

Prirodzené zotavenie

Matteo Turok, 475019

Čo je prirodzené zotavenie?

zotavenie zo závislosti bez inštitucionálnej či
formálnej podpory (Nepustil, 2015)

Aké časté je prirodzené zotavenie?

- podľa Klingemann et al. (2012; in Nepustil, 2014) sa dá predpokladať, že prirodzené zotavenie je najčastejším spôsobom ukončenia užívania alkoholu a nelegálnych drog
- Podľa meta-analýzy (Rumpf, Bischof, Hapke, Meyer, & John, 2009) približne dve tretiny až tri štvrtiny ľudí, ktorí sú závislí na alkohole, prekoná svoju závislosť bez odbornej pomoci

Charakteristiky príbehov zotavenia (Nepustil, 2015)

Jedinečnosť

- = originalita každého príbehu zotavenia
- Napríklad u respondenta Tomáša sa jeho búrlivý mestský život náhle zmenil a odišiel na rok do prírody
- u Miloša bolo kľúčovým momentom stretnutie s dcérou
- respondentka Lenka v súvislosti so zotavením sústredila všetku silu do vzdelania

Neohraničenosť

- =nemožnosť označiť jasného “bodu zlomu” v čase, ktorý by znamenal prechod od závislosti k zotaveniu

3. Vzťahovosť

= vznik nového pocitu spolupatričnosti

Společnost Podané ruce: Skupina Zotavení

- Vznik v r. 2019
- "recovery couch" = ľudia, ktorí sami prešli závislosťou, absolvovali 120-hod. Kurz a ako koučovia pomáhajú závislým

<https://aktualne.podaneruce.cz/zotaveni-brno-recovery-koucink/>

Zdroje

- Klingemann, H., Sobell, L. C., Barker, J., Blomqvist, J., Cloud, W., Ellinstad, T., ... & Junker, C. (2012). *Promoting self-change from problem substance use: Practical implications for policy, prevention and treatment*. Springer Science & Business Media.
- Nepustil, P. (2013). *Proces změny po ukončení dlouhodobého užívání pervitinu bez odborné pomoci. Disertační práce. Brno: FSS, MUNI.*
- Nepustil, P. (2014). *Bez léčby to jde: Proces přestávání s pervitinem bez odborné pomoci* (Vol. 12). Masarykova univerzita.
- Nepustil, P. (2015). *Přirozené zotavení. In 2015). Drogy a úzdrava. Sborník odborné konference. Praha: Sananim (pp. 65-68).*
- Rumpf, H. J., Bischof, G., Hapke, U., Meyer, C., & John, U. (2009). *Remission ohne formelle Hilfe bei Alkoholabhängigkeit: der Stand der Forschung. Sucht, 55(2), 75-85.*