



EXISTUJE VÝCHODISKO ZO ZÁVISLOSTI



ZÁVISLOSŤ

Strana č. 2 - 3



Čo je závislosť?
Aké závislosti poznáme?
Ako vzniká závislosť?
Aké má následky?
Ako z nej vykročiť?

NÁDEJ - REMÉNYSÉG, N.O.

Strana č. 4 - 5



Kto sme?
Akou terapiou pracujeme?
Podmienky prijatia
Terapeutické zamestnania
Náš team a vybavenosť



VÝROKY ABSTINUJÚCICH ZÁVISLÝCH

Strana č. 6 - 7

AKO NÁS NÁJDETE?

Strana č. 8

Samotný pojem **závislosť** nemá negatívny význam. Ako napríklad závislosť malého dieťaťa od svojej matky je zdravá a nutná...

O ZÁVISLOSTI

ČO JE ZÁVISLOSŤ?



... Táto brožúra je ale o **chorobnej závislosti (adikcia)**. Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) je závislosť zadefinovaná ako choroba: **duševný, prípadne aj telesný stav, ktorý je charakterizovaný prítomnosťou naliehavej túžby, nepremožiteľnej potreby opakovane a periodicky prívádzať do svojho tela príslušnú látku alebo opakovať návykové konanie.**

Duševná (psychická) závislosť znamená neodolateľné nutkanie (craving) po alkohole, omamných látkach alebo návykových konaniach, kým **telesná (fyzická) závislosť** sa prejavuje v abstinenčných príznakoch, keď telo nedostane favorizovanú látku.

AKÉ ZÁVISLOSTI POZNÁME?



Látkové závislosti: alkohol, kanabinoidy (marihuana, hašiš), opiáty (morfín, heroín), sedatíva (Xanax, Rivotril, Diazepam), kokaín (crack), amfetamíny a metamfetamíny (speed, ecstasy, pervitín), halucinogény (čarovné hříby, meskalín, LSD), rozpúšťadlá (toluen, acetón), nikotín, kofeín, designer drogy (biotráva, MDPV, piperazíny).

Nelátkové závislosti: gambling – patologické hráčstvo (hracie automaty, kasíno), screen závislosť (počítačové a konzolové hry, filmy, seriály, internet, pornografia, smartphone), workoholizmus, shopaholizmus, erotománia, kleptománia, spoluzávislosť.

PREČO SA STANE NIEKTO ZÁVISLÝM?



To, že prečo sa stane z niekoho závislý a z niekoho prečo nie, je otázkou aj pre vedu. Vznik drogovej závislosti **sa zakladá na spolupôsobení viacerých faktorov:**

(1) drogy (resp. návykové konania) – látky, ktoré sú schopné meniť vedomie a vyvolávať závislosť, **(2) osobnosť** – ktorá drogám podľahne, **(3) prostredie** – ktoré podporuje vývin závislosti, **(4) podnet** – dôvody, ktoré vedú človeka siahnuť po droge (resp. unikať do návykových konaní): zvedavosť, nuda, tlak skupiny, pocit prázdnoty, dlhodobá frustrácia, únik z ťažkej životnej situácie.

O ZÁVISLOSTI

Psychotropné látky vplyvajú na **neurotransmitery** centrálného nervového systému (serotonín, dopamín, noradrenalín) a tým aktivizujú nervové dráhy, ktoré slúžia na pozitívne potvrdenie. Siahajú do **prefrontálnej oblasti mozgovej kôry**, a dávajú pocit odmeňovania.

Keď si organizmus zvyká na látku s vlastnosťou „reward“ a náhle ju nedostane, objaví sa **abstinénčné príznaky**. Tento nepríjemný pocit zmiernuje človek opakovanou dávkou a v organizmu vzniká **tolerancia**. Vyvinie sa závislosť a závislý človek má len jediný cieľ: získať favorizovanú látku. Stratí kontrolu a spustí sa lavína...

Závislosť je komplexnou problematikou, ktorá sa týka celej osobnosti. Na povrchu sú **(1) sociálne následky**: narušené rodinné vzťahy, bezdomovstvo, trestné činy, dlhy a **(2) fyzické následky**: somatické ochorenia, psychiatrické choroby, infekčné choroby, úrazy.

Pod povrchom sa nachádzajú **(3) psychické disfunkcie** závislej osoby: naučí sa útek namiesto skonfrontovania s ťažkosťami; klame, manipuluje, popiera, využíva druhých; s nadriadenými má vždy problémy; nemá pocit zodpovednosti za seba ani za druhých; nie je schopný ovládať svoj hnev; je netrpelivý, nedokáže oddialiť svoje túžby, má narušené sebahodnotenie a videnie reality.

