

UNIVERZITA KARLOVA
EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Diplomová práce

**Mladiství muži ve výkonu trestu odnětí svobody
a podpora sebeúcty**

Monika Černá

Katedra teologické etiky

Vedoucí práce PhDr. Bohumila Baštecká, PhD.

Studijní program: Teologie

Studijní obor: Křesťanská krizová a pastorační práce – diakonika

2018

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci s názvem Mladiství muži ve výkonu trestu odnětí svobody a podpora sebeúcty napsala samostatně a výhradně s použitím uvedených pramenů. Souhlasím se zapůjčováním mé diplomové práce ke studijním účelům.

V Praze dne 6. 6. 2018 Monika Černá

Bibliografická citace

Mladiství muži ve výkonu trestu odnětí svobody a podpora sebeúcty. [rukopis]:
Diplomová práce / Monika Černá; vedoucí práce: PhDr. Bohumila Baštecká,
Ph. D. Praha, 2018.

Anotace

Předložená diplomová práce s názvem **Mladiství muži ve výkonu trestu odnětí svobody a podpora sebeúcty** má za cíl zjistit, jaké jsou *možnosti pro podporu sebeúcty u mladistvých mužů ve VTOS*.

Práce je rozdělena na tři části.

První část obsahuje dvě kapitoly a zabývá se teoretickým rámcem daného tématu.

První kapitola vymezuje pojem, porovnává různé definice a uvádí sebeúctu v souvislosti se spiritualitou. Zaměřuje se na mladistvé odsouzené a programy prevence ve věznicích.

Druhá kapitola shrnuje možnosti a zdroje podpory sebeúcty. Zkoumá využití prvků sekundární prevence delikvence a pastorační péče, možnosti podpory sebeúcty mladistvých ve VTOS a úskalí práce s cílovou skupinou.

Druhá část představuje kvalitativní výzkum, který jsem prováděla převážně ve věznicích během dvou let. Cílem výzkumných aktivit (skupinové a individuální rozhovory, analýza dokumentů) bylo zjistit, co sebeúctu odsouzených ohrožuje a reálné možnosti podpory. Výzkum shrnuje zjištění z analýzy dat a uvádí jejich význam pro třetí část práce.

Třetí část tvoří návrh sebepoznávacího programu pro mladistvé delikventy. Nástrojem programu je sada pracovních listů. Ve struktuře a obsahu propojují

teoretické poznatky se zjištěními z terénu a zohledňují připomínky odborníků a respondentů, kteří ověřovali na bázi dobrovolnosti nástroj v praxi.

Klíčová slova

Sebeúcta, podpora sebeúcty, delikvence mladistvých, programy sekundární prevence delikvence, mladiství ve výkonu trestu odnětí svobody, pastorační péče ve věznicích

Summary

Presented thesis entitled **Juvenile men in their sentence of imprisonment and their self-respect support** tries to *find out the possibilities of self-respect support by juvenile men in their sentence of imprisonment.*

The work is divided into three parts.

The first part, including two chapters, deals with a theoretical scope of the theme on the basis of specialist literature. *The first chapter* determines a term of self-respect, compares its different definitions and presents self-respect in spiritual context. It concentrates on juvenile imprisoned men self-respect and secondary prevention programmes offered by prisons.

The second chapter summarizes practical possibilities and sources of self-respect support. It explores the usage of elements of secondary prevention of delinquency and pastoral care. It summarizes possibilities of self-respect support of juvenile imprisoned men and difficulties in work with a target group.

The second part presents a qualitative research made by the author in the period of two years, primarily in prisons. The research activities (group and individual interviews, documents' analysis) were aimed at discovering factors that endanger self-respect of sentenced persons, and also realistic ways of support. The research sums up the analysis output and shows its role in the third part of the thesis.

The third part includes a project of self-knowledge programme of prevention for juveniles threatened or affected by delinquent behaviour. The programme tool is represented by an attached set of work sheets. In their structure and

content theoretical findings are connected with those from the terrain, and observations of specialists and respondents who voluntarily verified the applicability of the tool in practis are taking into consideration.

Keywords

Self-respect, self-respect support, juvenile delinquency, programmes of secondary prevention of delinquency, juvenile delinquents in their sentence of imprisonment, pastoral care in prisons

Poděkování

Děkuji vedoucí diplomové práce PhDr. Bohumile Baštecké, Ph.D., že mě po dva roky naší spolupráce vytrvale nutila myslet.

Děkuji Mgr. Petře Klvačové, PhD. za připomínky k výzkumu.

Děkuji respondentům za ochotu ke spolupráci a cenné podněty.

Děkuji manželovi a synovi za vstřícnost a pochopení, rodině a přátelům za podporu, sestrám a bratrům za modlitby a povzbuzení.

V neposlední řadě děkuji Bohu, že mi poskytl vzácný čas ke studiu, zachoval mě ve zdraví a nedopustil zkoušku nad moje síly.

Obsah

ÚVOD	9
1. SEBEÚCTA	14
1.1 VYMEZENÍ POJMU SEBEÚCTA	14
1.2 POZITIVNÍ A NEGATIVNÍ KOMPONENTA, SEBEÚCTA ZDRAVÁ A NARUŠENÁ	18
1.3 SOUVISLOST SEBEÚCTY SE SPIRITUALITOU	24
1.4 SEBEÚCTA MLADISTVÝCH	27
1.5 FAKTORY OHROŽUJÍCÍ SEBEÚCTU MLADISTVÝCH	30
1.6 MLADISTVÍ MUŽI VE VTOS	33
2. PODPORA ZDRAVÉ SEBEÚCTY	39
2.1 INDIVIDUÁLNÍ MOŽNOSTI A VNĚJŠÍ ZDROJE PODPORY SEBEÚCTY	39
2.2 VYUŽITÍ PRVKŮ SEKUNDÁRNÍ PREVENCE PRO PODPORU SEBEÚCTY	43
2.3 PASTORAČNÍ PÉČE VE VTOS JAKO NÁSTROJ PODPORY SEBEÚCTY	48
2.4 PODPORA SEBEÚCTY MLADISTVÝCH VE VTOS	53
2.5 RIZIKA PRÁCE S CÍLOVOU SKUPINOU	59
3. TERÉNNÍ VÝZKUM	63
3.1 VÝZKUMNÝ POSTUP	63
3.2 VÝZKUMNÝ VZOREK	64
3.3 PRVNÍ FÁZE VÝZKUMU (PŘEDVÝZKUM)	65
3.4 DRUHÁ FÁZE VÝZKUMU	70
3.5 TŘETÍ FÁZE VÝZKUMU	73
3.6 ČTVRTÁ FÁZE – VÝSLEDKY VÝZKUMU	85
NÁVRH NÁSTROJE SEBEPOZNÁVACÍHO PROGRAMU PRO MLADISTVÉ VE VTOS	93
DISKUSE	96
ZÁVĚR	104
POUŽITÉ ZDROJE	109
SEZNAM PŘÍLOH	124

Úvod

Hlavním **cílem** této práce je *zjistit možnosti pro podporu sebeúcty u mladistvých mužů ve VTOS.*

Východiskem je můj dlouholetý zájem o vězeňství a praktická zkušenost s osobami ve vazbě a výkonu trestu odnětí svobody (dále VTOS).

