

ABSTRAKT

Název: Umíme podporovat rodiny ovlivňované závislostí?

Abstrakt: Rodinní příslušníci a blízcí, kteří chtějí nebo musejí žít ve společné domácnosti nebo v jiném blízkém vztahu s uživatelem, čelí v rodinných vztazích řadě komplikovaných situací, které se závislostmi souvisejí. Potřebují řešit praktické záležitosti a také v rámci své konkrétní situace co nejlépe žít rodinné vztahy. Potřebují podporu při nastavování praktických i vztahových podmínek rodinného života, podporu při práci na zotavování blízkých vztahů. Bez ohledu na to, zda jejich závislý blízký spolupracuje, či nikoliv. Umíme jim toto ve službách poskytovat v dostatečné míře a kvalitě? Nebo jsou rodinní příslušníci a blízcí občas i nepohodlní, s jejich dotazy a potřebami si nevíme příliš rady, takže ze služby odcházejí aniž by získali podporu, kterou potřebují? Jaké formy a způsoby podpory přinášejí největší užitek rodině a jaké uživateli? Může k něčemu být multidisciplinární přístup? A zapojování lidí s vlastní žitou zkušeností, peerů/recovery koučů? Jak jednotlivé služby koordinovat? GDPR nařízení nám v tom škodí nebo pomáhají?

V rámci příspěvku a diskuze probereme tyto a možná i nějaké další otázky. Nahlédneme pod pokličku fungování Výjezdního týmu skupiny Zotavení Brno, poskytujícího podporu rodinám v jejich domácím prostředí. A na skok se zastavíme i v rodinných skupinách Al-Anon, dvanáctikrokové svépomocné organizaci zaměřené na rodinu a blízké alkoholiků.

Klíčová slova: multidisciplinární přístup, peer pracovníci, recovery koučové, rodina, svépomocné skupiny, výjezdní tým, vztahy, závislost, zotavování vztahů

27.06.2022





Umíme podporovat rodiny ovlivňované závislostí?

Hana Jarošíková

+420 603 324 428

hana.jarosikova@gmail.com

www.tvorimsizivot.cz

Zotavení Brno & Recovery koučové

27.06.2022



PROČ PŘÍSPĚVEK O RODINNÝCH VZTAZÍCH?

IDEOLOGIE...

Naše tělo i duše po blízkosti s dalšími lidskými bytostmi prahnou, vědomě či nevědomě.

Potřebujeme dostatek objetí, dostatek pozitivních interakcí.

S našimi vztahy úzce souvisejí i naše zdraví a peníze.



27.06.2022



POSKYTOVÁNÍ PODPORY RODINĚ



- **Sociální služby**
- **Svépomocné skupiny**
- **Peři/recovery koučové**
- **Multidisciplinární týmy**

27.06.2022



SOCIÁLNÍ SLUŽBY JSOU TU I PRO RODINU A BLÍZKÉ



Poradenské centrum v Brně nabízí komplexní pomoc a poradenství ... **Nabízíme poradenství i pro osoby blízké těchto lidí.**

- ✓ Nabízíme doprovody na úřady, k lékaři, k soudu.
- ✓ Poskytujeme také dluhové a právní poradenství, pomoc v krizi.
- ✓ Pomáháme s hledáním práce, bydlení, při udržování abstinence.
- ✓ Přijdeme za Vámi, pokud jste hospitalizovaní.

Zdroj: Podané ruce, 2022, <https://podaneruce.cz/centra-sluzby/poradenske-centrum-v-brne/>

27.06.2022



SVÉPOMOCNÉ SKUPINY JSOU TU I PRO RODINU A BLÍZKÉ



Al-Anon

<https://alanon.cz>

- *Al-Anon* je sdružení příbuzných a přátel alkoholiků, kteří se snaží vyřešit svůj společný problém, tím že se společně sdílejí své zkušenosti a poznatky o sobě samých a životě s alkoholikem.
- Program je adaptován z programu *Anonymních alkoholiků* a jeho základem je 12 kroků, 12 tradic a 12 pojmů služby.
- Jedinou podmínkou členství v *Al-Anon* je mít příbuzného nebo přítele s problémem alkoholismu.

