

# Redefinování příběhů o úzdравě bez léčby na příběhy o odolnosti

---

JOSEF KREJČÍ

AT KONFERENCE: „ZAKÁZANÉ MYŠLENKY V ADIKTOLOGII“

05/06/2017, KREJCI.JO@EMAIL.CZ

Když se řekne odolnost nebo resilience, tak?

---











# Resilience je:

---

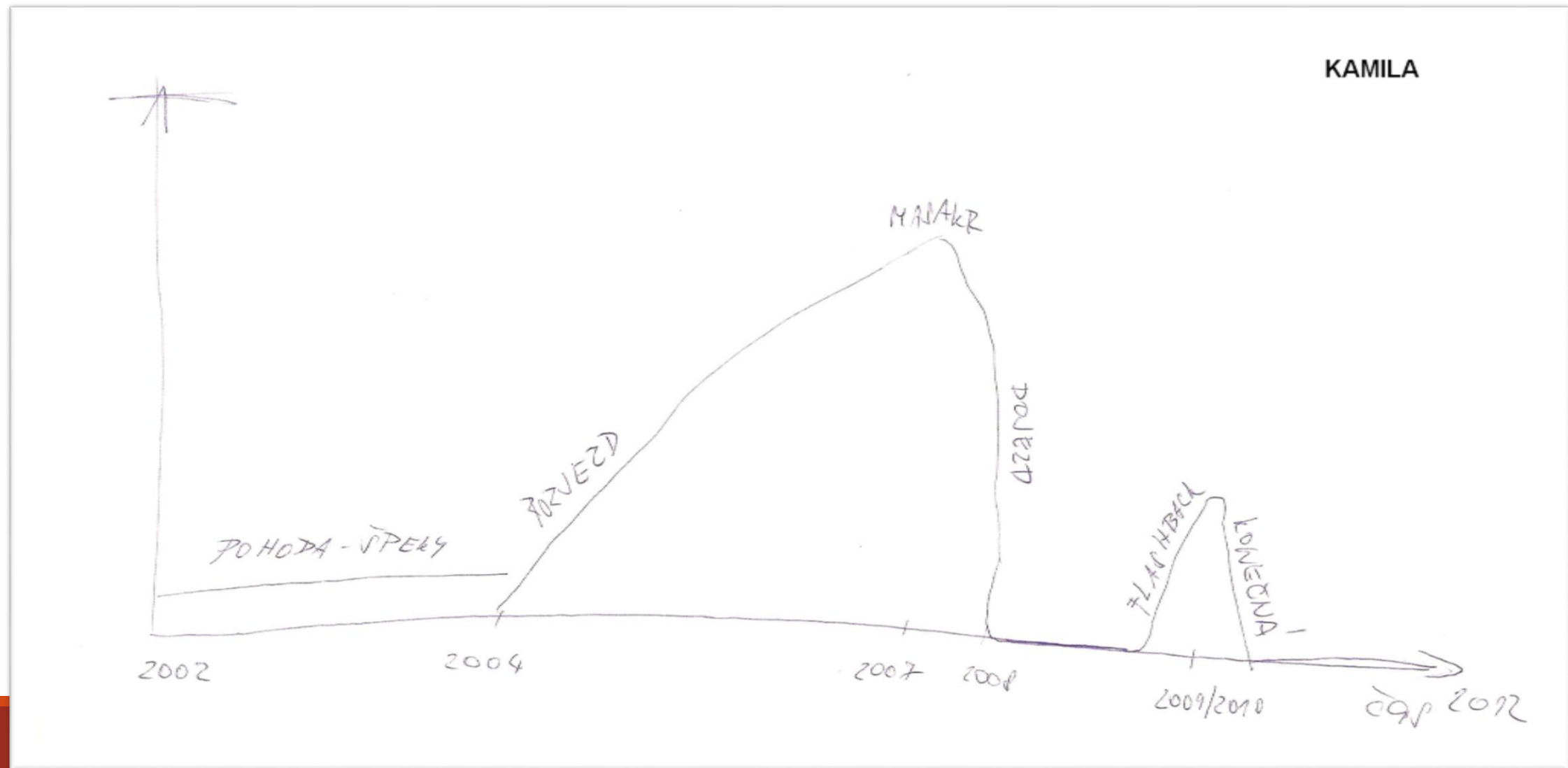
- dynamický, multi-faktorový a interaktivní proces
- nějakým způsobem naučitelná
- kulturně specifická
- možné o ní vyprávět/nacházet v příbězích
- tak trochu fuzzy a tajemná