Jako **výzkumný úkol** jsem stanovila zjistit, co je sebeúcta, poznat cílovou skupinu, jak sebeúctu odsouzených ovlivňuje prostředí VTOS, zjistit stávající programy a jejich podíl na podpoře sebeúcty.

Výzkumný problém souvisí s tématy prostředí VTOS a sekundární prevence delikvence mladistvých a je východiskem pro formulaci **výzkumné otázky:**

Jak lze podporovat sebeúctu mladistvých mužů ve výkonu trestu?

Formulovala jsem dílčí otázky:

- 1. Co je sebeúcta, čím se vyznačuje sebeúcta mladistvých?*
- 2. Jak lze sebeúctu podporovat v běžném životě, jak ve VTOS?*
- 3. Jak ovlivňují podmínky a prostředí VTOS sebeúctu mladistvých odsouzených?*
- 4. Lze využít stávající programy sekundární prevence delikvence jako nástroj podpory sebeúcty mladistvých ve VTOS?*
- 5. Jaká jsou omezení a rizika práce s cílovou skupinou?*

Při volbě **tématu** a cíle jsem sloučila více zájmů: pedagogickou práci s mladistvými, sociální práci s delikventní mládeží a pastorační práci ve věznicích.

Předpokladem zpracování teoretické i praktické části jsou moje zkušenosti učitelky SŠ pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami a křesťanské východisko pohledu na pachatele: *všichni zhřešili a jsou daleko od Boží slávy* (Řím 3.23).

Práce s mladistvými mě baví. Poskytuje prostor pro diskusi, předávání podnětů a informací. Věřím v jejich další rozvoj v oblasti vnímání hodnot, změn chování, zvládnání emocí a pokrok k úspěšnému řešení dalších obtížných životních situací.

V současnosti pracuji jako lektor PMS (Program proti násilí pro mladistvé a mladé dospělé pachatele) a sociální pracovní v organizaci Most k naději (práce s drogově závislými ve VTOS). Tyto zkušenosti jsou pro tuto práci rovněž velmi cenné.

Můj zájem o prostředí věznic se zrodil v době studia Pastorační a sociální práce na ETF UK Praha. Jako dobrovolník jsem začala docházet do vazební věznice, stala se členkou Vězeňské duchovenské péče (VDP), spolupracuji s dalšími dobrovolníky, kaplany, odbornými zaměstnanci věznic, hlavním kaplanem ČR, předsedou VDP, organizací Mezinárodní vězeňské společnosti (MVS) a dalšími organizacemi.

Během pastoračních rozhovorů jsem se často setkala s bezmocí odsouzených, zaznamenala množství ztraceného času v jejich životech, narušené nebo

zpřetrhané vztahy, osamělost, stesk po domově, rostoucí zadluženost, problematické situace rodinných příslušníků, nulovou možnost odsouzeného rodině pomoci, stres, suicidální sklony či jednání.

Mezi odsouzenými často dochází k „ponorce“, jsou obklopeni stále stejným úzkým okruhem lidí, mají velmi omezenou možnost být sami v klidu a tichu.

Tyto a další poznatky postupně formovaly záměr a cíl této práce.

Od roku 2016 mám vizi jednoduchého programu, který by mohl přispět k sebepoznání a naplnění volného času odsouzených. Při hledání teoretické opory jsem se zajímala o potřeby odsouzených, prostředí VTOS a stávající nástroje prevence delikvence. Zhruba po roce výzkumu jsem zúžila téma a zaměřila se na sebeúctu mladistvých a její podporu ve VTOS.

Zjištěním z odborných teoretických zdrojů věnuji **první část** této práce.

Průběhu teoretického hledání zhruba odpovídají fáze terénního kvalitativního výzkumu, který popíši ve **druhé části**.

Ve **třetí** části představím návrh nástroje sebepoznávacího programu pro mladistvé delikventy. Při volbě obsahu propojím teoretická zjištění s výsledky z terénu, využiji podnětů uživatelů pilotní verze a připomínek odborných konzultantů.

Seznam použitých zkratk

MVS	mezinárodní vězeňské společenství
NZ	Nový Zákon
PFI	Prisoner Fellowship Organisation
PMS	Probační mediační služba
SZ	Starý Zákon
TČ	trestná činnost
VDP	Vězeňská duchovenská péče
VDS	Vězeňská duchovní služba
VSČR	Vězeňská služba České republiky
VTOS	výkon trestu odnětí svobody

odkazy na biblické verše používám tak, jak je užívají české překlady Bible

První část, teoretická

1. Sebeúcta

Kapitola vymezuje pojem sebeúcta a porovnává definice různých autorů. Vysvětluje pojmy pozitivní a negativní komponenta sebeúcty, sebeúcta zdravá a narušená. Uvádí sebeúctu v souvislosti se spiritualitou. Zaměřuje se na sebeúctu mladistvých a faktory, které ji ohrožují. Závěr kapitoly věnuje mladistvým mužům ve VTOS a programům sekundární prevence delikvence, které věznice nabízejí.

1.1 Vymezení pojmu sebeúcta

Sebeúctu lze definovat jako jednu ze složek osobnosti člověka. Ovlivňuje kvalitu života, schopnost úspěšné adaptace na prostředí a míru životní spokojenosti.

Baštecká (2003) řadí sebeúctu mezi *mnohé jiné „self“ charakteristiky* (s. 61) a uvádí ji jako **hodnotu**, *kteřá je do značné míry hodnotou občanské společnosti* (s. 167).

Sebeúctu lze chápat jako jeden z hlavních aspektů **sebepojetí**, *komplex názorů na vlastní osobu, schopnost sebehodnocení ale i schopnost regulovat své chování* (Bariekhahyová, 2012, s. 64), nebo jako produkt **sebehodnocení**, *schopnost vážit si sama sebe, přesvědčení, že moje vlastnosti a projevy jsou dobré a žádoucí* (Cakirpaloglu, 2012, s. 169).

Někteří autoři (např. Hájek, 2015) pojmy sebeúcta, sebeocenění nebo **sebenazírání** nahrazují či zaměňují.