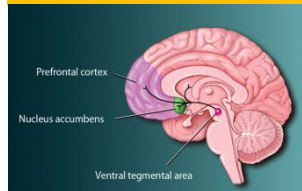
Závislosť je predovšetkým duševná otázka a potrebuje dlhodobú terapiu. Prvý krok je **priznanie**. Kým človek obviňuje druhých alebo svoje okolnosti, ostane v otroctve sebaľútosti. Keď si **úprimne** prizná svoju závislosť a svoje chyby a **žiada o pomoc**, vykročí cestou liečenia.

1. Priznali sme si svoju bezmocnosť nad závislosťou, naše životy sa stali neovládateľné.
2. Dospeli sme k viere, že len Sila väčšia ako naša, obnoví naše duševné zdravie.
3. Rozhodli sme sa odovzdať svoju vôľu a svoj život do starostlivosti Boha.

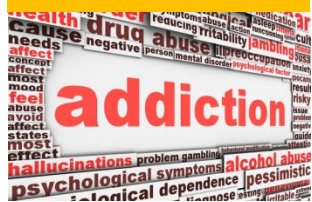
(Podľa 12 krokov Anonymných Alkoholikov)

„Závislosť vedie do nemocnice, do väzenia a nakoniec do hrobu.“
(Abstinujúci závislý)

AKO SA VYVINIE ZÁVISLOSŤ?



AKÉ NÁSLEDKY MÁ ZÁVISLOSŤ?



AKO Z NEJ VYKROČIŤ?



My však nie sme z tých,
čo odpadajú na záhuby,
ale z tých, čo veria,
aby si zachránili dušu.
(Biblia, List Židom, 10:39)

NÁDEJ - REMÉNYSÉG N.O.

KTO SME?



Sme jediná komunita v Slovenskej republike, ktorá poskytuje **resocializačnú starostlivosť** závislým osobám v slovenskom aj maďarskom jazyku od roku 1995. Našou cieľovou skupinou sú muži závislí od alkoholu, omamných látok a hracích automatov vo veku od 16 do 55 rokov. Komplexný resocializačný program nášho strediska trvá najmenej 12 mesiacov. Dlhodobú rezidenčnú starostlivosť uskutočňujeme na báze terapeutickkej komunity a kresťanskej viery.

Pre tých klientov, ktorí po úspešnej resocializácii nemajú zabezpečené bývanie a sú v nepriaznivej sociálnej situácii, prevádzkujeme **domov na polceste**.

PODMIENKY PRIJATIA



- **Odporúčanie** psychiatra alebo adiktológa
- **Vyplnenie tlačív:** Žiadosť a údaje, Príprava žiadateľa na osobný pohovor
- **Osobný pohovor** s riaditeľom strediska
- Dohodnutie o platení **finančného príspevku (250 EUR mesačne)**. V prípade oprávnenosti na hmotnú núdzu Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny priznáva dávku v hmotnej núdzi a ochranný príspevok v celkovej sume 124,70 EUR.
- **Podpísanie zmluvy** o resocializačnej starostlivosti
- **Motivácia** na liečenie

ČO JE CIEĽOM TERAPIE?



Zdravotný cieľ: Zastaviť zhoršovanie zdravotného stavu závislého človeka, náprava zdravia a úplná abstinencia.

Duševný cieľ: Viac ako nepiť, nedrogovať a nehrať. Koreň závislosti sa nachádza hlbšie pod povrchom, preto závislý človek potrebuje oslobodenie, duševné uzdravenie a zmenený život. Aby spoznaním seba samého bol ochotný zmeniť svoje správanie, zmyšľanie, rozpoznať rizikové situácie a zvládať ich.

Sociálny cieľ: Naučiť sa viesť zodpovedný spôsob života, reintegrácia do spoločnosti, napraviť narušené rodinné vzťahy a začleniť sa do podporujúcej skupiny.

NÁDEJ - REMÉNYSÉG N.O.

Náš odborný team tvoria mentálny hygienik, sociálny pracovník, psychológ, právnik, administratívno-technický zamestnanec a prevádzkový údržbár interie; všeobecný lekár, psychiater, psychológ, účtovník a supervízor externe a dobrovoľníci z dlhodobou abstínujúcich závislých.

V areáli, veľkom 2,7 ha sa nachádza resocializačné stredisko, domov na polceste, viacúčelové športové ihrisko, kaplnka, park, jazierko, altánok, dielňa, záhrada, maštale, zvieratá – a krok za krokom sa rozvíjame.