**X** není protistranou vulnerability

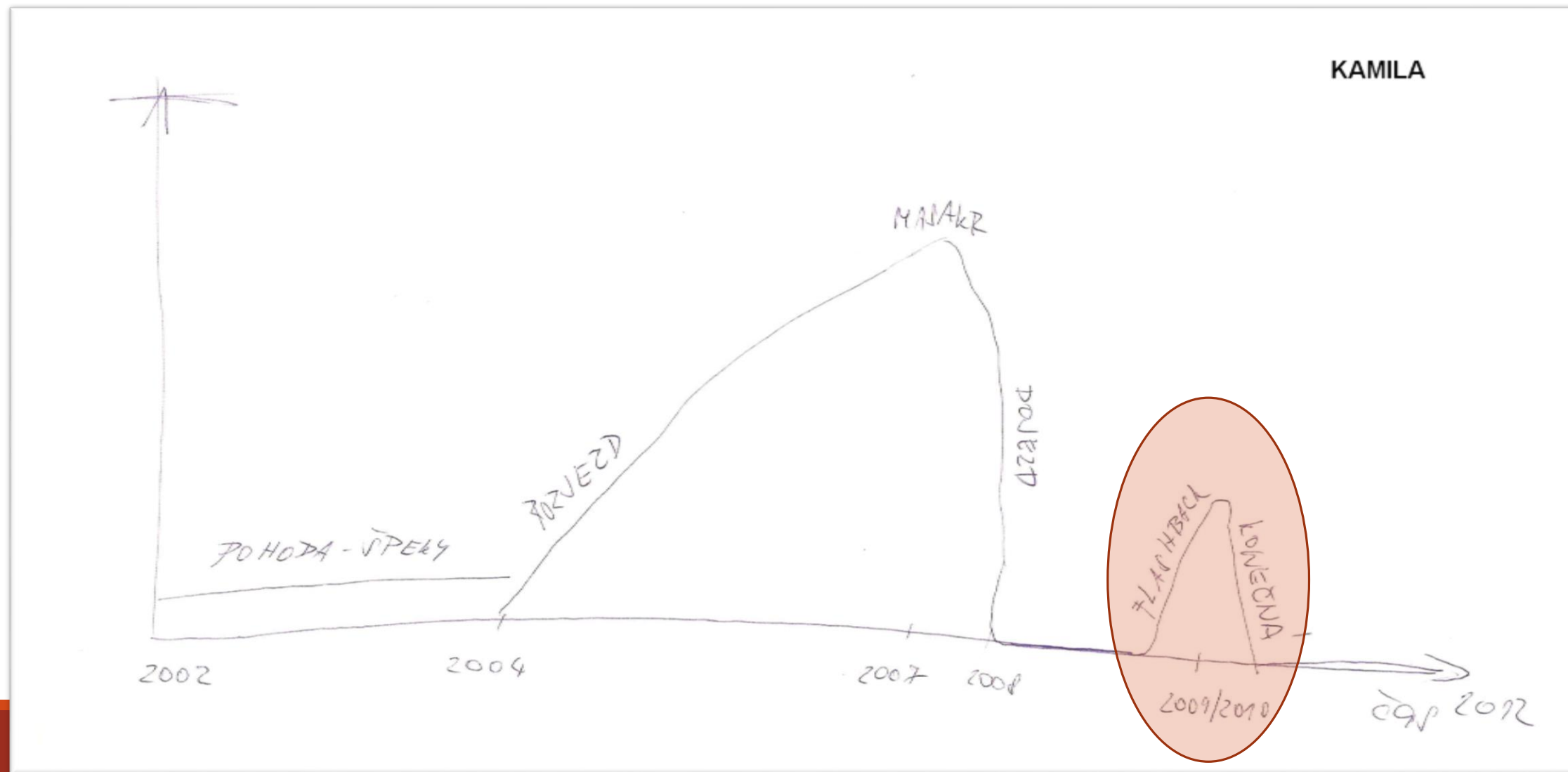
**X** není striktně voluntaristická

**X** není to „ego-resilience“

# Kamila – únor 2012

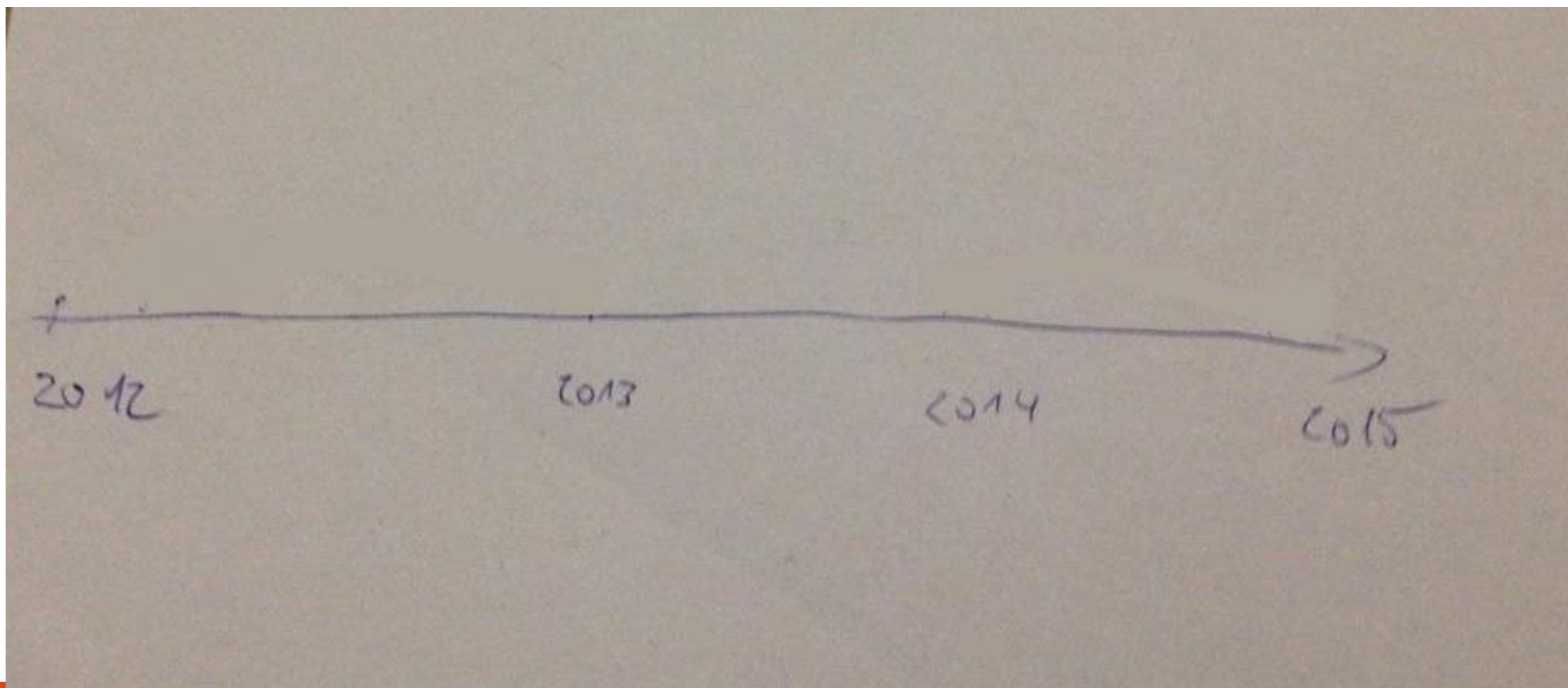


# Kamila – únor 2012

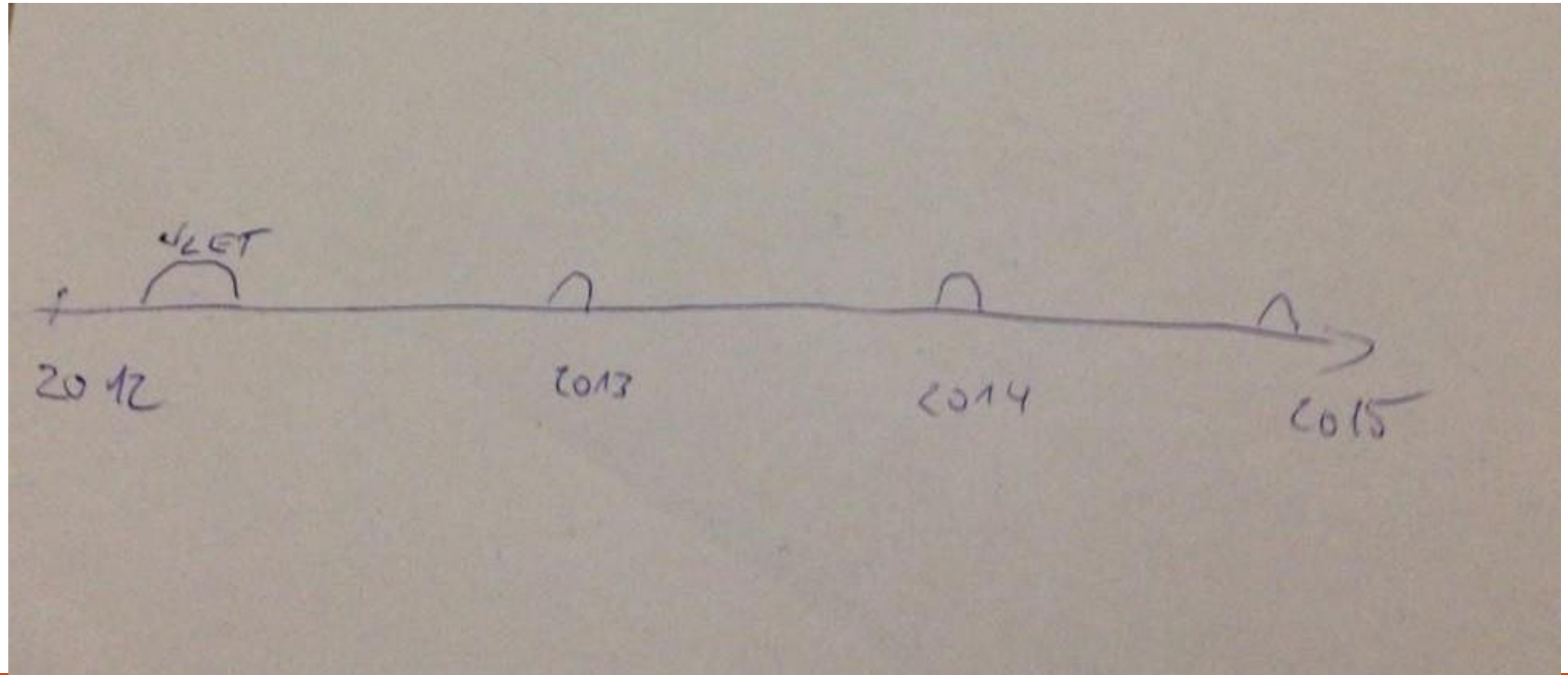




# Kamila – září 2015



# Kamila – září 2015



# Kulturní faktory

---

**2012:** Pracuju s dětma, pomáhám dětem. Jednou bych chtěla pomáhat lidem v takový situaci tak nějak v jaký jsem se octila já, takže asi v nějaký terapeutický komunitě a pomáhat závislejím.

**2015:** Samozřejmě bych ráda zůstala při tý práci, kterou dělám. Ta mě baví, pořád i po těch letech. Což je asi jediná věc co mě baví. Už jsem řekla, že zůstanu až do konce, tak zůstanu do konce nebo dál.