Pojem sebeúcta (**self-esteem**) definoval v r. 1892 americký psycholog William **James**. Sebeúctu chápal jako důsledek dosažených úspěchů a nároků, které člověk klade sám na sebe. Jsou-li očekávání přiměřená a úspěchu dosáhne, svou sebeúctu posílí. Pokud má nároky nepřiměřené a selže, pak jeho sebeúcta utrpí.

Humanističtí psychologové s pojmem pracovali dál. Abraham **Maslow** sebeúctu zařadil mezi tzv. vyšší potřeby člověka (např. Říčan, 2002, s. 13),

Carl R. **Rogers** ji definoval jako jednu ze tří složek osobnosti¹¹, určenou tím, jaký člověk je a jaký by chtěl být.

Morris **Rosenberg** definoval sebeúctu jako vnímání *sebe sama z hlediska vlastní hodnoty, či míru, v níž se jedinec má rád, oceňuje se a přijímá* (Blascovich, Tomaka, 1991 in Jagrik, 215, s. 10). Zjistil, že na základě sebeúcty se jedinec prezentuje, reaguje a zvažuje své chování¹².

Rosenberg rozlišil dvě složky sebeúcty: **hodnotící** a **afektivní** (zdůrazňuje emoce), jeho pojetí bylo zpočátku **jednodimenzionální** (týká se jedince jako celku), později **multidimenzionální** (týká se dílčích vlastností). Definoval sebeúctu **globální** (souvisí s celkovou životní pohodou) a **specifickou** (v kontextu s momentálním chováním).

E. Tory **Higgins** akceptuje Rosenbergovo dělení a zdůrazňuje složku afektivní. Podle jeho *sebediskrepanční teorie* proti sobě stojí **ideální** a **reálné já** (tedy Rogersovo pojetí), a to mnohdy ve velkém rozporu.

(<http://www.unium.cz/materialy/mu/fss/vztah-k-sobe-memu-m38700-p1.html>)

¹¹ sebeúcta, sebeobraz, ideální já

¹² k měření sebeúcty sestavil škálu sebehodnocení, Rosenberg's self-esteem scale, později byly vytvořeny i další komplexnější nástroje, zejména v populaci adolescentů (např. Demo a Williams, 1983 in Bariekzahyová, 2012, s. 65)

Multidimenzionální pojetí sebeúcty rozvíjejí R. W. **Tafarodi** a W. B. Swann do dvou dimenzí:

- **vnímání vlastních schopností** (self-competence) vychází ze zkušeností s oceněním druhými, vliv mají zkušenosti, prožité úspěchy či neúspěchy. Úspěch vnímání vlastních schopností potvrdí, morální hledisko dosaženého cíle ovlivňuje tuto dimenzi až sekundárně.

Následkem selhání a frustrace z neúspěchu může být snížená aktivita. Vzniká tak **bludný kruh**: pokud jedinec nebude své schopnosti znovu zkoušet, nemůže zažít pocit úspěchu, který by pocit self-competence zvýšil.

- **sebeřijetí** (self-liking) představuje morální hledisko. Východiskem je zkušenost s vlastní hodnotou a atraktivitou v rámci sociálního prostředí. Uznání od okolí a způsob, jak pochvalu či kritiku vnímáme, je významným zdrojem budování či oslabení sebeúcty. V případě negativního sebeřijetí jedinec o vlastní hodnotě pochybuje, což následně jeho interakce v rámci sociálního prostředí znovu zhoršuje. (Tafarodi & Milne, 2002)

Obdobně vnímá sebeúctu H. Stephen **Glenn** (1941–2004) jako *ideovou koncepci* postavenou na třech pilířích: přesvědčení o **osobních schopnostech, významu a vlivu**.

Východiskem tohoto pojetí není měřítko, zda je jedinec v něčem lepší nebo horší než ostatní. Neměl by se srovnávat, ale vnímat sebe, svoje schopnosti, význam a vliv na sebe sama¹⁴.

¹⁴ <http://www.vedeme.cz/pro-vedeni/doporuceni-vedeni/627-budujte-rozviijete-sebeuctu.html>

Nathaniel **Branden** (1930-2014) chápe sebeúctu jako *stav mysli, který není poznamenán permanentní rušivou nejistotou, sebepodceňováním nebo ostychem, ale ani samolibostí či přehnanou pýchou*. Zdravá sebeúcta představuje imunitní systém lidského vědomí a psychické poruchy¹⁵ (kromě biologicky determinovaných) lze připsat na konto sebeúctě narušené¹⁶.

Ve zdrojích panuje shoda, že míra sebeúcty je ovlivňována **sociálními interakcemi**.

Vedle Rosenberga chápe sebeúctu jako produkt socializace z českých autorů např. Křivohlavý: *Člověk potřebuje ke svému životu, aby byl přijat. Bez této zkušenosti zajde. Touto zkušeností teprve získá „odvahu k bytí“* (2010, s. 49). Zároveň však uvádí, že některé části sebeúcty (ty stabilnější) jsou na sociálních vlivech nezávislé.

Podle Hájka (2015) je sebeúcta důležitou osobní a sociální komoditou, kterou lze zničit¹⁷.

¹⁵ např. úzkosti, deprese, alkoholismus, drogová závislost, agresivita, sexuální poruchy

¹⁶ <https://managementmania.com/cs/sebevedomi>

¹⁷ existují četné studie a některé metody práce s nepřáteli státu, čarodějnicemi, teroristy, vrahy, lupiči a vyděrači; do sektářských praktik a marketingu například uvádí kniha Dominica Streatfielda *Brainwash*

1.2 Pozitivní a negativní komponenta, sebeúcta zdravá a narušená

Ze zdrojů jsem zjistila shodu autorů, že východiskem hodnocení míry sebeúcty je vždy sebenazírání člověka. Značná nejednota však panuje v pojmech. Setkala jsem se pozitivní a negativní komponentou sebeúcty, v jednom případě autor hovoří o negativní sebeúctě. Většina zdrojů užívá zdravá (příp. autentická) a narušená (nízká, nedostatečná) sebeúcta.

Pozitivní komponenta (užívají např. Vágnerová, 2010, Owens, 1993 in Briekzahyová 2012) obsahuje vlastní hodnocení, která sebeúctu posilují.

Negativní komponenta obsahuje hodnocení, která vlastní sebeúctu narušují nepřiměřeným sebedoceňováním. Takoví jedinci jsou sebekritičtí, vnímají se jako horší či nedostačující oproti druhým, zaměřují se více na vlastní chyby než na silné stránky.

Zdravá sebeúcta (autentická) je nepostradatelná pro řešení problémů a životních výzev, rozvoj osobních, společenských a pracovních vztahů a života jako celku. Pokud člověk se zdravou mírou sebeúcty něco řešit neumí, hledá způsob, jak se to naučit. Z chyb, které udělal, čerpá poučení a moudrost. Je na sebe a své výsledky hrdý. Nepochopení či nepřátelství druhých pro něj nepředstavuje zásadní překážku ve sledování cíle.

