

# **Recidiva u alkoholismu a její vliv na kvalitu života jedince**

Hana Dančáková

---

Bakalářská práce  
2013



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2012/2013

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Hana MANIŠOVÁ**  
Osobní číslo: **H09115**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Recidiva u alkoholismu a její vliv na kvalitu života jedince**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.  
Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti alkoholismu a jeho recidivy.  
Příprava metodiky výzkumné části.  
Realizace kvalitativního výzkumu.  
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.  
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

HOSEK, Jan. Sám proti alkoholu. 1.vyd. Havlíčkův Brod: Grada, 1998. ISBN 80-7169-624-2.

NEŠPOR, Karel. Návykové chování a závislost. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-831-7.

NEŠPOR, Karel. Vaše děti a návykové látky. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-515-6.

MARHOUNOVÁ, Jana a Karel NEŠPOR. Alkoholici, fetišci a gambleři. Praha: EMPATIE, 1995. ISBN 80-901618-9-8.

STRAUSS, Anselm a Juliet CORBINOVÁ. Základy kvalitativního výzkumu. Brno: Podané ruce, (nakladatelství Albert, Boskovice), 1999. ISBN 80- 85834-60-X.

Vedoucí bakalářské práce:

**PhDr. Jan Šmahaj**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

**30. listopadu 2012**

Termín odevzdání bakalářské práce:

**3. května 2013**

Ve Zlíně dne 19. února 2013



doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
*děkanka*



Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
*ředitel ústavu*

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 10.3.2013

*Panča Kozová Haná*

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Abstrakt česky

Tato práce je zaměřena na recidivu u alkoholismu. Zkoumá, jaký má vliv na kvalitu života jedince. Teoretická část je rozdělena do 3 kapitol. V první kapitole se zabývám alkoholismem, příčinami, charakteristikou a rozdělením osob závislých na alkoholu. V druhé části popisuji vlivy, které působí na kvalitu života jedince. Třetí kapitola nese název léčba a recidiva. V praktické části zkoumám pomocí kvalitativního výzkumu jak na člověka a jeho život působí recidiva.

Klíčová slova:

Alkohol, alkoholismus, závislost, droga, konzumace, recidiva, bažení, spoluzávislost

## **ABSTRACT**

Abstrakt ve světovém jazyce

This bachelor thesis is focused on recidivism in alcoholism. It examines its impact on the quality life for individual. Theoretical part is divided into the three chapters. In first chapter I am introducing alcoholism, reasons, characteristics and classification of persons addicted to the alcohol. In the second chapter I am describing influences which have effects to the life quality of individual. Third part is named therapy and recidivism. In practical part I am exploring by the qualitative research what affect can have recidivism to the human and his life.

Keywords:

Alcohol, alcoholism, adiction, drug, consumption, relaps, craving, codependency

## **Poděkování**

Na tomto místě bych chtěla poděkovat PhDr. Janu Šmahajovi za vstřícnost, ochotu a cenné rady při vedení této bakalářské práce.

Poděkování také patří všem mým respondentům za projevenou důvěru a otevřenost při poskytování rozhovorů.

V neposlední řadě patří poděkování také celé mé rodině za trpělivost a podporu, kterou mně po celou dobu mého studia projevovala.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

Motto

*„Abstinenci, zdar!“*

Anonymní alkoholici



# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>11</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>13</b>
<b>1 ALKOHOLISMUS</b> .....	<b>14</b>
1.1 OSOBA ZÁVISLÁ NA ALKOHOLU .....	15
1.2 PŘÍZNAKY ZÁVISLOSTI DLE DR. JELLINEKA .....	16
1.3 PŘÍZNAKY DLE MUDR. KARLA NEŠPORA.....	17
1.4 STÁDIA ALKOHOLISMU .....	18
1.5 VÝVOJOVÉ FÁZE ZÁVISLOSTI NA ALKOHOLU .....	19
<b>2 VLIV ALKOHOLISMU NA KVALITU ŽIVOTA</b> .....	<b>21</b>
2.1 NÁSLEDKY ZÁVISLOSTI ČLENA RODINY NA JEHO RODINU .....	22
2.2 REAKCE DĚTÍ NA ZÁVISLOST JEDNOHO Z RODINY .....	23
2.3 PROBLÉMY V ZAMĚSTNÁNÍ .....	24
2.4 ŽIVOTNÍ SITUACE U LIDÍ, KTEŘÍ JSOU ZÁVISLÍ NA ALKOHOLU .....	25
2.4.1 Fáze, kdy pacient nestojí o žádnou změnu .....	26
2.4.2 Fáze rozhodování a rozhodnutí o změně své životní situace .....	26
2.4.3 Fáze jednání – nastává změna životní situace .....	27
2.4.4 Stádium udržení .....	27
2.4.5 Stádium recidivy .....	28
<b>3 LÉČBA A RECIDIVA</b> .....	<b>29</b>
3.1 DUŠEVNÍ ONEMOCNĚNÍ U ALKOHOLISMU .....	29
3.2 SOMATICKÉ ONEMOCNĚNÍ U ALKOHOLISMU .....	32
3.3 LÉČBA OSOB ZÁVISLÝCH NA ALKOHOLU .....	33
3.4 RECIDIVA .....	34
3.4.1 Průběh recidivy .....	35
3.5 BAŽENÍ – CRAVING.....	36
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>37</b>
<b>4 METODIKA PRÁCE</b> .....	<b>38</b>
4.1 DRUH VÝZKUMU .....	38
4.2 CÍL VÝZKUMU .....	38
4.3 VÝZKUMNÝ VZOREK .....	39
4.3.1 Metoda záměrného výběru .....	39
4.3.2 Metoda sněhové koule.....	39
4.4 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT .....	39
4.4.1 Metoda získávání dat.....	39
4.4.1.1 Osobní případová studie .....	39
4.4.1.2 Zásady pro vedení interview .....	39
4.4.2 Metoda zpracování dat .....	40
4.5 PŘÍPADOVÉ STUDIE.....	41
4.5.1 Případová studie 1: Zdenek .....	41
4.5.2 Případová studie 2: Milan .....	43
4.5.3 Případová studie 3: Petr .....	46
4.5.4 Případová studie 4: Miloš.....	49

4.5.5	Případová studie 5: Olina .....	52
4.5.6	Případová studie 6: Jitka .....	55
<b>5</b>	<b>ANALÝZA ZPRACOVÁNÍ DAT.....</b>	<b>59</b>
5.1	METODA VYTVÁŘENÍ TRSŮ .....	59
<b>6</b>	<b>INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....</b>	<b>60</b>
6.1	SKUPINY – TRSY .....	60
6.1.1	Dětství a dospívání provázené osobou závislou na alkoholu.....	60
6.1.2	Alkohol – únik z reality.....	63
6.1.3	Léčba – nová naděje.....	69
6.1.4	Recidiva- strmý pád dolů .....	75
6.1.5	Budoucnost – život bez alkoholu .....	82
<b>7</b>	<b>SHRNUTÍ VÝZKUMU.....</b>	<b>88</b>
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>90</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>91</b>
	<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>94</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>95</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>96</b>

## ÚVOD

Recidiva u alkoholismu a její vliv na kvalitu života jedince, to je téma, které jsem si vybrala pro svoji práci. Cílem této práce je přiblížit životní situaci lidí, kteří jsou závislí na alkoholu, jejich úskalí při zvládnání léčby a následné recidivy.

Alkoholismus je téma, které je nejen u nás stále aktuální. Závislost na alkoholu je nemoc, podle Fišerové (In Kalina 2003) se jedná o bio-psycho-sociální, chronické, recidivující onemocnění se sklonem k progresi. Toto onemocnění závažným a výrazným způsobem zasahuje do určitých oblastí člověka. Převážně se jedná o oblast psychickou, kdy u postiženého může dojít k úzkostem, často trpí nespavostí, mohou se projevit poruchy paměti, halucinace, je zde větší suicidální riziko, a pokud závislost trvá delší dobu, může nastat i alkoholická demence. Toto jsou jen některé příznaky. Nesmíme opomenout i fyzickou oblast člověka, kdy při nadměrné konzumaci, dochází k napadení různých orgánů, jako jsou játra, pankreas, mozek, dochází k poškození centrálního i periferního nervového systému, hrozí větší riziko úrazů. A v neposlední řadě je to oblast sociální kdy může dojít ke snížení důstojnosti, narušují se vztahy k druhým lidem, tímto problémem trpí celá rodina. Podrobněji tohle téma popisují ve své práci.

Alkohol je nejčastěji užívanou látkou v České republice jak uvádí Smolík (2002). Podle Matouška (2003) je závislost na alkoholu nejrozšířenější závislostí v České republice, jelikož počet závislých lidí na alkoholických nápojích převyšuje počet závislých na jiných drogách.

S alkoholickými nápoji se setkáváme běžně, obklopují nás, dá se říct na každém kroku a může si ho kdokoli a kdykoliv koupit. Bohužel, i když je u nás prodej alkoholických nápojů dětem a mládeži do 18 let zakázán, ne každý toto opatření dodržuje a tak se k alkoholu snadno mohou dostat i mladiství a v tom horším případě dokonce i děti. Snad pro tu snadnou dostupnost je alkohol velmi oblíben. Samozřejmě jsou na vině i další faktory, například náš životní styl, dědičné dispozice a mnoho dalších. V posledních letech se zdá být celý svět a s ním náš způsob života velmi uspěchaný, žijeme v neustálém stresu a alkohol může být snadným prostředkem jak na své problémy, které máme, můžeme zapomenout. Ani si člověk nestačí uvědomit a alkohol se může stát součástí jeho běžného denního režimu. Změní se tím pádem celý život, alkohol se dostane na přední příčku a ostatní věci odsune až na druhou kolej. Člověk závislý na alkoholu má často jen jednu myšlenku a právě

tím se stává „démon“ alkohol, začíná zanedbávat své koníčky a zájmy, ale i své nejbližší, rodinu, práci.

Nejdůležitějším rozhodnutím poté je si svou závislost uvědomit a přiznat se k ní. Mnoho osob závislých na alkoholu si svou závislost dlouho nechce připustit a nechá svůj stav zajít až tak daleko, že se k jeho závislosti začnou přidružovat i závažné nemoci a mnohdy musí být hospitalizován ve zdravotnickém zařízení. Proto je velmi důležité absolvovat léčbu pod odborným dohledem a důležitým mezníkem po úspěšné léčbě je, si svoji abstinenci trvale udržet a nespadnout do toho nanovo. Pokud se to nezdaří tak nastává recidiva a kolotoč toho všeho začíná opět od úplného začátku.

Ve své teoretické části se v první kapitole věnuji alkoholismu jako takovému, dále pak příznakům závislosti, charakteristikou a rozdělením osob závislých na alkoholu, stádiím a vývojovými fázemi alkoholismu.

Ve druhé kapitole popisují vlivy, které působí na kvalitu života jedince, snažím se popsat následky, které alkohol zanechává na lidech, a ostatních členech rodiny a životní situace, kdy dochází ke změnám v životě u osoby závislé na alkoholu.

Třetí kapitola nese název Léčba a recidiva, zde uvádím poruchy a nemoci, které mohou být způsobeny nadměrným užíváním alkoholu, dále se zabývám léčbou a recidivou, věnuji se tématu cravingu – bažení, jak jej zvládat a v neposlední řadě také motivací, která je velmi důležitá pro člověka, který se snaží ze své závislosti dostat a vést opět plnohodnotný život bez alkoholu.

V praktické části se zabývám recidivou a pomocí kvalitativního výzkumu zkoumám, jaký má recidiva u osoby závislé na alkoholu vliv na rodinný, pracovní, společenský život, dále jak se projevuje na životní situaci rodiny. Také jakým způsobem jedinci zvládají bažení po alkoholu a co je pro ně největší motivací do dalšího života.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 ALKOHOLISMUS

Alkoholismus patří mezi nejzávažnější a nejrozšířenější formy psychoaktivních, návykových látek. Nemůžeme jím, ale nazvat veškeré požívání alkoholických nápojů, alkoholismus vzniká v okamžiku, kdy závislost přejde do takového stupně, že škodí buď jedinci, nebo společnosti, případně oběma. Tato klasifikace je však obecná. Určitě jiné měřítko bude platit v zemích, kde se nachází vinařské oblasti a konzumace těchto nápojů je součástí denní stravy a jiné měřítko bude v zemích, kde tyto oblasti nejsou. Ale to neznamená, že by mohl alkohol škodit v jedné zemi více než v té druhé. (Janík, A., Dušek, K., 1990).

Alkohol pochází z arabského slova: al-ka-hal. Je to bezbarvá tekutina, která má charakteristický zápach a chuť. Bod varu je 77°C a bodem tuhnutí je 130°C. Chemická značka alkoholu je C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>O. Molekula etylalkoholu se pak teprve skládá z uhlíku a kyslíku. Alkohol se dá vyrobit téměř z čehokoliv, a pokud jde o výrobu, jedná se o látku, která je velmi levná. (Skála, J., 1986).

Počátek vzniku závislosti na alkoholu bývá spojován s negativními prožitky našeho života, ať už jsou to problémy ve vztahu k partnerovi či rodině, nebo snad nesnáze na pracovišti, častou příčinou jsou také finanční potíže. V takovéto situaci alkohol člověku napomáhá zapomenout na jeho trápení, přináší mu úlevu a odpoutání se od všech jeho starostí. Postižený si v této chvíli ani neuvědomuje, riziko toho, že by mohl upadnout do nemoci, zvané závislost.

*„Alkoholismus; etylizmus; choroba vznikající v důsledku opakovaného, častého a nadměrného požívání alkoholických nápojů; vzniká chorobný návyk, ztráta kontroly nad pitím, dále poruchy tělesného i duševního zdraví, mezilidských vztahů, osobnosti, popř. poruchy psychotické; většina definic dále zahrnuje neschopnost dlouhodobě abstinovat a ztrátu kontroly jako neschopnost dodržet předsevzetí o množství konzumovaného alkoholu, který si jedinec před začátkem pití stanovil; může být podmíněn dědičnými předpoklady“ (Hartl, Hartlová, 2000, str. 31).*

## 1.1 Osoba závislá na alkoholu

V současné době se místo pojmu alkoholik, který se používal dříve, užívá pojem osoba závislá na alkoholu. Je to označení pro jedince, který nezvládá své pití, a které mu činí velké potíže, ať už jsou to komunikační, mezilidské pracovní, zdravotní či jiné. Závislost na alkoholu vzniká nejčastěji a nejsnadněji.

*„K příznakům závislosti patří silná touha po droze, horší sebeovládání vůči droze, odvykací potíže, zvyšování dávek, zanedbávání jiných potřeb nebo zájmů a pokračování v braní drog přes jasný důkaz škodlivých následků. Závislý člověk nemusí vykazovat všechny uvedené známky, stačí pouze tři. Závislost se u dětí a dospívajících rozvíjí rychleji než v pozdějších letech“* (Nešpor, Pernicová, Csémy, 1999, s. 108).

Jak Nešpor (2003) uvádí definitivní diagnóza, by se měla stanovit až na základě toho, zda během posledního roku došlo ke třem nebo i více následujícím jevům:

- Silná touha nebo pocit přijímat alkohol.
- Potíže v kontrole konzumace alkoholu a to tehdy jde-li o začátek nebo konec, či množství alkoholu.
- Tělesný odvykací stav, pokud je alkohol konzumován s úmyslem zmenšit jeho příznaky.
- Vyžadování vyšších dávek alkoholických nápojů, aby se dosáhlo takového účinku, ke kterému původně stačily nižší dávky alkoholu.
- Postupné zanedbávání svých potřeb a zájmů, ve prospěch konzumace alkoholu a získání více času k požívání alkoholických nápojů, nebo zotavení se z jeho účinků.
- Pokračování v konzumaci i přes jasný důkaz toho, že to přináší škodlivé následky jak tělesné, tak duševní.

Dle MKN podle 10. revize (Mezinárodní klasifikace nemocí - „Modrá kniha“) závislostí rozumíme: *„Skupinu fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více, centrální popisnou charakteristikou je touha (silná, někdy přemáhající) pít v našem případě alkohol, návrat k užívání látky po období abstinence často vede k rychlejšímu znovuobjevení jiných rysů, než je tomu u jedinců, u nichž se závislost nevyskytuje“* (Nešpor, 2003, s. 14).

## 1.2 Příznaky závislosti dle dr. Jellineka

Podle dr. Jellineka se dají příznaky závislosti rozdělit do 40 bodů. Tohle rozdělení je velmi rozsáhlé a ne každý z bodů se musí u všech osob závislých na alkoholu projevit.

Já jsem je podle předlohy dr. Jellineka rozdělila pro větší přehlednost podle bio-psycho-sociálních oblastí člověka do následující tabulky.

**Tabulka 1: Příznaky závislosti dle dr. Jellineka**

Fyzická oblast	Psychická oblast	Sociální oblast	Sociální oblast
Zanedbání přiměřené výživy	Okénka	Tajné pití	Změna zaměstnání
Hospitalizace pro poruchy na tělesném zdraví	Trvalé myšlenky na alkohol	Debakl – zhroucení racionalizačních systémů	Podřizování zájmů alkoholu
Pravidelné ranní doušky	Změněná kontrola pití	Změny způsobu pití – k předcházení nepříjemnostem	Ztráta o vnější svět
Alkoholické psychózy	Trvalý pocit zkrroušenosti	Vyhýbání se narážkám na alkohol	Ztráta přátel
Pití nutkavého rázu	Postižení mentálních schopností	Vysvětlování důvodů k pití	Úvahy nebo únik z dosavadního prostředí
Snížení tolerance – lepší snášenlivost,	Nedefinovatelné úzkosti	Narůstání sociálních obtíží	Odcizení v rodině
Třesy	Nekontrolovatelné pití	Velikášské chování	Bezdůvodné námitky proti členům rodiny
Výskyt prodloužené intoxikace – tzv. tahy	Pokles sexuálního pudu	Agresivní chování	Vytváření tajných zásob
	Pocit viny	Období abstinence vynucené okolím	Alkoholická žárlivost
	Nápadné sebe litování	Lhaní, krádeže, kriminální činy	Pití technického alkoholu
	Etická deteriorace	Styky s morálně deprivovanými osobami	

Pramen: (www.alkoholik.cz, 2009)



### 1.3 Příznaky dle Mudr. Karla Nešpora

Autor popisuje příznaky alkoholismu v 6 bodech, pokud se u jedince projeví alespoň polovina příznaků, můžeme konstatovat závislost na alkoholu. U osob závislých na alkoholu se mohou projevit i jiné příznaky, např. takové, které popisuje výše uvedený dr. Jellinek.

Mudr. Nešpor, který se zabývá, podrobněji touto problematikou vymezil užší specifikaci, kterou jsem opět pro lepší přehlednost zpracovala do následující tabulky.

**Tabulka 2: Příznaky závislosti dle Mudr. Karla Nešpora**

<b>Bažení – carving</b>
<b>Zhoršené sebeovládání</b>
<b>Odvykací stav</b>
<b>Zvyšování tolerance</b>
<b>Zanedbávání zájmů</b>
<b>Pokračování v pití alkoholu i přes nepříznivé následky, o kterých osoba ví</b>

Pramen: Nešpor, 2003

## 1.4 Stádia alkoholismu

Podle psychiatra E. M. Jellineka (In Fürst, 1997) rozdělujeme alkoholismus podle závažnosti stupně do různých stádií, a to:

- **Typ alfa:** Takto jsou označovány osoby, které pomocí konzumace alkoholu, hledají povzbuzení a východisko se svých problémů, nebo jim alkohol pomáhá k tomu, aby byli veselí a společenší. U tohoto typu ještě nevzniká závislost, ale začíná se zvyšovat snášenlivost a dávky alkoholických nápojů.
- **Typ beta:** Jsou to tzv. „píjáci“, kteří stále častěji požívají alkoholické nápoje, ať už z dostatku volného času, nebo aby nezůstali osamoceni od ostatních kolem sebe, př. „stůl štamgastů“. V tomto stadiu se může objevit tělesné poškození (srdce, játra a pankreas), stále ještě nemusí být fyzická závislost.
- **Typ gama:** V tomto stádiu už dochází k fyzické závislosti a také k nárůstu tolerance, která pak začne klesat. Začínají se objevovat abstinční příznaky, závislý je schopen po intoxikaci nějaký kratší čas abstinovat.
- **Typ delta:** Zde je již dlouhodobý návyk, který vede k těžké somatické závislosti na alkoholu, závislý si stále udržuje hladinu alkoholu v krvi, aby předešel pocitu neklidu, třesu rukou a dalším těmto nepříjemným projevům. (jsou také nazýváni jako hladinová pijáci)
- **Typ ypsilon:** „Dipsomani“ (kvartální pijáci).

## 1.5 Vývojové fáze závislosti na alkoholu

Závislost na alkoholu řadíme mezi psychické onemocnění, ke kterému se postupem času přidává i onemocnění fyzické. Jedná se o nemoc progresivní, která se časem postupně zhoršuje, ať už pacient konzumuje alkoholické nápoje nebo nikoliv. Podle doc. Mudr. Jaroslava Skály (1986) závislost na alkoholu probíhá ve 4 postupných stádiích, kdy u každého stádia jsou charakteristické příznaky, které se u osoby závislé na alkoholu projevují.

**1. stádium: iniciální, počáteční:** V průběhu tohoto stádia, je pití alkoholických nápojů jen příležitostné, konzumace přináší uvolnění, navozuje příjemnou náladu a pod jeho vlivem se cítí člověk nesrovnatelně lépe, než kdyby zůstal střízlivý. Ani si to sám neuvědomuje, ale tolerance a dávky je nutné stále zvyšovat.

**2. stádium: prodromální, varovné:** Začíná se objevovat vyšší potřeba dávek konzumace, aby byla navozena příjemná nálada. Člověk v tomto stádiu začíná svůj život podřizovat alkoholu, začíná se za své chování stydět a je choulostivý při jakékoliv zmínce o jeho nadměrném pití alkoholu, proto své počínání před svým okolím skrývá. Stavby tzv. opilosti jsou stále častější a už je to jen krůček k závislosti na alkoholu. Pokud se k příznakům přidruží okénka, je to znamení, že již počíná 3. stádium.

Tyto první dvě stádia jsou zařazeny ještě do tzv. předobdobí, nejedná se o nemoc v pravém slova smyslu.

**3. stádium: kruciální, rozhodné:** I v tomto stádiu roste tolerance, pijan snáší vysoké dávky alkoholu i bez toho, aby na něm byla patrná intoxikace. Zde se již jedná o pravou závislost na alkoholu a pacient už se nedokáže ovládat a nedokáže bez odborné pomoci přestat pít. Pro toto stádium jsou typická, častá okénka. Pacient často pije i několik dní v kuse, i když stále slibuje, že s konzumací alkoholických nápojů přestane, svůj slib nikdy nedodrží. Roste v něm pocit viny, pomalu se začíná měnit jeho osobnostní struktura života, zanedbává svůj vzhled, nedodrží pravidelnou a správnou výživu, což značí o postupném zhoršování jeho zdravotního stavu. Zpravidla nikdy pacient v tomto stádiu nevyhledá odbornou pomoc a pije dál.

**4. stádium: terminální, konečné:** Je typické tím, že k dosažení opilosti potřebuje člověk menší množství alkoholu, klesá tolerance. Pacient dokáže konzumovat bez přestávky alko-

hol i několik dnů. Na prvním místě je pro něj alkohol, bez kterého již nemůže žít. Často se objevuje poškození orgánů, především jater, slinivky, nervového systému a přidružují se duševní poruchy. Je zde nutná protialkoholní léčba.

## 2 VLIV ALKOHOLISMU NA KVALITU ŽIVOTA

*„Alkoholik je člověk, jehož závislost na alkoholu dosáhla takového stupně, že mu to působí zřetelné poruchy a újmu ve společenských vztazích, ve společenské činnosti a na tělesném i duševním zdraví“ (Skála, 1987, s. 53).*

Rozpad partnerství z důvodu závislosti na alkoholu jednoho z partnerů, probíhá postupně, trvá někdy velmi dlouho. Partner den za dnem zjišťuje, že z pracovitého, pozorného partnera, se postupem času stává, nespolehlivý, neupřímný a mnohdy i agresivní piják, který svým chováním napadá partnera i své okolí, stále něco slibuje, nebo se naopak vymlouvá. Způsobů a možností řešení je velké množství a záleží na více, faktorech (např. stupeň závislosti, kvalita partnerského soužití atd.) Pokud selžou všechny možnosti a partneři se rozejdou, uleví se partnerovi, který celou dobu snášel chování závislého partnera, ale také to velmi pomůže závislému, protože to je zpravidla ta okolnost, která donutí nemocného, aby si uvědomil svůj problém s alkoholem a podstoupil protialkoholní léčbu (Hosek, 1998).

Statistiky uvádí, že více jak 11% všech rozvodů je kvůli problému s alkoholismem jednoho z partnerů. Ale ve skutečnosti, je to až třikrát tolik. Alkoholismus však není příčinou jen rozvratu vztahů mezi partnery, ale také důvodem k omezení nebo dokonce zániku vztahů mezi rodiči, příbuznými, dětmi, dále pak přáteli a známými (www.alkoholik.cz, 2009).

## 2.1 Následky závislosti člena rodiny na jeho rodinu

- **Omezení komunikace** – osoba, která je, závislá na alkoholu se poměrně často vyhýbá komunikaci s ostatními členy rodiny, a to nejvíce pokud by se komunikace týkala jeho problémového chování a komplikací, které s tím souvisí. Komunikaci je možné nacvičovat i pomocí manželské terapie. Pokud se návykový problém daří pomocí odborníků překonávat, tak i komunikace se postupně upravuje a zlepšuje.
- **Odcizení, vzdálení, rozpad rodiny** – Závislost některého člena rodiny, je jedním z nejčastějších důvodů, které vedou až k rozpadu rodiny. Rodina, ve které žije osoba závislá na alkoholu, se stává spoluzávislou. Jak uvádí Ühlinger, Tschui (2009) spoluzávislá osoba snáší následky závislosti u svého partnera, nebo rodiče, který je závislý. Snaží se mírnit, a řešit problémy, které svým chováním piják rodině způsobuje. Svůj vlastní život přizpůsobují ve všech stránkách problémům a potřebám člověku, který je závislý. Kdežto alkoholik má svoji závislost, jeho blízcí se stávají závislí na jeho problémech, které mu způsobil alkohol. Postupem času se lidé, kteří žijí v blízkosti, závislé osoby stávají psychicky vyčerpáni, unaveni, již nevědí kudy kam a proto se ve většině případů rodina rozpadá.
- **Opakovaná volba nevhodného partnera** – často se setkáváme s tím, že pokud se žena rozvede z důvodů závislosti manžela na alkoholu, za dalšího partnera si vybere, takového, který má stejný problém. Partnery závislé na alkoholu si často vybírají i děti, které pochází z rodin, kde byl jeden z rodičů závislý. To je také důvod, proč by měla manželská terapie pokračovat tak dlouho, jak je potřebné a ne končit rozvodem jak uvádí Nešpor (2001).

## 2.2 Reakce dětí na závislost jednoho z rodiny

Wegscheiderová – Cruseová (1989 - In Nešpor, 2003) popsala čtyři typické reakce dětí na závislost jednoho nebo obou rodičů.

- **Rodinný hrdina** nejčastěji jim bývá nejstarší sourozenec, který přebírá nároky za svého problémového rodiče, což samozřejmě přesahuje jeho schopnosti, především pokud by měl svého rodiče přesvědčovat o tom, aby se polepšil. V dospělosti pak může trpět pocity méněcennosti a nedokonalosti, i když po vnější stránce bývá celkem úspěšný. Může být také ohrožen nezdrženlivým přístupem k práci. Při léčbě tohoto dítě, je potřeba ho navést k záležitostem a věcem, které odpovídají jeho věkové kategorii a vyvarovat se toho, aby se snažil a stal zodpovědným za problémy dospělých.
- **Ztracené dítě** bývá uzavřené a ponořené do sebe, do svých problémů, málo komunikuje a stále častěji uniká do fantazie, svého světa, který si sám vytvořil. Velmi důležité je věnovat těmto dětem pozornost, je potřeba aby se jim dostalo rodičovské lásky a pochopení a ony se naučily ocenit vnější svět a naučily se v něm žít.
- **Klaun** odvádí pozornost od problémů tím, že se snaží vyvolat veselí, jeho heslo je „je lépe když se smějeme, než kdybychom se hádali nebo prali“. Musíme hledat přiměřené způsoby, které by mu pomohly projevit se a posílit jeho sebevědomí, v žádném případě nepodporujeme jeho šaškování.
- **Černá ovce** toto dítě se projevuje nadměrným zlobením, které může vést i k delikvencím, tímto opět odvádí pozornost od problémů v rodině, kterým je závislost jednoho z rodičů. V tomto případě musíme stanovit meze jeho chování a posílit jeho sebevědomí.