## Vlastní životní filozofie

I kdybych mohla, neměnila bych – pomáhat potřebným – vydržet i přes krizi – Já a poslání

# Společenské faktory

---

**2012:** Myslím si že kdybych na tu školu nedostala a neodjela bych tady z toho města / prostě nevypadla bych tady z toho prostředí, tak bych skončila asi špatně.

**2015:** Chtěla jsem s tím něco udělat a nechtěla jsem to nechat. Pak jako jsem s těma lidma, co jsem fetovala, to prostě, co se týče té inteligence nebo toho, tak jsou prostě úplně jinde než já.

## **Přístup do školy, ke vzdělání, informacím a učebním zdrojům**

Změna prostředí – změna priorit – vymezení se proti ostatním – aktivní Já

# Vztahové faktory

---

**2012:** Znáš jenom feťáky. Já tady u toho měla právě štěstí, že jsem vlastně poznala ty holky a že mi neřekly „hele ty si hnusná feťáčka“ my se s tebou bavit nebudem, ony prostě řekly, hele kdykoliv zavolej.

**2015:** Prostě jak jsem si našla, jak jsem se začala bavit s těma holkama s tý třídy a tak jakoby no, tak asi jako kdybych se s nima nezačla bavit, tak jsem asi úplně jinde než jsem.

## Akceptace skupinou vrstevníků

Pocit přijetí i přes nedokonalost – mít otevřené dveře – nebýt sám – Já a jiní

# Individuální faktory

---

**2012:** Já říkám, nikdy neříkej nikdy, nebudu říkat, že si to nikdy nedám, ale doufám, že ne.

**2015:** Nechci říkat jakože ne, protože nikdy nevíš (smích) ale tím, že jsem byla posilněná tím alkoholem, tak jako si řekneš „tak co“.

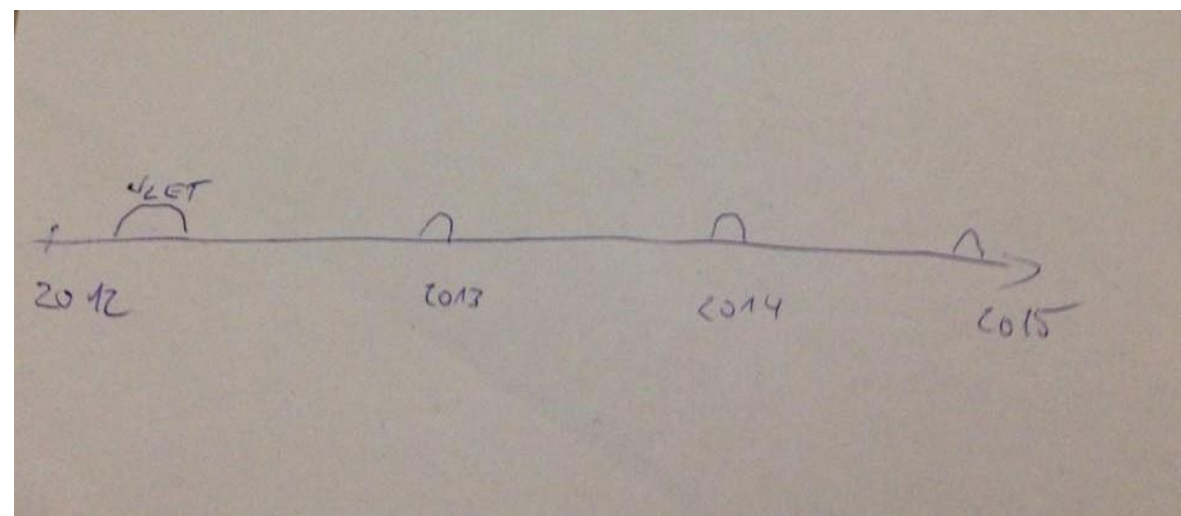
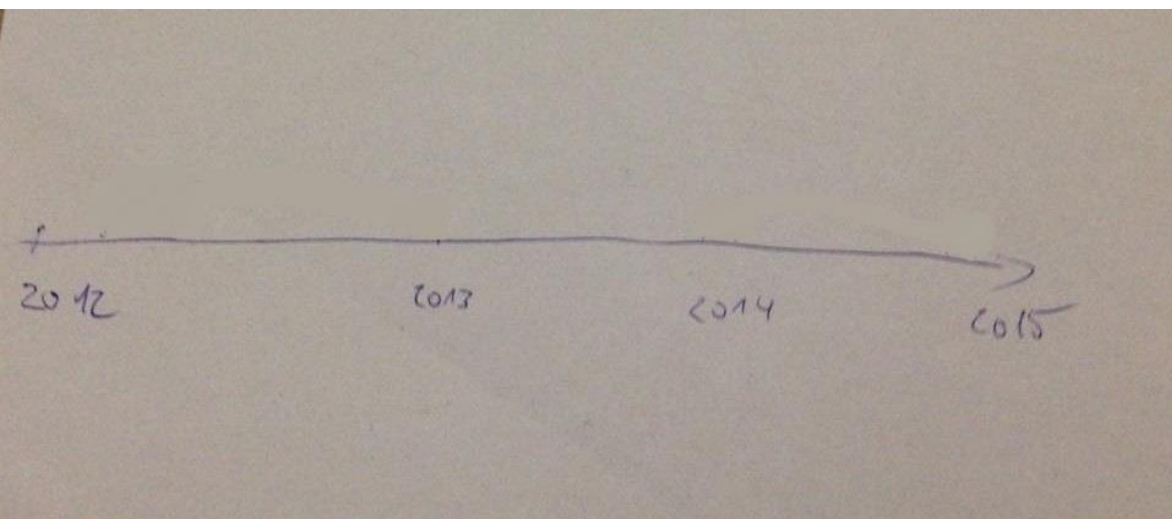
## **Schopnost žít s nejistotou**