Zdravá sebedůvěra a sebeúcta dodává vytrvalost a odhodlání, aktivuje schopnosti se prosadit. *At' už věříte, že něco dokážete, nebo jste přesvědčeni, že něco nedokážete – pokaždé máte pravdu!* (Petty, 2008, s. 43)

Lidé s vysokou mírou sebeúcty jsou se sebou spokojeni, vnímají své schopnosti dosahovat vlastní cíle jako stejné či lepší než schopnosti ostatních. Mají výrazný smysl pro sebeřízení a vnitřní hodnotu, ostatní hodnotí pozitivně.

Nejsou příliš sebekritičtí a věří, že jsou stejně hodnotní jako druzí, což jim umožňuje budovat vzájemně potvrzující vztahy (Bengtson, Biblarz, Roberts, 2002 in Bariekzahyová, 2012).

Zdravá sebeúcta přináší dobré plody, zatímco nedostatek sebeúcty působí celkovou podlomenost člověka, ochromuje všechny jeho vztahy a bere mu chuť k životu (Manus, 2017 s. 64).

Zaujaly mě výsledky výzkumu¹⁹, které dokazují, že zdravá sebeúcta není závislá na materiálním blahobytu či nedostatku, míře dosaženého vzdělání, místě bydlení či sociální příslušnosti. Osobně se ztotožňuji se závěry, že snaha uspokojit potřebu sebeúcty materiálními věcmi přináší pouze dočasné uspokojení (Hnilica 2005).

Zajímavé jsou rovněž výsledky výzkumné studie Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů (2004). Výzkum ukázal, že *vysoká úroveň sebeúcty je základem pocitu osobní pohody spolu s radostí ze života, nízkou úrovní problémů, somatických obtíží a depresí. Naopak nárůst*

¹⁹ např. studie *Vlivy materialistické hodnotové orientace na spokojenost se životem* (2005), sledovala vlivy materialismu, sebeúcty, neuroticismu a extravertze na spokojenost se životem. Výsledky ukázaly, že: (1) *materialistická hodnotová orientace vykazuje signifikantní záporný vztah se spokojeností se životem;* (2) *sebeúcta vykazuje se spokojeností se životem signifikantní kladný vztah;* (3) *vliv sebeúcty na spokojenost se životem není zprostředkován ani částečně materialistickou hodnotovou orientací* (Hnilica 2005)

problémů a somatických obtíží vede k nárůstu depresí, nemá však vliv na sebeúctu a radost ze života (Lašek, 2004).

Tato studie dokázala nejnižší úroveň sebeúcty u nejstarší skupiny respondentů (mužů), údajně proto, že ve starším věku mohou mít lidé potíže se změnou rolí, postavením ve společnosti, pocitem užitečnosti a dalšími životními změnami.

Výzkumy s jiným výzkumným vzorkem naopak ukazují, že sebeúcta je obvykle nejnižší mezi mladými dospělými, zvyšuje se s věkem a vrcholí kolem šedesáti let. Ženy mají podle téže studie tendenci mít po celý život nižší sebevědomí než muži. (James, 2016)

Narušená sebeúcta (nízká, snížená, nezdravá, nedostatečná) vede k hledání vnější opory a může přerůst až v patologickou závislost na jiné osobě, návykových látkách či aktivitách. Vede k mylnému předpokladu, že sebeúctu *má na starost někdo druhý, kdo definuje naši hodnotu* (Satirová, 2005, s. 27).

Lidé s negativním sebeobrazem bývají vůči ostatním kritičtí. Tím, že je od sebe odpuzují, potvrzují svůj pocit nepatřičnosti, což přispívá k dalšímu negativnímu sebehodnocení.

Vnitřní nejistota se může projevit přecitlivělostí na reakce druhých, které bývají (často mylně) interpretovány jako nepřátelské či urážející. Nežádoucí reakcí může být snaha zvýšit vlastní hodnotu odsuzováním a snižováním hodnoty ostatních. *Často stačí, aby partner v komunikaci neměl čas, nepovažoval problém za důležitý či hloupě žertoval* (Klimešová, 2007, s. 5).

Narušení sebeúcty se může projevit úzkostí až depresí, nerozhodností, sníženou schopností koncentrace. Lidé s nízkou sebeúctou se mohou projevovat jako hostilní, zlostní, obviňovat druhé. Sebeúctu falešnou a křehkou si budujeme,

pokud se srovnáváme s ostatními, nebo nad nimi chceme „vyčnívat“. (Čermák, Hřebíčková, Macek, 2003 in Klimešová, 2009, s. 23)

Nízká sebeúcta může oslabovat schopnost učit se, pracovat a pěstovat zdravé vztahy. *Bez smyslu pro svou vlastní hodnotu nemáme dost jistoty pro to, abychom zkoušeli nové věci, šli za svými cíli a projevovali se na smysluplné úrovni* (Kopřiva a kol., 2008, s. 209).

Lidé s narušenou sebeúctou často snižují sebeúctu druhých, mohou být „*ufňukaní a ukňouraní*“, *nedůvěřiví vůči sobě, svým schopnostem, osobnímu významu a vlivu*. Zpravidla hledají příčinu svých problémů u druhých nebo poukazují na nepříznivé vnější okolnosti. *Často si netroufají říci vlastní názor, raději se přizpůsobí* (Grün, 1977, s. 38).

Pozitivní i negativní sebenazírání se udržuje **v cyklu**. Jakmile si člověk přestane myslet, že může uspět, přestane vynakládat úsilí, které dosažení úspěchu vyžaduje.

W. James zjistil, že pokud se člověk domnívá, že je úspěšný a selže, pak tento případ selhání odepíše jako výjimečný, jako smůlu nebo náhodu a svůj pozitivní sebeobraz nemění.

Narušená sebeúcta může souviset s **emocionální nezpůsobilostí** (neschopnost napojit se na emoce vlastní i ostatních). Pokud takoví lidé nějaké emoce pociťují, pak pouze tzv. „velké emoce“ (vášeň, zuřivost, zoufalství). Mají potíže se stanovením hranic (u sebe i druhých), často potřebují druhé ovládat a mít nad nimi mocenskou převahu.

Podle Collinsové (2003) jedním z příčin emocionální nezpůsobilosti může být *hluboce traumatizující zážitek, často z dětství* (s. 180).

Sebeúcta souvisí se způsobem, jak jedinec zachází s vlastní **agresivitou**. Jedinci s vysokou mírou sebeúcty dokáží v emocionálně vypjatých situacích zůstat klidní a využívají agresivitu a **asertivitu** ve zdravé míře. Maslow (2014) uvádí, že schopnosti být agresivní a rozhněvaní využívají všichni sebeaktualizovaní lidé, pokud to vyžaduje externí situace.