Zdroj: Al-Anon, 2022, <https://alanon.cz/>

27.06.2022



PEEŘI A RECOVERY KOUČOVÉ JSOU TU I PRO RODINU A BLÍZKÉ



www.recoverykoucovani.cz

- **Recovery koučování** je nový prvek v české síti péče o duševní zdraví, zejména v oblasti závislostí.
- **Recovery koučové** jsou lidé, kteří mají svoji přímou zkušenost se závislostí a zotavením nebo zkušenost v roli blízkého
- Své žité zkušenosti a výcvikem získané znalosti **využívají k podpoře dalších lidí.**
- Postupně se daří recovery kouče **zapojovat do služeb a projektů.**
- **Daří se otevírat každoročně výcviky – Podané ruce.**

Zdroj: Recovery koučování, 2022, <https://www.recoverykoucovani.cz/>

27.06.2022



MULTIDISCIPLINÁRNÍ PODPORA VZTAHŮ AŽ K VÁM DOMŮ



Multidisciplinární týmy: využijí silné stránky členů týmu pro optimální podporu jedince či rodiny.

Výjezdní tým při Zotavení Brno

<https://www.zotavenibrno.cz/vyjezdni-tym>

Článek:

JINÝ DRUH SPOJENÍ: Dialogická terapie s podporou recovery koučů

Zdroj: Pavel Nepustil, 2022, Jiný druh spojení: Dialogická terapie s podporou recovery koučů. Psychoterapie. 15 (3), 275–288; ISSN 1802-3983

27.06.2022



SETKÁNÍ PEERŮ A RECOVERY KOUČŮ

PEER FEST

18.-19.6.
BRNO



SETKÁNÍ PEERŮ A RECOVERY KOUČŮ

Kombinace festivalu, přednášek a neformálního setkání. To je první ročník PEER FESTU, který se uskuteční pod křídly organizace Renadi, o.p.s. **18. - 19. 6. 2022** v brněnském **BIO Sibiř** na Dukelské třídě.

Můžete se těšit na peerské příběhy, odborné přednášky na téma etiky nebo supervize, neformální večer s grilováním, kapelou či DJ a prostor pro osobnější setkání.

Zveme všechny peer konzultanty a Recovery kouče nehledě na jejich zaměření, ať to jsou závislosti, duševní onemocnění nebo jiné. **Vítáni jsou také příbuzní, kamarádi a lidé, které téma PEER FESTU zajímá.** Akce je zdarma.

Registrovat se můžete na následujícím odkazu [Registrace k Peer Festu 18.6. až 19.6. 2022 \(google.com\)](https://www.google.com/search?q=registrace+k+peer+festu+18.6.+až+19.6.2022&rlz=1C1GCE99_1000000000_1000000000_1000000000&btnG=Vyhledat)

Facebook info: „Peer Fest“

<https://www.facebook.com/events/sibi%C5%99/peer-fest/505550587676674/>

27.06.2022

Zdroj: Renadi, o.p.s., Brno, 2022

SETKÁNÍ PEERŮ A RECOVERY KOUČŮ

- SO** 10:00 - 10:30 - představení Renadi a vize setkání
10:30 - 11:30 - společná aktivita (HRA)
12:15 - 12:45 - Přímá práce s rodinami - Hana Jarošíková a Adéla Pánková
12:45 - 13:15 - Dialog nejen o zotavení - Ladislav Fabián
13:15 - 13:45 - Vzájemná pomoc, sociální změna, nebo obojí - Jakub Černý
14:15 - 14:45 - Jak o sebe pečovat, když součástí mé práce je dávat svůj příběh všanc - Jakub Černý
14:45 - 15:45 - Panelová diskuze - Peerství napříč organizacemi
16:00 - 16:30 - Platforma - Sdílecí web pro peery a recovery kouče
16:30 - 17:30 - Ukončovací společná aktivita a poděkování
17:30 - 22:00 - Společná večeře – grilování, Kapela Vítrholc
- NE** 9:30 - 11:00 - Společná snídane, zhodnocení festu, prostor pro výměnu kontaktů

27.06.2022

CO TEDY MY BLÍZCÍ POTŘEBUJEME

- ✓ Nepo... se a nezbláznit se = udržet si vnitřní klid.
- ✓ V rámci své konkrétní situace co nejlépe žít rodinné vztahy.
- ✓ Řešit praktické záležitosti.

