám, lebo tak ako som predtým hovoril, vždy som mal pocit menejcennosti a tu pre nich niečo znamenám, sme tu na jednej lodi a oni za mnou chodia pre rady: Viktor, čo mám robiť vtedy a vtedy? Aké to pre mňa bude? Čo by bolo pre mňa najlepšie? A ja im vždy rád poradím a podržím ich, keď chcú napr. odísť, lebo oni to urobili pre mňa, keď som chcel odtiaľto odísť, čo by teda určite dopadlo dosť zle... tak oni povedali: Viktor nechod! A mohol som odísť, ale nešiel som. Oni ma vtedy najviac podporili. Zdravé vzťahy v tom zmysle, že tomu človeku viem povedať aj keď robí niečo zle, pretože ho mám rád jednoducho a on sa na mňa za to nerozčúli, lebo tiež ma má rád a vie, že to myslím dobre. A tak sme tu naučení fungovať, a myslím, že aj v živote sme tak naučení fungovať medzi sebou, len s tým, že vonku ja nič také nepoznám</i>	Túžba pomáhať druhým, Vzťahy
Marta	<i>Asi ten životný štýl, ktorý som sa tu naučila, vedomie, že život je dobrý aj bez drog, že sa dokážem tešiť zo života aj bez toho, aby som bola na nejakej látke závislá alebo to, ako sa posúvam dopredu, vidím zmeny na sebe, lebo po tom roku, je to už myslím že dosť viditeľné. Keď som tu bola ešte len pol roka, tak som ešte nevidela tie zmeny, ale teraz to už vidím. Aj veľakrát keď idem von,</i>	Pocit úspechu, Vzťahy, Podpora a ocenenie

	<i>lebo chodievam dost' často von, tak vidím vonku v parku nejakých ožranov a už nechápem, ako to môžu robiť, pritom sa vidím, ako keby som medzi nimi stála pred dvoma rokmi. Silu mi dodáva aj to, že keď sa cítim zle, keď som na tom zle, tak cítim podporu od tých druhých ľudí. Nemôžem povedať, že tu mám so všetkými dobré vzťahy, ale mám tu pár pevných vzťahov, ktoré ma posúvajú dopredu. Keď som zle na tom, tak prídu za mnou, podporia ma, pýtajú sa ma, čo mi je a zaujímajú sa... a toto som doma nemala.</i>	
Martina	<i>Hlavne to, že keď mám nejaký problém, tak cítim podporu zo strany ostatných, že sa tu na teba nevykašlú, ako v normálnom svete. Keď som žila s feťákmi, tak keď som mala problém, tak sa mi všetci otočili chrbtom, ale tu sa ti všetci obrátia tvárou a začnú sa s tebou rozprávať a to je úplne o inom, tu ťa podržia a nekašlú na teba. ... no a starší klienti. Oni už majú aj vychádzky za sebou a tie pocity, ktoré prežívajú, tak oni nám ich potom bilancujú následne, hovoria nám ako je to vonku, ako sa tam žije. A ja potom mám taký pocit, že aj ja chce pocítiť niečo také, a že chcem dosiahnuť to, čo oni dosiahli, a ten pocit, že sa to vôbec dá, aj keď viem, že to nie je ľahké... to ma teda ťahá stále ďalej. Takže oni sú pre mňa akoby vzorom</i>	Podpora a ocenenie, Pozitívne vzory