Některé zdroje sice uvádějí, že jednou z charakteristik agresivních jedinců je průměrná či mírně nadprůměrná sebeúcta, avšak *pro obvyklý předpoklad, že nízká sebeúcta se podílí na vyvolání násilí, chybějí důkazy* (Čermák, Hřebíčková, Macek, 2003 in Klimešová, 2009).

V souvislosti s tématem této práce jsem se zajímala o souvislost sebeúcty a **domácího násilí**. Odsouzení ve VTOS mají často osobní zkušenost, nejčastěji z dětství či dospívání, ať už byli svědky nebo přímou obětí.

Z literatury jsem zjistila, že člověk se zdravou sebeúctou druhému nedovolí, aby ho ponižoval nebo týral. Dokáže včas rozeznat varovné signály, potenciálnímu tyranovi se vyhne, nebo se proti němu rázně vymezí.

Podle Vitoušové²² (2006) domácí násilí začíná útoky v rovině násilí proti lidské důstojnosti, které mají za cíl minimalizovat sebeúctu oběti.

V důsledku dlouhodobého psychického či fyzického týrání je sebeúcta zničena (Šrajer, 2006).

²² Petra Vitoušová, zakladatelka organizace Bílý kruh bezpečí

Zajímala jsem se také o souvislost sebeúcty a **suicidálního jednání**.

Zaujala mě studie, ve které autoři (Coban a Akgun, 2011) zkoumali, jak využít sebeúctu k odvrácení sebevražedných myšlenek. Zaměřili se na osoby ve věznicích. Výsledky ukázaly, že pozitivní sebeúcta spolu s rozvinutou schopností vyrovnat se s porážkou souvisí s nejnižší úrovní suicidality. Naproti tomu nízká úroveň obou faktorů má vysoký podíl na sebevražedných myšlenkách, neboť negativní²³ sebeúcta může zesilovat pocit prohry a beznaděje.

Zajímavé jsou rovněž výsledky průzkumu agentury Gallup (Pasquale, 2002, s. 198). Podle této studie byly v roce 2002 tři miliony mladých Američanů ohroženy suicidálním jednáním. Ze zjištěných příčin mě zaujaly následující:

- porušení rovnováhy mezi Já a My (ballance I and We), tedy individualismus a nárůst vlastního já, soustředění na vlastní vítězství a pády převažují nad vztahy s druhými lidmi
- hnutí sebeúcty (self-esteem movement), které v 60tých letech 20. stol. hlásalo podporu sebeúcty dětí jako stěžejní úkol rodičů, vychovatelů a psychologů

Osobně se ztotožňuji se závěry současné studie (Brummelmann, 2013), která dokládá, že děti s nízkou úrovní sebeúcty byly chváleny více za osobní vlastnosti (vzhled, atraktivita) než za snahu a úsilí. Autoři této studie užívají pojmy sebeúcta správně **podložená a neoprávněná**.

V české literatuře je možné se ve stejném kontextu setkat s termíny sebeúcta **podmíněná a nepodmíněná** (např. Poupětová, 2012 in Baštecká, 2013 s. 277).

²³ autoři užívají nesprávný pojem *negativní* sebeúcta

1.3 Souvislost sebeúcty se spiritualitou

Na základě vlastních zkušeností se domnívám, že narovnání sebeúcty odsouzených ve VTOS s využitím výhradně sekulárních zdrojů je velmi obtížné, v některých případech nemožné.

Oporu pro tento svůj předpoklad jsem našla např. u Říčana (2007), uvádí, že **spiritualita** je přítomná v různé míře u většiny lidí a tvoří jádro osobní identity a smyslu života.

Rovněž podle Manuse (2017) má sebeúcta nejen psychologický, ale také **duchovní rozměr**.

Zjistila jsem zajímavou shodu: cíl a smysl spirituality – aby se člověk vracel sám k sobě, byl více sám sebou – odpovídá jedné z charakteristik zdravé sebeúcty.

Podpora duchovní složky člověka spočívá v rozvoji jeho **spirituální inteligence**²⁵. Přikláním se k názoru, že tato složka inteligence umožňuje člověku být tvořivý a spontánní, mít vizi, může pomáhat v boji s nežádoucími návyky, neurózami z minulosti, nemocí či žalem (Zohar a Marshall, 2003). Tato součást lidské inteligence promlouvá prostřednictvím **svědomí**, které *pomáhá člověku přerůst egocentrické já a nalézat hlubší rovinu smyslu* (Emmons 2003 in Vojtíšek, Dušek a Motl, 2012, s. 64).

Pokud v životě nepočítáme s Bohem, naším smyslem existence je to, co shromažďujeme a budujeme. Východiskem sebenazírání pak je milovat sám

²⁵ pojem zavedl americký psycholog Robert Emmons

sebe, prosadit se, žít pro sebe. Vlastní hodnotu posuzujeme podle světských hodnot²⁷, které jsou pomíjivé, mnohdy povrchní a zavádějící.

Míra sebeúcty do značné míry souvisí se **smyslem života**. Ztotožňuji se s tvrzením těch autorů, kteří právě smysl existence považují za významný problém mnoha lidí současného západního světa: *Uprostřed vrcholného materiálního blaha si mnozí uvědomují, že chtějí něco víc, co by vyplnilo jejich vnitřní prázdnotu* (Zohar a Marshall, 2003, s. 85).

Trvalou vlastní hodnotu a naplnění vnitřní prázdnoty lze nalézt ve víře v Boha a osobním vztahu s živým Kristem.

Oporou a zdrojem informací může být Boží Slovo, **Bible**. Je to kniha o člověku a jeho životě, která nabízí odpovědi na základní existenciální otázky: *Kdo jsem? Kam patřím? Jaký má můj život smysl? Potřebuje mě někdo? Kým mám být a proč? Co je to milovat sebe a druhé?*

Z literatury jsem zjistila také zajímavou shodu mezi pozitivním postojem k životním překážkám a chybám, který podporuje zdravou sebeúctu a Biblickým pohledem na ně. Člověk má vždy dvě možnosti: svůj život může *přijmout, objevovat jeho smysl a radovat se. Nebo proti němu protestovat, stěžovat si a svůj život proklínat.* (Augustyn a Slup, 1999, s. 26)

Chyby lze brát jako příležitost přiblížit se Bohu, uznat svou závislost na něm. Jedině Bůh může dát člověku trvalý důvod, aby ze sebe mohl mít dobrý pocit. Neboť *všichni zhřešili a jsou daleko od Boží slávy* (Řím 3,23), ale zároveň

²⁷ krása, peníze, vzhled, chytrost a talent, vzdělání, schopnosti, majetek, síla a moc, vliv a moc, postavení

podle křesťanské víry je člověk objektem Boží lásky, zájmu a péče: *Já jsem Hospodin, tvůj Bůh, držím tě za pravici, pravím ti: Neboj se, já jsem tvá pomoc* (Iz 41,13–14)²⁹

Bez znalosti Božích principů vkládá člověk naději a důvěru v ostatní lidi a omezuje vnímání vlastní existence fyzickým narozením a smrtí. Křesťanství nabízí osobní vztah s Bohem otcem a pohled na lidský život z pohledu věčnosti (transcendentní perspektivy).