U všech těchto reakcí je důležité překonat závislost, která postihla jednoho, nebo oba z rodičů a vytvořit pro děti harmonickou a šťastnou rodinu, ve které by mohly vyrůstat.

Protože děti, které vyrůstají ve společnosti rodiče – alkoholika prožívají situace, kterým nerozumí a především se s nimi neumí vyrovnat. Z toho důvodu i jejich chování bývá někdy neadekvátní k dané situaci, ale především je takové, jaké vystihuje povahu jejich osobnosti. Proto se děti chovají v různých situacích zcela odlišně.

Podle Veronicové (1998) se dívky častěji identifikovaly s rolí klauna a ztraceného dítěte, identifikace s rolí klauna byla méně častá v rodinách, kde se závislost vyskytovala u obou rodičů. (Nešpor, 2000, str. 83 – 84)

### **2.3 Problémy v zaměstnání**

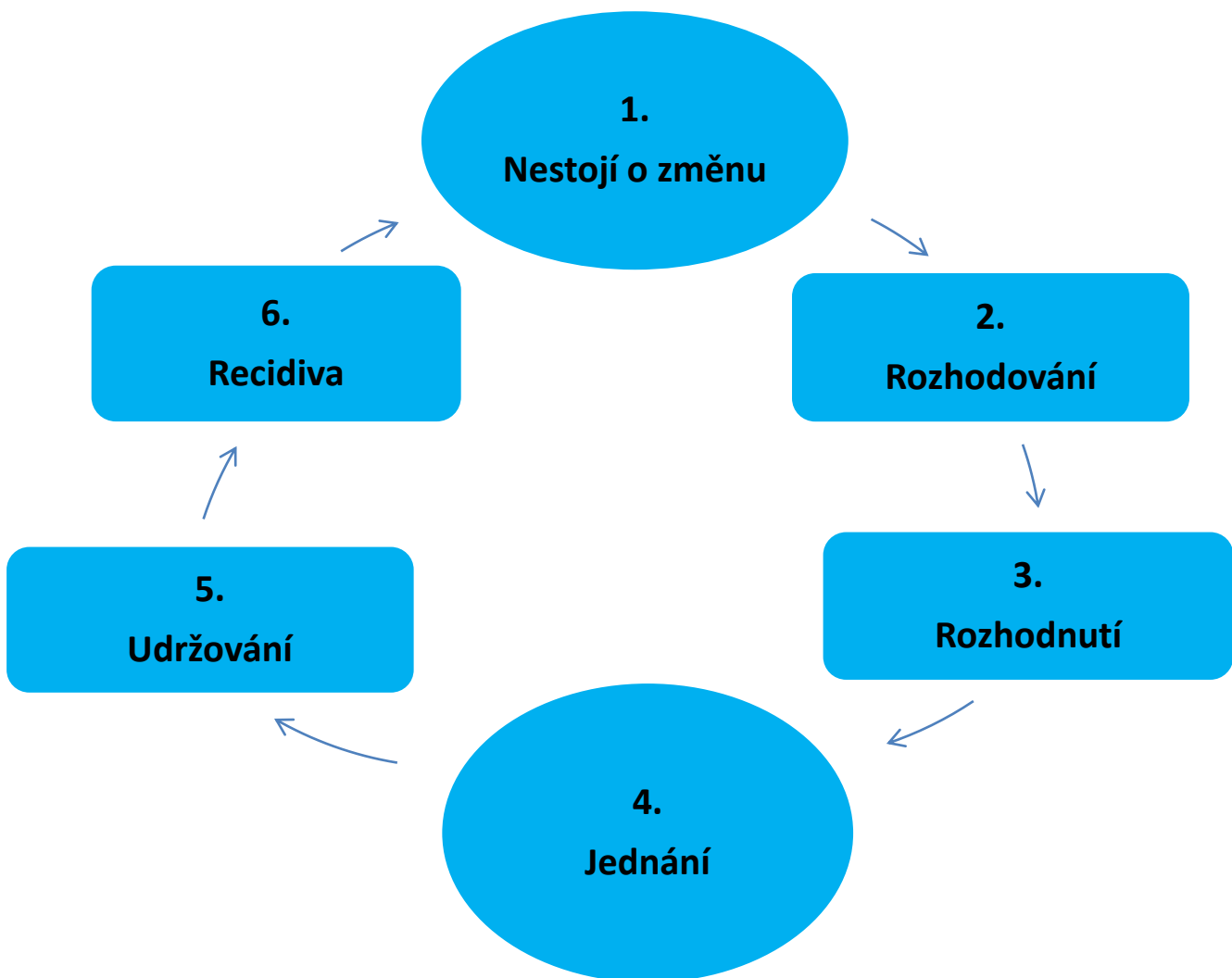
Dle Hoska (1998) je v dnešní době nižší průměrná výkonnost pracovníků, kteří jsou pod vlivem alkoholických nápojů celosvětovým problémem. Pokud jde o takového pracovníka, může každý špatný krok znamenat nebezpečí pracovního úrazu, a je ohroženo nejen zdraví osoby pod vlivem alkoholu, ale výsledek práce a zdraví ostatních spolupracovníků. Ve většině případů pokud zaměstnavatel zjistí, že jeho zaměstnanec dochází do zaměstnání pod vlivem alkoholu, tak jej propustí. S alkoholismem je také spjatá častá absence, kdy postižený z důvodu své opilosti, není schopen se dostavit, často i bez omluvy do svého zaměstnání. Piják tak zakrývá své těžké stavy, které mu přináší alkohol. I tato profesionální nespolehlivost vede k rozvázání pracovního poměru se zaměstnancem.



## 2.4 Životní situace u lidí, kteří jsou závislí na alkoholu

Nešpor (2006) navrhl schéma, které rozdělil do stádií podle toho, jak dochází u pacienta ke spontánním změnám. Tyto změny popsal v 6 fázích, které jsem zpracovala pro lepší přehlednost v obrázku č. 1.

Obrázek 1: Spontánní změny motivace



Pramen: Nešpor, 2006, str. 14.

### 2.4.1 Fáze, kdy pacient nestojí o žádnou změnu

V tomto stádiu osoby, které jsou závislé na alkoholu převážně přesvědčeni o tom, že žádné problémy s pitím nemají, nebo je minimalizují a samozřejmě pak svalují vinu na všechny okolo nich. Toto jednání, můžeme označit jako tzv. obranné a únikové mechanismy, které pomáhají pijanovi, vyrovnat se s realitou a konflikty, které způsobil svým pitím (Kudrle, In Kalina, 2003).

V tomto stádiu je typickým znakem tzv. bludný kruh závislosti, kdy je dotyčný v přesvědčení, že jeho pití, může vyřešit a zmenšit jeho problémy. V opilosti mu všechno připadá snadné, všechno by dokázal vyřešit, ale po vystřízlivění zjistí, že problémy nejen že neustoupily, ale mnohdy se přidruží další nesnáze a to vede k dalšímu pití. Z takového bludného kruhu je pak velmi těžké se dostat (Kudrle, In Kalina, 2003).

V této fázi je také velmi důležitá úloha rodiny závislého, kdy je pro něj oporou, ale také ho může motivovat k léčbě a abstinenci. Naopak nejhorší situace nastává, když do problémů s alkoholem spadnou i někteří další členové rodiny.

V rodině v níž je někdo závislý na alkoholu, může dojít k tzv. spoluzávislosti. Tito spoluzávislí příslušníci opětovaně svým chováním umožňují a usnadňují závislému, dále pít alkohol, protože za něj platí dluhy, omlouvají mu absence v zaměstnání, omlouvají jeho chování před ostatními atd. (Kudrle, In Kalina, 2003). Proto je velmi důležitá a v posledních letech i hodně využívána, rodinná terapie, kdy odborník pracuje nejen se závislým, ale i se spoluzávislými členy rodiny. Kteří se musí naučit starat se o sebe a své potřeby, ale i proto, aby si prohloubili své znalosti o problematice závislosti a dokázali motivovat a příznivě ovlivňovat chování závislého.

### 2.4.2 Fáze rozhodování a rozhodnutí o změně své životní situace

Přiznání si své závislosti je prvním důležitým krokem, který umožní nemocnému svou závislost začít řešit. Petry (1996, In Rahn, Mahnkopf, 2000, str. 310) uvádí, že pouhý podnět k abstinenci nestačí. Musí se přidat ještě následující podněty:

- **Uznání a poznání nutnosti změny**
- **Uznání potřeby pomoci**
- **Akceptování nabízené pomoci**
- **Uznání alkoholismu jako nemoci**
- **Přijetí paradigmatu abstinence**

➤ **Náhled a nutnost všeobecné změny života.**

Nejlepším řeším je, když se člověk pro svou abstinenci rozhodne sám, ale i jako účinné se osvědčil tlak, který na závislého vytváří jeho okolí, jak uvádí Kalina (2003).

Tlak okolí, ať už se jedná o nejbližší členy rodiny nebo je závislý donucen například svým zaměstnavatelem, ale nebývá vždy dostačující. Nejdůležitější rozhodnutí bývá vždy na pacientovi, který by se měl rozhodnout dobrovolně a sám. To pak přináší ty nejlepší výsledky a léčba zpravidla bývá velmi úspěšná. „*Nedá se totiž dost dobře abstinovat pro někoho*“ (Bútora, 1991, str. 144).

### **2.4.3 Fáze jednání – nastává změna životní situace**

Závislost na alkoholu je nemoc, která se projevuje v oblasti fyzické, psychické a sociální, tento přístup nacházíme v tzv. bio-psycho-sociálním modelu a právě podle toho by měla být nabídnuta pomoc, která bude zahrnovat zdravotnickou, sociální a psychoterapeutickou péči. (Mioviský, In Kalina, 2003).

Podrobněji se léčením závislosti na alkoholu zabývám v kapitole 3, kde popisují formy léčby a její průběh. Velmi důležité je, aby léčba byla motivující, podpůrná a měla individuální přístup a to proto, aby jedinci předčasne neukončovali léčbu a řádně ji dokončili. Snižuje se tak riziko recidivy a zvyšuje se procento úspěšnosti.

### **2.4.4 Stádium udržení**

Když jedinec opustí léčebnu, tak se najednou ocitá v úplně nové životní situaci a musí čelit nástrahám. U dospělých lidí jsou úplní abstinenti výjimkou, a proto se může stát, že se člověk se stane terčem posměchu a nepříjemných situací spojených s alkoholem.

Člověk, který po úspěšné léčbě abstínuje, je tak vystaven daleko většímu tlaku a požadavkům okolí než ostatní lidé (Bútora, 1991, Skála, 1987). Důležitým momentem je proto vydržet a vyhýbat se prostředí, kde jsou snadno dostupné alkoholické nápoje.

Pro jedince, který po zdárné léčbě abstínuje je velmi důležitým krokem změnit svůj životní režim. Měl by si najít nové záliby, anebo se vrátit k těm původním, které kvůli alkoholu ztratil. Vyplněním volného času, totiž předejde myšlenkám na alkohol a čas, který dříve trávil pitím a sháněním alkoholu plnohodnotně využije ke svému prospěchu a tělesnému a duševnímu zdraví (Skála, 1987).

Nejdůležitějším krokem k udržení si abstinence a k upevnění nových návyků je následná péče – doléčování. Mezi rozšířené a v posledních letech i velmi vyhledávané při doléčování patří psychoterapie, na které pacient může docházet do ordinací odborného lékaře, do různých krizových center nebo do svépomocných organizací, které tuto činnost provozují.

#### **Rozdělení psychoterapií:**

- Individuální
- Skupinové
- Rodinná
- Partnerská
- Muzikoterapie
- Pracovní

#### **2.4.5 Stádium recidivy**

Člověk, který jednou upadne do závislosti na alkoholu, již není nikdy schopen mít pití pod kontrolou. Američané rozlišují recidivu na krátkou a dlouhou jak uvádí Nešpor (2006). Krátká recidiva se nazývá tzv. lapsus a jedinec se jí snaží v co nejkratší době ukončit. Dlouhou recidivu nazývají jako relaps, trvá delší dobu a přináší komplikace a problémy.

Bútora (1991) recidivu dělí na 4 typy

- **První typ** – člověk se chtěl jen napít, není důsledkem intrapsychického konfliktu
- **Druhý typ** – slabý trénink v abstinenci, je zapříčiněn nedostatečným uvědomováním
- **Třetí typ** – snaha o kontrolované pití, popírá svou závislost
- **Čtvrtý typ** – snaha o utlumení vnitřní bolesti

Více se tímto tématem zabývám v další kapitole, kde popisuji recidivu jako takovou a rady jak jí předcházet a zvládat.

### 3 LÉČBA A RECIDIVA

Kotulán (2005) uvádí, že alkohol ovlivňuje, ale především postihuje různé oblasti života člověka. Seskupením všech těchto oblastí vznikly tři základní skupiny:

1. **Fyzické následky**, které přináší nadměrná konzumace alkoholických nápojů - řadíme sem fyzické zdravé jedince, které je z důvodu nadměrné konzumace poškozeno
2. **Psychické následky**, které přináší nadměrná konzumace alkoholu – duševní stav jedince se odklání od normy a to z důvodu nadměrného pití alkoholických nápojů
3. **Sociální následky**, které způsobuje nadměrná konzumace alkoholu- člověk se nedokáže přizpůsobit a začlenit do sociálního procesu tak, aby dokázal dodržovat normy

#### 3.1 Duševní onemocnění u alkoholismu

##### ➤ Delirium tremens

Dle Skály (1986) patří delirium tremens mezi nejčastější alkoholické psychózy, která se může projevit po vysazení alkoholu přibližně až do 36 hodin, nebo zřídka i přímo při požívání alkoholických nápojů. Spouštěčem často může být i horečnaté onemocnění, nějaké zranění ale také násilné odnětí alkoholu. Tato psychóza ve většině případů vzniká neočekávaně a často bývá prvním příznakem epileptický záchvat. Projevuje se také stavy úzkosti, které mohou předcházet i několik týdnů dopředu. Významným faktorem při deliriu bývají halucinace, které mohou být jak zrakové tak i tělové. Dalšími příznaky je znatelný třes po celém těle, často zvýšená teplota a zrychlený tep. Náklady postiženého se poměrně rychle střídají a procházejí od strachu, úzkosti až k euforii. Pacient bývá dezorientován a to místem, časem, ale nikdy ne vlastním já. Delirium tremens se projevuje po několikaleté závislosti osob na alkoholu.

Halucinace, které tento stav doprovází, se většinou projevují viděním různých malých zvířat, nejčastěji to jsou malé myšky, ale také pacient slyší hlasy, na které odpovídá, je velmi neklidný a má tendenci utíkat z lůžka, proto musí být i v některých případech připoután. Delirium může trvat až několik dnů, nejčastěji pacient upadne do dlouhodobého spánku, během kterého příznaky postupně vymizí. Čím déle je pacient ve stavu psychózy, tím větší jsou zdravotní rizika, protože dochází ke značnému vyčerpání organismu, je hlavně ohrožen kardiovaskulární systém a může dojít až k zástavě srdce, nebo infarktu myokardu.

➤ **Korsakovův syndrom**

Jak uvádí Raboch, Pavlovský, Janotová (2006) tento syndrom ve většině případů, začíná jako akutní psychotická porucha, při níž se objevují značné výpadky paměti, trpí především vstřípivost. Navazuje na jiné psychózy, nejčastěji na delirium tremens. Pacient bývá dezorientován a to časem, místem a událostí. Starší události a znalosti mu v paměti zůstávají. Toto onemocnění je doprovázeno konfabulacemi (smyšlenkami), postižený si nepamatuje to, co se událo před chvílí a z toho důvodu uniká, do výmyslů, které často mění, protože si nepamatuje, co před chvílí řekl a těmto smyšlenkám věří. Korsakovova alkoholická psychóza se v ojedinělých případech upraví, ale ve většině případů dále postupuje a přechází do fáze alkoholické demence.

➤ **Alkoholická paranoidní psychóza**

Skála (1986) uvádí, že hlavním příznakem této psychózy jsou bludy, zejména žárlivecký blud a pronásledování, pacient bývá agresivní. Toto onemocnění může trvat měsíce až roky a to i v tom případě, kdy již postižený abstinuje. Nejvíce jsou ohroženy paranoidní psychopatické osobnosti.

➤ **Akutní alkoholická halucinóza**

Podobá se deliriu tremens, ale odlišuje se tím, že pacient je v plném vědomí, halucinace, především sluchové, jsou mírnějšího rázu. Pacient mívá úzkostlivé nálady, slyší často dva protichůdné hlasy a o sobě mluví ve třetí osobě. Počátek tohoto onemocnění se projevuje bolestmi hlavy, nespavostí, tento stav může trvat i několika měsíců, pokud do šesti měsíců neodezní, je zde riziko demence, nebo také schizofrenní poruchy.

➤ **Dipsomanie**

Jsou stavy, které trvají až několik dní, silná touha po alkoholických nápojích, postižený pokud vypije jen jednu skleničku, není schopný se ovládnout a pije nezřízeně dál. Toto onemocnění se nazývá také kvartální pití, nastává období, kdy pacient má k alkoholu určitou dobu odpor, ale stačí nějaká nepříjemná událost, např. smutek, melancholická nálada, pocit slabosti a na základě těchto pocitů, se spustí opět nekontrolované pití. Pacient může být agresivní, hrubý, upadá do spánku, následuje amnézie, kdy si nic nepamatuje a tvrdí, že tato situace už se opakovat nebude.

➤ **Okénka**

Postižený trpí amnézií, nemá vzpomínky na určité období své opilosti. Neví, co dělal, jak se choval, dostavuje se pocit nejistoty a strachu. Obchází své známé a zařízení, a ptá se na již proběhlé události.

➤ **FAS - fetální alkoholový syndrom**

Fetální alkoholový syndrom neboli prenatální poškození dítěte. Pokud těhotná žena konzumuje v nadměrné výši alkohol, působí to negativně na plod dítěte, alkohol totiž volně přechází z krevního oběhu matky do krevního oběhu dítěte, kde působí jako buněčný jed, který postihuje především mozkovou tkáň a její další vývoj. Klinickým obrazem tohoto syndromu je prenatální a postnatální růstové postižení, dále pak dys-funkce centrální mozkové soustavy, psychomotorická retardace, poruchy chování, hypotonie, mikrocefalie, zvláštní vzhled obličeje, který je nazýván kraniofaciální dysmorfie. Postižené děti jsou si podobné, nejzávažnějším důsledkem tohoto syndromu je mentální retardace.

Dítě, které trpí syndromem FAS, se stává sociální zátěží pro společnost. Matky-alkoholičky jim nejsou schopny ve většině případů poskytnout a zajistit potřebnou péči a z toho důvodu jsou umísťovány do dětských domovů, léčeben, nebo ústavů sociální péče. Díky svému postižení, se zmenšují možnosti pro jejich umístění v náhradních rodinách. (Skála, 1986)

### 3.2 Somatické onemocnění u alkoholismu

Sovinová, Csémy (2003) uvádí, že ve spojení s užíváním alkoholu může piják trpět některým z těchto onemocnění:

- **Poškození periferních nervových buněk** – projevuje se nejčastěji mravenčením a bolestí končetin
- **Poškození jater** – cirhóza, nadměrně zvětšení, a často také vznik rakoviny jater
- **Selhání ledvin**- pokud jsou, již poškozeny játra, současně mohou selhat i ledviny
- **Slinivka břišní** – dochází mnohdy k vleklým zánětům, riziko pro vznik rakoviny
- **Onemocnění srdce a cév** – může dojít ke zvětšení srdce a to na základě zadržování velkého objemu tekutin v těle. Dále pak tyto pacienti trpí vysokým krevním tlakem - hypertenzí
- **Cévní mozková příhoda**
- **Impotence** – častější výskyt u mužů, kteří konzumují nadměrně alkoholické nápoje
- **Rakovina** – velké riziko vzniku tohoto onemocnění, různých orgánů. Nejčastěji jazyka, hrtanu, dutiny ústní, jícnu, slinivky břišní, žaludku, jater, u žen alkoholiček častá rakovina prsu
- **Poruchy srážení krve** – objevuje se z nedostatku srážecích faktorů v krvi
- **Gastritida** – záněty žaludeční sliznice
- **Neuropatie** – dochází k poškození nervů v těle a to z důsledku nedostatku vitamínů nejčastěji z řady B.
- **Dyspepsie** – různé trávicí poruchy a nevolnosti
- **Malabsorpce** - snížená schopnost absorbovat výživné látky ze stravy
- **Riziko úrazů**



### 3.3 Léčba osob závislých na alkoholu

#### ➤ Záchytné stanice

Toto zařízení je lůžkové podobně jako v nemocnici, jsou zvláště ženy a muži. Je určeno pro osoby, které vykazují velkou míru opilosti a jsou nebezpeční nejen sami sobě ale i svému okolí. Pobyt zde trvá většinou do 24 hodin, postižený se prospí, vystřízliví a poté je propuštěn. Pracovník záchytné stanice provede záznam do evidence podnapilých osob, při opakovaném pobytu se tento záznam zasílá do ordinace AT v místě bydliště, příslušný lékař na základě tohoto záznamu prověří, zda pacient potřebuje jeho další péči. Úhradu si hradí pacient a to v plné výši, na pobyt v záchytné stanici se nevztahuje pracovní neschopnost. Větší záchytné stanice pořádají pro tyto osoby odborné přednášky, které se musí osoba, která byla zachycena povinně zúčastnit.

#### ➤ Ordinace AT

Osoby závislé na alkoholu docházejí ambulantně na terapie, které vede odborný lékař. Terapie mohou být jak skupinové, tak individuální. Pacient musí navštěvovat svého lékaře pravidelně a má povinnost se zúčastňovat všech programů, které jsou mu lékařem nařízeny. Výhodou této léčby je, že člověk může normálně docházet do zaměstnání, být se svou rodinou, ale zase na druhou stranu velká nevýhoda spočívá právě ve volnosti, kdy se člověk pohybuje ve svém prostředí a může kdykoliv navštívit své kamarády, restaurace a vrátit se k původnímu způsobu života s alkoholem.

#### ➤ Ústavní léčba

Poskytuje se v zdravotnickém, psychiatrickém zařízení, kde je člověk umístěn na dobu nejméně 3 měsíců. Nejprve se podrobí lékařskému vyšetření, poté absolvuje detoxifikaci a detoxikaci organismu. Po jejím ukončení je přemístěn do mírnějšího režimu, kde pravidelně dochází na skupinové sezení, absolvuje pracovní terapii a jiné programy které jsou pro všechny povinné. Podle chování a způsobu absolvování léčby po určité době má možnost vycházek, nebo krátkodobých návštěv domova. Samozřejmostí je jeho abstinence. Po ukončení léčby je pacientovi doporučena návštěva odborníka. Zde již pacient dochází ambulantně. Na pobyt v ústavní péči se vztahuje pracovní neschopnost a pacient pobírá dávky nemocenského pojištění.

### 3.4 Recidiva

Recidivu chápeme jako návrat nebo opakování, tzn. např. u abstinujícího alkoholika, když požije alkoholický nápoj – hrozí u něj návrat k předchozímu vzorci chování, tzn. k alkoholismu.

*„U léčení závislosti se tím miní návrat k alkoholu nebo k drogám po určité době abstinence. Recidivu je třeba co nejdříve zastavit. Recidiva může posloužit jako zkušenost a vést člověka k větší opatrnosti“* (Nešpor, Pernicová, Csémy, 1999, s. 103).

U některých osob, které prošly úspěšnou odvykací léčbou, může dojít k recidivě i opakovaně, několikrát než se jim podaří své závislosti na alkoholu zbavit, úplně jí vyléčit. Důležitým faktorem úspěšnosti je připuštění neboli přiznání si svého problému, dále zde patří opora rodiny, motivace, silná vůle a další řada faktorů.

Recidivu pacient nesmí nikdy podceňovat, spousta osob, které jsou závislé na alkoholu, si ji nejprve nechťejí připustit. Reagují většinou slovy „ Tak jsem se jenom trochu napil no a co?“, ale za nějakou, často krátkou dobu se jim pití vymkne z rukou a již není návratu zpět. Recidiva by se, ale také neměla přeceňovat. Nejlépe je, když recidiva vůbec nenastane, ale pokud do ní pacient již upadne, měl by jí brát jako novou zkušenost, která mu může pomoci začít brát jeho problémy s alkoholem vážně a poučit se z této zkušenosti.

Kuda (2003) uvádí, že možné příčiny recidivy mohou být negativní emoce, interpersonální konflikty, sociální tlak, negativní fyzické stavy a také bažení. Tohle jsou všechno velice rizikové situace, kterých by se měl jedinec, který se snaží abstinovat vyvarovat. Recidiva může nastat, ale i podáním nevhodného léku, nebo alkoholu, který se nachází v některých produktech (kapky proti kašli, krémové moučníky, kde se do nádivky zpravidla dává rum atd.) Nešpor, Csémy (1999).

Pokud již recidiva nastane, je dobré mít ve svém okolí takové lidi, kteří jsou ochotni poskytnout podporu a pomoc. Většinou to bývají členové rodiny, nebo dobří přátelé. Jedinci, kteří upadli do recidivy, se mohou také obrátit na odbornou pomoc svého lékaře, nebo vyhledat v okolí svépomocné skupiny, či terapeutická střediska.

Důležité je také být na recidivu dobře připraven, Nešpor (2006) doporučuje mít připravený havarijný plán, kde bude mít napsáno, jak se zachová v případě, že u něj nastane recidiva.

### 3.4.1 Průběh recidivy

Podle Mudr Karla Nešpora jsem vypracovala vlastní tabulku, kde uvádím, jak recidiva vypadá a jak se projevuje.

Podle Nešpora (2006) je recidiva, velmi nebezpečná, ale na druhou stranu, může být i užitečná a také prospěšná, jelikož slouží jako nová zkušenost, která vede k ještě větší opatrnosti a pokud znovu recidiva nastane je schopen ji jedinec zvládnout lépe než tu předcházející.

Velmi důležité při recidivě, nepodléhat výčitkám, pocitům viny z porušení abstinence a bezmocnosti, ale co nejdříve začít jednat a recidivu, co nejdříve zastavit. Kuda (2003).

**Tabulka 3: Jak probíhá recidiva**

<b>Emoce</b> ➔	Jsou velmi silné, převládá strach, smutek, hněv, bažení...
<b>Myšlení</b> ➔	Je oslabené účinkem alkoholu, ovlivněné silnými emocemi
<b>Jednání</b> ➔	Je pro člověka nevýhodné a neprozíravé
<b>Z těchto znaků vyplývá</b> ➔	Nespoléhat se při recidivě jen sám na sebe, ale požádat o pomoc druhé – příbuzné, dobré přátele, nebo odborníky

Pramen: Nešpor 2006

### 3.5 Bažení – craving

„Bažení je silná, těžko zvladatelná touha po alkoholu, jiné návykové látce nebo hazardu. Je to spolu se zhoršeným sebeovládáním klíčový příznak návykových nemocí“ (Nešpor, 2006, str. 80).

Bažení a hlavně jeho zvládání je poslední dobou velmi rozšířené téma, kterým se zabývá již mnoho odborníků.

Nešpor a Csémy (1999) vytvořili strategie, kde navrhují, jak se dá bažení zvládnout. Mezi ně patří i připomínání si nepříjemných zážitků, které jsou spojené s alkoholem, udržovat si zdravý životní styl, nezapomínat na výhody, které přináší abstinence, a využívat pomoci rodiny, blízkých a především z řad odborníků. Velmi důležité je pohybovat se v bezpečném prostředí a nevyhledávat riziková místa. Důležité je také uvědomit si, že bažení nemá dlouhé trvání a čím déle jedinec abstinuje, tak bažení slábne.

Na zvládání bažení jsou u nás k dostání také medikamenty, které působí přímo na bažení po alkoholu. Nejvíce jsou využívány Campral a ReVia. Výhodou je, že je jedinec může užívat i v době recidivy a látky obsažené v těchto lécích mohou recidivu dříve zastavit. Nešpor (2006).

#### Obrázek 2: Stačí jen vydržet



Pramen: Nešpor, 2006, str. 23

## **II.    > PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 METODIKA PRÁCE

### 4.1 Druh výzkumu

Pro svoji bakalářskou práci jsem si zvolila metodu kvalitativního výzkumu. „*Existuje mnoho platných důvodů, proč dělat kvalitativní výzkum. Dalším důvodem je podstata zkoumaného problému. Některé zkoumané oblasti se hodí spíše pro kvalitativní typy výzkumu. To je třeba příklad výzkumu, který se snaží odhalit podstatu něčích zkušeností určitým jevem, např. nemocí, přestoupením na jinou víru nebo závislost. Kvalitativní metody se užívají k odhalení a porozumění tomu, co je podstatou jevů, o nichž toho ještě moc nevíme. Mohou být také použity k získání nových a neotřelých názorů na jevy, o nichž už něco víme. V neposlední řadě mohou kvalitativní metody získat o jevu detailní informace, které se kvantitativními metodami obtížně podchycují.*“ (Strauss, Corbinová, 1999, s. 11).