Významová kategória: Možné zdroje zmysluplnosti života		
	Otázka č. 16 Poskytuje Vám TK niečo, čo Vám predtým v živote chýbalo?	Kategórie odpovedí
	Odpovede participantov	
Peter	<i>Ja som mal vonku dvoch dobrých priateľov... ale to bolo dá sa povedať, také falošné kamarátstvo, každý sa chcel ukázať. Nebolo to o tom, že sme sa porozprávali o všetkých možných veciach a poznali sa osobnejšie a vedeli kto, čo robí. Ale tu sa nemusím hrať na nič, na nikoho, som sám sebou, nepotrebujem sa povyšovať, vyvyšovať, či ukazovať, čo všetko mám... a pochopil som, že netreba a zbytočne chváliť, lebo to je len pýcha a tá vedie k ešte väčšej pýche a k problémom. Takže komunita mi poskytla priateľov, okrem jedného-dvoch, ktorých tak neberiem.</i>	Vzťahy
Marian	<i>Taký nejaký pocit vzájomnej lásky... podporujúce, prijímajúce vzťahy, ktoré sú úplne iné, ako vzťahy, do ktorých sa dostáva bežne narkoman</i>	Vzťahy
Vladimír	<i>Priateľov, predtým mi chýbala možnosť sa otvorenejšie porozprávať s niekým. Tu sa medzi sebou porozprávame, chalani poradia, čo a ako a človek keď začne veriť, tak verí v niečo a stále premýšľa, ako bude ďalej a ja si myslím, že to ďalej bude stále lepšie a lepšie.</i>	Vzťahy
Jozef	<i>To až tak nie...</i>	Nič
Martin	<i>To odlúčenie od mesta, izoláciu v dobrom slova zmysle</i>	Bezpečie
Juraj	<i>Myslím že áno, napr. sú úprimní, vedia mi povedať do očí, čo im vadí, alebo páči na mne, keď sa snažím, alebo keď mi povedia, že: dneska si mal dobrú náladu, spravil si to výborne, sme s tebou spokojní... tak vtedy som aj ja so sebou trošku spokojný, zlepši sa mi nálada... keď ma ocenia za niečo</i>	Vzťahy
Tomáš	<i>Zázemie a bezpečie. Sú tu také veci, že napr. vonku by som neprestal fajčiť a keby som teraz odišiel, tak pravdepodobne fajčím. Pôsobí aj nátlakovo, tým že sú tu rôzne tresty. Ja som tu raz pil kávu načierno a spadol som do druhej šance a veľmi dlho</i>	Bezpečie, Zázemie, Výstraha

	<i>mi trvalo, kým som sa vyhrabal naspäť... a je to taký príklad ako v živote, keď niečo poseriete... Teraz to mám tak v sebe, že pokiaľ by som skončil liečbu, tak by som chcel piť kávu ale teraz mi tá káva nestojí za to, aby som sa z toho opäť štvral. S kávou je to len príklad, a v budúcnosti to budem potrebovať aj s tými drogami, ale dáva mi to to, že keď v budúcnosti niečo urobím zle, bude mi to dlho trvať, aby som to napravil... takže je to pre mňa akási výstraha.</i>	
Viktor	<i>...vždy som mal pocit menejcennosti a tu pre nich niečo znamenám, sme tu na jednej lodi a oni za mnou chodia pre rady: Viktor, čo mám robiť vtedy a vtedy? Aké to pre mňa bude? Čo by bolo pre mňa najlepšie? A ja im vždy rád poradím a podržím ich, keď chcú napr. odísť, lebo oni to urobili pre mňa, keď som chcel odísť to odísť, čo by teda určite dopadlo dosť zle... tak oni povedali: Viktor nechod! A mohol som odísť, ale nešiel som. Oni ma vtedy najviac podporili.</i>	Vzťahy
Marta	<i>Keď som zle na tom, tak prídu za mnou, podpora ma, pýtajú sa ma, čo mi je a zaujímajú sa... a toto som doma nemala.</i>	Vzťahy
Martina	<i>To že ma podržia v zlých situáciách, keď mám napr. abstáky, keď to tu chcem zabaliť... tak sa ma opýtajú prečo a povedia mi dôvody, prečo by som to nemala zabaliť a vlastne majú pravdu. A hlavne to mi dávajú, že sú ku mne úprimný, že mi povedia do očí aj to, čo mi je nepríjemné, ale viem, že to myslia v dobrom, a v tom vidím aj zmenu mojej osoby.</i>	Vzťahy