Podle Bible je každý člověk stvořen k obrazu Božímu³¹, s jedinečným záměrem a úkolem. *Svou hodnotu neodvozujeme od svého vlastního výkonu, ale od důstojnosti, která nám byla dána Bohem* (Grün, 1977, s. 30).

Sebeúcta člověka je v ohrožení, pokud se srovnává s druhými, podléhá tlaku (společnosti, médií) a nechá se tlačit k dosahování cílů, kterých reálně dosáhnout nemůže nebo nedokáže.

Bible nabízí alternativní řešení: *A nepřizpůsobujte se tomuto věku, nýbrž proměňujte se obnovou své mysli, abyste mohli rozpoznat, co je vůle Boží, co je dobré, dokonalé a Bohu milé.* (Řím 12,2)

²⁹ dále např. 1. Petrův 4,7, Jan 15,9-12, Jan 3,16

³¹ *Bůh stvořil člověka, aby byl jeho obrazem, stvořil ho, aby byl obrazem Božím, jako muže a ženu je stvořil* (Genesis 1,27)

1.4 Sebeúcta mladistvých

Na začátku kapitoly představím sebeúctu mladistvých, jak ji charakterizují někteří autoři. Zaměřím se na studie, které se zabývají sebeúctou mladistvých delikventů.

Jak vyplývá z předchozího textu, utváření sebeúcty je určováno vnitřními dispozicemi a vnějšími podmínkami (sociokulturně).

Bylo to všechno šílené, ale potřebovali jsme najít vědomí vlastní identity a kamarádství. Pocházeli jsme z rodin, které byly nějak narušené a mohly nám poskytnout jen nepatrnou naději nebo smysl života. Zdálo se nám, že sounáležitost s gangem to kompenzuje. Před mými čtrnáctými narozeninami mě poslali do nápravného zařízení. Dodnes nevím, koho napravila, mě tedy určitě ne. Ve skutečnosti mě pouze seznámila s věcmi, které jsem nikdy předtím nezažil, včetně homosexuality.

Angus, jeden z členů Teen Challenge (Macey, 1995, s. 104)

Sebeúcta dospívajícího sestává ze dvou složek: **aktuální**, která v tomto životním období osciluje a **bazální** (např. Vágnerová, 1991).

U většiny autorů panuje shoda, že bazální sebeúcta se vyvíjí od raného věku dítěte (např. Langmaier a Krejčířová, 2006, Kot'a in Jedlička a kol. 2015), dítě se učí hodnotit samo sebe prostřednictvím hodnocení **významnými druhými**.

Zaujalo mě, že strategie přežití těch, kdo v dětství nezažili bezpodmínečné přijetí, spočívá často ve snaze dosáhnout přijetí **výkonem** nebo **přizpůsobením se** (Frielingsdorf in Grün, 1977, s. 32).

Za základ utváření sebeúcty lze tedy považovat **rodinu** a **výchovu**, přímo úměrně ji ovlivňuje rodičovská **péče, akceptace a podpora**.

Svou roli hraje **nápodoba vzoru**, který chválí a povzbuzuje. (např. Prekopová, in Koucká, 2012)

V terénu jsem zjistila, že většina mladistvých ve VTOS má problematické rodinné zázemí, často žijí jen s matkou: *Tátu jsem nikdy neviděl... Táta zmizel, asi je v Anglii...*, zhruba v polovině případů mají za sebou *pasták* (výchovný ústav), ze kterého *utikali domu k mámě*.

Některé výzkumy ukazují význam **prarodičů**: *adolescenti, ktorí vnímali starých rodičov ako potencionálny zdroj sociálnej podpory sa od svojich rovesníkov líšili vyššou mierou sebeúcty* (Madrasová Gecková, 2003).

Stěžejním zdrojem sebeúcty mladistvých je **vrstevnická skupina** a přijetí partou, jako další zdroje se ukazují **širší rodina, sociální skupiny, prostředí, komunita** a hodnotové nastavení **společnosti**, ve které jedinec vyrůstá a dospívá.

Z vlastní práce v terénu mohu doložit význam sociální skupiny a zpětné vazby výpovědí jednoho z respondentů: *Motivací je pro mě další člověk. Který má zájem o mně a moje zlepšení. Taky je pro mě motivací lepší prostředí a lepší lidi.*

Řada výzkumů se věnuje vztahu sebeúcty a delikventního jednání mladistvých.

Autorka rozsáhlé studie *Self esteem and delinquency* (Lee, 2012) porovnává výzkumy (z Ameriky, Asie, Oceánie a Evropy) sebevědomí a kriminality, které se ukazují jako dva hlavní problémy v dospívání. Přestože byly zjištěny kauzální vztahy mezi sebeúctou a kriminalitou, výsledky zůstávají nejednoznačné.

Porovnání zjištění z různých zemí ukázalo, že v ČR nižší počáteční sebeúcta mladistvých souvisí s vyšší mírou delikventního jednání.

Podle **Kaplanovy teorie** (Self-derogation Theory of Delinquency, 1975, 1980) má sebeúcta zpravidla na delikvenci negativní efekt, zatímco delikvence může mít na sebeúctu efekt pozitivní, zejména pokud adolescenti od počátku vykazovali nízkou úroveň sebeúcty (např. Bynner et al., 1981, Wells, 1989, W. Alex Mason, 2001 in Dundelová, s. 20).

Výzkum s adolescenty v Nizozemí (Reitz et al. 2007) tuto teorii potvrdil. Respondenti zvýšili svoji sebeúctu prostřednictvím vazby s delikventními vrstevníky a kriminálním jednáním.

Carroll a kol. (2007, in Lee, 2012) upozorňují, že adolescenti využívají kriminalitu jako prostředek, jak získat pozornost vrstevníků a dospělých.

Rovněž Menonem a spol. (2007 in Lee, 2012) ukazují souvislost nepřiměřeně vysoké sebeúcty s antisociálním chováním. Adolescenti s neoprávněnou vysokou sebeúctou své antisociální chování často racionalizují a uvádějí důvody k jeho ospravedlnění.