Podle Gavory (2000) se výzkumník v kvalitativním výzkumu snaží najít sblížení se zkoumanými osobami, a proniknout do situací, ve kterých vystupují, jen tímto způsobem jim může porozumět a popsat je. Kvalitativní výzkum provádí zjištění pomocí nenumerické podoby. Kvalitativní výzkum si více cení významu komunikace než čísla.

### 4.2 Cíl výzkumu

Cílem praktické části je zjistit jakým způsobem ovlivňuje recidiva životní úroveň jedince?

Ve své práci jsem si stanovila odhalit tyto cíle:

1. Jaké následky má recidiva na společné soužití rodiny?
2. Jak se recidiva promítá do pracovního života respondenta?
3. Jak se recidiva promítá do společenského života respondenta?
4. Jak/Jakým způsobem zvládáte nutkavou chuť na alkohol?
5. Jakým způsobem chce respondent zvládnout život bez alkoholu.

### 4.3 Výzkumný vzorek

Pro výběr výzkumného vzorku jsem si zvolila metodu záměrného výběru s kombinací metody sněhové koule. Nejdůležitějším kritériem bude vlastní zkušenost s alkoholem u všech respondentů, dále pak absolvování protialkoholní léčby a následná recidiva.

#### 4.3.1 Metoda záměrného výběru

Podle Miovského (2006) je tato metoda nejrozšířenější metodou, se kterou se při aplikaci kvalitativního výzkumu můžeme setkat. Cíleně jsem vyhledávala účastníky výzkumu podle určitých vlastností a kritérií, které museli splňovat.

#### 4.3.2 Metoda sněhové koule

*„V principu je tato metoda založena na kombinaci účelového výběru a prostého náhodného výběru. Základním východiskem pro aplikaci této metody je získání kontaktu s první vlnou či „generací“ účastníků výzkumu. To se může dít prostřednictvím využití výběru přes instituce nebo díky předchozímu kontaktu samotného výzkumníka“* (Miovský, 2006, s. 131 – 132).

### 4.4 Způsob zpracování dat

#### 4.4.1 Metoda získávání dat

Pro získání těchto kvalitativních dat jsem použila čtyři případové studie a dále strukturovaný rozhovor s okruhy otázek, které budou v kombinaci s otevřenými otázkami, tak aby respondenti měli svůj vlastní prostor k vyjádření svého názoru.

##### 4.4.1.1 Osobní případová studie

Jak uvádí Hendl (2005) jedná se o podrobný výzkum specifického aspektu u zkoumané osoby. Pozornost bývá zaměřena na minulost, postoje, které předcházely určité události. Cílem je zkoumat možné příčiny, determinanty, okolnosti, procesy a také zkušenosti, které měly k této události vztah.

##### 4.4.1.2 Zásady pro vedení interview

Uvádím několik zásad pro vedení rozhovoru.

1. *Zajišťujeme důkladnou přípravu a nácvik provedení rozhovoru*
2. *Účel výzkumu určuje celý proces interview.*
3. *V interview máme vytvořit rámec, v němž se bude moci dotazovaný vyjadřovat pomocí svých vlastních termínů a svým vlastním stylem.*
4. *Vytváříme vztah vzájemné důvěry, vstřícnosti a zájmu. Jsme citliví k pohlaví, k věku a kulturním odlišnostem dotazovaného.*
5. *Při přípravě a provedení rozhovoru si uvědomujeme, že otázky v rozhovoru nejsou totožné s výzkumnými otázkami.*
6. *Otázky formulujeme jasným způsobem, kterému dotazovaný rozumí.*
7. *Klademe vždy jenom jednu otázku.*
8. *Otázky doplňujeme sondážními otázkami.*
9. *Dotazovanému dáváme jasně na vědomí, jaké informace požadujeme, proč jsou důležité a jak interview postupuje.*
10. *Nasloucháme pozorně a odpovídáme tak, aby dotazovaný poznal, že o něj máme zájem. Necháváme dotazovanému dostatek času na odpověď.*
11. *Udržíme si neutrální postoj k obsahu sdělovaných dat. Sbíráme si data, ale neposuzujeme osobu.*
12. *Jsme pozorní a citliví k tomu, jak je dotazovaný rozhovorem ovlivněn a jak odpovídá na různé otázky.*
13. *Zohledňujeme časové možnosti dotazovaného.*
14. *Jsme reflexivní, sebekriticky monitorujeme sami sebe.*
15. *Po rozhovoru kompletujeme a kontrolujeme své poznámky, jejich kvalitu a úplnost (Hendl, 2005, s. 172).*

#### **4.4.2 Metoda zpracování dat**

Pro získání dat jsem použila strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Informace získané z rozhovorů jsem nahrávala na diktafon a dále přepsala pomocí doslovné transkripce.



Transkripce je proces, kde se převádí mluvené slovo z interview do písemné podoby. Mluvený projev je převeden do literárního přepisu, kde je zachován dialekt a autentičnost.

Respondenti svolili s nahráváním na diktafon pouze pro mé účely, doslovného přepisu.

## 4.5 Případové studie

### 4.5.1 Případová studie 1: Zdenek

#### A) Osobní údaje

**Věk:** 54 let

**Rodinný stav:** rozvedený, nyní žije s přítelkyní

**Dosažené vzdělání:** vystudoval střední zemědělsko - technickou školu

**Zaměstnání:** dělník

**Rodinné poměry:** pochází z úplné rodiny, 2 sourozenci

**Protialkoholní léčení:** 1

**Recidiva:** 1

#### B) Charakteristika respondenta, mé pozorování

Zdenek je vysoké štíhlé, sportovní postavy, má tmavé krátké, vlasy. Jeho obličej je narůžovělý, není vrásčitý, nenese stopy po nadměrném užívání alkoholu. Je kuřák. Zdenek byl klidný, uvolněný, nebyl patrný žádný třes rukou.

Se Zdeňkem jsem se viděla poprvé, setkání nám domluvil můj další respondent Milan, se kterým Zdenek absolvoval svoji protialkoholní léčbu před 7 lety. Oba jsou dodnes kamarádi a občas se stýkají.

Rozhovor se odehrával na Zdeňkovo přání u něj doma v obývacím pokoji. Vysvětlila jsem mu, proč jej o rozhovor žádám. Mluvil klidně, vyrovnaně a otevřeně. Všimla jsem si, že pokud mluvil o své rodině a přítelkyni, se kterou žije, byl smutný, interview se nahrávalo asi 14 dní po úmrtí jeho maminky. V době kdy byl závislý na alkoholu, tragicky zahynul syn jeho přítelkyně, který bydlel s oběma ve společné domácnosti. Při tomto tématu se Zdenek rozplakal a požádal o krátkou přestávku.

### C) Životní příběh

Zdenek pochází z úplné rodiny, vyrůstal se dvěma mladšími sourozenci na vesnici. Jeho dětství bylo poznamenáno otcovou závislostí na alkoholu. Ve škole dobře prospíval, a proto se rozhodl pro studium na střední zemědělsko – technické škole ve Frýdku Místku. Přes týden pobýval na internátě a na víkendy jezdil domů. Asi ve druhém ročníku si všiml, že problémy s alkoholem začíná mít i jeho matka. Velmi jej to trápilo a k alkoholu začal mít odpor. Když byl ve 4. Ročníku, jeho otec zemřel na srdeční příhodu. Matka se z toho psychicky zhroutila, alkoholu propadla ještě více, ale léčbu odmítala. Ve svých 25 letech se Zdenek oženil a přestěhoval se s manželkou do Frýdku – Místku, kde mu byl přidělen služební byt. Pracoval jako horník. V manželství zpočátku všechno klapalo, ale postupem času, když jeho manželka nemohla otěhotnět, začaly hádky a ze strany manželky přicházely stále častěji výčitky. Zdenek proto raději trávil volný čas se svými kamarády v restauracích. Postupem času zjistil, že alkoholu propadá čím, dál více, v manželství se problémy i díky alkoholu zhoršovaly a tak po 10 letech podal žádost o rozvod a přestěhoval se zpátky ke své matce. Začal pracovat v zemědělském družstvu a sám i bez odborné pomoci přestal pít.

Za dva roky poté si našel přítelkyni, přestěhovali se společně i s jejím synem Janem, kterému bylo 13 let do vedlejší vesnice. Ve vztahu byl spokojený, výborně vycházel i s přítelčíným synem, kterého bral jako vlastního. Starosti mu dělala jeho rodina, zvláště nejmladší bratr, který byl také závislý na alkoholu a právě podstupoval svou 4. protialkoholní léčbu, ale i matka, která následkem dlouhodobé konzumace alkoholu onemocněla a musela předčasně odejít na částečný invalidní důchod. Snažil se jim pomáhat, ale jeho rodina o tuto pomoc nestála. Zdenek se tím velmi trápil a velký zlom v jeho životě nastal, když přišel o práci nejen on ale i jeho přítelkyně Zuzka, se kterou žil. Dostali se do finančních problémů a Zdenek opět sáhl po sklenici alkoholu. I přes protesty přítelkyně v konzumaci alkoholu stále častěji pokračoval, láhve si schovával na různých místech v domácnosti a pil tak, aby jej nikdo neviděl, nejčastěji se opíjel v noci. To vedlo ke stále větším hádkám nejen mezi partnery ale také přítelčíným synem, který se odstěhoval, kvůli Zdenkovou pití ke svému otci. Tato situace trvala něco přes dva roky, Zdenek už si nedovedl život bez alkoholu ani představit. Konzumoval všechno, co mu přišlo pod ruku, bylo mu úplně jedno, zda je to víno, pivo nebo tvrdý alkohol. S přítelkyní sice stále žili ve společné domácnosti, ale vůbec spolu nemluvili, jen se míjeli.

Zlom nastal jednoho dne, kdy přišla smutná zpráva, že tragicky zahynul syn Jan, který s nimi dříve bydlel. Zdenka i jeho přítelkyni to velmi zasáhlo. Zdenka začaly trápit výčitky, že všechno by dopadlo jinak, kdyby nezačal pít a Jan se neodstěhoval. Rozhodl se pro protialkoholní léčbu, na kterou hned nastoupil. Byly to pro něj těžké chvíle, přítelkyně se od něj odstěhovala, jeho rodina měla svých starostí dost a Zdenek tak zůstal sám. I přesto všechno vydržel a úspěšně léčbu absolvoval. Po ukončení léčby docházel pravidelně na kontroly k odborníkovi a po dobu dvou let užíval přípravek antabus.

Nyní Zdenek abstinuje již 5 let, přítelkyně se k němu vrátila zpět, koupili si spolu malý rodinný domek se zahrádkou, na které rád pracuje. Našel si novou práci, pracuje jako dělník ve firmě svého bratra. Je spokojený a k alkoholu se již nikdy nechce vrátit. Největší motivací je pro něj přítelkyně a práce na zahrádce.

#### **4.5.2 Případová studie 2: Milan**

##### **A) Osobní údaje**

**Věk:** 56 let

**Rodinný stav:** svobodný, nyní žije s přítelkyní

**Dosažené vzdělání:** vyučen

**Zaměstnání:** dělník

**Rodinné poměry:** pochází z úplné rodiny, 1 sourozenci

**Protialkoholní léčení:** 3

**Recidiva:** 2

##### **B) Charakteristika respondenta, mé pozorování**

Milan je vyšší silnější postavy, jeho vlasy jsou prořídle a prošedivělé. Jeho obličej má narůžovělou barvu a ve tváři je již větší množství vrásek, které jej dělají staršího. Třes rukou nebyl patrný.

S Milanem jsem se viděla poprvé, kontakt na něj jsem dostala od jeho kamaráda, který věděl, že měl Milan dříve problémy s alkoholem. Rozhovor se nahrával v kavárně, kde jsme si našli klidné místo v malém salonku. Milan byl nervózní, poklepával neustále nohou a to ve stále vyšší frekvenci. Během rozhovoru si několikrát položil hlavu do dlaní a to ve chvílích kdy odpovídal na otázky osobnějšího charakteru. Neustále si pohrával se svýma

rukama. Mluvil pomalu a těžce. Rozhovor byl několikrát přerušen krátkými pauzami, které si respondent vyžádal.

### C) Životní příběh

Milan vyrůstal společně se svými rodiči a starším bratrem na pasekách nedaleko jedné malé vesnice. Jeho matka byla ženou v domácnosti a starala se doma o hospodářství. Jeho otec pracoval v lese jako dřevorubec a také si přivydělával práci na poli s koňmi, které vlastnil. Milan docházel pěšky, do školy asi 5 kilometrů vzdálené, společně s bratrem když už byli starší, museli obstarat každodenní běžné nákupy. Při návratu domů pak museli pomáhat rodičům s prací kolem jejich hospodářství. Milan měl na starosti zvířata, o které se musel pečlivě starat již od svých 8 let. S matkou i otcem měl dobré vztahy. Jeho otec míval problémy s alkoholem. To vždy domů přišel opilý a své syny začal poučovat do života, kontroloval jejich práci, kterou ten den vykonali, jejich výsledky ve škole a pokud nebylo něco v pořádku, tak je trestal, někdy i fyzicky. Mnohdy již bylo pozdě večer, kdy už společně s bratrem spali a otec je probudil. Na druhý den si otec nic z toho co se událo, předchozího dne většinou nic nepamatoval, a choval se zase ke svým synům přátelsky. Milan se svého otce pokud byl opilý bál, ale jinak ho měl velmi rád a pokud mohl, držel se stále v jeho blízkosti.

Na učiliště Milan nastoupil do nedalekého města, tak aby mohl každý den dojíždět domů a pomáhat svým rodičům, protože jeho bratr byl na vojně. Moc volného času neměl a chyběla mu společnost jeho vrstevníků. Do toho všeho mu zemřel otec a on zůstal doma jen se svou matkou. Bratr se oženil a odstěhoval se svojí manželkou na druhý konec republiky. Práci v hospodářství již s matkou nezvládali, a proto se rozhodli zvířata prodat. Milan začal mít více volného času a tak místo toho aby ze školy spíchal domů, chodil s kamarády do restaurací na pivo. Často se stávalo, že se ze školy vracel až ve večerních hodinách. To se odrazilo i na jeho prospěchu a poslední ročník musel znovu opakovat. Kamarádi a alkohol se pro něj stali každodenní součástí jeho života. Po vyučení nastoupil do zaměstnání v podniku, pro který se vyučil a protože měl od dětství problémy se zády, nemusel nastoupit vojenskou službu.

Jeho život plynul v zaběhnutých kolejích, chodil do zaměstnání, poté s kamarády do restaurace a večer se vracel v podroušeném stavu domů. Na prosby své matky, aby přestal pít, nereagoval a problém s alkoholem si nepřipouštěl. Postupem času se jeho závislost na alkoholu prohlubovala, mnohdy přišel domů až po týdně a také do zaměstnání nedocházel

pravidelně. Na naléhání matky a bratra, který přijel na návštěvu, nastoupil svou první protialkoholní léčbu. Tuto léčbu nezvládl a po třech týdnech na vlastní žádost odešel domů. Začal pravidelně chodit do práce, svým kamarádům se vyhýbal, aby jej nezlákali na pivo a snažil se abstinovat. Tento stav u něj vydržel tři měsíce. Poté byl pozván na oslavu narozenin svého kamaráda, stačila jedna sklenička a alkoholu znovu propadl.

Opět se opakoval kolotoč událostí tak jako předtím, nejlepším Milanovým přítelem byl alkohol. Nedbal na prosby své matky ani bratra, nepomohly výhrůžky od zaměstnavatele a tak se stalo, že o svou práci přišel. Už neměl žádné povinnosti jen spoustu volného času, který trávil po restauracích. Samozřejmě mu ubývaly finance, a proto si Milan začal půjčovat od svých kamarádů a známých, ale brzy mu již nikdo půjčovat nechtěl. Milan se ocitl na dně a obrátil se s prosbou o pomoc na svoji rodinu, která mu pomohla, ale s podmínkou, že se půjde zase léčit. Milan na léčbu nastoupil a tentokrát v léčebně vydržel a úspěšně ji absolvoval. Po návratu domů mu bratr pomohl najít novou práci a zdálo se, že pro Milana začal nový život. V zaměstnání byl spokojený, ale se svým osobním životem už méně, cítil se sám a toužil po lásce. Chtěl najít k sobě spřízněnou duši, která by stála po jeho boku v dobrém i zlém. Odpovídal na různé inzeráty, sám si jich i několik podal, avšak nebyl úspěšný. Milan vydržel abstinovat více jak tři roky a poté opět zrecidivoval.

Jeho život se vrátil zpět do vyjetých kolejí, znovu nad ním zvítězil „démon alkohol“, a on nevěděl kudy kam, o zaměstnání zase přišel a celá situace se opakovala znovu dokola. Milan se tím velmi trápil, ale nevěděl jak celou situaci vyřešit, jelikož touha napít se, byla silnější než on sám. Jeho matka náhle onemocněla a nezvládala sama práci v domácnosti. Když se Milan jednoho dne vrátil domů, a našel svou nemocnou matku, která již nebyla schopná si několik dní nachystat jídlo, přivolal pro ni lékařskou pomoc, která ji odvezla do nemocnice, zavolal bratrovi a sám odjel do léčebny, na své již třetí protialkoholní léčení.

Léčbu opět úspěšně zvládl, vrátil se domů, a společně se svou matkou se rozhodli domek s hospodářstvím prodat. Koupili si malý, starší domek, přímo ve vesnici, přestěhovali se a Milan si sám našel novou práci u jedné malé soukromé firmy, kde pracuje dodnes. Asi dva roky nato si dokázal najít i přítelkyni, která s ním a jeho matkou žije v jejich rodinném domku. Milan abstinuje již 7 let, se svým životem je celkem spokojený, ale uvnitř svého nitra se stále cítí ohrožen, bojí se, že se do své závislosti znovu propadne. Občas ho přepadají myšlenky a touha napít se, zatím ale vždy odolal a svou chuť na alkohol dokázal překonat. Nenavštěvuje žádného odborného lékaře, který by mu mohl s jeho problémy pomo-

ci. Velkou motivací je pro něj jeho přítelkyně, její vnoučata a samozřejmě také matka a bratr.

### 4.5.3 Případová studie 3: Petr

#### A) Osobní údaje

**Věk:** 42 let

**Rodinný stav:** svobodný

**Dosažené vzdělání:** základní

**Zaměstnání:** nezaměstnaný

**Rodinné poměry:** pochází z úplné rodiny, 2 sourozenci

**Protialkoholní léčení:** 8

**Recidiva:** 10

#### B) Charakteristika respondenta, mé pozorování

Petr je menší, štíhlé, atletické postavy, má krátké černé vlasy. Jeho obličej je poznamenán pravděpodobně nadměrným požíváním alkoholu, místy má zašedlou barvu a červené fleky ve tváři. Jeho oči byly unavené a zarudlé, viditelné také byly červené žilky. Ruce se mu mírně třásky a celkovým dojmem na mně působil velice nervózně. Petr je silný kuřák.

S Petrem jsem se setkala také poprvé, rozhovor nám zprostředkovala jeho odborná lékařka, na kterou jsem se obrátila s prosbou o pomoc, při vyhledávání vhodných respondentů. Rozhovor se odehrával v Petrově domácnosti. Během rozhovoru se stále odchyloval od tématu a z tohoto důvodu musel být rozhovor několikrát přerušen. Petr byl nervózní, neustále si mnul ruce a dvakrát dokonce bez udání důvodu odešel do jiné místnosti. Poté mně vysvětlil, že jej náš rozhovor rozrušil a on se musel jít uklidnit. Rozhovor jsem chtěla ukončit, ale na jeho přání jsme pokračovali dále. Druhá polovina rozhovoru probíhala v o něco klidnější atmosféře.

#### C) Životní příběh

Petr vyrůstal společně se svými dvěma staršími sestrami a rodiči na okraji malého města v rodinném domku. Matka pracovala jako dělnice a otec se živil jako zedník. Dětství měl Petr celkem spokojené, ale otec byl alkoholik a Petr musel společně i s celou rodinou sná-

šet jeho „opilecké výstupy a nálady“. Nejednou se stalo, že se otec nevrátil večer domů a tak Petr i se svojí nejstarší sestrou se ho vydali v noci hledat po restauracích. Mnohdy byl otec tak opilý, že jej domů museli doslova „dovléci“. Když bylo Petrovi 15 let, otec ho sebou poprvé vzal restaurace, kde mu koupil jedno malé pivo. Petr se v té chvíli cítil velmi důležitý a dospělý a proto s otcem do restaurace začal docházet častěji. Postupem času se k pivu přidal i tvrdý alkohol a Petr začal mít vážné problémy ve škole, doma si nerozuměl s matkou a tak utekl z domu.

Potuloval se chvíli po okolí a poté se přidal k partě bezdomovců, kteří přebývali v opuštěném polorozpadlém domě. Jelikož Petr potřeboval stále více alkoholu a byl zcela bez financí, řešil tuto situaci drobnými krádežemi. V partě kradli různé drobnosti v obchodech, které pak dále prodávali, ale také okrádali lidi na ulici, nejčastěji starší lidi. Za peníze si pak kupovali alkohol a někteří členové party i drogy. Petr se drog bál a tak zůstal jen u konzumace alkoholu. Při krádeži jednoho velkoskladu byl spolu se svými kamarády přistižen policií, a protože mu bylo pouhých 16. let, putoval do diagnostického ústavu pro mladistvé, kde zůstal do své zletilosti. Byla mu nařízena soudem ústavní protialkoholní léčba. Po návratu z tohoto ústavu se Petr vrátil zpět ke své partě a předešlému způsobu života, opět se postupně stával závislým na alkoholu, a protože nikde nepracoval, živil se krádežemi.

Po půl roce byl soudně obviněn a musel si odpykat 15 měsíční trest ve vězení. Zase mu byla soudně nařízená protialkoholní léčba. Petr snášel svůj pobyt ve věznicí těžce, zhoršil se jeho psychický stav a přidaly se k tomu i zdravotní komplikace. Po propuštění, se ale zase hned vrátil ke svému způsobu života a opět se události opakovaly. Celkem byl třikrát odsouzen k výkonu trestu, který vždy dostal za krádeže, příživnictví a výtržnictví. K tomu mu pokaždé byla nařízená protialkoholní léčba. Po posledním propuštění, kdy se opět vrátil na ulici, se seznámil s mladou dívkou a přestěhoval se k jejím rodičům, kde společně asi 4. roky bydleli. Petr si našel práci a asi po roce jejich vztahu se jim narodila dcera. Petr se velmi snažil svou rodinu zaopatřit, nějaký čas se mu to i dařilo, ale opět nad ním zvítězil alkohol. Nedokázal se již ovládnout a pil stále více. Přestal docházet do zaměstnání a z toho důvodu byl propuštěn, na naléhání své přítelkyně a jejích rodičů nastoupil svou již 5. léčbu, ale bohužel po 14 dnech z léčebny utekl.

Zůstal opět na ulici a celá situace by se asi opakovala zase znovu, kdyby se jednoho dne neocitl v nemocnici, kde byl převezen poté, co mu náhodný kolemjdoucí zavolal lékařskou pomoc, když na ulici dostal silný epileptický záchvat. Petra jeho vážný zdravotní stav vy-

lekal a na doporučení lékařů nastoupil na další protialkoholní léčení. Tentokrát v léčebně vydržel a chtěl svůj život od základů změnit. Po 21. letech, kdy neviděl své rodiče ani nikoho jiného z rodiny se vrátil zpět domů. Nemohl najít žádné zaměstnání a tak vzhledem ke svému zdravotnímu stavu si zažádal o invalidní důchod, byl mu přiznán pouze částečný, a tak se poprvé zaregistroval na úřadu práce. Doma se snažil svým rodičům pomáhat s pracemi kolem jejich rodinného domu, pustil se do menších oprav domku, který již byl zchátralý. Práce ho velmi bavila, a po dlouhé době začal žít klidný život, který mu ale ztrpčovaly jeho zdravotní problémy. Pravidelně docházel na terapie ke své psychiatrice a alkoholu se vyhýbal.

Jeho otec, který byl celý život alkoholik, se nikdy se svou závislostí neléčil, nenavštěvoval ani žádné lékaře i přesto že měl poslední dobou velké zdravotní problémy, Snad z toho důvodu se rozhodl ukončit svůj život. Oběsil se ve stodole, kdy jej asi za dva dny Petr našel. Velmi jej tato událost zlomila, otce měl rád. I když se snažil, tuto situaci neuměl sám zvládnout a proto jak již mnohokrát sáhl po sklenici alkoholu v domnění, že na všechny své problémy zapomene.

Spustil se kolotoč událostí, kde hlavní roli hrál alkohol, zdravotní problémy se u Petra zhoršovaly tím víc, čím více pil. Přestal užívat léky, které měl předepsané na své záchvaty a ty se u něj objevovaly skoro každý den. Několikrát se ocitl v nemocnici, ale vždy když se jeho stav stabilizoval, podepsal revers a odešel domů, zpátky „ke svému alkoholu“. Při poslední hospitalizaci, byl Petr ve vážném ohrožení života, jelikož mu začala selhávat játra, a k tomu se přidal těžký zánět slinivky, dále pak se u něj projevila alkoholová psychóza delirium tremens. Ležel na oddělení intenzivní péče asi 14 dní a poté když to jeho zdravotní stav dovolil, byl převezen do psychiatrické léčebny na svou 8. léčbu. Na detoxikačním oddělení prožíval vážné halucinogenní stavy, dále pak prodělal další těžkou psychózu. Na tuto léčbu Petr vzpomíná jako na nejhorší, ze všech, které absolvoval, měl pocit, že jeho život brzy vyhasne a to jej velmi vylekalo. Začal si v sobě třídit myšlenky a přemýšlet o svém životě, začínal si uvědomovat, že jej zatím prožil naprázdno. Velmi se bál smrti a proto se rozhodl bojovat. V průběhu léčby se zúčastňoval všech aktivit, i těch, které neměl povinné. Při svých předchozích léčbách vždy jen pasivně spolupracoval a těšil se, až bude mít léčbu za sebou a bude si moci zase dát skleničku svého milovaného alkoholu. Tentokrát, ale změnil přístup, léčbu úspěšně dokončil.

Petr v současné době již 8. měsíců abstinuje, a to i přesto, že mu v nedávné době zemřela matka. Se sestrami se nestýká a tak zůstal úplně sám. Našel si brigádu a snaží se pracovat



kolem svého domku, který po rodičích zdědil. Chut' na alkohol ho přepadává stále častěji, ale zatím odolává. Má hluboce v paměti svou poslední léčbu, kdy jeho zdravotní stav byl kritický. Koupil si nové jízdni kolo a ve svých volných chvílích se vydává na výlety po okolí. Také se rozhodl a napsal dopis své dceři, která bude za rok již plnoletá a kterou neviděl 13. let. Chtěl by se s ní setkat a omluvit se za to že jí jako dítě opustil. Naděje že se spolu setkají a dcera mu odpustí je jeho největší motivací, pro život bez alkoholu.

#### 4.5.4 Případová studie 4: Miloš

##### A) Osobní údaje

**Věk:** 46 let

**Rodinný stav:** ženatý 2x

**Dosažené vzdělání:** vyučen

**Zaměstnání:** dělník

**Rodinné poměry:** pochází z úplné rodiny, 1 sourozenec

**Protialkoholní léčení:** 2

**Recidiva:** 1

##### B) Charakteristika respondenta, mé pozorování

Miloš je vysoké zavalité postavy a má krátce střížené černé, místy prošedivělé vlasy. Jeho obličej je narůžovělý a nese stopy po nadměrném požívání alkoholu. Třes rukou nebyl patrný.

S Milošem jsem se viděla poprvé a setkání nám zprostředkovala jeho lékařka, ke které dříve docházel. Působil na mně klidným, vyrovnaným dojmem. Rozhovor probíhal na klidném místě v malé útulné kavárně. Během rozhovoru nedocházelo k žádným neplánovaným prolukám. Rozhovor plynul klidně, volným tempem.

##### C) Životní příběh

Miloš vyrůstal v úplné rodině na vesnici. Spolu s rodiči a bratrem bydleli u jeho prarodičů v malém domku. Společně s nimi tam žil i jeho strýc, který byl svobodný a byl závislý na alkoholu. Jeho matka byla ženou v domácnosti a otec měl u domku malou dílnu, kde se věnoval svému ševcovskému řemeslu. Miloš měl klidné a spokojené dětství. Již odmalička

byl spíše uzavřený a bojácný. Když nastoupil do školy, často se stával kvůli své povaze posměchem ostatních. Učil se celkem dobře a nevybočoval žádným nevhodným chováním.