Poskytujeme **resocializačnú starostlivosť** na základe Zákona č. 305/2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a sociálnej kuratele, najmä:

sociálnu prácu, špeciálne sociálne poradenstvo, psychologickú starostlivosť, resocializačné programy, rehabilitačné činnosti, pracovnú terapiu, záujmovú a kultúrnu činnosť, psychoterapiu, zdravotnú starostlivosť, prípravu na povolanie; bývanie a stravovanie.

Postresocializáciu zabezpečujeme formou skupiny bývalých klientov a rodinných príslušníkov, individuálneho poradenstva a možnosti bývania v Domove na polceste.

V **Domove na polceste** poskytujeme **sociálnu službu** na základe Zákona č. 448/2008 Z.z. o sociálnych službách, najmä:

ubytovanie na určitý čas, sociálne poradenstvo, pomoc pri uplatňovaní práv a právom chránených záujmov; možnosť pracovnej terapie; pomoc pri pracovnom uplatnení; možnosť prípravy stravy, výdaj stravy alebo výdaj potravín; možnosť základnej osobnej hygieny, prania, žehlenia a údržby bielizne a šatstva; záujmovej činnosti.



NÁŠ TEAM A VYBAVENOSŤ

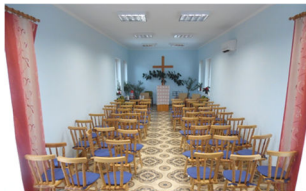


RESOCIALIZAČNÉ STREDISKO



DOMOV NA POLCESTE





ZSOLT

čistý od roku 2000

„Cítim to tak, že som našiel bezpečie, ktoré som už veľmi dávno stratil – asi v detstve. Dnes si už uvedomujem svoje hodnoty a viem, kde sú moje hranice. Moja viera v Ježiša Krista mi ukázala, že zázraky existujú a máme pred sebou možnosť znovuzrodenia.“

RÓBERT

čistý od roku 2005

„Ale čo mi v tom čase chýbalo, bola pokora. Pokore sa treba učiť a pokora nám otvára zamknuté komnaty. V tých komnatách je ukrytá múdrosť, láska, krása, nádej, výdrž... hodnoty, ktoré sú potrebné k životu.“

VÝROKY ABSTINUJÚCICH ZÁVISLÝCH

„Problémy som riešil alkoholom. Po práci som sa túlal a vysedával v krčme. Keď sa udialo niečo zlé, po každej ma z toho fahali moja manželka alebo moji rodičia a popritom som bol presvedčený, že je to takto správne. Je to typický model správania sa alkoholika. Človek si myslí, že to čo robí, je jeho osobná vec, ale s následkami si už nevie čo počať. Riešenie problémov ponecháva na iných. Moja rodina toho veľmi veľa zniesla, ale pomaly sa naplnil pohár...“

... Terapeutická skupina mi veľa dávala. Upozornili ma, že poznať pravdu je jedna vec, žiť a konať podľa poznanej pravdy je druhá. Učil som sa a cvičil sebapoznávanie. Rozobral som sa ako pokazený bicykel a znova poskladal súčiastky a po jednom ich opravil. Naučil som sa pozorovať a hodnotiť sám seba prostredníctvom viery. Prišiel som na to, že v živote sa nič nedeje náhodou. Každá prekážka, či ťažkosť slúži určitým spôsobom v náš prospech, pretože nás posilní – môžeme sa z nej veľa naučiť.“

„Žiť s drogou znamená klamať samého seba. Ja som sa začal klamať v čase stredoškolského štúdia. Prečo som to potreboval? Možno pre zvýšenie sebaistoty, možno nesprávny výber kamarátov, možno riešenie boja so svojim egom. Drogová závislosť je dobrovoľná smrť! Keď som začínal, túto skutočnosť som si nevedomoval. A nevedomoval som si ani to, že závislosť sa vytvára tak rýchlo. Stále som si myslel, že ja s tým viem prestať. Toto som tvrdil aj v čase, keď už droga dávno vládla mne. Vládla tak silno a neoblomne, že moje dni boli dni nihilistu. Nevládla som ráno vstať a plniť si svoje povinnosti študenta vysokej školy. Jediné čo som vládla a chcel, bolo ísť a kúpiť si dennú dávku. Nemyslel som na to, že si ničím telo, dušu a mozog...“

... Som rád, že som sa rozhodol pre ďalšie doliečovanie. Presvedčilo ma i mnoho recidivujúcich, ktorí podcenili liečbu, alebo ju nedokončili. Dnes už viem, že zrelizácia je prvý krok na ceste k normálnemu zdravému životu, že je prvá zastávka na ceste k životu.“

VÝROKY ABSTINUJÚCICH ZÁVISLÝCH



SZILÁRD

čistý od roku 1999

„Nebрал som vážne nič, lebo som bol mladý a silný, cítil som sa neprekonateľným. Bohužiaľ, alkohol zvířazil aj nado mnou. Hodil ma o zem stokrát, tisíckrát, skoro ma až k smrti dohnal. Na patológii som tolko vecí videl na mojom stole! Úmrtia dôsledkom alkoholizmu, ale som sa neodstrašil. Až vtedy, keď som stál nad stolom nad zničenou pečeňou a žalúdkom...