1.5 Faktory ohrožující sebeúctu mladistvých

Jak vyplývá z předchozího textu, sebeúcta člověka je do jisté míry **stabilní**, do značné míry ji lze **ovlivnit**. Uplatňují se **vnitřní dispozice** a **vnější podmínky**.

Pro volbu strategií podpory může pomoci rozpoznání **příčin** úspěchu či neúspěchu.

Zaujalo mě, že faktory, které ovlivňují delikventní chování (Britské strategické dokumenty k prevenci., 2012 in Štěchová, Večerka, 2014) jsou totožné se zdroji podpory sebeúcty. Jedná se o **sociální**³³, **fyzický**³⁴, **lidský**³⁵ a **kulturní**³⁶ kapitál.

Z dalších zdrojů se ukazuje shoda v rozdělení příčin ovlivňujících sebeúctu a recidivu, faktory **statické**³⁷, **dynamické**³⁸, **individuální**³⁹ a **kontextuální**⁴⁰ (Spanjaard, Stams, 2012 in Štěchová, Večerka, 2014).

Mladí delikventi (do patnácti let) jsou údajně více determinováni faktory dynamickými, kolem osmnáctého roku začínají převládat faktory statické.

Jako zásadní pro rozvoj zdravé sebeúcty se ukazuje **styl rodičovské výchovy** (autoritářský, agresivní, lhostejný, pasivní styl), rodinné **prostředí**, styly

³³ dobré a stabilní vztahy – rodina, partneři, děti, přátelé a vrstevníci

³⁴ dostatečné finanční prostředky a bezpečné místo k životu

³⁵ schopnosti jedince, jeho duševní a tělesné zdraví a práci

³⁶ hodnoty, názory a postoje jednotlivce

³⁷ věk, pohlaví apod.

³⁸ antisociální postoje, účast v nevhodných vrstevnických skupinách, charakteristiky přátel, vztah k zneužívání návykových látek, frekvence a důvody útěků z domova, charakteristiky rodiny, styl vnucování pravidel rodiči, aj.

³⁹ impulsivita, agresivita a další osobnostní faktory

⁴⁰ okolnosti v rodině a sousedství, kriminalita, život ve vyloučené komunitě, nezaměstnanost v rodině, aj.

komunikace v rodině a způsoby **zvládnání konfliktu** mezi rodiči a dětmi. Existuje rovněž souvislost mezi sebeúctou a typem rodiny (rozvedení rodiče, jeden rodič, socioekonomické postavení).

Podle některých výzkumů (např. Adams, 2009 in Dobrescu, 2013) souvisí sebehodnocení mladistvých se vzděláním a zaměstnáním rodičů.

Jako ohrožující pro sebeúctu dospívajících se ukazují vysoká či nepřiměřená **očekávání rodičů a odmítání vrstevníky**.

Sebeúcta mladistvých souvisí se stylem **vzdělávání, studijními výsledky** (např. Jung & Stinnett, 2005 in Lee, 2012), rodinným **životním stylem** a mírou **fyzické aktivity** (Brek 2006 in Dobrescu, 2013).

Za zásadní faktor ohrožující sebeúctu (nejen) mladistvých považují **materialistickou orientaci** společnosti a obrovský tlak **médií a reklamy**. Pokud mladí chtějí být považováni za úspěšné, musí podávat stále větší výkon, přesto mediálně propagovaný životní standard zůstává pro mnohé fakticky nedosažitelný. V důsledku toho mohou podlehnout pasivitě, odevzdaně přijímat svůj osud určený okolnostmi a hledat únik v závislostech.

Význam **společenského klimatu** zdůrazňuje např. Nešpor (2011), za **ohrožující rizikové činitele** označuje snadnou dostupnost návykových látek a hazardu a masivní reklamu. Za bezpečnější považuje společnost, která *nepovažuje peníze za nejvyšší hodnotu a neoslavuje peníze a riskování*. Zcela se přiklání také k názoru, že *média zneužívají svého potenciálu, který by měla využít k nabídce konstruktivních možností jak problémům předcházet a účinně je zvládat* (s. 36).

Za ohrožující považují také **svobodu bez hranic**, ve které tradiční instituce (manželství, církve) a hodnoty pozbývají platnost a *je těžké odlišit morálně a právně únosné jednání od rozhodnutí porušujících zákon* (Dočkal, 2008, s. 60).

Negativní roli hraje využívání **sociálních sítí** a svět **virtuální reality**. Přestože lze zakrýt skutečnou realitu, může být uživatel pozitivně „lajkován“ ostatními. Může si tak budovat sebeúctu *na nereálných a neadekvátních představách o vlastní hodnotě*. (Filípková, Kuncová, Blatníková, 2017)

V souvislosti se sebeúctou mladistvých považují za velmi výstižnou charakteristiku „moderního člověka“ (Lorenz, 2014), kterou uvádím v příl. 9.

Pro sebeúctu mladistvých může být ohrožující jejich usilování o **samostatnost**. Touží po samostatnosti a mohou neadekvátně reagovat na situace, kdy mají dojem, že jejich svoboda je omezována. Na druhou stranu *situace, kdy by mohli svou vytouženou nezávislost projevit a samostatně se rozhodovat vyvolávají obrovskou úzkost* (Rauchfleisch, 2000, s. 16, 19 a 21).

Ohrožujícím činitelem může být také tzv. **symbolická úroveň násilí** (Vágnerová, 1999, in Procházka 2012).⁴²

Podrobně se osobnostními charakteristikami mladistvých delikventů zabývá Havrlentová (2014, in Svatoš, Kříha, s. 63–73). Na základě výzkumů shrnuje rozdíly mezi chronickými pachateli a mladistvými delikventy.