Když se dostal na zemědělské učiliště do nedalekého města, našel si nové kamarády, s kterými občas zašli do restaurace na jedno pivo. Ve škole prospíval průměrně, doma rodičům pomáhal a nebyly s ním žádné problémy. Po vyučení nastoupil Miloš vojenskou službu až na druhý konec republiky. S alkoholem v té době neměl žádné větší problémy, občas si dal nějaké to pivo, příležitostně skleničku tvrdého alkoholu.

Po návratu domů nastoupil jako mechanik do místního zemědělského družstva a stále bydlel spolu s rodiči. Jeho život byl jednotvárný, chodil do zaměstnání, neměl žádnou vážnou známost a snad z toho důvodu začal častěji navštěvovat místní restaurační zařízení. Nejčastěji seděl u stolu „štamgastů“ spolu se svým strýcem. A postupem času, začal být na alkoholu závislý. Bez alkoholu již nemohl žít, a pít začal zpravidla hned v ranních hodinách. Mnohdy nebyl schopen dojít ani do zaměstnání, jeho rodiče ho stále u zaměstnavatele omlouvali a sháněli mu lékařská potvrzení, že je nemocný. Tak to plynulo stále dál až do okamžiku, kdy se seznámil s mladou ženou, která se do vesnice přistěhovala i se svou roční dcerkou a nastoupila jako dojička v zemědělském družstvu, kde pracoval i Miloš. Ten se do ní zamiloval a snažil se skoncovat s pitím, to se mu však nedařilo a proto nastoupil na svoji první protialkoholní léčbu.

Po propuštění se ke své přítelkyni nastěhoval a začal se starat o rodinu. O rok později když s přítelkyní čekali dítě, se vzali a nastěhovali se k jeho rodičům, kteří již v domku bydleli sami. Narodila se jim dcera a mladí manželé žili spokojený život. Miloš byl starostlivý otec, který dával lásku oběma dětem stejně. Svou manželku miloval a na svoji minulost, kdy byl závislý, již pomalu zapomínal. Restaurace ani jiná podobná zařízení nenavštěvoval, pití alkoholu se vyhýbal. O dva roky později se jim narodil syn, kterého si Miloš velmi přál. Rodina žila dál spokojeně a klidně až do doby, kdy manželka nastoupila po mateřské dovolené zpět do svého zaměstnání. Miloš ji neustále kontroloval, měl pocit, že je mu nevěrná a tak mezi nimi vznikaly časté hádky. Jeho manželka musela být stále doma, nesměla nikam bez něj chodit a Miloš ji i v zaměstnání několikrát denně sledoval. Manželka nátlak dlouho nevydržela a od manžela se odstěhovala i s dětmi ke svým rodičům. Miloš se jich nechtěl vzdát, a proto je každý den navštěvoval a přemlouval k návratu. Po měsíci odloučení se vrátili zpět a Miloš slíbil své ženě, že již nebude žárlit. Situace se uklidnila a rodina fungovala dál.

Manželka začala využívat spokojeného stavu, který v rodině panoval, našla si v okolí pár kamarádek, které několikrát týdně navštěvovala a také s nimi chodila večer do společnosti. Samozřejmě že Miloš byl proti tomu, ale jeho žena nedbala na jeho výtky. Znovu v rodině vypukly hádky a situace se stále zhoršovala. Nejvíce tak tomu bylo, když se blížil víkend a manželka plánovala páteční nebo sobotní večer strávit se svými kamarádkami na diskotéce v nedalekém městě. To pak Miloš zuřil, své ženě vyhrožoval, a když z domu odešla, vydal se jí hledat a děti nechal doma samotné. V jeho životě se znovu objevil alkohol a k pití se také přidala jeho žena. O děti přestali jevit pomalu zájem a museli jim pomáhat s výchovou Milošovi rodiče. Oba manželé začali navštěvovat různé podniky a noční bary, stále častěji. Alkohol se vyskytoval také i u nich doma a děti byly často svědky jejich celodenního popíjení. Rodině začaly docházet finance, a aby nestrádala tak jim vždy pomohli rodiče. Při jedné nepříjemné hádce, kdy byli oba manželé pod vlivem alkoholu, vzala jeho žena do ruky nůž a svého manžela několikrát bodla do břicha. Miloše odvezla rychlá záchranná služba do nemocnice a jeho ženu zatkla policie. Děti zůstaly doma se svými prarodiči. Po návratu z nemocnice zůstala výchova dětí jen na Milošovi, ten ji však nezvládal a zase museli vypomocet babička s dědou. Po manželce se mu stýskalo, už dávno ji odpustil, co mu způsobila, snažil se stáhnout trestní oznámení, ale bohužel to nepomohlo a jeho žena byla odsouzena ke třem letům vězení.

Miloš se vzniklou situací velmi trápil a svůj žal po manželce utápěl stále více v alkoholu. Protože žili na malé vesnici, kde nikomu nic neuniklo, brzy se objevila sociální pracovníce, která zjišťovala poměry v rodině. Když zjistila, že Miloš je závislý na alkoholu a jeho rodiče jsou nemocní, všechny tři děti jim odebrala a umístila do dětského domova. Milošovi se po dětech i manželce velmi stýskalo, ale nedokázal se alkoholu vzdát. Už nebyl schopen, chodit ani do zaměstnání, svůj volný čas raději trávil po barech a restauracích jen aby nemusel být doma sám. Nastal čas, kdy měla být jeho žena propuštěna z výkonu trestu, k Milošovi se však nevrátila a on ani nevěděl, kde nyní žije. Marně ji hledal u jejich rodičů, ale nikdo z její rodiny netušil, kde odešla. Doufal, že se sama vrátí a po třech letech marného čekání, kdy stále neúspěšně bojoval se svou závislostí, se u jejich dveří objevil jeho syn, kterému již bylo 12. let. Miloš se dozvěděl, že syn vyrůstá u matky, která si je po propuštění z věznice, vzala z dětského domova do své péče.

Jelikož matka opět začala pít, a o děti se nestarala, syn se rozhodl, že půjde ke svému otci. Miloš byl zmatený, nevěděl jak se zachovat, ale na naléhání a prosby svého syna odešel na svou druhou protialkoholní léčbu. Po návratu zažádal o svěřeni syna do své péče. Pravidel-

ně navštěvoval odborného lékaře a poctivě abstinovat. Nyní Miloš abstinuje již 7. let. Syn, který je plnoletý s ním stále žije ve společné domácnosti, vrátila se k němu i jeho dcera, která u něj žije i se svým manželem a synem. Před rokem se Miloš znovu oženil a právě před 14. dny se mu narodil jeho druhý syn. K alkoholu se již nikdy nechce vrátit, jeho největší motivací je pro něj jeho nová manželka, děti a malý vnouček.

#### **4.5.5 Případová studie 5: Olina**

##### **A) Osobní údaje**

**Věk:** 35 let

**Rodinný stav:** rozvedená

**Dosažené vzdělání:** střední ekonomická škola

**Zaměstnání:** nezaměstnaná

**Rodinné poměry:** pochází z úplné rodiny, 1 sourozenec

**Protialkoholní léčení:** 2

**Recidiva:** 1

##### **B) Charakteristika respondenta, mé pozorování**

Olina je menší silné postavy, má hnědé, krátce střižené vlasy, které jsou upraveny světlým melírem. Její obličej vypadá unavený, a má nápadné tmavé kruhy pod očima. Byl patrný mírný třes rukou. Olina je silná kuřačka.

Naši první schůzku nám zprostředkovala její odborná lékařka, která se mi velmi snažila pomoci s výběrem respondentů. Rozhovor se odehrával v kavárně, kde jsme si našly klidné místo, tak aby mohl rozhovor bez potíží probíhat. Olina na mně působila nepřipustně až velmi suverénně, z počátku si svou závislost nepřipouštěla, ale když jsem se jí snažila vysvětlit, že pro mě teda nebude vhodným respondentem, svou závislost přiznala a slíbila, že se bude snažit být ke mně maximálně otevřená. Největší obavy Olina měla z toho, že nahrávka z jejího rozhovoru, se dostane na veřejnost a někdo z přátel ji v něm pozná. Svou závislost totiž pečlivě před okolím celou dobu tajila. Musela jsem jí několikrát ubezpečit, že nahrávka bude sloužit výhradně k mým účelům a poté ji jí vrátím zpět.

##### **C) Životní příběh**

Olina vyrůstala se svými rodiči a starším bratrem na vesnici v blízkosti okresního města. Dětství měla šťastné a spokojené. Byla odmalička maminčin mazánek a ta jí neustále protěžovala na úkor svého syna. Její matka pracovala jako prodavačka v místním obchodě s potravinami a její otec měl doma dílnu, kde strouhal špejle. Otec denně chodil po práci do vesnické restaurace, kde byl stálým „štamgastem“. Byl velký puntičkář, a když nebylo doma vše v pořádku, tak jak si představoval on, pouštěl hrůzu. Častokrát své děti probudil i o půlnoci a museli si své věci dát do pořádku, za Olinu to vždy udělala její matka. Když nastoupila do školy, byla velmi snaživá, chtěla být nejlepší mezi všemi dětmi. Učila se výborně, a proto po ukončení základní školy nastoupila na soukromou školu, kde studovala ekonomiku. Na škole začala mít problémy, pokud se jí nedařilo tak se vmlouvala, že si učitelé na ni zasedli a její matka často jezdila do školy situace řešit a svou dceru obhajovat. Po úspěšném ukončení střední školy si nedokázala sehnat žádnou práci a tak se zaregistrovala na úřadu práce.

Ve svých 23 letech se zamilovala a po roční známosti, kdy byla v jiném stavu, se vdávala. Po svatbě se i s manželem nastěhovala ke svým rodičům do rodinného domku. Toto období si Olina užívala a těšila se na příchod svého prvního dítěte. Její matka obstarávala celou domácnost, Olina, která neměla žádné povinnosti, chodila na návštěvy za svými kamarádkami, nebo ležela doma u televize a večery trávila se svým manželem. Když se jim narodil syn, matka zůstala doma, aby Olině s péčí o vnoučka mohla pomáhat. Její manžel po svých prarodičích zdědil rodinný dům a pustil se do nutných oprav, aby mohla rodina bydlet sama. Zažádali si o půjčku ze stavebního spoření a rekonstrukce domu se zdárně chýlila ke konci. Do nového bydliště se stěhovali, když synovi byly 4 roky a začal chodit do mateřské školy. Olina postupně začala zařizovat nový domov a přitom se snažila hledat si práci. Svůj nový domov chtěla mít zařízený moderně, a proto přemluvila svého manžela k tomu, aby si vzali další půjčku. Nepřemýšlela nad tím, jak všechno budou zvládat splácet, když sama neměla žádné zaměstnání. Její manžel si proto sehnal ještě ke svému zaměstnání brigádu a tak veškerý čas trávil mimo domov. Vracel se až pozdě večer domů unavený a své manželce měl za zlé, že celé dny trávila u počítače vybíráním dalších pomocníků do domácnosti, místo toho aby něco uvařila, uklidila domácnost a věnovala se jejich synovi. Olina si na pohodlný život brzy zvykla a práci si ani nehledala. Už to tak dále nešlo, a proto ji manžel sehnal zaměstnání sám, nastoupila do malé firmy, kde měla vykonávat administrativní práci. Jelikož to bylo její první zaměstnání v životě, neměla žádnou praxi, a tato práce jí nebavila, nestíhala si plnit své povinnosti, zaměstnavatel ji ještě ve zkušební době propustil.

Musela si hledat opět novou práci, ale nic se jí nelíbilo a nikde nebyla spokojená. Během dvou let vystřídala šest různých zaměstnání, nakonec to vzdala, zaregistrovala se na úřadu práce a znovu zůstala doma.

Syn již chodil do školy a tak ho ráno vyprovodila, poté šla ještě chvíli spát, někdy zašla na návštěvu k některé ze svých kamarádek, nebo si doma pustila televizi či počítač. Když se syn vrátil ze školy domů, poslala ho ven a pokud bylo škaredě, pustila mu na přehrávači pohádky. Olina doma nevařila, neuklízela a spoléhala na to, až manžel přijde večer domů z práce, že vše obstará. Mezi manželi vznikaly stále častěji rozepry a tak se Olina odstěhovala z ložnice do pokoje pro hosty. Večer si vždy k televizi otevřela láhev vína a časem již pila i během dne. Víno zaměnila za láhev vodky a své pití pečlivě před všemi tajila. Když se několikrát stalo, že ráno byla opilá tak, že ji syn nemohl probudit, chtěl manžel vzniklou situaci řešit rozvodem. Olina se zalekla, přiznala před manželem svou závislost a rozhodla se pro protialkoholní léčbu. Jelikož nikdy nebyla dost trpělivá a neměla pevnou vůli, po čtrnácti dnech na vlastní žádost léčebnu opustila.

Manželovi slíbila, že se polepší, pít přestane i sama bez cizí pomoci a najde si co nejdříve práci. Nastoupila na poloviční úvazek jako pomocná účetní a s pitím alkoholu opravdu přestala. Takhle to vydrželo jen půl roku, v zaměstnání opět nebyla spokojená a pracovní poměr na vlastní žádost ukončila. Vrátila se ke svému předešlému životu i k alkoholu. Přestala postupně dbát o syna, o domácnost, a nakonec i o sebe. Manžel si s ní již nevěděl rady, protože jakoukoliv pomoc odmítala, zažádal o rozvod a o svěření syna do své péče. Olina se musela z domku vystěhovat do pronajaté garsonky a zůstala úplně sama. Najednou už u ní nebyl nikdo, kdo by jí doma uklidil, uvařil a syn ji navštěvovat nechtěl, protože byla stále pod vlivem alkoholu. Zůstala bez práce, finančních prostředků a tak se chtěla přestěhovat zpět ke svým rodičům. Její otec, který měl sám problém s alkoholem, ji však pomoc odmítl a přes protesty své manželky ji poslal do protialkoholní léčebny. Olina byla bezradná a nezbylo jí nic jiného než znovu léčbu podstoupit. Teprve v léčebně si uvědomila, jak moc postrádá svého syna a kolik toho v životě, kvůli svému přístupu a hlavně alkoholu ztratila. Do léčby se doslova „zakousla“ a začala se těšit na nový život bez alkoholu.

Po návratu domů ke svým rodičům, si našla novou práci, ve které se velmi snažila plnit všechny své povinnosti a znovu se začala stýkat se svým synem, kterého neviděla již 5 let. Vztah s manželem se jí již nepodařilo obnovit, ale Olina neztrácí naději, a věří, že ji ještě potká nová láska. Nyní dochází pravidelně ke svému odbornému lékaři, také se pravidelně zúčastňuje skupinových sezení, která ji velmi pomáhají a motivují do dalšího života bez

alkoholu. Uvědomila si, co vše v životě udělala špatně a tyto chyby chce napravit, tak aby se již nikdy neopakovaly. Olina abstínuje již 6 měsíců. Největší motivací je pro ni její syn, se kterým se stýká, jak jen nejčastěji může, a o kterého požádala zpět do své péče., také naděje na novou lásku a nový život bez alkoholu.

#### 4.5.6 Případová studie 6: Jitka

##### A) Osobní údaje

**Věk:** 42 let

**Rodinný stav:** svobodná, žije s druhem

**Dosažené vzdělání:** základní

**Zaměstnání:** nezaměstnaná

**Rodinné poměry:** pochází z úplné rodiny, 1 sourozenec 2 děti

**Protialkoholní léčení:** 1

**Recidiva:** 1

##### B) Charakteristika respondenta, mé pozorování

Jitka je vysoké, silnější postavy, kulatý obličej lemují dlouhé blond vlasy. Její tvář je posetá výraznými vráskami a působí unaveně. Na tváři měla silnou vrstvu make-upu. Na pohled byl patrný třes rukou a značná nervozita.

S paní Jitkou jsem se setkala na její žádost. Žijeme v jedné vesnici, kde se má respondentka před osmi lety přistěhovala. Od mých přátel se dozvěděla o práci, kterou píše. Osobně jsme se spolu neznaly. Naše první schůzka proběhla v nedalekém městě v kavárně, kde jsme si našly klidné místo, abychom nebyly rušeny. Jitka na mne působila, velice nervózně, a zpočátku uzavřeně. Jak jsem se dozvěděla, měla obavy, že se její problémy, které měla s alkoholem, dostanou na veřejnost. Ale na druhou stranu, pociťovala potřebu se někomu vypovídat a poradit se jak dál zvládat svojí situaci. Jak jsem se od ní dozvěděla po léčbě, kterou absolvovala před půl rokem, přestala docházet ke své odborné lékařce, která jí léčila nejen ze závislosti, ale i z depresí, kterými Jitka trpěla. Ode mne očekávala, že jí dokážu nějak pomoci, protože poslední dobou jí trápily silné bolesti hlavy, úzkostné depre-

se a pocítovala velkou touhu se znovu napít. Dala jsem jí kontakt na lékařku, a doporučila jí návštěvu skupinové terapie. Po dvou měsících jsme se znovu setkaly a již proběhl náš rozhovor.

### **C) Životní příběh**

Jitka vyrůstala společně se svou sestrou a rodiči ve větším městě v třípokojovém bytě. Její sestra byla starší o 3 roky a velice si spolu rozuměly. Matka pracovala jako prodavačka a její otec jako dělník. Jitka s matkou vycházela celkem dobře. K otci už, ale takový vztah neměla. Její otec byl závislý na alkoholu, staral se jen o své pití a svých dcer si nevěšimal. Velmi ji to trápilo a snažila se získat jeho pozornost. Když byla Jitka starší, svou sestru obdivovala a přála být si jako ona., začala se scházet s její partou, kde se našel i nějaký ten alkohol, kde jej poprvé i okusila. Sestra měla úspěchy u kluků a Jitka si přála, aby na tom byla podobně. Když bylo Jitce kolem 15 roku, přestávala si rozumět se svou matkou, která jí nechtěla pouštět ven. Matka se snažila dceru vést k domácím pracím, ale to Jitku vůbec nebavilo. Našla si svou partu kamarádů, se kterou se často scházela, také měla velké úspěchy u opačného pohlaví.

Když měla 15 let, začala pít alkohol pravidelně, vždycky se nějaký sehnal, nebo jej ukradli někde v obchodech. Do školy pravidelně nechodila, většinou času trávila se svojí partou, za školou, různě se toulali po městě. Jitka také začala kouřit. Ve škole měla čím dál větší problémy a nakonec ji vyhodili a musela se jít zaregistrovat na úřad práce. V 18 letech ji její sestra dovedla do nočního klubu pro pány, kde tehdy těsně po revoluci začala Jitka pracovat. Odstěhovaly se od rodičů, pronajaly si byt a dobře si žily. Alkohol byl stále součástí jejího života. Asi po roku se zamilovala do mladého Itala, který byl v jejich městě služebně, a rozhodla se s ním odjet do Itálie. Její přítel ji nasliboval, že si ji vezme. V Itálii jí, ale spadly „růžové brýle“, jak se říká. Mladík jí zabavil doklady a ona musela pracovat v podniku jeho rodičů jako pomocná síla. Začalo se jí stýskat a svůj žal zapíjela dobrým vínem. Nakonec se jí podařilo spojit se, se svou rodinou, která pro ni přijela a odvezla jí zpátky do Čech.

Jitka se vrátila k předešlému způsobu života, a za 4 měsíce zjistila, že je těhotná. Po celou dobu těhotenství pila alkohol, na své zdraví a zdraví dítěte vůbec nedbala. To se změnilo v okamžiku, když porodila naštěstí zdravou dceru, přestala pít a jejím životem se stala péče o své dítě.



Časem si našla přítele, který podnikal, a začalo se jim dařit dobře, Jitka byla znovu těhotná a porodila druhou dceru. Rodině se dařilo, dcery začaly chodit do školy, a ona zůstala doma, najali si hospodyně, Jitka měla celý den jenom pro sebe. Docházela na kosmetiku, ke kadeřnictví do fitcentra, prostě pečovala o sebe. Zdálo se, že jim nic neschází. Koupili si malý dům na vesnici, přestěhovali se a do měsíce, si pro jejího druha přišla policie a zatkla ho.

Jitka z toho byla v šoku, vůbec neměla ponětí, proč se tak stalo, nezajímala se o jeho práci, stačilo jí, když vždycky dostala peníze. Sesypala se a znovu po letech sáhla po alkoholu, zůstala sama se svými dcerami v cizím prostředí, bez finančních prostředků. Vůbec netušila, jestli její druh má na účtu nějaké peníze, o finance se totiž staral on, vždycky si o peníze řekla a to jí stačilo. Když asi týden v kuse jenom pila a nestarala se ani o dvojce děti, tak ty se rozhodly zavolat svým prarodičům. Jitčini rodiče přijeli, domluvili se spolu, prodali byt ve městě a přestěhovali se na vesnici za svou dcerou a vnučkami.

Jitčin druh byl odsouzen k odnětí svobody na 7 let, za podvody. Jitce se tak zhroutil svět, velmi se tím trápila, a utápěla svůj žal v alkoholu, nedokázala se starat ani o své dcery a dokonce ani sama o sebe. S výchovou a domácností museli pomáhat rodiče. Tak to šlo léta a situace se stále neměnila, Jitka tesknila za svým druhem i když si pravidelně psali a také občas za ním jezdili na návštěvy, ale to Elišce nestačilo. Finance ubývaly, rodiče museli táhnout celou domácnost ze svých skromných důchodů, a proto Jitka musela nastoupit do práce. Sehnala místo v jednom marketu jako pokladní, zpočátku se snažila alkohol omezit, ale příliš se jí nedařilo. Do zaměstnání naštěstí docházela střízlivá, pokud se stalo, že byla ještě ráno opilá, do zaměstnání vždy zavolala a omluvila se ze zdravotních důvodů. To se opakovalo, ale častěji a vedoucímu se to již příliš nelíbilo a Jitku několikrát napomenul. Jednoho dne přišla do práce opilá, všimla si toho její kolegyně a zavolala vedoucího, který ji hned propustil.

Opět zůstala doma, bez práce, bez financí a spoléhala se na své rodiče. Začaly ji trápit zdravotní problémy, často krvácela a tak navštívila svého gynekologa, ultrazvukem jí byly zjištěny myomy na děloze, ale Jitka se operace bála a tak ji nepodstoupila. Dál trpěla a k lékaři již nešla. Alkohol se stal jejím společníkem, našla si kamarádku, která pro ni měla pochopení a Jitka se jí mohla vyzpovídat ze svých problémů. Rodiče, dcery i kamarádka, všichni ji přemlouvali k léčbě, ale ona si nedala říct. Pohádala se s rodiči, napsala dopis nerozloučenou a spolkla hrst prášků, které zapila alkoholem. Rodiče ji naštěstí našli a za-

volali záchrannou službu. Jitka se ocitla v nemocnici, lékaři ji přemlouvali k léčbě, ale ona nechtěla. Vrátila se domů, rodiče již byli zoufalí a tak se odstěhovali k Jitčině sestře.

Zůstala doma sama, pomáhala ji kamarádka, která ji nakonec přemluvila k léčbě, pomohla ji vše vyřídit a odvezla ji do léčebny. Po celou dobu léčení se ji snažila pomáhat, i dcery stály při ní. Nad vodou ji držela také představa brzkého návratu jejího druha domů. Léčbu úspěšně zvládla, hned po návratu nastoupila do nemocnice na operaci, která proběhla bez komplikací.

Dnes Jitka abstinuje již devět měsíců, druh se vrátil domů, a i se svými dcerami se snaží vztahy urovnat. Trápí ji pouze hádka s rodiči, ale zatím sbírá odvalu za nimi dojet a omluvit se, ale hlavně poděkovat za všechno co pro ni a vnučky udělali. Dochází pravidelně k psychiatrovi, užívá léky. Největší motivací je pro ni její rodina, usmíření se s rodiči, ale také kamarádka, která si na ni udělá čas a vždy ji vyslechne.

**Tabulka 4: Respondenti**

<b>Jméno</b>	<b>Věk</b>	<b>Počet recidiv</b>	<b>Počet protialkoholních léčení</b>	<b>Doba trvání abstinence</b>
<b>Zdenek</b>	<b>54</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>5 let</b>
<b>Milan</b>	<b>56</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>7let</b>
<b>Petr</b>	<b>42</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>8 měsíců</b>
<b>Miloš</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>7 let</b>
<b>Olina</b>	<b>35</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>6 měsíců</b>
<b>Jitka</b>	<b>42</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9 měsíců</b>

## 5 ANALÝZA ZPRACOVÁNÍ DAT

### 5.1 Metoda vytváření trsů

Pro svůj kvalitativní výzkum jsem zvolila metodu vytváření trsů, abych seskupila výroky do určitých skupin – trsu a to podle určitých jevů.

*Tyto skupiny (trsy) by měly vznikat na základě vzájemného přeryvu (podobnosti) mezi identifikovanými jednotkami. Tímto procesem vznikají obecnější, induktivně zformované kategorie, jejichž zařazení do dané skupiny (trsu) je asociováno s určitými opakujícími se znaky, určitým charakteristickým uspořádáním atd.“ (Miovský, 2006, str. 221)*

## 6 INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

Při analýze rozhovorů jsem použila výzkumnou metodu vytváření trsů, a vytvořila jsem 5 skupin – trsů a ke každé z těchto skupin jsem následně přiřadila výroky jednotlivých respondentů tzv. vzorce, které byly společné, vzájemně se přerývaly a spadaly do ní.

### 6.1 Skupiny – trsy

Na základě společného tématu, jsem vytvořila následující skupiny - trsy:

- 1) **Dětství a dospívání provázené osobou závislou na alkoholu**
- 2) **Alkohol – únik z reality**
- 3) **Léčba – nová naděje**
- 4) **Recidiva – strmý pád dolů**
- 5) **Budoucnost – život bez alkoholu**

#### 6.1.1 Dětství a dospívání provázené osobou závislou na alkoholu

V této skupině jsem vytvořila následující vzorce, které mně vyplynuly z mých rozhovorů.

- Závislost na alkoholu člena rodiny
- Pocity nenávisti a strachu

Ze všech mých rozhovorů vyplynulo, že závislost některého člena rodiny, mé respondenty ovlivnila negativně.

Dědičnost a faktory v prostředí, ve kterém člověk vyrůstá, jsou jednou z možných příčin závislosti na alkoholu jedince v dospělosti, neboť situace a návyky, které jedinec prožil v dětství, si celý život nese s sebou.

Závislost na alkoholu některého člena rodiny, někde i u více členů, se potvrdila u všech mých respondentů, většinou se jednalo o otce, ale výjimkou nebyla ani matka.

**Zdenek** vyrůstal v rodině, kde byl na alkoholu závislý otec i matka: „... *taťka ten pil hodně.*“, jeho otec nikdy nepodstoupil žádnou léčbu a časem se dostavily zdravotní problémy: „... *kdyby se šel léčit, tak nemusel tak brzo umřít!*“ Podle Zdenka o žádnou změnu nestál a alkoholu se nikdy nevzdal: „*Pil vlastně celý život.*“ Jeho matka si občas dala skleničku spíše u nějaké příležitosti, ale pak nastal moment, který ji převrátil život: „... *začla pít, když umřel taťka...*“ se ztrátou svého manžela se nedokázala vyrovnat a situace se zhoršovala: „... *pak pila hodně, nejprve pila víno a pak přešla na kořalku.*“ Ani jeho matka nikdy

nepodstoupila žádnou léčbu, Zdenek se jí snažil pomoci: „... *ale ona nikdy moji pomoc nepřijala, a léčit se nechtěla.*“

**Milan** prožil dětství s otcem alkoholikem, otcova závislost jej provázela již od malička: „... *s otcem to bylo horší, ..., protože on pil dost, vlastně pořád co si pamatuju.*“

**Petr** byl na tom podobně a i on se v dětství potýkal s otcovou závislostí: „... *taťka, ten pil furt.*“

V **Milošově** případě na alkoholu nebyl závislý ani jeden z jeho rodičů, ale jeho strýc: „... *strýc, tatínkův bratr.*“ který s nimi žil ve společné domácnosti v domku Milošových prarodičů.