- ✓ **Podporu.**

Jen tak pro sebe.

Pro nastavování praktických podmínek rodinného života.

Pro udržování a ozdravování vztahů v rodině.

Pro podporování svého závislého blízkého.

Bez ohledu na to, zda náš závislý
blízký spolupracuje, či nikoliv.

27.06.2022



NAŠE VZTAHY A ZDRAVÍ

AGRESE

- Jsme doma v bezpečí? I děti a nejstarší generace?
- Jak sebe i další zranitelné členy domácnosti ochráním?
- Máme všichni bezpečnostní plán?

Plán pro děti: Co budu dělat, když se budu bát? Kam se můžu schovat? Můžu někomu zavolat? Co mi pomáhá? Je v rodině někdo, kdo mi pomůže? Můžu o svých pocitech napsat nebo je namalovat?

Zdroj: ROSA (2020)

<https://sancedetem.cz/nasili-agrese-v-obdobi-karanteny-prevence-i-obrana>

PASIVITA

- Jak v klidu zvládnout, že se mi můj blízký pomalu zabíjí před očima?
- Kdy a jak mu mluvit/zasahovat do jeho zdraví?
- Jak udělat, ať se situace nepodepisuje negativně na zdraví rodiny?
- Je dobré zůstávat ve společné domácnosti?

27.06.2022



NAŠE VZTAHY A PENÍZE

CHUDÉ DOMÁCNOSTI

- Jak mám udělat, ať nepro-pije/-hraje/-fetuje... vše co vydělá?
- Jak zajistit fungování domácnosti s minimálními příjmy?
- Na jakou sociální podporu dosáhnu pro sebe a děti?



BOHATÉ DOMÁCNOSTI

- Máme jej podporovat finančně?
- V jaké míře? Jakým způsobem ano a jakým ne?
- Jak si nastavit podmínky pro finanční podporu?
- Jak přistoupit k úhradě jeho dluhů?
- Jak na to, ať se doma peníze (a věci) neztrácejí?
- Jak si doma nastavit systém užívání peněz?
- A jak pak zvládnout nastavený systém a podmínky dodržovat?