... Modlitby a pobožnosti mi pomáhali prežívať aj ťažšie chvíle. Spoznal som pocit, ktorý ma utešoval deň čo deň, lásku a porozumenie voči mne. Už viem, že mi chýbala viera v Ježiša Krista, lebo bez nej je človek sám, stratený, bezmocný. Celkom inak beriem život od tej doby, ako som nastúpil na liečenie. Beriem svoj život veľmi vážne. Veľa krásnych vecí som dostal od života, od Boha, za tých 18 rokov, čo som čistý. Našiel som svoju cestu životom a som s ňou spokojný. Mám priateľku, ktorá stojí pri mne, vo všetkom ma podporuje a mohol som sa vrátiť k hudbe, dostali sme sa do viacerých miest sveta a to ma robí šťastným.“

„Žiť sa oplatí tak, keď si všímame svet okolo seba. Keď vieme, že zase na nás čakajú dakde, že nás majú radi a že aj my môžeme milovať dakoho. Tieto pocity nevnímá človek, ktorý deň čo deň sedí v krčme; už ani nevie aký je čas, len čaká, kto a kedy mu naleje.“

„Pokúsím sa porozprávať o tom, ako sa u mňa vyvinula závislosť. V roku 1990 som v Bratislave navštívil jednu – v tých časoch u nás ešte novú – hernu, len tak, zo zvedavosti a na mieste som prehral 100 korún. To bolo moje týždňové vreckové. Potom som vyskúšal aj „veľké kasíno“, tu sme hrali Black Jack a ruletu so spolužiakmi. Na jar roku 2002 sa mi za dva dni podarilo prehrať cenu vlastného bytu, čo som medzičasom predal. Znova som sa dostal do nemocnice, ale vtedy už do Hronoviec na psychiatriu.

... S pomocou môjho strýka som sa dostal do resocializačného strediska Nádej, kde ma prijímal klud, čo som veľmi potreboval, lebo v týchto časoch som sa dostal do zlého psychického stavu. So svojou rodinou som znova nadviazal kontakt. Nebola to jednoduchá záležitosť, znova sa stretnúť s nimi, ale bol to nádherný pocit - vidieť nádej na otcovej tvári, že sa snáď stane zo mňa nový človek, ktorý už nehra a má zodpovednosť, lebo to úplne zmizlo zo mňa.“

JOZEF

čistý od roku 2013











„V súčasnosti úspešne abstijnem. Som dobrovoľníkom neziskovej organizácie Nádej - Reménység a svojimi odbornými znalosťami pomáham organizovať práce na pracovnej terapii a snažím sa byť vzorom pre ostatných klientov.“

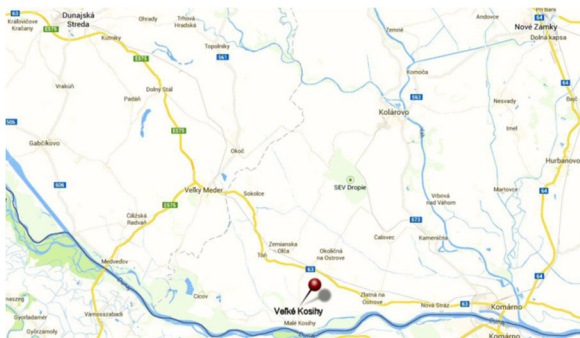
AKO NÁS NÁJDETE?



Akreditované
Resocializačné stredisko
a Domov na polceste



-  **Naša organizácia:** Nádej – Reménység, n. o.
-  **Adresa:** Hlavná 196, 946 21 Veľké Kosihy
-  **Telefónne číslo:** +421 35 77 97 150
-  **Štatutárny zástupca:** Mgr. Kálmán Szócs
-  **Mobil:** +421 905 140 037
-  **E-mail:** nadej@resocializacia.sk
-  **Webová stránka:** www.resocializacia.sk
-  **IČO:** 34000801
-  **DIČ:** 2021042826
-  **Bankový účet:** SK07 5600 0000 0038 7232 6001



vCard

Realizované s finančnou podporou Ministerstva zdravotníctva SR – v rámci účelovej dotácie na podporu protidrogových aktivít pre rok 2016.

Bezplatná brožúra našej neziskovej organizácie.
Fotky: Peter Tóth, Dávid Szócs, Internet