U **Oliny**, byla situace podobná, oba její rodiče prošli závislostí na alkoholu. To, že byla matka závislá na alkoholu, vůbec, Olina nevěděla: „... *prej byla závislá na alkoholu a když mně byly 2 roky, tak byla na léčení...*“, dozvěděla se to v 15 letech od své tety. Nechtěla tomu věřit, ale po rozhovoru s matkou se o tom přesvědčila: „... *pak jsem se ptala mamky a ona mně to přiznala.*“ Podle Oliny její matka v současné době pije příležitostně: „... *někdy skleničku vína nebo panáka si dá..., Jinak nepije, to bych musela vědět.*“ Otec je také závislý na alkoholu: „... *pije dodneška.*“ Léčení nikdy neabsolvoval a ani se k němu zatím nechystá. Pravidelně trávil svůj čas v hospodě a skoro žádný den nevynechal, vždycky říkal: „... *že by to tam bez něj nešlo...*“, alkohol ve velkém množství popíjel i doma: „... *pil slivovici nebo rum...*“

Stejnou situaci prožívala i **Jitka**. V její rodině byl také závislý na alkoholu otec: „... *byl závislý na alkoholu hodně pil...*“ I někteří další členové rodiny: „... *můj děda, taťkův taťka a můj strýc jeho bratr...*“ propadli závislosti, ale Jitka to zase tak moc neprožívala, protože se skoro vůbec nenavštěvovali.

Pocit nenávisti a strachu, to je druhý vzorec, který jsem pro tuto skupinu trsů vytvořila.

V dětství nedokáže jedinec, ještě správně pochopit některé události, které jej potkají. A proto se u neobvyklých reakcí někoho z rodiny nebo okolí mohou cítit zaskočeně, zmateně a samozřejmě si s novou situací nedokážou poradit.

**Zdenek** nesl alkoholismus rodičů špatně, u maminky to byly spíše pocity zklamání a lítosti: „*Maminky té mně bylo líto...*“ začala pít, když jí zemřel manžel: „... *pila, protože se trápila...*“, nejprve nechápal, co se stalo: „... *mamka mně připadala taková jiná, potom*

*jsem zjistil, že doma pije víno...“.* Zdenek svou matku prosil, aby se šla léčit, ale ona nechtěla a to jej nejvíc trápilo: „... *cítil jsem v tu chvíli beznaděj a lítost, velkou lítost.*“ Popisuje, že když maminka na jeho naléhání nechtěla nastoupit léčbu, tak mu často: „... *vyhrkly slzy do očí.*“ Otcovu závislost Zdenek vnímal úplně jinak než u matky, „... *měl jsem z něho strach...“*, „... *nedovedl jsem pochopit proč je najednou tak jiný, tak zlý....“*. Když byl otec hodně opilý tak spolu i s bratrem od něho nejednou dostali pořádný výprask: „... *když přišel dom z hospody, to pak bylo tóčo...“* a tak se mu často vyhýbali: „... *jsme se vždy schovali a nechodili mu ani na oči.*“ I když se svého otce Zdenek bál a také ho chvílemi nenáviděl, jeho pocity byly rozporuplné, „... *jinak jsem ho měl rád.*“ Nenávisť, zmatenost a strach z otce pociťoval, v době, kdy byl otec opilý, naopak když nebyl pod vlivem alkoholu, tak si s otcem rozuměl, nejraději se s ním staral zvířata, chodil na procházky do lesa.

U **Milana** byla situace podobná, nikdy se nedokázal s otcovou závislostí zcela vyrovnat: „... *on pil dost, vlastně pořád co si pamatuju.*“ Také u Milana se dostavovaly pocity strachu i nenávisti: „... *jsem ho i nenáviděl, jo nenáviděl.*“ Zvláště ve chvílích, kdy jim fyzicky ubližoval: „... *když nám všem ubližoval, tak nenávisť...“* Milan se fyzických trestů hodně bál, když věděl, že se otec blíží domů a je hodně opilý, tak se radši před ním schoval: „... *celý jsem se třepal a potil...“* Přidávaly se i pocity nejistoty a obav: „... *z toho co zase bude,...“* a také se přidával strach o matku: „... *cítil jsem obavu, že něco udělá mamce, ...“* hlavou se mu honily různé myšlenky: „... *tak jsem si představoval, že až vyrostu tak mu to vrátím, všechno i za mamku a za bráchu.*“ Na druhou stranu však měl strach i o otce, vždycky když dlouho nešel domů, tak si ho napadaly různé myšlenky: „... *jestli se mu náhodou něco nestalo.*“ Milan toužil aspoň po nějaké malé pochvle, nebo pohlazení: „... *a ještě jsem udělal spoustu práce navíc.*“ a čekal, že jej otec za to alespoň slůvkem odmění: „... *ale nikdy si toho ani nevšiml, kdyby mně aspoň třeba pohladil, ale nic.*“

**Petr** své pocity k otci popisuje následovně: „... *takové divné pocity tak aj tak.*“ U Petra se střídaly pocity, nenávisti, lhostejnosti a velkého obdivu: „... *nekdy sem ho obdivoval jako, že je správný chlap.*“ Tyto pocity přicházely ve chvílích, kdy mu otec věnoval, svůj čas, ale většinou s ním trávil chvíle právě v restauraci u alkoholu: „*Když sem měl 15 tak mňa tatka vzal do hospody...“* Petr si připadal strašně důležitý a svými kamarády obdivovaný, když jim vyprávěl, že s otcem chodí do restaurace: „... *kúpil mně tam dycky malé pivo...“* V momentech kdy o něj otec nejevnil zájem tak jej Petr nijak nevyhledával: „*Já jsem si ho moc nevšiml...“*, ale byly chvíle, kdy musel svého otce táhnout opilého domů a to pak lhostejnost ani obdiv necítil: „... *to mně byl odporný..., ... to sem ho neměl rád.*“

**Miloš** byl bázlivý a uzavřený, v jeho případě byl závislý na alkoholu jeho strýc, který s nimi žil. A díky své povaze měl ze svého strýce, když byl opilý velký strach: „*Já jsem se ho bál...*“ strýc byl hodně agresivní, a pokud doma nenašel žádný alkohol tak vyváděl: „... *byl hrubý, každému nadával a furt křičel...*“ dokud alkohol nedostal. Milan vždycky našel oporu a zázemí u své maminky: „*Já jsem radši vždycky utekl k mamince.*“

**Olina** se svým otcem neměla až tak dobrý vztah, byla spíše závislá na matce, která za ní všechno dělala a všechno jí vždy dovolila. Otec byl ke své dceři přísný, a když byl pod vlivem alkoholu tak Olina uvádí, že byl: „... *ještě přísnější než obvykle...*“, to mělo špatný vliv na její psychiku: „... *když po mně křičel tak jsem se ze strachu i počůrala...*“ nebo u společného stolování, když už byl otec opilý, měla strach: „... *měla úplně stáhly krk, že jsem ani pořádně dýchat nemohla, a nedokázala jsem nic sníst.*“

Ani **Jitka** neměla se svým otcem dobrý vztah, v rozhovoru uvádí: „... *on si nás moc nevěšmal...*“ Jejím otci byl přednější alkohol a kamarádi, o své dcery se moc nezajímal a to Jitku velmi trápilo: „... *ještě když jsem byla malá, tak jsem se snažila...*“ chtěla upoutat jeho pozornost a usilovala o jeho otcovskou lásku: „... *mně odstrkoval a křičel, ať mu zmiřím z očí a ať táhnu pryč a pak jsem dostala výprask...*“ později svou snahu vzdala: „*Rezignovala jsem.*“ I ona mívala pocity strachu a nenávisti: „... *bála jsem se ho..., ... nenáviděla jsem ho.*“ A později svého otce začala ignorovat: „... *nevšímala jsem si ho, byl mně lhostejný.*“

### Shrnutí

U všech mých respondentů, výzkum prokázal přítomnost osoby závislé na alkoholu v rodině, ve které vyrůstali. V případě Milana, Jitky a Petra byl na alkoholu závislý jejich otec, u Miloše to byl strýc a Zdenka provázela dětstvím závislost na alkoholu u obou rodičů. V Olinině případě byli na alkoholu závislí také oba její rodiče, ale matka postoupila proti-alkoholní léčbu v době, kdy Olině byly dva roky a od té doby se snaží abstinovat. Také u všech dotazovaných se objevily pocity strachu, obav a nenávisti ke členu rodiny, který byl závislý na alkoholu. Zdenek ke své matce, která pila, pociťoval lítost, z otce měl strach. Petr i Jitka se snažili otcovu pozornost upoutat, a když se jim to nedařilo tak si ho přestali věšmat, objevily se u nich pocity lhostejnosti, provázené nenávistí.

#### 6.1.2 Alkohol – únik z reality

K této skupině se vztahovaly vzorce:

- První zkušenost s alkoholem
- Alkohol jako záchranná vesta
- Ztráty způsobené pitím alkoholu

První zkušenost s alkoholem měli všichni mí respondenti již v dětství nebo dospívání.

**Zdenek** poprvé okusil alkohol, když mu bylo devět, nebo deset roků: „... *tak jsem potají upíjel tatkoví pivo...*“ ale jak uvádí: „... *vůbec mi nechutnalo.*“ Poté alkohol znovu okusil, když byl na střední škole, na internátu: „... *chodili jsme s ogarama do hospody...*“ Ani v té době Zdenkovi alkohol nijak zvlášť nechutnal.

**Milan** okusil poprvé alkohol až na střední škole: „... *asi v 16, nebo tak někdy.*“ I u něho byla situace stejná, alkohol mu nechutnal, protože mu to připomínalo chování jeho otce: „...*jsem si vždycky představil toho otce.*“

**Petr** vyzkoušel alkohol již v dětství: „... *mně bylo asi 8...*“ vyhledával místa, kde si otec nechával alkohol, převážně pivo: „...*tak sem mu ho vypil...*“ Od 15 let Petr pravidelně chodil se svým otcem do restaurací a alkohol již pil pravidelně. V restauraci mezi dospělými a alkoholem se mu líbilo: „... *Připadal jsem si důležitý.*“ O svých zkušenostech s alkoholem se pak chválil před svými kamarády.

**Miloš** také poprvé pil alkohol v dospívání: „... *tak asi 14 – 15 roků jsem měl.*“ Jak jsem již zmiňovala, Miloš byl v dětství uzavřený a také stydlivý. Obtížně si hledal kamarády, a protože toužil patřit do nějaké party, tak se přidal ke skupině spolužáků, kteří ve volném čase často navštěvovali restaurace. Z počátku mu alkohol vůbec nechutnal: „...*Vypil jsem jedno pivo a asi 3 panáky té zelené a na druhý den mně bylo strašně špatně.*“ Ale postupem času pití alkoholu přivykl: „... *tak jsem si zvyknul a začalo mně to docela chutnat.*“

Jelikož **Olině** její matka všechno dovolovala a neustále ji ve všem omlouvala, tak Olina již ve svých 14 letech pravidelně navštěvovala diskotéky a tam také poprvé zkoušela pít alkohol: „...*Když mně bylo 14 a mamka mně pustila na diskotéku...*“, „... *a hned poprvé jsem se strašně opila.*“

Pro **Jitku** byla již od útlého dětství vzorem její starší sestra, kterou se snažila ve všem napodobovat. Ráda s ní chodila mezi její kamarády, kde se vždycky nějaký ten alkohol našel a Jitka protože se chtěla vrstevníkům své sestry vyrovnat, již v 10 letech alkohol ochutnala. Postupně si našla nové kamarády, se kterými začala pít pravidelně: „...*Když mně bylo asi 10 a od takových 15 už jsem pila pravidelně.*“ Alkohol si sháněli, kde se dalo, výjimkou neby-



ly ani menší krádeže v samoobsluhách nebo marketech: „*Pivo, víno, i tvrdé, vlastně co kdo sehnal, nebo jsme také kradli v obchodech.*“

Alkohol jako záchranná vesta, tak jsem nazvala další vzorec k této skupině trsů. Závislost na alkoholu přichází postupně, nejprve se jedná o občasně pití, kdy jedinec hledá v alkoholu zapomnění, úlevu a především pomoc. Myslí si, že alkohol mu pomůže vyřešit jeho problémy, pomůže mu na ně zapomenout, odsunout do pozadí, ale postupem času zjistí, že se stal pravý opak. Problémy a nesnáze ještě více narůstají.

Zdenek po alkoholu sáhl v době, když začali mít v manželství problémy, alkohol mu dával pocit zapomnění a odproštění se od problému: „... *zapomnění, nebo asi odsunutí problémů někam pryč.*“ Alkohol byl u něj na prvním místě a všechno ostatní šlo stranou: „... *prostě nic jsem si z toho nedělal, bylo mně to jedno.*“ Když pak o několik let později Zdenek i se svou přítelkyní přišli o zaměstnání, sáhl po alkoholu znovu, časem se dostavily finanční problémy, ale Zdenek pil stále dál: „*Vůbec mně nevadilo, že máme finanční problémy, měl jsem pocit, že se všechno vyřeší samo.*“ Kvůli alkoholu vznikaly mezi přáteli stále častěji hádky a ani přítelčin syn Jan, který s nimi žil ve společné domácnosti situaci nenesl lehce.

Milan žil se svými rodiči mimo vesnici na pasekách, kde měli menší hospodářství. Málokdy se dostal do společnosti svých vrstevníků, která mu velmi chyběla, protože doma musel pomáhat. Po smrti jeho otce, se rozhodli zvířata prodat a Milan měl najednou více volného času, který začal trávit se svými kamarády převážně v restauracích u piva. Na otázku co mu alkohol dal, uvádí: „... *kontakt s vrstevníky s kamarády.*“ „*Pocit uvolnění, svobodu...*“ Na nový způsob života, kdy neměl skoro žádné povinnosti, si snadno zvykl a v konzumaci alkoholu pokračoval dál, snažil se zapomenout na svoje problémy: „... *zapomnutí problémů, prostě jsem ty problémy neřešil.*“

Petrovi alkohol dodával pocit důležitosti, dospělosti a svobody: „... *že sem si připadal strašně důležitý a už dospělý...*“, „*No a takej pocit svobody, myslel sem si, že možu všechno na světě.*“ V 15 letech pil běžně pivo a postupně přidával i tvrdý alkohol, snažil se uniknout z běžného života: „*Únik od reality, nepřemýšlal sem co ve škole, co naši...*“ když začaly problémy doma i ve škole narůstat, Petr utekl a žil jako bezdomovec na ulici. Jediné pro co žil byla jeho parta a alkohol: „... *potom když sem byl na ulici, takže bezdomovec sem žil enom pro to pití.*“, „*Myslel sem si, že když budu s partou a s alkoholem tak mňa čeká bezstarostný život.*“

**Miloš** se díky alkoholu dokázal bavit ve společnosti, od dětství byl spíše uzavřený a stydlivý: „... *jednoznačně odvahu.*“, „*Když jsem si vypil, můj ostych byl pryč, padly všechny zábrany a já jsem se cítil strašně sebevědomý*“ I u Miloše se dostavily problémy, časem se oženil a po úspěšné léčbě a několika letech abstinence znovu alkoholu podlehl i se svou manželkou. Čím více přibývalo problémů, tak tím častěji se oba manželé opíjeli: „... *mně alkohol pomáhal uniknout od mých problémů...* „Přestali se zajímat o rodinu, o výchovu svých dětí a většinu času trávili ve společnosti a s alkoholem: „... *pohodlný život bez problémů, jen společnost, diskotéky a alkohol, spoustu alkoholu.*“

**Olina** zpočátku pila alkohol jen, na diskotékách, nebo tancovačkách, aby vyvolala dobrou náladu: „... *mně alkohol přinášel pocit uvolnění, navodila jsem si skvělou náladu...*“ Když založila rodinu, alkohol omezila, ale když její syn nastoupil do školy a Olina zůstala doma a nechodila do zaměstnání, tak najednou měla spoustu volného času a nevěděla co s ním: „... *tak jsem alkoholem zaháněla nudu.*“, „*Měla jsem hodně volného času a tak jsem tu prázdnotu vyplňovala pitím...*“ O domácnost ani o syna se nedovedla postarat a tím pádem mezi ní a jejím manželem docházelo k rozepřím, vždycky po takové hádce sáhla po sklenici: „... *vždycky se mi zlepšila nálada, byla jsem taková veselejší a zapomínala jsem na věci, které mně zneprjemňovaly život.*“

**Jitka** se chtěla vyrovnat své starší sestře, začala se scházet s její partou kamarádů, kde nechyběl alkohol, chtěla se před nimi zviditelnit a proto alkohol pila také: „... *tak pocit že jsem důležitější, starší...*“ V 15 letech konzumovala alkohol již pravidelně, chtěla zaujmout a vynikat nad svými vrstevníky: „... *obdiv mých kamarádů, ale také svobodu...*“ V rodině to neměla lehké, její otec byl alkoholik a svých dcer si nevšímal, Jitku to velmi mrzelo a snažila se otcovu pozornost upoutat, ale nedařilo se jí to. Možná i tohle byl důvod k jejímu pití, myslela si, že když bude jako otec, tak vzbudí u něj zájem: „... *a později i únik z mého způsobu života.*“ Alkohol jí přinášel úlevu: „*Když jsem se napila, zapomínala jsem na svoje problémy, na to co se děje doma a okolo mě, aspoň na chvíli zapomenout a cítit se v pohodě a bez starostí.*“

Další vzorec pro tuto skupinu trsů nese název ztráty způsobené pitím alkoholu. Zpočátku může být alkohol jako příjemný společník. Jedinec odsouvá své problémy do pozadí, cítí se uvolněnější, svobodnější a zdá se, že pití alkoholu má jen pozitivní účinky na jedince,

ale bohužel opak je pravdou, pravidelná a dlouhodobá konzumace alkoholu může člověka připravit o všechno.

**Zdenek** k tématu uvádí: „*Vzal mně svobodu, alkohol strašně svazuje, člověk bez něj nemůže být, pořád je s váma a okolo vás.*“ Ztratil rodinu, s manželkou si neuměli své problémy vyříkat, Zdenek utíkal ke kamarádům a k alkoholu a to vedlo k rozvodu manželství“ „*Kvůli alkoholu jsem přišel o rodinu o první manželku...*“ časem si našel přítelkyni, se kterou začal žít, ale i o ni kvůli svému pití málem přišel: „*Přítelkyně i její syn Honzik mně prosili, abych s pitím přestal, ale já jsem je neposlech.*“ I přesto v pití pokračoval dále, a přítelčin syn Jan, který již byl plnoletý, se od nich odstěhoval: „*... on se od nás odstěhoval, kvůli tomu, že jsem pil a pak, pak tragicky zemřel...*“, Přišla krutá rána osudu, Jan tragicky zahynul, Zdenek to nesl velmi těžce „*...jsem ho měl rád...*“, „*Vlastně o něho jsem také přišel...*“, „*Trápily mně výčitky, kdybych nepil tak by se to třeba nestalo...*“ Jeho přítelkyni, synova smrt hluboce zasáhla a od Zdenka se odstěhovala: „*... vlastně ona ode mě odešla, když zemřel její syn Honza...*“ později se k němu vrátila. Zdenek nakonec přišel i o pronajatý byt, nedokázal si jít hledat zaměstnání: „*Takže jsem vlastně přišel o všechno o rodinu, o zázemí dokonce o zaměstnání i o střechu nad hlavou a tak jsem se musel vrátit domů.*“

**Milanovi** se nepodařilo kvůli jeho nadměrné konzumaci alkoholu založit si vlastní rodinu. Veškerý svůj čas trávil po restauracích, kde mu společnost dělali jeho kamarádi a alkohol: „*Možnost založení rodiny, protože sem pil a kořalce jsem všechno podřizoval, tak jsem si nedokázal najít žádnou partnerku.*“ Jelikož ani do zaměstnání nebyl schopen Milan chodit pravidelně, o svou práci přišel a v dalších zaměstnáních se mu kvůli jeho závislosti na alkoholu příliš nedařilo, a proto je často střídal: „*Kvůli pití jsem přišel i o práci a musel jsem si hledat novou, já jsem nikde, ale dlouho nevydržel.*“ Dostavily se i finanční problémy, když Milan neměl peníze na své pití, začal si půjčovat od svých známých a dluhy mu narůstaly: „*Alkohol mně vzal i finanční jistotu, díky svému pití jsem si nadělal spoustu dluhů, které do dneška splácím.*“ Nadměrné pití alkoholu se odrazilo i na jeho zdraví: „*Taky zdraví mně vzal, dodneška mám problémy se žaludkem a mám i občas migrény.*“

**Petr** si dlouhodobou konzumací přivodil značné zdravotní komplikace: „*Asi nejvíc zdraví, to mám úplně nanic, sem si ho tím pitím zkazil.*“ Alkohol mu vzal i kus života, který mohl prožít v rodině a především se svou dcerou, kterou dlouhá léta neviděl: „*A takej sem neviděl cěrku vyrůstat.*“, „*... o několik roků života...*“ Kvůli útěku z domova, Petr skončil na

ulici: „... potom takej o svobodu sem prišiel...“, „... kdybych nepil, tak sem nedělal takové blbosti a nemusel sem niekoľikrát skončit v kriminále.“

I **Miloš** prišiel o rodinu, s manželkou se rozvedl a děti nějaký čas neviděl, nežili s ním ve společné domácnosti, a nějaký čas dokonce vyrůstali v dětském domově: „Možnost mít rodinu, funkční rodinu.“, „ Kvůli alkoholu jsem o rodinu prišiel...“, „ Kvůli tomu pití jsem neviděl vyrůstat mé děti...“, „... ale promarnil jsem kvůli alkoholu společné roky, co jsme mohli prožít spolu.“ Také v tomto případě se dostavila nepříznivá finanční situace a to i z toho důvodu, že Miloš prišiel o své zaměstnání: „Takej sem si nadělal dluhy, ještě i s manželkou když jsme byli spolu.“

U mé další respondentky byla situace stejná, **Olina** zahodila šanci žít ve spokojené rodině se svým manželem a synem: „No vzal mně rodinu, manžel se, se mnou rozvedl, nechal si syna u sebe a já jsem musela odejít.“, „ Jednoznačně o tu rodinu.“ Olina byla vždycky nesamostatná a ve všem se spoléhala na svou matku a později na manžela: „... a také bezstarostný život, teď se musím starat sama o sebe, musela jsem si najít práci, abych měla za co žít, a také se musím starat o domácnost.“ Pití alkoholu se podepsalo i na jejím zdraví: „Když nad tím přemýšlím, tak mi vzal také kousek zdraví, díky tomu pití, mám teď zdravotní problémy.“

**Jitce** se následkem nadměrného pití alkoholu zhoršilo její zdraví: „ Zdraví, dlouho jsem se vyrovnávala s ženskými problémy a dodnes mně trápí deprese a migrény.“, „ takže mně vzal dobré zdraví.“ Dále k tématu uvádí: „Spokojený život, za své chyby musím platit dodneška, vztah, který jsem s našima urovnala, tak se zase díky mému pití rozbil.“ Alkoholu také dávala přednost před svou rodinou, zejména před dcerami: „Prišla jsem o kus života se svými dcerami, které nade vše miluji, ale když jsem pila, tak jsem si jich nevěšimala museli se o ně starat moji rodiče.“, „ Neuvědomovala jsem si, jak čas rychle letí, nezajímala jsem se o jejich úspěchy, neradila jim při problémech, prostě jsem na ně kašlala.“, „... nevím, jestli to všechno půjde zpátky napravit.“

### Shrnutí

První zkušenost s alkoholem měli účastníci výzkumu již v dětství, nebo dospívání, Zdenek, Petr a Jitka okusili alkohol již v dětství, ostatní v době dospívání. Petr, Jitka a Olina začali pít alkohol pravidelně kolem 15 roku jejich života.

Alkohol jako záchranná vesta, byl další vzorec pro skupinu trsů, alkohol všem mým respondentům zpočátku něco dodával, ať už to bylo odsunutí problémů do pozadí, nebo únik

z každodenního stereotypu. Zdenek nabyl dojmu, že když si nebude svých problémů všímat, tak se vyřeší samy. Petrovi a Jitce alkohol přinášel pocit důležitosti, dospělosti, svobodu, a únik z jejich dosavadního života. Miloš se díky alkoholu osmělil, přestal se ostýchat a z uzavřeného bázlivého kluka se stal sebevědomý mladý muž. Milanovi jeho pití, přinášelo úlevu od každodenních starostí, svobodu a nové kamarády. Naopak Olina pitím alkoholu zaháněla nudu a vyplňovala tak svoji prázdnotu, kterou cítila ze svého každodenního života. Pitím si navodila dobrou náladu, a uvolnila se.

Tak jako alkohol každému něco dával, tak na druhou stranu si vybíral i svou krutou daň a samozřejmě také bral. Většina dotazovaných tak přišla o možnost žít se svou rodinou. V některých případech došlo k rozvodu, Milan kvůli svému pití nenašel tu pravou a o možnost založit si rodinu. Olina i Milan na určitou dobu přišli dokonce o své děti. Petr neviděl svou dceru vyrůstat a snaží se jejich vztah napravit. Zdenek přišel o zázemí, a střechu nad hlavou, alkoholem se cítil svázaný. I v zaměstnání měli značné potíže, Jitka, Milan, Miloš i Zdenek svou práci v čase kdy byli závislí, ztratili. I zdraví vzalo za své, dostavily se různé zdravotní komplikace, které mým respondentům znepríjemňovaly život. Alkoholismus se odrazil i po finanční stránce, respondenti se dostali do dluhů a ztratili tak finanční jistotu.

### 6.1.3 Léčba – nová naděje

Pro tuto skupinu trsů, jsem vybrala následující vzorce:

- Poškození na zdraví
- Rozhodnutí k léčbě
- Pomoc ze strany rodiny, okolí

Alkohol může působit blahodárně na naše zdraví, pokud si sem tam dáme skleničku vína nebo například piva, ale jen v malém množství, které nepoškodí zdraví jedince. Nadměrné a dlouhodobé pití nepříznivě působí na zdraví jedince. Alkoholik, i když dobře ví, a uvědomuje si, že konzumace alkoholu škodí zdraví, tak si jej většinou nedokáže odepřít.

Poškození na zdraví, tak se jmenuje první vzorec pro tuto skupinu trsů. U všech dotazovaných jsem se ptala, jak působil alkohol na jejich tělesné a duševní zdraví.

**Zdenek** ke svému zdravotnímu stavu uvádí: „*No já jsem z toho vyšel ještě dobře, jenom jsem měl zvýšené jaterní testy, ale jinak nic.*“ Neúměrné pití alkoholu zanechalo na Zden-

kovi spíše problémy psychického rázu, měnily se u něj nálady, upadal do depresivních stavů: „*Spíše jsem byl na tom špatně psychicky, často se u mě ještě dlouho měnily nálady, míval jsem ukrutné deprese, kolikrát sem se zavřel u sebe v pokoji a třeba dva dny sem nevylez.*“ Problémy přetrvávaly ještě nějaký čas, kdy Zdenek již abstinovat: „*A to i v době, když už jsem nějaký čas abstinovat.*“

**Milan** si pitím alkoholu přivodil zdravotní problémy v oblasti žaludku a zažívání, stávalo se, že i několik dní se pořádně nenajedl a vůbec nedodržel správné stravovací návyky: „*Já když jsem pil, tak jsem neměl na jídlo chuť, no a tak jsem si poničil žaludek...*“ trápily ho ukrutné křeče a do dnešního dne má zažívací problémy: „*... míval jsem tak strašné křeče, a dodneška mně ten žaludek trápí.*“ Také po psychické stránce na tom Milan nebyl dobře: „*Ale také jsem míval hodně velké kocoviny, bolela mně hlava a někdy sem se třepal i celý den, i když jsem se napil tak to nepomohlo.*“ I u Milana se nepříznivé psychické problémy projevovaly i v době, kdy již abstinovat: „*Ještě dlouho potom, co už jsem abstinovat, se mi třásly ruky.*“

**Petr** je na tom se svým zdravím dodneška bídě: „*Takže to zdraví je špatné, no.*“ Lékaře navštěvuje pravidelně a užívá spoustu léků: „*Tak já mám zdraví úplně zničené, dokonce sem dostal aj částečný důchod, protože to moje zdraví je fakt špatné, a je to tím pitím teďka už to vím.*“ Dlouhodobá závislost se odrazila jak po tělesné stránce: „*Pak játra no ty mám špatné, měl sem zánět slinivky a takej cosi s ledvinama...*“, tak i po stránce psychické: „*Jak říkám mám epileptické záchvaty, sice teď ne protože nepiju...*“ Několikrát prodělal i delirium tremens, duševní onemocnění, které patří mezi nejčastější alkoholové psychózy, které se objevují při dlouhodobé nadměrné konzumaci alkoholu: „*tak sem byl v delírku, já sem myslel, že umřu, že je to moja poslední minuta.*“

Na **Milošovi** jeho pití žádné větší fyzické zdravotní problémy nezanechalo, nějakou dobu měl vysoké jaterní testy, ale po nasazené medikaci se testy upravily: „*můj zdravotní stav je celkem dobrý, naštěstí jsem z toho vyvázl poměrně dobře, jen játra jsem měl zvětšené, ale to se spravilo, když jsem asi rok užíval léky.*“ Milana občas přepadají velké bolesti hlavy: „*A ještě jsem si z toho mého období, kdy jsem pil, přivodil migrény.*“, „*Čas od času mně přepadne migréna.*“

**Olina** má taktéž zdravotní problémy, které souvisí s jejím nadměrným pitím do dneška: „*Já mám zdravotní problémy, chodím pravidelně k lékaři.*“ Musela prodělat náročnou operaci břicha: „*Mám problémy s břichem, moc o tom nechci mluvit, ale lékař mně říkal, že*

*jsem si to způsobila tím pitím.*“ Pití alkoholu u žen může způsobit i narušení menstruačního cyklu a tak se také stalo v případě Oliny: *„Také jsem měla ženské problémy, více jak půl roku jsem nedostala menses, to taky bylo kvůli pití.*“ i po psychické stránce se Olině při její závislosti přitížilo: *„Musím i docházet k psychiatrovi, byla jsem na tom psychicky špatně, já jsem nechtěla, ale taťka mně tam dovedl.*“

**Jitka** dala přednost pití alkoholu před důležitou operací ženských pohlavních orgánů: *„ Já jsem byla na operaci, gynekologické, měla jsem nějaké myomy, mohla jsem si to způsobit i tím pitím, ale spíš ne. Já jsem měla problémy už dlouho, ale nikdy jsem si nenašla čas zajít k doktorovi, radši jsem dala přednost pití.*“ Jitka pravidelně dochází na psychiatrii: *„ Chodím i na psychiatrii, málem jsem se tam musela jít léčit, já jsem si totiž sáhla na život, jednou když jsem byla úplně opilá, jsem si vzala hrst léků a spolkla jsem je, našli mně rodiče a zavolali záchranku.*“, *„ Já už jsem nechtěla žít... “* byla ji diagnostikovaná maniodepresivní psychóza: *“Mám maniodepresivní psychózu.*“

**Rozhodnutí k léčbě** je jedním z nejdůležitějších kroků, jak přestat pít. V první řadě je důležité si svou závislost uvědomit, a hned poté se rozhodnout pro léčbu. Nejlepším řešením, je když se jedinec rozhodne sám, samozřejmě, že důležitou roli při rozhodování mají i nejbližší. Ale pokud jedinec není přesvědčen a rozhodnut sám, a jde se léčit na nátlak rodiny, nebo přátel, tak většinou léčbu nedokončí anebo v brzké době recidivuje.