27.06.2022



TIPY PRO RODINNÉ PŘÍSLUŠNÍKY



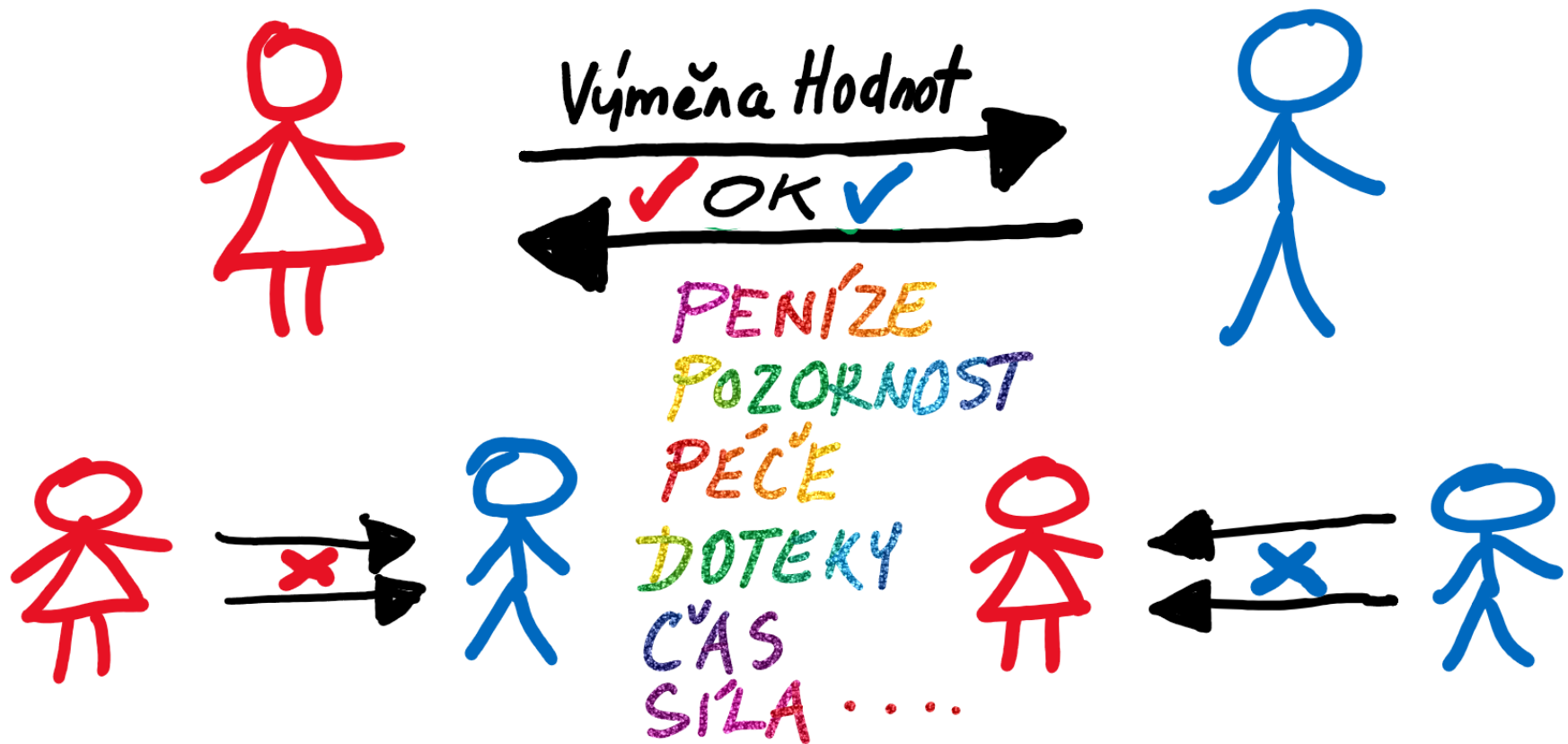
- ✓ **Mít sejf** nebo trezor je super
- ✓ **Mít jasno** v tom kolik peněz, času, energie chci investovat do problémového uživatele a vztahu s ním je hodně užitečné.
- ✓ **Využívat podporu**, znalosti a dovednosti pracovníků sociálních služeb je chytré, rozhodně není zač se stydět...
- ✓ **Mluvit upřímně** o své situaci přináší prospěch i vnitřně uleví.
- ✓ **Nejste v tom sami.** Lidé, kteří už dokázali to, co teď potřebujete zvládnout, jsou mezi námi. Najděte si je a využijte jejich zkušeností, rádi je s vámi nasdílejí.
- ✓ Pořád to není ono? **Hledejte dál**, podporu i řešení ☺

27.06.2022



PROČ ZŮSTÁVÁME V ZÁVISLÉM VZTAHU

Nejsme divní... naplňujeme si POTŘEBY,
vyměňujeme HODNOTY, MILUJEME, hledáme
CESTY, dřív než utečeme...



Děkuji za pozornost

Ing. Hana Jarošíková

+420 603 324 428

hana.jarosikova@gmail.com

www.tvorimsizivot.cz

Brno



Hlavní neuvedené informační zdroje: konzultace s klienty, informace získané v brněnských organizacích, vlastní žité zkušenosti v roli partnerky využívající podpůrné služby, výcvik v recovery koučování a výcvik pro práci v multidisciplinárních týmech pro podporu rodin v těžkých situacích.

27.06.2022