Významová kategória: Možné zdroje zmysluplnosti života		
	Otázka č. 17 Čo si myslíte, čo z toho, čo sa odohráva v TK je najpodstatnejšie pre Váš budúci zmysluplný život bez drog?	Kategórie odpovedí
	Odpovede účastníkov	
Peter	<i>Rôzne situácie, keď sme konfrontovaní, keď sa vytvorí nejaký konflikt alebo vznikne hádka medzi nami. Na takýchto veciach väčšinou človek zlyháva, keď sa neriešia takéto konfliktné situácie, ktoré sú tu vyvolané. A naopak, keď riešime konflikty medzi sebou, tak sa človek môže naučiť reagovať, nevybuchovať, riešiť to s kludom s pokojom a to je veľmi dôležité.</i>	Konfrontácia s problémami
Marian	<i>Prítomnosť Boha... určite.</i>	Boh
Vladimír	<i>Osvojovanie si návykov, čas, rozvrh, dodržiavanie času, pracovná terapia, v ktorej vidím veľký zmysel, lebo niekedy mladí chalani nemajú zaužívané pracovné návyky, a niekedy si myslia, že je to moc prísne, ale určite má zmysel, aby si vedeli aj do budúcnosti rozdeliť svoj čas na prácu, na učenie a podobné veci. Ďalej to, že viem načo som tu.</i>	Pracovná terapia, Režim
Jozef	<i>Mal by to byť Boh, keďže sme kresťanské stredisko, ale nie som na tom duchovne až tak zatiaľ, aby som to takto vnímal. Nevieť zatiaľ posúdiť...</i>	Neschopnosť posúdiť
Martin	<i>Asi tá práca, pracovná terapia pre mňa...</i>	Pracovná terapia
Juraj	<i>... aby sme získali tú zodpovednosť a samostatnosť, a začali žiť bez toho aby sme boli niekomu na obtiaž alebo sa priživovali. Učia nás tu, aby sme sa naučili žiť poriadne, aby sme zase nepadli do recidívy, lebo ako som už spomínal, bol som už na niekoľkých liečeniach, ale vždy som nakoniec spadol naspäť... ale dúfam, že po tomto resocializačnom období sa mi to už nestane.</i>	Zodpovednosť, Samostatnosť

Tomáš	<i>Uvedomovať s vzťahy medzi ľuďmi, budovať si vzťahy, viem, že je pre mňa dôležité si tu vybudovať vzťahy a udržať si ich, lebo vonku ma ľudia nedokážu pochopiť, to už som zistil. Ani rodina ma nedokáže tak pochopiť, oni nevedia, čo je to narkoman, a že to vychádza z toho správania. Je dôležité aj to, že sa tu učím, že každý čin má nejaké následky, že keď tu niečo spravím, tak pokazím všetko, čo som si tu budoval rok, a to by bola škoda.</i>	Vzťahy, Zodpovednosť,
Viktor	<i>Je to ťažké popísať konkrétne, ide o to, že viem, že toto je miesto, kam môžem dôjsť, keď mám problém. To je pre moju budúcnosť bez drog, čo sa týka tohto miesta asi najpodstatnejšie. Nevieť to inak opísať, sme proste komunita, takže to, že tu utužujeme vzťahy... asi toto.</i>	Vzťahy
Marta	<i>Najpodstatnejšie pre mňa je mať režim, pravidlá a hranice a vzťahy, ktoré tu mám. Tie by som si chcela uchovať aj potom, ako odtiaľto odídem, do ďalšieho života, aby som sa mala kam vrátiť, keď budem mať problémy, aby som sa mala na koho obrátiť, mala komu zavolať, keď bude zle.</i>	Režim, Vzťahy,
Martina	<i>Myslím, že celá terapia je tu dôležitá, od tých prvých bodov až po ten posledný, pretože si myslím, že ak niekto začne liečbu a skončí v polke, tak to nemá význam. Myslím si, že keď sa niekto rozhodne pre liečbu, tak by ju mal dokončiť, inak to nie je účinné.</i>	Terapia