**Zdenek** podstoupil jedno protialkoholní léčení, rozhodl se pro něj sám, i když i velkou zásluhu na jeho rozhodnutí měla přítelkyně: *„Rozhodl jsem se vlastně sám i poprvé podruhé taky sám, no možná k tomu dopomohla i moje přítelkyně protože hodně naléhala, abych šel na léčení... “* a bohužel také tragická událost, která postihla syna jeho přítelkyně: *„Ale to nejdůležitější rozhodnutí nastalo ve chvíli, kdy umřel Honzík, on neměl rád, když jsem pil, protože jeho otec byl alkoholik a on alkohol nenáviděl a odsuzoval, když někdo pil. Chtěl jsem to udělat pro něho, i když už nebyl mezi náma, tak jsem chtěl dokázat, že to zvládnou.“* Nejtěžším momentem na tomto rozhodnutí, se odrazila právě tato tragická událost, Zdenka trápily velmi silné výčitky: *„Bylo, nejtěžší byla ta vina a ty výčitky proč právě Honza a proč se to stalo.“*

**Milan** přišel o práci nezvládal už ani svou finanční situaci: *„ Já jsem si nadělal velké dluhy, no a všichni to chtěli vrátit, zaměstnavatel mně vyhodil tak jsem neměl z čeho to vrátet... “* kvůli nedostatku peněz, trpěl nízkou hladinou alkoholu v krvi a to sebou přinášelo

těžké odvykací stavy: „...už jsem neměl ani peníze na tu kořalku, neměl sem ju za co kupovat a na dluh už mně nikdo nechtěl dát. Byl jsem úplně na dně a tak mně nic jiného nezbylo...“ Milan podstoupil tři protialkoholní léčby, první z nich ukončil předčasně a další dvě řádně dokončil. První dvě léčby podstoupil na naléhání jeho matky a bratra, pro tu třetí se rozhodl převážně sám, i když mu k tomuto rozhodnutí pomohla i jeho rodina: „Naposled co sem byl, sem se rozhodnul aj sám, protože už jsem nemohl dál .... Tak jsem požádal brácha a mamku zase o pomoc a brácha mně tam odvez. Nejtěžší na tom rozhodnutí byla nedůvěra, kterou měl v sám sebe. Báł se, že to opět nezvládne a léčbu ukončí dříve: „nevím asi to vydržet, už jsem nechtěl, aby ze mě byla troska.“

**Petr** absolvoval protialkoholní léčbu celkem osmkrát, teprve při jeho šesté léčbě se rozhodl sám za sebe, předtím mu vždycky léčba byla nařizena soudně: „ No když sem tam šel dobrovolně tak to byla už moja 6. léčba, ty předchozí sem měl nařizené.“ Dostal svůj první epileptický záchvat a poté byl hospitalizován v nemocnici, jeho zdravotní stav ho vylekal, a proto se rozhodl podstoupit další léčbu: „A bylo to proto, že sem dostal ten záchvat, já sem si ho sice nepamatoval, ale doktoři říkali, že je to vážné, byl sem skoro 3 týdny v nemocnici.“, „Měl sem strach a tak proto sem sa šel léčit, to sem tam vydržal.“

**Miloš** byl na léčení celkem dvakrát a pokaždé se rozhodl, sám, i když zásluhu na tom měla i jeho rodina, v prvním případě to byla přítelkyně, se kterou se právě sblížil a plánoval s ní společnou budoucnost“ „Poprvé to bylo, když se k nám přistěhovala mladá žena, pomalu jsme se začali sblížovat. Já jsem se jí snažil pomáhat, ale v té době jsem už bez alkoholu nemohl být. Tak jsem se šel léčit.“, „Rodiče mně několikrát přemlouvali již dříve, ale já jsem na jejich řeči nedal.“ V případě jeho druhé léčby se rozhodl především kvůli svému synovi: „Podruhé jsem se rozhodl kvůli synovi, chtěl jsem ho do péče.“ Nejtěžší byla opět obava ze selhání, neuměl si svůj život bez alkoholu představit, ale ani nechtěl, aby byl alkohol součástí jeho života: „... měl jsem strach z toho, že to nezvládnu, neuměl jsem si život bez alkoholu představit, musel jsem ho mít každý den.“ Nad vodou ho v obou případech držela rodina, poprvé to byla manželka a podruhé jeho syn“ „Ale nádej na nový život s přítelkyní a založení nové rodiny pro mě byla velká motivace.“, „ A pak také syn už jsem se těšil, jak budeme žít spolu:“

**Olina** absolvovala také léčbu dvakrát, poprvé to vzdala a při druhé léčbě již byla úspěšná. Rozhodnutí pro léčbu přenechala na své rodině, poprvé to za ní rozhodl její manžel: „První manžel, už se mnou nechtěl žít, tak mně řekl, že buď se půjdu léčit nebo, že buď se půjdu



*lécit nebo, že se rozvedeme, a syna si nechá., tak sem šla, nechtěla sem přijít o ně, o rodinu...“ , „ ...,ale já jsem tam stejně nevydržela.“ Při rozhodnutí pro druhou léčbu poslechla svého otce“ „No a pak tatka, řekl mně, že sa neumím o sebe postarat, domluvil to s mojí lékařkou a poslal mně tam...“ Olina měla strach z reakce okolí, až se všichni dozví, že musela podstoupit protialkoholní léčbu: „Já jsem musela jít na tu léčbu a nejtěžší bylo, že se to všichni v okolí dozví, že mně budou pomlouvat a posmívat se mně.“*

**Jitka** se léčila jenom jednou, i v jejím případě se rozhodla sama, ale kvůli své rodině, svým dcerám: „Rozhodla jsem se sama, ale také kvůli dcerám a rodičům...“ V jejím rozhodnutí ji podporovala i její nejlepší přítelkyně: „Ještě kamarádka, my jsme to spolu hodně probírali a také říkala, že to je nejlepší co můžu pro sebe udělat.“

#### Pomoc ze strany rodiny, okolí

**Zdenkovi** v průběhu léčby rodina ani přátelé nepomáhali, zůstal totiž sám. Přítelkyně od něj odešla, a jeho matka a sourozenci byli také v té době závislí na alkoholu a starali se jen o sebe: „Ne nepomáhala, zůstal jsem sám...“, „ Zuzka jako přítelkyně ode mě odešla...“, „Mamka v té době hodně pila a moji bráši na tom nebyli o nic lepší.“ Největší nadějí pro něj byl návrat jeho přítelkyně: „Nad vodou mně držela naděje, naděje na to že se ke mně Zuzka vrátí, a že mně tam někde nahoře Honzík odpustí...“

**Milanovi** rodina s léčbou i v jejím průběhu hodně pomáhala: „Pomáhali mně hodně, oba dva...“, „Byl jsem jim vděčný, že při mně stáli, ale hlavně to že ve mně měli důvěru, prostě mně věřili, že to dokážu.“ Měl výčitky, že je své rodině na obtíž, že jim přiděluje starosti: „Když jsem přišel s tím, že už dál nemůžu, že mám hodně dluhů, a vyhodili mně z práce...“, „ Vlastně jsem je přišel poprosit o pomoc, oni se zachovali moc dobře...“ cítil se velmi provinile: „... já jsem měl z toho takový blbý pocit, tak jsem sa cítil, že lepší kdybych ani nebyl radši, nebo tak.“

**Petr** v 15 letech odešel z domu a s rodinou se nestýkal: „Ne nestýkali sme sa...“ Když byl v léčebně, napsal dopis rodičům, že by se chtěl vrátit domů: „za mnů přijela mamka jedenkrát, ale ona byla nemocná tak nemohla, ale aspoň mně psala dopisy, já jsem se na ni těšil domů.“ Návrat po dlouhé době domů, mu pomáhala zvládnout léčbu.

**Milošovi** pomáhala také jeho rodina, při první léčbě to byla přítelkyně: „... přítelkyně, která mně psala každý den dopisy a později když už jsem měl povolené návštěvy tak mně

často navštěvovala. “, „ *To mi dodávalo velkou chuť do dalšího života a léčbu jsem zvládal dobře.*“ Při druhé léčbě mu pomáhali rodiče a představa jak budou se synem žít spolu: „*Když jsem byl v léčebně podruhé, tak mně zase pomáhali moji rodiče, kteří si vzali syna do své péče a také představa života se synem o kterého jsem kvůli svému pití přišel.*“

**Olině** se při první léčbě pokoušel pomoci její manžel: „*Pomáhali při první léčbě, manžel, který mně říkal, že už všechno bude dobré...*“, léčbu, ale nezvládla a předčasně ji ukončila. Když podstoupila druhou léčbu tak oporou ji byla její matka: „*... a při druhém léčení mamka, ta za mnou vždycky přijela, tak aby to tatka nevěděl a něco mně vždycky přivezla, také mně hodně psala, a slibovala, že už bude všechno dobré a že mně bude pořád pomáhat.*“ Olina si nepřipouštěla, že by své rodině mohla být na obtíž, i když ji to její otec několikrát předhodil: „*Mně ani ne, ale tatkoví tomu jo, ten furt, že jim přidělávám starosti, a že se musí pořád o mně starat, jak kdybych byla malé děčko*“

**Jitka** se, se svými rodiči pohádala ještě předtím, než odešla na léčení, oporu tak měla ve svých dcerách: „*S rodiči jsme se pohádali tak ti ani neví, že jsem byla na léčení, ale dcery ty stály při mně, i když nemáme ještě mezi sebou ten správný vztah, tak ty stály při mně, psaly mně, telefonovaly.*“ Velkou podporu měla také ve své kamarádce, která ji pomohla léčbu zařídit: „*Ale nejvíc mně pomohla moje kamarádka, která mně na to léčení dovezla, ona mně to první dohodla u doktorky a já sem souhlasila, tak mně tam dovezla a držela mně nad vodou.*“, „ *Je to fakt nejlepší kamarádka a jsem ráda, že jí mám.*“ Taktéž Jitka měla pocit, že je své rodině na obtíž, a že jim přidělává starosti: „*Tak to víte, že mně to tak připadalo, kolikrát jsem ležela opilá na zemi a pozvracená, tak se o mně museli postarat, starali se o vnučky. Museli za mne platit dluhy, takže to se mnou neměli lehké, otec ten mně to i vyčítal.*“

### **Shrnutí**

Léčba závislosti je nová naděje pro život bez alkoholu. Svou závislostí si dotazovaní způsobili zdravotní komplikace, které se projevíly jak po tělesné stránce, tak i po psychické. Poškození jater, a psychické problémy se objevovaly nejčastěji. U Milana se objevily potíže se zažíváním, a také jej dlouho trápily třesy rukou. Petr byl na tom se zdravím, ze všech nejhůř, kromě poškození jater, prodělal zánět slinivky, měl problémy s ledvinami a trpěl častými epileptickými záchvaty. Dokonce jednou upadl i do deliria tremens, a jeho život byl v ohrožení. Olina trpěla zažívacími problémy, přidaly se i gynekologické obtíže a nějaký čas musela docházet k odborníkovi, který ji léčil z depresí. Jitka měla také gynekolo-

gické obtíže a dodnes trpí maniodepresivním onemocněním. všichni kromě Oliny dospěli k rozhodnutí podstoupit léčbu sami s pomocí svých rodin, za Olinu rozhodl nejdříve manžel, léčbu předčasně ukončila a poté ji k léčbě donutil její otec. Olina zůstala bez střechy nad hlavou, a pokud se chtěla vrátit domů k rodičům, tak musela podstoupit léčbu. Zdenek se rozhodl sám a při léčbě jej držela naděje, že se k němu jeho přítelkyně vrátí. Milanovi k jeho rozhodnutí dopomohla matka s bratrem a po celou dobu léčení i poté jej podporovali. Milan toužil po lásce a to mu dodávalo sílu léčbu zvládnout. Petr několikrát podstoupil protialkoholické léčení na soudní příkaz, když se však jeho zdravotní stav zhoršil, pro léčbu se rozhodl sám, zvládnout léčbu mu pomáhala vyhlídka na návrat domů a později také matka, která mu psala dopisy. Miloš se také rozhodl sám, po celou dobu jeho první léčby jej podporovala přítelkyně a v případě druhé léčby mu pomáhali rodiče a představa společného života se synem, který se k němu vrátil. Jak jsem se již zmínila, Olina na obě své léčby nastoupila pod nátlakem, nejprve ze strany manžela a poté ze strany otce. V průběhu léčby ji pomáhala matka a Olina si uvědomila prázdnotu svého života a těšila se, na svého syna. I Jitka se rozhodla pro léčbu sama, ve zvládnutí léčby jí pomáhala přítelkyně a dcery. Také jí pomáhalo brzké setkání se svým druhem.

#### 6.1.4 Recidiva- strmý pád dolů

Recidiva strmý pád dolů jsem nazvala čtvrtou skupinu trsů a k nim přiřadila tyto vzorce:

- Spouštěče recidivy
- Dopad na životní úroveň rodiny
- Dopad na partnerské soužití
- Dopad na pracovní život
- Dopad na společenský život

Recidiva strmý pád dolů

Spouštěčem recidivy může být nějaká konkrétní událost, která jedince, vyvede z míry a on se s ní nedokáže vyrovnat. Může se jednat o nějakou nepříjemnou událost, hádky a rozepře v rodině, nebo také zklamání. Také se může stát, že se člověk nechá zlákat svými dřívějšími kamarády.

U **Zdenka** nastala recidiva v době, kdy i se svou přítelkyní přišli o práci: „*no já jsem přišel o práci a Zuzka taky tak jsme zůstali bez peněz, no sice jsme měli podporu, ale to neby-*

*lo nic moc, tehdy bylo o práci nouze, tak jsem nic nenašel, no a začal jsem to řešit tím pitím.“ Mezi partnery nastaly častější hádky: „Začali jsme se doma hádat a už to bylo...“ Nejprve Zdenek cítil úlevu, ale potom přišly kvůli porušení abstinence výčitky: „No zprvu úlevu, když jsem měl alkohol tak jsem tak na ty starosti nemyslel, ale pak přišly i ty výčitky...“*

**Milanovi**, chyběla společnost, o všechny své kamarády přišel v době své závislosti, zůstali mu jen ti „pochybní“ z restaurací: „*Já jsem neměl žádné jiné kamarády, jenom ty v té hospodě a tak mně chyběla společnost, no a vždycky jsem se tam za nima vrátil.*“ Trápil se i tím, že si dosud nenašel žádnou spřízněnou duši, velice toužil po lásce: „*Také jsem neměl žádnou přítelkyni, psal jsem inzeráty, ale nic z toho nevyšlo, to mně trápilo.*“ Když se vrátil k alkoholu, tak se mu zpočátku ulevilo, ale později si vyčítal, že trápí svou matku: „*Vždycky nejprve úlevu a potom přišly výčitky, to že trápím mamku, ale to bylo, až jak sem s tím pitím nemohl přestat, v té době už to samo od sebe nešlo.*“

**Petr** prožil větší část života na ulici a s alkoholem: „*Já ani nevím, já sem si život bez toho pití neuměl ani představit, ono patřilo ke mně.*“, „*Furt sem měl, na ten chlást promiňte alkohol chuť a nedokázal sem ju přemoci.*“ Poslední recidiva přišla asi po roku abstinence, když se jeho otec rozhodl, že ukončí dobrovolně svůj život: „*Ale naposled jak sem začal pít...*“, „*... když sa taťka oběsil, my sme ho nemohli dva dny najít...*“, „*Tak sem pak šel cosi do stodoly a tam sem ho našel, no to byla hrůza.*“ Alkohol mu přinesl úlevu a už nemyslel tolik na nepříjemnou událost: „*furt sem ho tam viděl, jak tam visí a tak sem si zase dal...*“, „*Fakt mně to přineslo úlevu, no ulevilo sa mně protože už sem zasej, myslel na pití a všechno ostatní sem vymazal.*“

**Miloš** neunesl hádky v manželství: „*Já jsem byl strašně žárlivý, no a manželka furt někam chodila, tak sme se pořád hádali a já jsem zase sáhl po tom pití.*“ Zpočátku mu alkohol poskytl úlevu, ale ten vztek ho nepřešel a svou manželku hlídal čím dál víc: „*Tak to víte, že nejprve se mně ulevilo, ale ten vztek stejně nepřešel, ještě sem byl víc agresivní.*“

**Olina** opět na vlastní žádost odešla ze zaměstnání a zůstala celé dny doma: „*Já jsem nevydržela v práci, kterou mně manžel našel a zase sem zůstala celé dny doma...*“ chtěla chodit po návštěvách, ale její přátelé na ni neměli čas: „*kamarádky a přátelé na mně neměli čas, pořád se točili kolem své rodiny, no a tak jak jsem se nudila tak sem prostě začala pít.*“ Z počátku jí alkohol přinášel úlevu, ale i slabé výčitky se dostavily: „*Určitě úlevu, měla*

*jsem nějakou náplň dne, výčitky sem neměla, no možná trochu jo, když odešel manžel se synem, tak to trošku jo“*

**Jitce** se obrátil život vzhůru nohama, jejího druha zatkla policie a ona zůstala jen se svými dcerami bez finančních prostředků: *„...zavřeli mého druha do basy, teda vězení.“*, *„To mně úplně dostalo na dno, zůstala jsem bez druha, bez peněz a nevěděla jsem co dál, tak jsem sáhla po flašce.“* I Jitka pocítila úlevu: *„Ulevilo se mně, nemusela jsem přemýšlet nad tím, co bude, jak to s náma všema dopadne.“*

Recidiva má značný dopad na životní úroveň rodiny, závislost na alkoholu některého ze členů rodiny ochuzuje finančně celou rodinu. Alkohol stojí spoustu peněz, a závislý si vždycky na svoje pití nějaké finance najde.

**Zdenek** na otázku, zda jeho recidiva snížila jejich životní úroveň, v rozhovoru uvedl: *„Určitě, protože už tak jsme na tom s penězi byli špatně a já si ještě za ně kupoval alkohol, sice většinou levné víno, ale i tak to stálo peníze a když si to teď spočítám tak zas tak málo to nebylo.“*

**Milanova** rodina také pocítila snížení úrovně následkem jeho recidivy: *„Určitě ano, a to dost...“*, *„Přišel jsem o práci a mamce jsem kolikrát sebral i peníze z důchodu. Pak sem si nadělal velké dluhy a ona je za mně platila, dokonce i brácha mně je pomáhal splácet.“* Finance rychle ubývaly a někdy se i stávalo, že došly úplně: *„V obchodě jsme si mohli kupovat jen to nejnnutnější, já jsem moc nejedl, ale mamka měla kolikrát suchý chleba s čajem třeba i tři dny.“* Milanův brat se mu snažil také pomáhat i na úkor své rodiny: *„Bratr si také nemohl dovolit kupovat nic navíc a určitě tím trpěla jeho rodina a asi nejvíc jeho malý syn.“*

**Petr** měl sice svůj příjem a to částečný invalidní důchod, ale jeho finance mu nestačily: *„Tak já sem do práce nechodil, měl sem ten důchod, a tak určitě protože alkohol je drahý.“*, *„A já sem denně vypil aj 5 – 6 litrů vína nebo tak 2 litry kořalky a moje peníze mně nestačily tak jsem bral mamce peníze z jejího důchodu...“* Následkem recidivy se i jejich životní úroveň rodiny snížila: *„Ale určitě sa zhoršila.“*

**Miloš** na otázku zda si myslí, že se zhoršila životní úroveň jeho rodiny, uvádí: *„Já si to nemyslím, já to vím...“* Finanční situace v jeho rodině nebyla dobrá: *„Peněz moc nebylo, a*

*když nějaké byly, tak jsme si za to kupovali pití, děti nás pomalu neznaly, chodily pořád v tom samém oblečení, nekupovali jsme jim žádné hračky...“veškeré finance tak šly na alkohol: „...prostě všechny peníze šly na alkohol a ještě cigarety.“*

**Olina** si zhoršení životní situace, kvůli jejímu popíjení nepřipouštěla: *„Manžel mohl vydělat víc peněz, sem mu říkala, že má jít podnikat, tak chlapi jsou od toho, aby živili rodinu ne?“* Kromě alkoholu Olina ráda nakupovala přes internet, často i zbytečné věci, dražší zboží nakupovala na splátky: *„...manžel pořád nadával, že už nic nemám kupovat, ale já jsem to brala skoro vždycky všechno na splátky...“* Když jim došly finance tak alkohol i cigarety si vzala v místním obchodě na dluh: *„no a na alkohol a cigarety jsem taky vždycky měla, moje teta má obchod, tak jsem si to vzala na dluh a manžel to potom zaplatil.“*

**Jitka** díky svému druhovi, byla zvyklá na určitý luxus, když jej zatkla policie, zůstala její rodina bez finančních prostředků: *„Určitě, já jsem byla zvyklá na vysoký standard, měla jsem vysoké nároky, a najednou kvůli mému druhovi jsme zůstali bez financí.“* Naštěstí se k ní přistěhovali její rodiče, kteří začali pomáhat: *„Tak nám zbyl jen důchod, co měli naši...“* Jitka si i přesto, že jejich finance nebyly vysoké, kupovala alkohol: *„...ale na alkohol sem si vždycky vzala, jednou se stalo, že když sme neměli žádné peníze, tak jsem prodala televizi.“*

#### Dopad na partnerské a rodinné soužití

**Zdenek** ve svém rozhovoru popisuje, jak reagovala partnerka a její syn na recidivu: *„Partnerka špatně, ta protestovala, prosila mně, abych toho nechal, a já jsem to nedokázal.“*, *„To s náma bydlel ještě Honzík a ten se úplně uzavřel do sebe a přestal se se mnou bavit, pak se od nás odstěhoval.“*

**Milan** také uvádí, že jeho recidiva rodinu zasáhla: *„Mamku to trápilo a bráchu toho taky, pořád mně domlouvali, mamka často i brečela, ale já jsem pil dál.“* Přišly i vyhrůžky, ale Milan s pitím nepřestal: *„Několikrát mně k léčbě i nutili, říkali, že když se nepůjdu léčit, že mně vyhodí, ale neudělali to.“* Pokoušel se najít si partnerku, ale protože se nedokázal vzdát alkoholu, tak se mu to příliš nedařilo: *„Partnerku jsem neměl, kvůli tomu, že jsem pil mně žádná nechtěla, i když se mně na inzerát sem tam někdo ozval, tak když přišlo k setkání, tak to všechny na mně poznali, že jsem alkoholik a víckrát sme se nasetkali.“*

**Petr** si několik svých recidiv prožil sám, bez rodiny či přítelkyně. Když se vrátil domů a opět recidivoval, jeho matku to zasáhlo: *„Mamku tu to mrzelo, chtěla abych sa šel, zasej léčit, ale já sem nechtěl, no a ségry ty k nám nejezdily vůbec, měli svoje rodiny a mamka*

jezdila za nima.“ I přes prosby své matky, recidivu neukončil, a neodešel na léčení“ „*Já sem na mamku nedal, přestal sem chodit k doktorovi a přestal brát ty prášky co sem měl.*“ Při vzpomínce na družku, se kterou chvíli žil uvádí: „*Když jsem žil s tů přítelkyní tak ta mňa pak vyhodila.*“

**Milošova** manželka byla také závislá na alkoholu a manželovu recidivu neřešila: „*Manželce té to bylo jedno, ta pila se mnou...*“ rodiče s nastalou situací nebyli spokojeni. „*...ale moji rodiče to nesli špatně...*“ také děti se s novou situací nedokázaly vyrovnat: „*...no a děti tak ty úplně, my se o ně vůbec nestarali a třeba jsme je ani několik dní neviděli, museli se o ně postarat moji rodiče.*“ Následkem Milanovy recidivy byly děti po nějakém čase umístěny v dětském domově: „*...no moje děti dokonce, žily nějaký čas v dětském domově, manželka byla zavřená a já jsem pil.*“

**Olina** se svým manželem se v době, kdy pila odcizili: „*My jsme se odcizili, spávali jsme každý zvlášť. Já jsem ani o sebe nedbala, třeba sem se i dva dny, když jsem byla doma neučesala, týden jsem chodila v jednom tričku a teplácích, abych nemusela pořád prát...*“ nestarala se o domácnost a manžel musel vykonávat všechny domácí práce za ni, večer když přišel z práce: „*a manžel si svoje a synovy věci musel prát i žehlit sám, manželovi to všechno vadilo a říkal, že jsem se mu zhnusila.*“ Když Olina nepřestala pít, manžel ji z domku vyhodil a zůstal se synem: „*Manžel se mnou rozvedl, nechal si syna a já jsem musela odejít.*“ Chtěla se vrátit domů, ale její otec ji nevzal a poslal ji do léčebny: „*no a tatka ten mně nechtěl vzít zpátky domů, poslal mně zas na léčení.*“

**Jitka** měla zprvu oporu ve svých rodičích: „*Rodiče mně nejprve pomáhali, také byli v šoku z toho, co se stalo...*“ Postupem času od nich přišly výčitky a snažili se jí domluvit: „*...ale později mně to začali vyčítat a snažili se mně od toho pití odtrhnout.*“ Dcery nesly matčino pití špatně: „*Holky tak ty to nesly špatně, prosily mně, domlouvaly mně, ale to stejně nepomohlo.*“ Nezbylo jim nic jiného, než se upnout na své prarodiče, a s matkou se pomalu odcizovaly: „*Potom se upnuly na moji mamku, ta je vlastně vychovávala.*“

Recidiva alkoholismu může mít negativní dopad na pracovní život člověka. Jedinec, který je ovlivněn alkoholem si nedovede řádně plnit své pracovní povinnosti, a dokonce může dojít i k pracovním úrazům a chodu celého podniku. Pracovat pod vlivem alkoholu patří k hrubému porušení pracovní kázně.