Nedělání si iluzí – realistické vidění – jsou chvíle které asi neovlivním – Já o nich ví

# Příběh, který to ustojí

---

**2015:** Když je někdo jako fakt silná osobnost, tak když si deset let a dá si jednou za tři měsíce, pak si půl roku nedá, pak si třeba dá dvakrát za sebou a pak zase ne, tak jako.. a neztrácíš tím nic.



**REALLY STRONG STORY**



# Proč se zabývat resiliencí?

---

- Na intrapsychické/individuální rovině
  - Z 44 % mají na resilienci vliv individuální faktory
- Na obecné rovině – jak cesta k integraci adiktologických poznatků
  - Recovery + Sustainability = Resilience
- Rozvoj a tvoření oblasti „narativní adiktologie“
  - Uchopení (nejen) resilience skrze příběhy (narrative-based evidence)
  - Skrze příběhy probouzet autorství (re-authoring therapy, aktérství, ne-reaktivita apod.)

# Reflexe místo závěru

---

1) Osobní přání:

Kde jsou adiktologická témata na jiných konferencích?

2) Dumání proč:

Je úzdrava bez léčby zakázaná myšlenka?

3) Reflexe činnosti/í:

Zda nám při zkoumání (stále) něco uniká?

Děkuji za Váš čas a pozornost.

---

# Literatura pro zájemce

---

- Harris, K. S., Smock, S. A., Wilkes, M. T. (2011). Relapse Resilience: A Process Model of Addiction and Recovery. *Journal of Family Psychotherapy*, 22: 265-274.
- Kebza, V., Šolcová, I. (2008). Hlavní koncepce psychické odolnosti. *Československá psychologie*, 59, 1:1-16.
- Kebza, V. Šolcová, I. (2015). Některé novější koncepce psychické odolnosti. *Československá psychologie* 59, 5: 444-451.
- Matějček, Z., Dytrych, Z. (1998). Riziko a resilience. *Československá psychologie* 42, 2:97–105.
- Novotný, J. S. (2010). Resilience dnes: teoretické koncepce, nedostatky a implikace. *Československá psychologie* 54, 1:74–87.