Príloha F Zoznam otázok

1. Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste začali užívať drogy?
2. Ako ste vnímali svoj život v čase, keď ste už aktívne užívali drogy?
3. Považovali ste svoj život v tom období za zmysluplný?
4. Čo bolo pre Vás v tom období najdôležitejšie?
5. Čo pre Vás v tom období znamenali drogy?
6. Venovali ste sa v tom čase niečomu, resp. angažovali sa v niečom, Vás naplňalo?
7. Chýbalo Vám niečo v tom čase?
8. Ako vnímate svoj život v súčasnosti?
9. Ste v súčasnosti so svojim životom spokojný?
10. Považujete momentálne svoj život za hodnotný a zmysluplný?
11. Ktoré veci sú v súčasnosti najdôležitejšie vo Vašom živote?
12. Sú v súčasnosti vo Vašom živote nejaké veci, v ktorých sa naplno angažujete?
13. Ako vnímate seba samého v porovnaní s obdobím, keď ste užívali drogy?
14. Čo pre Vás znamená táto komunita?
15. Čo je v TK pre Vás zdrojom zmysluplnosti života?
16. Poskytuje Vám TK niečo, čo Vám predtým v živote chýbalo?
17. Čo si myslíte, čo z toho, čo sa odohráva v TK je najpodstatnejšie pre Vaš budúci zmysluplný život bez drog?
18. Ktoré hodnoty dávajú Vašmu životu zmysel v súčasnosti?
19. Myslíte si, že máte v živote ešte nejakú úlohu alebo poslanie?
20. Čo pre Vás predstavuje abstinencia?
21. V čom vidíte zmysel svojho života bez drog?

Príloha G Informovaný súhlas

Čistý deň, n. o., Hodská cesta 1228, 924 01, Galanta

resp.

Teen Challenge Slovakia, n.o. Vážska ulica 1876/38, 926 01, Sereď

Informovaný súhlas

Meno klienta:

Adresa:

Udeľujem súhlas s nahrávaním rozhovoru a súhlasím s tým, aby materiál a výsledky získané z tohto rozhovoru boli použité výhradne na účely diplomovej práce študentky Bc. Zuzany Miklóšovej.

Dátum:

Podpis klienta (zákonného zástupcu)

Príloha H Čistý deň, n.o. – resocializačné stredisko

Čistý deň, n.o., Hodská cesta 1228, Galanta, 924 01



Nezisková organizácia Čistý deň vznikla 15.5.2000 registráciou na Krajskom úrade v Trnave v zmysle zákona č. 213/1997 Z.z. o neziskových organizáciách poskytujúcich všeobecne prospešné služby ľuďom.

Služby v resocializačnom stredisku sa poskytujú na základe zákona č. 305/2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele v znení neskorších predpisov.

Predmet činnosti

- Vykonávanie opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately v zariadení resocializačné stredisko. Resocializačné stredisko sa zriaďuje za účelom aktivizovania vnútorných schopností detí a plnoletých fyzických osôb na prekonanie psychických dôsledkov, fyzických dôsledkov a sociálnych dôsledkov drogovej závislosti, alebo iných závislostí a na zapojenie sa do života v prirodzenom prostredí.
- Opatrenia sociálnoprávnej ochrany sú vykonávané podľa zákona č. 305/2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a sociálnej kurately a o zmene a doplnení niektorých zákonov tak, ako je to uvedené v rozhodnutí Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR č. 6410/2006-21 AK o udelení akreditácie zo dňa 22.05.2006, ktoré nadobudlo právoplatnosť dňa 12.06.2006.
- Vydávanie periodickej a neperiodickej tlače s problematikou závislostí a sociálno-patologických javov, reklamná, inzertná a distribučná činnosť.