V době kdy **Zdenek** recidivoval, byl nezaměstnaný: „Zrovna jsem byl nezaměstnaný, takže nevím, jaká situace by nastala.“ Ale je přesvědčen, že alkohol by mu mohl způsobit v zaměstnání velké potíže: „Ale určitě bych měl problémy, protože předtím, v té práci nám dávali dýchat a kdo nadýchal třikrát, tak ten letěl.“ Zdenek ještě k tématu uvádí: „Vždyť já jsem nebyl schopen nic udělat doma, kolikrát jsem jenom ležel a u postele flašku.“

**Milan** díky své recidivě o své zaměstnání přišel: „Vyhodil mně, nejdříve mně domlouval, vzal prémie, ale pak mně dal paragraf a vyhodil mně.“ Uznává, že za tuto situaci způsobilo jeho opětovné pití: „Mohl jsem si za to sám, já sem kolikrát vůbec do práce nepřišel anebo sem nebyl schopný nic dělat.“, „Nejhorší bylo, že sem musel už pít i v té práci.“

**Petr** také vždy, když začal znovu pít, o práci přišel: „No vždycky sem letěl, párkrát mně vzal prémie a poslal pryč, pak sem si to musel naddělat no a nakonec mňa vykopl.“ Když žil na ulici do žádného zaměstnání nechodil a ani si žádné nehledal: „Já sem pak do práce už ani nechodil.“, „Byl sem bezdomovec, něco sme pokradli v obchodě, něco vysomrovali no a tož tak.“ Později když se snažil si práci najít, tak se mu to nedařilo: „... sem si ani žádnů nemoh najít, měl sem napsané v papírech že su alkoholik.“

**Miloš** kvůli tomu, že začal znovu pít, odešel ze zaměstnání sám: „Já sem přestal chodit do práce, prostě sem pár dní nepřišel a pak sem dostal výpověď.“ Už předtím, měl ale v zaměstnání značné problémy: „Ale předtím mně několikrát napomínal, někdy mně i vyhodil domů a dal mně áčko, on mně chtěl stejně vyhodit.“

**Olina** do zaměstnání nechodila, nebavilo ji to tam: „Mně to nikdy v práci nebavilo, radši sem byla doma.“ Ale přiznává, že v zaměstnání by alkohol pít nemohla: „Kdybych pracovala tak bych asi nemohla pít, to by se jim v práci určitě nelíbilo.“

**Jitka** si musela po zatčení svého druha práci najít: „Já jsem si musela najít práci, pracovala jsem jako pokladní v jednom supermarketu“ Kvůli alkoholu začala mít problémy: „... tam jsem měla problémy, několikrát jsem nebyla schopna přijít do práce, ale vždycky jsem se vymluvila na zdravotní potíže, ředitel mně napomínal, že to tak dál nejde. Výpověď dostala, když přišla do práce opilá: „Jednou jsem do práce přišla hodně opilá, kolegyně to na mně poznala, zavolala šéfa a ten mně vyhodil na hodinu.“



Dopad na společenský život, i společenský život, může být ovlivněn závislostí na alkoholu. Člověk dává přednost pití, před svými zájmy, koníčky a také přáteli. Alkohol člověka svazuje a je s ním spoután.

**Zdenek** moc do společnosti nechodil, nejvíce se zdržoval doma: „*Já jsem moc nikam nechodil, tak oni to ani nevěděli moc, to že piju.*“ V jeho rodině byli i ostatní členové na alkoholu závislí a to konkrétně jeho matka a oba dva bratři: „*A v rodině měl každý svůj problém, všichni s alkoholem.*“

**Milanův** společenský život se také změnil, o své kamarády přišel, protože na ně neměl čas: „*Já jsem o všechny své známé časem přišel, jak jsem seděl jenom v tych hospodách, tak sme se nějak odcizili, mně zůstali jenom kamarádi z hospody.*“ Příbuzní mu vyčítali, že trápí matku tak se jim Milan raději vyhýbal: „*Když k nám přijeli mamčini příbuzní, tak mně taky domlouvali, abych mamku netrápil a vyčítali to, že piju, tak sem se s nima radši nestýkal.*“

**Petr** vedl svůj společenský život na ulici mezi bezdomovci, později když se vrátil domů tak si našel kamarády, kteří, ale také měli problémy s alkoholem: „*Tak já sem měl kamarády většinou tam na ulici, jak sem byl, potom aj tady u nás, ale nějak veliké ne.*“ Alkohol ho svazoval a poutal k sobě: „*Tak dyž sem pil moc lidí sa se mnů nebavilo, jediné tak chlapí v hospodě, teďka mám víc kamarádů.*“

**Miloš** měl společnost druhých lidí velmi rád: „*S manželkou jsme rádi chodili do společnosti a bavili se, asi sem si to vynahrazoval jak, sem byl jako děcko stydlivý.*“ Časem, ale o své přátele také přišel: „*Ale potom nám zbyli jenom ti naši kamarádi z hospod a diskoték, protože sme neměli ani zájem se stýkat s někým jiným.*“

**Olina** je společenský typ, nejraději by chodila jenom po návštěvách, ale ne vždycky byla vítána: „*Kamarádky ty na mně neměly vůbec čas, když sem chtěla přijít na návštěvu tak se vždycky na něco vymluvili...*“, „*Já strašně ráda chodím po návštěvách, ale kamarádky prostě neměly pro to pochopení, jak kdybych jich otravovala, mně to připadalo.*“ K příbuzenstvu moc ráda nechodila: „*... no, a když jsem přišla k příbuzným, tak ti mi zase nechtěli nalít žádný alkohol, taťka jim to zakázal, tak to mně nebavilo tam chodit.*“

**Jitka** se přistěhovala na vesnici, kde vůbec nikoho neznala: „*Ve vesnici jsme byli noví, tady jsem nikoho neznala...*“ ve svém dřívějším bydlišti se k ní známí a přátelé vůbec neznali: „*no a ve Zlíně tam se mně skoro všichni známí začali vyhýbat, asi kvůli tomu druhovi.*“

## Shrnutí

V této skupině trsů jsem zkoumala, spouštěče recidivy a jaký má dopad recidiva na kvalitu života jedince. Jak výzkum prokázal, spouštěčem ve všech případech byla nepříjemná událost, která se v životě mých respondentů objevila. Nejprve jim alkohol přinesl úlevu, ale později nastaly výčitky. Zdenek přišel o práci a novou se nedokázal najít. Milanovi chyběli jeho kamarádi a proto se k nim a k alkoholu vracel, Petr si neuměl život bez alkoholu představit, přepadalo jej silné bažení, kterému neuměl odolat. V jednom případě u něj recidiva nastala po velmi smutné události, kdy svého otce našel oběšeného ve stodole. Miloš ten byl žárlivý a svou manželku neustále pronásledoval na každém kroku a z tohoto důvodu sáhl znovu po alkoholu. Olina se cítila sama, ze svého života pociťovala prázdnotu, měla spoustu volného času, tak začala pít, aby zahнала volný čas a nudu. U Jitky přišla recidiva v době, kdy jejího druha zatkla policie a posléze ho odsoudili k sedmi letům odnětí svobody.

Následkem recidivy, se u všech zhoršila životní úroveň, jenom Olina si to nechtěla připustit, ale její manžel byl opačného názoru. U mých respondentů se vyskytovala nepříznivá finanční situace, a v několika případech se prokázaly i vysoké peněžní závazky.

Na partnerský i rodinný život měla recidiva velice nepříznivý vliv. V případě Oliny, Miloše došlo dokonce k rozvodu, u dalších se vtahy v rodině pohybovaly na bodu mrazu.

Rovněž v pracovní oblasti se recidiva projevila nežádoucím způsobem. Milan, Miloš, Petr i Jitka dostali kvůli svému pití výpověď ze strany zaměstnavatele. Zdenek byl v době své recidivy nezaměstnaný a novou práci si nedokázal najít. Taktéž i Olina nepracovala, v žádném zaměstnání se jí nelíbilo a novou práci si ani nehledala.

Dopad na společenský život rovněž recidiva ovlivnila negativním způsobem, všichni mí respondenti se uzavřeli do sebe, a jejich nejlepším přítelem se stal alkohol.

### 6.1.5 Budoucnost – život bez alkoholu

Ke skupině trsů budoucnost- život bez alkoholu se vztahovaly právě tyto vzorce:

- Nový život
- Jak zvládat bažení
- Motivace

Nový život, život bez alkoholu, respondentů jsem se ptala, jak si představují svůj život bez alkoholu.

Ke **Zdenkovi** se po 3 letech odloučení vrátila jeho přítelkyně, chtěl by vést spokojený život a dokonce plánuje svatbu: „*Spokojený život se svou přítelkyní Zuzkou, kterou bych si chtěl vzít, ona se ke mně vrátila...*“ koupili si menší rodinný domek a právě jej zařizují, tak aby se jim tam dobře žilo: „... *a koupili jsme si spolu malý rodinný domek, který si právě zařizujeme.*“ Zdenek si u domku udělal malou zahrádku a pořídil si i domácí zvířata: „... *kde jsem si udělal zahrádku, chovám tam zvířata.*“

**Milan** si našel novou práci u jedné malé firmy, kde je velmi spokojený. „*Já jsem si našel novou práci, která mě velmi baví...*“ rovněž našel i lásku, která mu tolik scházela: „... *a také jsem si dokázal najít přítelkyni, se kterou teď žiji v malém starším domku, společně i se svou mamkou.*“ Milan si přeje žít spokojený život se svou rodinou, a již nikdy se k alkoholu nevracet. „*Chtěl bych žít spokojeně a už nikdy se k alkoholu nevracet.*“

**Petr** zdědil po smrti své matky, rodinný dům, který pomalu, ale sám začal opravovat: „*Po rodičích sem zdědil náš domek a tak ho pomalu opravuju, ta práce mně pomáhá, a chtěl bych, aby po tom po mně zdědila moja dcera.*“ Dodal si odvalu a napsal své dceři, která je již dospělá dopis, kde ji zve na návštěvu k sobě. „*Už sem ji napsal dopis a doufám, že sa setkáme a že sa přijde podívat aj ke mně.*“ Petr by chtěl žít klidný život, setkat se se svou dcerou, a rovněž by si přál zlepšení svého zdravotního stavu. K alkoholu se již vracet nechce: „*No asi ten strach strašně sa bojím smrti, chtěl bych dohnat' to co sem v životě nestihnul a takej to setkání s tú dceru mňa drží při tom, abych nepil.*“

**Miloš** se znovu oženil a právě před 14 dny se mu narodil druhý syn. Bydlí se svou manželkou a svými dětmi v rodinném domku: „*Já jsem se znovu oženil, mám mladou manželku a malého syna, starší syn bydlí s námi, a také moje dcera i se svým manželem a synem, mým vnukem.*“ Chtěl by žít pro svoji rodinu a k alkoholu se také již nikdy nechce vracet: „*Chci žít pro svou rodinu.*“

**Olina** si taktéž našla novou práci a velmi se snaží plnit si své úkoly. „*Já jsem si našla novou práci a snažím se jí dělat dobře...*“ bydlí zpět u svých rodičů, ale snaží se o sebe starat sama bez pomoci matky: „... *vrátila jsem se k rodičům, ale musím se starat sama o sebe...*“ požádala o svěření syna do své péče a těší se na jejich společný život: „... *požádala jsem o syna zpět do své péče a bývalý manžel není proti.*“ A také, že jsem konečně poznala, jak jsem se chovala a uvědomila jsem si, že se asi musím změnit.

**Jitce** se vrátil domů její druh a i ona si našla nové zaměstnání: „*No tak vrátil se mně můj druh domů, a také jsem si našla novou práci.*“ Bohužel se ještě nestačila usmířit se svými rodiči, ale v nejbližší době se to hodlá napravit: „*sice jsme se zase pohádala s máma rodičema, ale chtěla bych to napravit.*“ Věnuje se svým dcerám: „*Také se sbližuju se svými dcerami, musíme si k sobě najít teprve cestu, já jsem se o ně dlouho nezajímala, tak se to snažím také napravit.*“ Svůj život by chtěla prožít po boku své rodiny a kamarádky, která ji velice podporuje: „*Chtěla bych žít v pohodě se svojí rodinou.*“, „*S mojí kamarádkou, ta mně pomáhala, ale i také moje dcery, které stály při mně, i můj druh, který mně psal a držel mně nad vodou.*“

**Jak zvládat bažení**, neodolatelná chuť na alkohol je jeden z nejčastějších spouštěčů recidivy, každý z mých respondentů si našel svůj způsob jak chuť na alkohol nejlépe překonat.

**Zdenkovi** ke zvládnutí bažení pomáhala práce na zahrádce a starost o domácí zvířata: „*Když jsem ještě ze začátku míval chuť na alkohol, tak mně nejvíce pomohla práce na mojí malé zahrádce, kde pěstuju ovoce, zeleninu, pořídil jsem si též domácí zvířátka- slepice, kachny, králíky, kočku a musím se o ně starat a tím jsem tu chuť na pití zahnal.*“ Pokud se na zahrádce pracovat nedalo, myslel na svou přítelkyni a jejího syna, který tragicky zahynul: „*Anebo sem si vzpomněl na přítelkyni a také na Honzika, psal jsem dopisy Zuzce, kde sem ji líčil, že až se ke mně vrátí, tak si budem spokojeně žít, a tím jsem tu chuť na pití zahnal.*“ Rovněž mu pomáhala naděje, že se k němu přítelkyně vrátí: *Naděj, naděj na nový život po boku přítelkyně.*“

**Milan** již chuť na alkohol nepocítuje, naučil se žít bez alkoholu: „*Ted' už chuť na alkohol nemívám...*“ dříve když jej bažení přepadlo, podnikal dlouhé procházky, nebo projížďky na kole: „*... ale když mně to přepadlo, tak sem to zahnal pohybem, rychlým pohybem, třeba jsem po kopcích obešel celou vesnici rychlým krokem, nebo sem sedl na kolo, a i když přšelo tak sem ujel třeba aj 50 kilometrů.*“ Musel se něčím zabavit, tak aby nad alkoholem neměl čas přemýšlet: „*Prostě sem se musel něčím zaměstnat.*“, „*Když mně to přepadlo v noci, tak mně brácha dal starý počítač a já hrál celou noc hry.*“

**Petr** zatím nutkavou touhu po alkoholu nepřekonal, i on vyjíždí na projížďky po okolí na kole: „*A tak když mňa přepadne chuť sa napít tak sednu na kolo a vyjedu si do přírody, strašně mňa to uklidňuje.*“ V přírodě vydrží relaxovat i několik hodin v kuse: „*Tam kolikrát vydržím aj několik hodin a enom odpočívám.*“ Odolat alkoholu se pokouší i myšlením

na svou dceru a představou jak se spolu již brzy setkají: „*A také myslím na dceru, to mně moc pomáhá, tak zaháním tu chuť takže důfám, že se setkáme a to mně pomáhá překonat chuť na pití.*“ ale hlavně aj ten strach.

**Miloš** začal podnikat výlety, nebo se jen tak projížděl autem: „*Podnikal jsem různé výlety, sedl sem třeba do auta, a jel jsem, kam mně to napadlo.*“ S manželkou založili klub turistů, kde se Miloš angažuje jako organizátor: „*S manželkou jsme založili u nás ve vesnici klub turistů, plánujeme různé výlety, také jsme začali pořádat dvakrát do roka bloudáček, to je cesta do neznáma, cíl známe jenom my a ostatní, musí pomoci slepé mapy dojet do cíle, během té cesty plní různé úkoly*“, „*Letos už je 4 ročník.*“

**Olina** zahání chuť na alkohol chozením na terapie a do klubu anonymních alkoholiků: „*Asi tak, že chodím na různá sezení, které pořádá i můj lékař, skupinové teorie, a také jsem navštívila klub anonymních alkoholiků, kde se mně líbí a také se tam pomalu začínám angažovat, pomáhám organizovat schůzky, pomáhám se sestavováním programu a tak no.*“

**Jitka** pokud má chuť na alkohol tak se musí něčím zaměstnat: „*Když mně to přepadne, a to se mně stává, snažím se něčím zaměstnat...*“ Pomáhají ji taktéž rozhovory se svou přítelkyní, které se může ze všeho vyzpovídat: „*... hodně mně pomáhá i ta kamarádka, která si na mně najde čas a popovídá si se mnou o tom.*“ Při rozhovoru se mnou se rozhodla zkusit skupinové terapie, které jsem ji doporučila: „*A také zkusím zajít na ty terapie, jak jste mně říkala, to by mně mohlo také pomoci.*“

**Motivace** je velmi důležitá, pokud má jedinec pro co, nebo koho žít můžeme říci, že nad svou závislostí již téměř zvítězil. Důležité je motivovat se novými plány a nalézat nové cíle, pro další život bez alkoholu.

Pro **Zdenka** je velkou motivací jeho přítelkyně, se kterou žije v rodinném domku, malá zahrádka kde pěstuje ovoce i zeleninu a ještě domácí zvířata, které si pořídil: „*Přítelkyně, která se ke mně vrátila, moje práce, kterou mám hned vedle našeho domku a taky ta zahrádka a samozřejmě i moje zvířata.*“

Pro **Milan** je největší motivací jeho rodina: „*Rodina, mamka a přítelkyně a také vnuci od mé přítelkyně. Prostě vést spokojený život s těmi nejbližšími.*“

Pro **Petra** je důležitou motivací jeho dcera a vyjíždky do přírody: „*Dcera, a také to kolo a tak sem začal jezdit, nikdy dřív sem sa o takové věci nezajímal, vlastně jsem ten život dá sa*

*řít promrhal s alkoholem.“, „Nikdy bych nevěřil jak je tady to okolí pěkné.“ Těší se na setkání se svou dcerou a tohle setkání jej také motivuje, aby již nikdy nesáhl po alkoholu: „A setkání s dcerou...“, „Už sa strašně těším...“, „A to je ta největší motivace pro mňa.“*

**Miloše** motivuje nejvíce jeho rodina, manželka, děti a malý vnouček: *„Rodina, na prvním místě rodina, manželka, děti, i můj malý vnouček.“* Velkou motivací jsou pro něj i jejich výlety, které společně se svými přáteli pravidelně podnikají: *„Rádi cestujeme po naší pěkné krajině a poznáváme nové věci i místa.“*

**Olinu** motivuje do jejího dalšího života její syn a brzká budoucnost, kdy budou bydlet zase spolu: *„Syn, to že budeme žít spolu...“* Obrovskou motivací je pro ni nalezení nového přítele, kterého by milovala: *„a také snad potkám novou lásku, to bych chtěla, na sezeních jsem se seznámila s mladým mužem, který se mi líbí, ale zatím po sobě jenom pokukujeme.“*

**Jitka** má svou rodinu, která ji žene dopředu a motivuje ji k životu bez alkoholu: *„Rodina, spokojený život...“* v nejbližší době plánuje svatbu, na kterou by chtěla pozvat i své rodiče: *„udobření se s rodičema a také plánujeme s druhem svatbu.“*

### **Shrnutí**

Ve skupině trsů budoucnost – život bez alkoholu jsem zjišťovala, jak probíhá nový život bez alkoholu, jak respondenti předcházejí bažení – carvingu a také co je jejich největší a nejdůležitější motivací do dalšího života. Ke Zdenkovi se vrátila jeho přítelkyně, koupili si rodinný domek, kde má Zdenek zahrádku a zvířata. Milan si našel novou práci, přítelkyni a nyní všichni žijí společně i s jeho matkou spokojeně. Petr po matce zdědil malý domek, který pomalu opravuje a sebral odvahu a napsal své dceři, kde ji prosí o setkání. Miloš si založil novou rodinu, narodil se mu další syn a je už dědečkem. Olina začala docházet na skupinové terapie a do klubu anonymních alkoholiků, kde se intenzivně angažuje, požádala soud o svěřeni syna do své péče. Jitce se vrátil domů její druh a pokoušejí se urovnat vztahy se svými dcerami.

Všichni dotazovaní si museli najít způsob jak zvládnout chuť na alkohol, aby neupadli do recidivy. Zdenkovi pomáhá práce na zahrádce a starost o zvířata, samozřejmě i jeho přítelkyně, Milanovi pomáhá sportování, procházky po okolí a projížďky na kole, pokud je nepříznivé počasí, tak hraní her na PC. Petr si rovněž koupil kolo a k překonání chuti na alkohol mu pomáhají vyjíždky do přírody, kde relaxuje a myslí na svou dceru. Miloš jezdí na výlety, nebo když jej přepadne chuť na alkohol, nasedne do auta a ujíždí, kam ho cesta

vede. Olina zahání chuť se napít, při různých sezeních a v klubu anonymních alkoholiků, sílu ji dodává její malý syn. Když přepadne Jitku chuť na skleničku, tak se snaží něčím zaměstnat, nebo jde za svou kamarádkou, která si s ní popovídá.

Motivací do dalšího života je pro mé respondenty spokojená rodina, u Zdenka ještě zahrádka a zvířata. Milana motivuje spokojenost rodiny, Petr se těší na setkání se svou dcerou, Miloš spolu se svou manželkou založili klub turistů, kde se oba angažují a to jej motivuje do dalšího života. Olinu motivuje syn, se kterým již bude opět žít v jedné domácnosti a Jitku motivuje brzká svatba, kterou se svým druhem plánuje a na kterou chce pozvat svoje rodiče, aby se s nimi mohla udobřit.

## 7 SHRNU TÍ VÝZKUMU

Výzkumná část bakalářské práce je zaměřena na recidivu u alkoholismu a její vliv na kvalitu života jedince

Cílem mého výzkumu, je odhalit, jak recidiva u alkoholismu ovlivňuje kvalitu života jedince. Zkoumala jsem stránky životní úrovně, jaký má recidiva dopad na partnerské a rodinné soužití, na pracovní život a společenský život jedince. Dále jsem zjišťovala, jak předcházejí recidivě a zvládají bažení – craving, nutkavou touhu znovu se napít. Co je motivuje do dalšího života, a jak si představují svůj život bez alkoholu.

Výzkum potvrdil, že alkoholismus má negativní dopad na partnerské a rodinné soužití. Všichni respondenti potvrdili, že u nich došlo k ochlazení citů, odcizení se a v několika případech dokonce došlo k úplnému rozpadu rodiny. Chování jedince pod vlivem alkoholu ovlivňuje úplně celou rodinu, ať jsou to partneři, děti, rodiče. Ze strany rodiny začíná přicházet domlouvání, přemlouvání, ať s tím pitím přestane, později se dostaví výčitky, hádky, v některých případech nastane rezignace, nebo právě již zmiňovaný rozpad rodiny. Člověk, který je závislý na alkoholu, si své rodiny příliš neváží, je ponořen do vlastního světa, světa alkoholu a jeho myšlení se upíná jen na to, až si bude moci zase dát skleničku.

Alkohol nepříjemně ovlivňuje i pracovní život jedince. Člověk pod vlivem alkoholu, není schopen si řádně plnit své pracovní úkoly a ohrožuje nejen sebe, ale také ostatní spolupracovníky a chod celého podniku. I v tomto případě výzkum u dotazovaných prokázal, že alkohol jim způsobil značné nesnáze a nakonec došlo i k rozvázání pracovního poměru.

Vinou závislosti na alkoholu trpí rovněž společenský život, dochází k odcizování kamarádů a přátel. Jedinec dává přednost alkoholu, který jej svazuje a připoutává k sobě. Jak vyplynulo z výzkumu, pro respondenty, byl problém udržovat kontakt se svými přáteli a kamarády, kteří alkoholu neholdovali. Pohybovali se v prostředí, kde se nacházel alkohol, nebo se pohroužili do izolace domova.

Zvládnout bažení a předejít tak recidivě vůbec není jednoduché. Chce to spoustu trpělivosti a pevné vůle. Šetřením jsem zjišťovala, jak účastníci zahánějí chuť na alkohol a tím předcházejí recidivě. Nejvíce se osvědčilo sportování, práce, výlety, nebo relaxace v přírodě. Jedna z účastnic pravidelně navštěvuje různá sezení a klub anonymních alkoholiků, a to ji pomáhá zvládat chuť na skleničku alkoholu.



Velkou motivací pro nový život bez alkoholu je pro všechny zúčastněné, především rodina, spokojený život, jejich práce, zájmy a koníčky.

## ZÁVĚR

Hlavním cílem mé práce bylo odhalit, jak recidiva u osob závislých na alkoholu působí na kvalitu života jedince a jakým způsobem zvládají bažení, touhu znovu se napít. Dále co je nejvíce motivuje do dalšího života, bez alkoholu. Tyto cíle jsem zkoumala v jednotlivých částech rozhovorů, které jsem posléze pomocí transkripce, přepsala a jeden z nich vložila do přílohy VI.

Z analýzy rozhovorů je patrné, že alkoholismus, negativně ovlivňuje a způsobuje potíže ve všech životních oblastech jedince. Negativně působí i přítomnost závislého člena rodiny na ostatní příslušníky, zejména pak děti. Taktéž se potvrdil výskyt nutkavé touhy znovu se napít u všech dotazovaných. Právě bažení – cravingu a následné recidivě se v posledních letech začíná věnovat čím dál víc odborných lékařů (Nešpor, Csémy, Sovinová...). Pro ukázkou jsem vložila do přílohy IV, jednu z technik, jak se vyhnout nebezpečné situaci a předejít tak následné recidivě.

V teoretické části, která je podložena odbornou literaturou, se podrobněji zabývám alkoholismem jako takovým, jeho příčinami, charakteristikou a rozdělením osob závislých na alkoholu, stádiem, vývojovými fázemi alkoholismu. Příznaky závislosti podle Mudr. Nešpora a dr. Jellineka jsem vložila pro lepší přehlednost do tabulek č. 1 a 2. Popisuji vlivy, které působí na kvalitu života, a snažím se vylíčit následky, které alkohol zanechává na osobách závislých, ale také ostatních lidech, kteří žijí společně s tímto jedincem. Rovněž líčím životní situace, kdy dochází ke změně v existenci osoby závislé na alkoholu, tyto změny jsem znázornila v obrázku č. 1. Část své práce věnuji i tématu léčby a následné recidivy, která může nastat. Průběh recidivy jsem zobrazila v tabulce č. 3.

Jedná se o práci převážně empirickou a ze získaných poznatků jsem stanovila poznatky pro praxi, které jsou určeny zejména těm, kteří mají ve svém okolí, či rodině osobu závislou na alkoholu, přínosem může být tato práce také pro pracovníky, kteří se v rámci své pracovní náplně s těmito lidmi setkávají (pedagogové, sociální pracovníci, lékaři, psychologové...). Práce, ale může sloužit i široké veřejnosti k rozšíření jejich vědomostí o této problematice a zejména samotným závislých, kteří se chtějí ze své závislosti úspěšně vyléčit.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

Monografie:

- [1] BÚRORA, Martin. *Překročit svůj stín. Kluby abstinujících a jiné svépomocné skupiny v péči o zdraví*. Praha: Avicenum, zdravotnické zařízení, 1991. ISBN
- [2] FÜRST, Maria. *Psychologie*. Olomouc: Votobia, 1997. ISBN 80-7198-199-0.
- [3] GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. 207 s. ISBN 80-85931-79-6.
- [4] HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. 776 s. ISBN 80-7178-303-X.
- [5] HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.
- [6] HOSEK, Jan. *Sám proti alkoholu*. 1.vyd. Havlíčkův Brod: Grada, 1998. 184 s. ISBN 80-7169-624-2.
- [7] JANÍK, Alojz a Karel DUŠEK. *Drogy a společnost*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0087-3.
- [8] KALINA, Karel a kol. *Drogy a drogové závislosti 2. Mezioborový přístup*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2003. ISBN 80-86734-05-6.
- [9] KOTULÁN, Jaroslav. *Zdravotní nauky pro pedagogy*. 3.vyd., Brno: Masarykova univerzita, 2012. ISBN 978-80-210-5763-0
- [10] MARHOUNOVÁ, Jana a Karel Nešpor, *Alkoholici, fenci a gambleři*. Praha: EMPATIE, 1995. ISBN 80-901618-9-8.
- [11] MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. 1. vyd. Praha: Portál, 2003. 228 s. ISBN 80-7178-549-0.
- [12] MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4
- [13] NEŠPOR, Karel. *Vaše děti a návykové látky*. Praha: Portál, 2001. 157 s. ISBN 80-7178-515-6.
- [14] NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál, 2003. 151 s. ISBN 80-7178-831-7.
- [15] NEŠPOR, Karel. *Zůstat střízlivý*. Brno: Host, 2006. ISBN 80-7294-209-9.
- [16] NEŠPOR, Karel a Ladislav CSÉMY. *Bažení (craving). Společný rys mnoha závislostí a způsoby zvládnání*. Praha: Sportpropag, 1999.

- [17] NEŠPOR, Karel, Hana PERNICOVÁ a Ladislav CSÉMY. *Jak zůstat fit a předejít závislostem*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. 120s. ISBN 80-7178-299-8.
- [18] RABOCH, Jiří, Pavel PAVLOVSKÝ a Dana JANOTOVÁ. *Psychiatrie – minimum pro praxi*. Praha: Triton, 2006. 212 s. ISBN 80-7254-746-1.
- [19] RAHN, Ewald a Angela MAHNKOPF, *Psychiatrie. Učebnice pro studium a praxi*. Praha: Grada Publishing, 2000. ISBN 80-7169-964-0.
- [20] SKÁLA, Jaroslav. *Alkohol a jiné (psychotropní) drogy: abúzus a závislost*. Praha: Avicenum, 1986.
- [21] SKÁLA, Jaroslav. *...až na dno!? Fakta o alkoholu a jiných návykových látkách (Zneužívání a závislost)*. 4. vyd. Praha: Avicenum, 1987.
- [22] SMOLÍK, Petr. *Duševní a behaviorální poruchy. Průvodce klasifikací. Nástin nosologie. Diagnostika*. 2. rozšířené vyd. Praha: Maxdorf, 2002. ISBN 80-859-12-18
- [23] SOVINOVÁ, Hana a Ladislav CSÉMY. *Kouření cigaret a pití alkoholu*. Praha: SZÚ, 2003. 92 s. ISBN 80-7071-230-9.
- [24] STRAUSS, Anselm a Juliet CORBINOVÁ. *Základy kvalitativního výzkumu*. Brno: Podané ruce, (nakladatelství Albert, Boskovice), 1999. ISBN 80- 85834-60-X,
- [25] ÜHLINGER, Claude a Marlyse TSCHUI. *Když někdo blízký pije*. Praha: Portál, 2009. 144 s. ISBN 978-807367-610-0.

Internetové zdroje:

[26] Příznaky závislosti podle dr. Jellineka [online].

URL:[http://www.alkoholik.cz/zavislost/psychika\\_a\\_telo/40\\_priznaku\\_zavislosti\\_na\\_alkoholu\\_dle\\_dr\\_jellinka.html](http://www.alkoholik.cz/zavislost/psychika_a_telo/40_priznaku_zavislosti_na_alkoholu_dle_dr_jellinka.html)

[27] Prohibice v české republice [online]

URL:<http://wiki.aktualne.centrum.cz/prohibice-v-ceske-republice/>

Seznam použitých symbolů a zkratek

AA Anonymní alkoholici

FAS Fetální alkoholový syndrom

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

<b>Obrázek 1: Spontánní změny motivace .....</b>	<b>25</b>
<b>Obrázek 2: Stačí jen vydržet.....</b>	<b>36</b>
<b>Obrázek 3: Prohibice v České republice.....</b>	<b>101</b>

**SEZNAM TABULEK**

<b>Tabulka 1: Příznaky závislosti dle dr. Jellineka.....</b>	<b>16</b>
<b>Tabulka 2: Příznaky závislosti dle Mudr. Karla Nešpora.....</b>	<b>17</b>
<b>Tabulka 3: Jak probíhá recidiva.....</b>	<b>35</b>
<b>Tabulka 4: Účastníci výzkumu.....</b>	<b>58</b>
<b>Tabulka 5: Semafor.....</b>	<b>102</b>

**SEZNAM PŘÍLOH**

<b>PI:</b> Dotazník závislosti.....	97
<b>P II:</b> anonymní alkoholici.....	98
<b>P III:</b> Prohibice v České republice.....	100
<b>P IV:</b> Semafor.....	101
<b>P V:</b> Otázky k rozhovoru.....	102
<b>P IV:</b> Přepis rozhovoru.....	104



## PŘÍLOHA PI: DOTAZNÍK ZÁVISLOSTI

### Dotazník závislosti

Všechny následující otázky se týkají období posledních 12 měsíců. Vyberte tu z následujících odpovědí, která se nejvíc blíží skutečnosti, a zatrhněte ji.

1. Cítili jste během posledních 12 měsíců silnou touhu nebo nutkání pít alkohol?

Ne

Někdy

Často

2. Nedokázali jste se ve vztahu k alkoholu ovládat? (Pili jste i tehdy, když to bylo nevhodné, nebo jste vypili víc, než jste původně chtěli?)

Ne

Někdy

Často

3. Měli jste tělesné odvykací potíže po vysazení alkoholu (např. nejčastěji třes po ránu)? Ne

Někdy

Často

4. Zvyšovali jste dávku alkoholu, abyste dosáhli účinku, původně vyvolaného nižší dávkou?

Ne

Někdy

Často

5. Zanedbávali jste dobré záliby kvůli alkoholu nebo jste potřebovali víc času k získání a k pití alkoholu nebo k zotavení se z účinku alkoholu?

Ne

Někdy

Často

6. Pokračovali jste v pití alkoholu přes škodlivé následky, o kterých jste věděli?

Ne

Někdy

Často

### Vyhodnocení

Spočítejte odpovědi „často“ a odpovědi „někdy“

3 - 6 odpovědi „často“ a „někdy“ znamenají, že se patrně jedná o závislost.

## PŘÍLOHA P II: ANONYMNÍ ALKOHOLICI

Svépomocná organizace Anonymní alkoholici, vznikla v roce 1935, jedná se o organizaci s celosvětovým působením. Ovlivnili další formy léčby závislých. Předběhli svou dobu. (Nešpor, 2003)

Ke vzniku organizace Anonymních alkoholiků se váže tento příběh: „*Známý švýcarský psychoterapeut C. G. Jung byl přesvědčen, že jednou z příčin závislosti je nenaplnění duchovních potřeb. Proto doporučil svému pacientovi neúspěšně léčenému pro závislost na alkoholu účast v tzv. Oxfordských kroužcích, kde vedli účastníci duchovně orientované diskuse. Toto doporučení se ukázalo jako šťastné. Tato zkušenost inspirovala Billa Wilsona, který byl považován za nevléčitelného alkoholika a jehož příběh je barvitě popsán v základní knize Anonymních alkoholiků. Bill, povoláním obchodník, se na cestách dostal do těžké krize. V této situaci ho napadlo zatelefonovat Bobovi Smithovi (rovněž alkoholik, povoláním lékař) a nabídnout mu pomoc. Ke svému překvapení zjistil, že ho touha po alkoholu přešla. Tato historka se bezprostředně váže ke vzniku AA.* (Nešpor, 2003, s. 101)

Organizace anonymních alkoholiků má důkladně propracovaný svůj systém, při kterém poskytuje již zkušený a delší dobu abstinující člen oporu, radu a povzbuzení novému členovi, který do organizace přichází. Podmínkou účasti v této skupině je úplná abstinence od všech návykových látek. Jejich činnost se soustředí na vzájemnou pomoc při překonávání návykového (Nešpor, 2003).

### Preambule AA

Anonymní alkoholici je společenství mužů a žen, kteří se snaží překonat svůj společný problém, který jim způsobila jejich závislost na alkoholu. Společně sdílejí své zkušenosti, dodávají si sílu a novou naději, věří v úplné uzdravení se ze své závislosti. Jediným požadavkem, který organizace má je touha přestat pít. Členové neplatí žádné poplatky, jsou soběstační, využívají své vlastní prostředky. Jejich cílem je zůstat střízliví a napomáhat ostatním lidem závislým na alkoholu k dosažení střízlivosti (Anonymní alkoholici, 1996).

### Dvanáct kroků AA

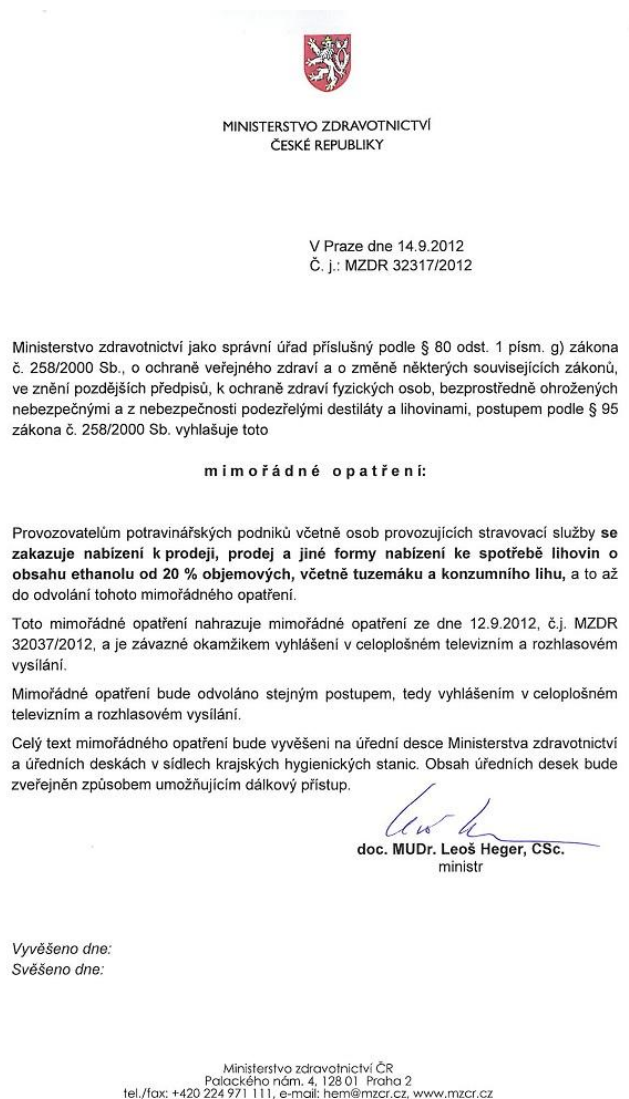
1. *Přiznali jsme svoji bezmocnost vůči alkoholu – naše životy začaly být neovladatelné.*

2. *Dospěli jsme k víře, že síla větší než naše může obnovit naše zdraví.*
3. *Rozhodli jsme se předat svoji vůli a svůj život do péče boha tak, jak ho chápeme.*
4. *Provedli jsme důkladnou a nebojácnou inventuru a revizi sami sebe.*
5. *Přiznali jsme Bohu, sami sobě a jiné lidské bytosti přesnou povahu svých chyb*
6. *Byli jsme zcela svolni s tím, aby Bůh odstranil všechny tyto naše charakterové vady.*
7. *Pokorně jsme ho požádali, aby naše nedostatky odstranil.*
8. *Sepsali jsme listinu lidí, kterým jsme ublížili a kterým to chceme nahradit.*
9. *Rozhodli jsme se provádět tyto nápravy ve všech případech, kdy to situace dovolí, s výjimkou těch situací, kdy by takové počínání druhým ublížilo.*
10. *Pokračovali jsme v provádění morální inventury, a když jsme pochybili, pohotově jsme to přiznali*
11. *Pomocí modlitby a meditace jsme zdokonalovali svůj vědomý styk s Bohem, jak jsme ho chápali, a modlili se pouze za to, aby se nám dostávalo poznání jeho vůle a síly jí uskutečnit.*
12. *Výsledkem těchto kroků bylo, že jsme se duchovně probudili, snažili jsme se předávat toto poselství ostatním alkoholikům a uplatňovat tyto principy ve všech svých záležitostech. (Anonymní alkoholici, 1996).*

## PŘÍLOHA P III: PROHIBICE V ČESKÉ REPUBLICE

V polovině září loňského roku začala platit v České republice částečná prohibice. Tohle opatření bylo vydáno v souvislosti s kauzou otravy metanolem, který se objevil v alkoholických nápojích s procentem alkoholu vyšší než procent. ([www.aktualne.centrum.cz](http://www.aktualne.centrum.cz))

### Obrázek 3: Prohibice v České republice



**Pramen: ([www.aktualne.centrum.cz](http://www.aktualne.centrum.cz))**

Policie v této kauze stíhá již více jak sedmdesát lidí. Na následky požití nebezpečného alkoholu zemřelo již kolem 50 lidí v celé naší republice. V oběhu stále koluje několik tisíc litrů tohoto závadného alkoholu.

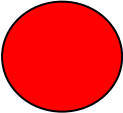
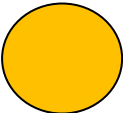
## PŘÍLOHA P IV: SEMAFOR

Bažení neboli nutková touha po alkoholu je velmi nebezpečná a zrádná. Přichází nečekaně a proto je velmi dobré, se na ni připravit. Nešpor (2006) ve své příručce nabízí spoustu technik, jak zvládat bažení a předcházet mu. Já jsem pro ukázkou vybrala jednu z nich.

Semafor se nejčastěji využívá v začátcích abstinence, kdy je bažení zatím nejsilnější a také se často objevuje. Člověk si takovýto semafor vyrobí a nechá někde na očích. V situaci, kdy dostane nepřekonatelnou chuť na alkohol, použije tento semafor.

Názorný příklad jak semafor funguje:

**Tabulka 5: Semafor**

	<b>STOP – ZASTAVIT, UVAŽOVAT</b>	Zastavit se a uvažovat o nebezpečné situaci, která nastala
	<b>VÝBĚR NEJVHODNĚJŠÍ MOŽNOSTI – UVAŽOVAT JAKÉ MOŽNOSTI SE NABÍZEJÍ A JAKÉ BUDOU MÍT KRÁTKODOBÉ A DLOUHODOBÉ NÁSLEDKY</b>	Určit si možnosti, jak se zachovat, uvědomit si následky těchto možností a poté vybrat tu nejvhodnější, nejbezpečnější možnost, kterou máme k dispozici
	<b>VYBRANOU MOŽNOST USKUTEČNIT A VYHODNOTIT</b>	Správnou a bezpečnou možnost uskutečnit a poté je dobré ji vyhodnotit

**Pramen: Nešpor 2006, str. 27**

## **PŘÍLOHA P V: OTÁZKY K ROZHOVORU**

### **Otázky k rozhovoru**

Kolik je Vám let?

Jaké je Vaše vzdělání?

Jaký je Váš rodinný stav?

### **1. okruh otázek - dětství a dospívání provázené osobou závislou na alkoholu**

Můžete mně prosím říct něco o Vašem dětství?

Jaký jste měl vztah k otci/ matce?

Byl některý člen vaší rodiny závislý na alkoholu?

Jaké pocity ve Vás opilost otce/matky vyvolávala? Jak jste to vnímal?

### **2. okruh otázek –alkohol – únik z reality**

Kdy jste poprvé okusil alkohol vy?

Co Vám vlastně alkohol v životě dával?

Co Vám naopak alkohol vzal? Jaké problémy Vám alkohol přinášel?

### **3. okruh otázek – léčba – nová naděje**

Povězte mně něco o Vašem zdravotním stavu. Jak jej alkohol ovlivnil a jaké zdravotní problémy Vám způsobil?

Co Vás přimělo k tomu, abyste podstoupil léčbu?

Rozhodl jste se sám, nebo Vás k tomu přemluvil někdo z rodiny?

Bylo to pro Vás těžké rozhodnutí? Co nejtěžší na tom bylo?

Pomáhala vám v průběhu léčby vaše rodina?

Kolikrát jste absolvoval protialkoholní léčbu?

Zdalo se Vám někdy, že jste Vaší rodině na obtíž?

### **4. okruh otázek–recidiva–strmý pád dolů**

Co způsobil Vaši recidivu? Co si myslíte vy, že bylo spouštěčem vaší recidivy?

Jak jste se cítil? Měl jste výčitky svědomí, nebo Vám naopak pití přineslo úlevu?

Jak reagovala rodina na vaši recidivu? Partnerka/děti?

Myslíte si, že následkem Vaší recidivy se zhoršila životní úroveň rodiny?

Popište jakým způsobem.

Kolikrát u Vás recidiva nastala?

Co vaše okolí, jak se k Vám chovali vaši příbuzní, kamarádi, známí, změnil se nějak jejich přístup k Vám?

Jak se k Vám zachoval zaměstnavatel, když zjistil, že u vás nastal opakující se problém s alkoholem?

Přestal jste pít sám, nebo jste musel podstoupit další léčbu?

### **5. okruh otázek – budoucnost – život bez alkoholu**

Popište, jak si představujete svůj život bez alkoholu.

Kdo nebo co Vám nejvíce pomohlo, abyste svou závislost překonal?

Popište, jakým způsobem předcházíte bažení? - to znamená, jakým způsobem zaháníte chuť na alkohol?

Co je vaší největší motivací do dalšího života?

## PŘÍLOHA P VI: PŘEPIS ROZHOVORU

### Rozhovor č. 5 Olina

- **Kolik je Vám let?**

„V červenci budu mít 35“

- **Jaké je Vaše vzdělání?**

„Vystudovala jsem soukromou školu a to střední ekonomickou. Maturitu jsem zvládla velmi dobře.“

- **Jaký je Váš rodinný stav?**

„Jsem rozvedená již 7 let, nyní žiju sama“

### 1. okruh otázek - dětství a dospívání

- **Můžete mně prosím říct něco o Vašem dětství?**

„Já jsem měla dobré dětství, můžu říct, že šťastné většinou mamka mně koupila, co jsem chtěla, když něco měly kamarádky a já jsem to chtěla, tak mamka na to našetřila a pak mně to koupila.“

„Ani jsem neměla doma žádné povinnosti, tak jsem svůj volný čas trávila s kamarádkami venku a pak k večeru se, se mnou mamka učila. Večer jsem se dívala na televizi a potom jsem šla spát, když mně bylo 14, tak jsem začala chodit na diskotéky, to mně mamka pouštěla, ale taťka o tom nesměl vědět“

- **Jaký jste měl vztah k otci/ matce?**

„Mamka byla hodná, jak již jsem říkala tak mně vždycky koupila všechno, ani jsem jí nemusela pomáhat doma, ona mně i uklízela, chtěla, abych si to dětství a dospívání co nejvíce užila. I před taťkou mně bránila, třeba když mně taťka nadával, že nemám uklizené, nebo mi něco nakázal, abych udělala tak ho mamka poslala pryč a udělala to ona. Když jsem měla nějaký problém ve škole, nebo mně někdo ze spolužáků nadával anebo jsme se třeba pohádali tak ona za mně všechno vyřešila. Tak jsme a dodneška máme dobrý vztah. Stále se mi snaží pomáhat.“

„S taťkou už ten vztah nebyl tak dobrý, bála jsem se ho, on mamce nadával, že mně k ničemu nevede a strašně mně rozmazluje, kolikrát jsem od něho dostala i výprask, ale to mně pak mamka dala třeba něco dobrého na zub, nebo něco koupila. Tak, tak asi. On je na



*mně přísný i teď, chce po mně, abych byla samostatná, Já se ale snažím, a tu pomoc od mamky ale ještě potřebuji. Chce to všechno čas.“*

- **Byl některý člen vaší rodiny závislý na alkoholu?**

*„Ano je, taťka, on sice nikdy na léčení nebyl a pije dodneška. Každý den prostě musí do hospody, říká, že by to tam bez něj nešlo, no a doma pil slivovici nebo rum, měl vždycky velké zásoby.“*

*„Když jsem měla asi 16, tak jsem se od své tety dozvěděla, že i moje mamka byla závislá na alkoholu, a když mně byly 2 roky tak byla na léčení. Já jsem o tom do té doby nevěděla, a ani jsem tomu nechtěla věřit, ale pak jsem se ptala mamky a ona mně to přiznala. Mamka ta si někdy skleničku vína nebo panáka dá, ale to většinou jenom na nějaké oslavě. Jinak nepije, to bych musela vědět.“*

- **Jaké pocity ve Vás opilost otce/matky vyvolávala? Jak jste to vnímala?**

*„Mamka tu jsem opilou ještě neviděla, ale taťka když je opilý tak je ještě přísnější než obvykle, třeba mně v noci vzbudil a řval po mně, protože jsem neměla uklizené, to jsem musela vstát a jít uklízet, ale naštěstí mně pomohla mamka. Já jsem z něho měla strach, několikrát se mi stalo, že když po mně křičel tak jsem se ze strachu i počůrala. On byl přísný pořád, ale když byl opilý tak byl ještě přísnější a vzteklejší než jinak. Někdy se stalo, že už byl opilý, když jsme obědvali a když se na mně podíval tak jsem měla úplně stáhly krk, že jsem ani pořádně dýchat nemohla, a nedokázala jsem nic sníst.“*

## **2. okruh otázek – alkohol – únik z reality**

- **Kdy jste poprvé okusila alkohol vy?**

*„Když mně bylo 14 a mamka mně pustila na diskotéku, tak jsem s kámoškou pila vodku s džusem, a hned poprvé jsem se strašně opila, kamarádi mně dotáhli domů, taťka naštěstí už spal a mamka mně kontrolovala celou noc a na druhý den mně omluvila i ze školy protože mně bylo špatně..... „(smích)*

- **Co Vám vlastně alkohol v životě dával?**

*„Já jsem hodně společenský člověk, když mně bylo 14 a začala jsem chodit na ty diskotéky, tak mně alkohol přinášel pocit uvolnění, navodila jsem si skvělou náladu...“*

*„Potom, když jsem vlastně začala pít, tak jsem alkoholem zaháněla nudu, nechodila jsem nikam do práce, ani jsem se nesnažila si nějakou hledat no a starost o domácnost jsem*

*nechávala na manželovi, mně to totiž nikdy nebavilo. Měla jsem hodně volného času a tak jsem tu prázdnost vyplňovala pitím, vždycky se mi zlepšila nálada, byla jsem taková veselější a zapomínala jsem na věci, které mně znepríjemňovaly život. Jako třeba, když manžel mně manžel furt nutil, abych si našla novou práci anebo abych se starala o domácnost, mně to prostě nebavila, tak jsem to nedělala.“*

- **Co Vám naopak alkohol vzal? Jaké problémy Vám alkohol přinášel?**

*„No vzal mně rodinu, manžel se, se mnou rozvedl, nechal si syna u sebe a já jsem musela odejít.“*

*„Jednoznačně tu rodinu a také bezstarostný život, teď se musím starat sama o sebe, musela jsem si najít práci, abych měla za co žít, a také se musím starat o domácnost. Chtěla jsem se vrátit k rodičům, ale tatka mně zpátky nevzal. Teď jsem mu za to vděčná, protože už bylo načase, abych se osamostatnila...“*

*„Hm...když nad tím přemýšlím, tak mi vzal také kousek zdraví, díky tomu pití, mám teď nějaké zdravotní problémy.“*

### **3. okruh otázek – léčba – nová naděje**

- **Povězte mně něco o Vašem zdravotním stavu. Jak jej alkohol ovlivnil a jaké zdravotní problémy Vám způsobil?**

*„Já mám zdravotní problémy, chodím pravidelně k lékaři. Mám problémy s břichem, moc o tom nechci mluvit, ale lékař mně říkal, že jsem si to způsobilá tím pitím. Také jsem měla ženské problémy, více jak půl roku jsem nedostala menses, to taky bylo kvůli pití. Musím i docházet k psychiatrovi, byla jsem na tom psychicky špatně, já jsem nechtěla, ale tatka mně tam dovedl. Teď už je to o něco lepší.“*

- **Kolikrát jste absolvovala protialkoholní léčbu?**

*„dvakrát“*

- **Co Vás přimělo k tomu, abyste podstoupila léčbu?**

*„První manžel, už se mnou nechtěl žít, tak mně řekl, že buď se půjdu léčit nebo, že se rozvedeme, a syna si nechá,, tak sem šla, nechtěla sem přijít o ně, o rodinu. Ale já jsem tam stejně nevydržela. No a pak tatka, řekl mně, že sa neumím o sebe postarat, domluvil to s mojí lékařkou a poslal mně tam...“*

- **Rozhodla jste se sama, nebo Vás k tomu přemluvil někdo z rodiny?**

„Jak jsem říkala první manžel a pak mně donutil taťka, sem z něho měla strach tak jsem šla...“ (na chvíli se odmlčela)...

- **Bylo to pro Vás těžké rozhodnutí? Co nejtěžší na tom bylo?**

„...Já jsem musela jít na tu léčbu a nejtěžší bylo, že se to všichni v okolí dozví, že mně budou pomlouvat a posmívat se mně...“

- **Pomáhala vám v průběhu léčby vaše rodina?**

„Pomáhali při první léčbě, manžel, který mně říkal, že už všechno bude dobré a při druhém léčení mamka, ta za mnou vždycky přijela, tak aby to taťka nevěděl a něco mně vždycky přivezla, také mně hodně psala, a slibovala, že už bude všechno dobré a že mně bude pořád pomáhat.“

- **Zdalo se Vám někdy, že jste Vaší rodině na obtíž?**

„Mně ani ne, ale taťkovi tomu jo, ten furt, že jim přidělávám starosti, a že se musí pořád o mně starat, jak kdybych byla malé děcko...“

„Mamce určitě ne, ta mně furt pomáhá, i když už ne tak moc jak dřív, musím se to naučit zvládnout sama.“

#### **4. okruh otázek – recidiva-strmý pád dolů**

- **Co způsobilo Vaši recidivu? Co si myslíte vy, že bylo spouštěčem vaší recidivy?**

„Já jsem nevydržela v práci, kterou mně manžel našel a zase sem zůstala celé dny doma, kamarádky a přátelé na mně neměli čas, pořád se točili kolem své rodiny, no a tak jak jsem se nudila tak sem prostě začala pít.“

- **Jak jste se cítil? Měl jste výčitky svědomí, nebo Vám naopak pití přineslo úlevu?**

„Určitě úlevu, měla jsem nějakou náplň dne, výčitky sem neměla, no možná trochu jo, když odešel manžel se synem, tak to trošku jo...“

- **Jak reagovala rodina na vaši recidivu? Partnerka/děti?**

„My jsme se odcizili, spávali jsme každý zvlášť. Já jsem ani o sebe nedbala, třeba sem se i dva dny, když jsem byla doma, neučesala, týden jsem chodila v jednom tričku a teplácích, abych nemusela pořád prát, a manžel si svoje a synovy věci musel prát i žehlit sám, manželovi to všechno vadilo a říkal, že jsem se mu zhnusila...tss.“ (ušklíbne se)

„Manžel se, se mnou rozvedl, nechal si syna a já jsem musela odejít.“ „no a taťka ten mně nechtěl vzít zpátky domů, poslal mně zas na léčení.“

- **Myslíte si, že následkem Vaší recidivy se zhoršila životní úroveň rodiny?**

*„Manžel mohl vydělat víc peněz, sem mu říkala, že má jít podnikat, tak chlapi jsou od toho aby živili rodinu ne? ...“*

- **Ale jak jste si žili, měli jste dostatek financí, vycházeli jste spolu dobře?**

*„Ne manžel pořád nadával, že už nic nemám kupovat, ale já jsem to brala skoro vždycky všechno na splátky, no a na alkohol a cigarety jsem taky vždycky měla, moje teta má obchod, tak jsem si to vzala na dluh a manžel to potom zaplatil.“*

- **Popište jakým způsobem.**

*„Manžel se rozčiloval, že nemáme za co koupit synovi třeba boty, nebo že nemáme na zimu na dřevo, ale našel si ještě brigádu a vždycky to nějak dopadlo.“*

- **Kolikrát u Vás recidiva nastala?**

*„jedna“*

- **Co vaše okolí, jak se k Vám chovali vaši příbuzní, kamarádi, známí, změnil se nějak jejich přístup k Vám?**

*„Kamarádky ty na mně neměly vůbec čas, když sem chtěla přijít na návštěvu tak se vždycky na něco vymluvili, no a když jsem přišla k příbuzným, tak ti mi zase nechtěli nalít žádný alkohol, tatka jim to zakázal, tak to mně nebavilo tam chodit. Já strašně ráda chodím po návštěvách, ale kamarádky prostě neměly pro to pochopení, jak kdybych jich otravovala, mně to připadalo.“*

- **Jak se k Vám zachoval zaměstnavatel, když zjistil, že u vás nastal opakující se problém s alkoholem?**

*„Mně to nikdy v práci nebavilo, radši sem byla doma. Kdybych pracovala tak bych asi nemohla pít, to by se jim v práci určitě nelíbilo...“*

- **Přestal jste pít sám, nebo jste musel podstoupit další léčbu?**

*„Ne sama ne, tatka mně donutil k další léčbě, a mně až tam došlo, že už musím něco se svým životem udělat. Zjistila jsem, že mně strašně moc chybí můj syn, a že je potřeba se osamostatnit a najít si nějakou práci. V léčbě jsem pochopila, že už takhle fak dál žít nemůžu.“*

## **5. okruh otázek – budoucnost – život bez alkoholu**

- **Popište, jak si představujete svůj život bez alkoholu.**

*„Já jsem si našla novou práci a snažím se jí dělat dobře, vrátila jsem se k rodičům, ale musím se starat sama o sebe, požádala jsem o syna zpět do své péče a bývalý manžel není proti.“*

- **Kdo nebo co Vám nejvíce pomohlo, abyste svou závislost překonal?**

*„No asi taťka, že mně přemluvil, k léčbě. A také, že jsem konečně poznala, jak jsem se chovala a uvědomila jsem si, že se asi musím změnit.“*

- **Popište, jakým způsobem předcházíte bažení? - to znamená, jakým způsobem zaháníte chuť na alkohol?**

*„Asi tak, že chodím na různá sezení, které pořádá i můj lékař, skupinové teorie, a také jsem navštívila klub anonymních alkoholiků, kde se mně líbí a také se tam pomalu začínám angažovat, pomáhám organizovat schůzky, pomáhám se sestavováním programu a tak no.“*

- **Co je vaší největší motivací do dalšího života?**

*„Syn, to že budeme žít spolu, a také snad potkám novou lásku, to bych chtěla, na sezeních jsem se seznámila s mladým mužem, který se mi líbí, ale zatím po sobě jenom pokukujeme...“ (usmívá se)*