Filozofia:

- drug-free, koedukovaná terapeutická komunita (hierarchického typu) s dlhodobým resocializačným programom, vysokoštruktúrovaným režimom a diferenciálnou kontrolou podľa fáz resocializačného programu

Filozofia resocializačného strediska Čistý deň:

- je vyjadrená v názve a súčasne aj v logu resocializačného strediska a súvisí s abstinentským spôsobom života - bez návykových látok, čo predpokladá vyvinutie vlastnej iniciatívy a úsilia každého klienta

Cieľová skupina:

- muž/žena z územia celej Slovenskej republiky
- s primárnou diagnózou závislosť od psychoaktívnych látok (alkohol, drogy), resp. poruchy správania spôsobené užívaním návykových látok
- vo veku: od 18 rokov na vlastnú žiadosť alebo na nariadenie súdu
- mladiství - na báze dobrovoľnosti, na žiadosť zákonných zástupcov alebo nariadením súdu o predbežnom alebo výchovnom opatrení
- bez vážnej somatickej a/alebo psychiatrickej diagnózy

Kapacita:

- 20 lôžok

Podmienky prijatia:

- vôľa naučiť sa žiť bez návykovej látky
- schopnosť fungovať v komunite
- ochota spolupracovať na problémoch v skupine
- aktívna účasť na všetkých aktivitách a režime zariadenia
- dodržiavanie pravidiel zariadenia
- ochota sociálneho okolia klienta podieľať sa na resocializácii

Obmedzenie prijatia:

- vážne somatické alebo psychiatrické ochorenie, ktoré výrazne obmedzuje zapojenie sa klienta do programu resocializácie a vyžaduje špecializované zdravotnícke liečenie resp. hospitalizáciu
- akútne infekčné ochorenie
- pár - partneri

Príloha I Teen Challenge Slovakia, n.o. – resocializačné stredisko

Teen Challenge Slovakia, n.o., Vážska ulica 1876/38, Sereď, 926 01

Teen Challenge je medzinárodná kresťanská organizácia, ktorá pomáha ľuďom s problémom závislosti na drogách. Bola založená v roku 1958 v New Yorku v USA kazateľom Davidom Wilkersonom. Resocializačné zariadenia typu Teen Challenge sú v súčasnosti rozšírené v 94 krajinách sveta.

Resocializačné stredisko Teen Challenge má na Slovensku 13 ročnú históriu. Je zaregistrované ako nezisková organizácia v pôsobnosti Krajského úradu Trnava. Po udelení akreditácie zo strany Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny bolo zaradené a zaevidované medzi zariadenia vykonávajúce opatrenia sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately.

Zariadenie poskytuje resocializáciu pobytovou formou pre mužov vo veku od 18 rokov. Sociálna terapia sa v rámci štvorfázového resocializačného programu skladá z režimovej, pracovnej a duchovnej zložky. V Stredisku pracuje riaditeľ a odborný personál, kde patria - psychológ, špeciálny pedagóg, sociálny pedagóg, sociálny pracovník a pomocní vychovávatelia. Ubytovacie kapacity sú vytvorené pre 14 klientov.

Teen Challenge, n.o. ponúka:

- ročný resocializačný program
- psychologické poradenstvo
- špeciálno-pedagogické poradenstvo, sociálne poradenstvo, kariérové poradenstvo
- duchovné poradenstvo, biblické vyučovanie, návštevy Bohoslužieb
- výučbu angličtiny
- výučbu hry na gitaru
- rôzne školenia a kurzy
- možnosť pestrého kultúrneho a športového vyžitia
- členstvo v knižnici
- pokojné vidiecke prostredie
- po úspešnom dokončení programu dočasný pobyt v zariadení (fáza re-entry)

Podmienky prijatia:

- muž
- vek od 18 rokov
- absolvovaný detoxifikačný pobyt v nemocničnom zariadení
- odporúčenie k resocializačnému pobytu od psychiatra
- neprítomnosť pridruženej psychiatrickej diagnózy
- doklad o evidencii na príslušnom úrade práce, sociálnych vecí a rodiny, na odbore sociálnych vecí a rodiny
- rozhodnutie o priznaní dávky v hmotnej núdzi a príspevky
- platný občiansky preukaz
- preukaz zdravotnej poisťovne
- pripravenosť k aktívnej spolupráci
- nefajčiarstvo