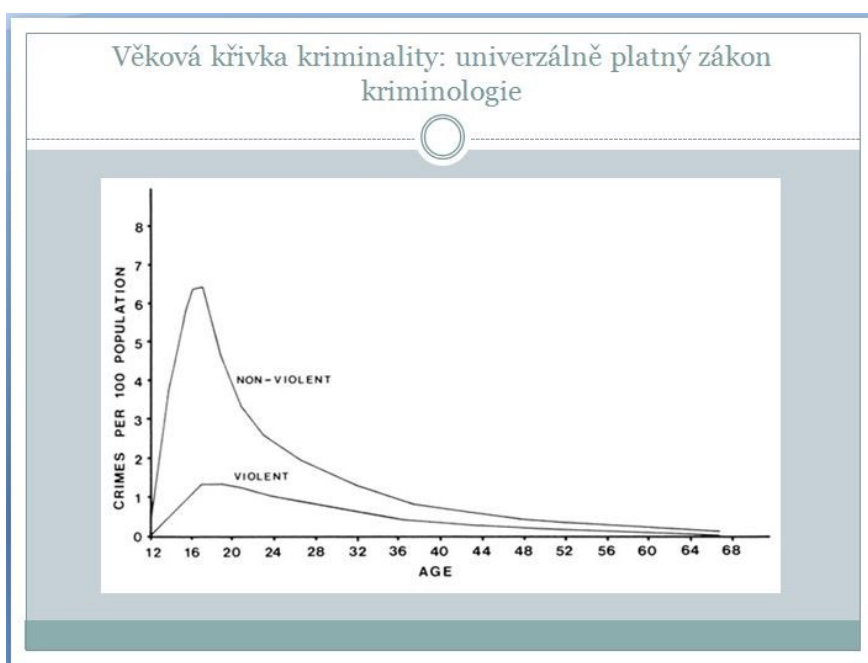
⁴² Škodlivost médií, která každodenně šíří hrubost, násilí a intoleranci lze doložit kazuistikou třináctiletého pacienta Psychiatrické kliniky FN Bratislava. Po sledování napínavého televizního filmu a následném děsivém snu zabil matku sekáčkem na maso. Drastický čin spáchal v omnubilatorním stavu (náhlá porucha vědomí a dočasná ztráta paměti), kdy chtěl od matky odehnat strašidlo sklánějící se nad její postelí. (Čs. Psychiatrie, 90, 5, s. 276–282)

1.6 Mladiství muži ve VTOS

V této kapitole vysvětlím pojem desistence, shrnu hlavní zásady koncepce vězeňství, přiblížím podmínky VTOS mladistvých a představím programy zacházení s odsouzenými.

Optimistickým východiskem pro práci s mladistvými delikventy jsou výsledky dlouhodobých výzkumů, podle kterých naprostá většina pachatelů, kteří se TČ dopustili v době dospívání, kriminální kariéru poměrně záhy opustí.

Pro období, kdy jedinec opouští kriminální chování se užívá pojem **desistence**. Nejde zpravidla o konkrétní moment, jedná se o proces, jehož podstatou je dlouhodobé zdržení se kriminálního chování.



Obr. 1 Věková křivka kriminality

V ČR byl dlouhodobě uplatňován trestněpolitický přístup, který *plní věznice, zaměstnává vězeňský průmysl a udržuje stále vysoké kvóty recidivistů*⁴⁵. Snahy o proměnu vězeňského prostředí vyhláší **Koncepce vězeňství do roku 2025**⁴⁶. Mezi hlavní cíle patří snižování recidivy, restorativní přístup⁴⁷ k obětem TČ a využívání alternativních trestů. Koncepce klade důraz rovněž na duchovní péči a spolupráci s církvemi po propuštění.

Vazbu a VTOS zajišťuje **Vězeňská služba ČR (VS ČR)**⁴⁸.

V ČR je v současnosti 36 věznic dvou typů: se zvýšenou ostrahou a s ostrahou, vysoce nebezpečným osobám a sexuálním deviantům je určena **zabezpečovací detence**. Novinkou je **monitoring** (elektronické náramky) v rámci náhrady VTOS dohledem.

Sebeúctu mladistvých ve VTOS zásadním způsobem ovlivňuje skutečnost, že jsou odsouzeni k výkonu trestu, zbavení svobody a umístění do věznice.

Z toho důvodu se pokusím přiblížit prostředí a podmínky, ve kterých se nacházejí.

⁴⁵ tento systém kritizuje např. kriminolog a sociolog Niels Christie (Válková in Matoušek a kol., 2013, s. 45)

⁴⁶ <https://www.vscr.cz/wp-content/uploads/2017/06/Koncepce-vezenstvi.pdf>

⁴⁷ **Restorativní přístup** vytváří prostor oběti trestného činu, aby mohla vyjádřit své potřeby, případně zpracovat trauma. Je nástrojem prevence sekundární viktimizace, tj. horšení stavu vyšetřováním. Restorativní přístup se zaměřuje rovněž na členy rodiny, přátele, úřední osoby, lidi z místní či profesní komunity. Cílem je posílit jejich angažovanost a využít je jako zdroje pomoci.

⁴⁸ výkon vězeňství se řídí zákonem Zákon č. 169/1999 Sb. *Zákon o výkonu trestu odnětí svobody*

Po nástupu do VTOS je mladistvý zařazen na **oddělení mladistvých**. Jedincům s poruchami chování a duševními poruchami je určeno **specializované oddělení**⁵¹ s individuálním zacházením, za odsouzeným by měl každý den docházet speciální pedagog.

Odsouzení v psychické krizi, ohrožení násilím nebo suicidálním jednáním jsou přerazováni na **krizové oddělení**, podle vnitřního řádu věznice se o odsouzené stará psycholog a terapeut.

Každému odsouzenému je individuálně stanoven **Program zacházení**, obsah sestavuje speciální pedagog příslušného oddělení⁵⁴, jde o aktivity pracovní, speciálně výchovné, vzdělávací⁵⁵ a zájmové a podporu vnějších vztahů.

V rámci programu zacházení je mladistvým určen terapeutický program **TP21 Junior** (viz příl. 6). Jedním z cílů programu je **přijetí odpovědnosti** za vlastní činy. Plán sestavuje vychovatel, který zároveň aktivity vede.

Program by měl probíhat *za intenzivního působení všech odborných zaměstnanců mladistvých odsouzených: tři vychovatelé, vychovatel-terapeut, pedagog volného času, sociální pracovník, psycholog, dva speciální pedagogové a službukonající dozorcí*⁵⁷.

⁵¹ pro drogově závislé, trvale pracovně nezařaditelné, osoby se sníženým intelektem, duševně nemocné, s poruchami chování a sexuální deviací, patologické hráče, matky s nezletilými dětmi aj., podle vyhlášky 109/1994, dostupné z <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1994-109>

⁵⁴ vychází z posouzení a komplexní zprávy psychologa na základě analýzy SARPO. Jedná se o nástroj hodnocení rizik a potřeb odsouzených. Diagnostikuje **dynamické rizikové faktory** TČ (rodina a vztahy, bydlení, vzdělání a zaměstnání, závislosti, postoje, myšlenky a chování), které jsou zároveň vodítkem pro následnou intervenci. Nástroj odhaluje rovněž rizika spojená se specifickou TČ násilnou, se sexuálním či drogovým podtextem.

⁵⁵ prostřednictvím Školského vzdělávacího střediska ve dvouletém učebním oboru Práce ve stravování a tříletých oborech Dřevařská výroba a Elektrotechnické a strojné montážní práce

⁵⁷ <https://www.vscr.cz/veznice-vsehrdy/novinky/program-tp-21-junior-ve-veznici-vsehrdy>

Jak jsem zjistila v terénu, pokud program právě neprobíhá, nebo někdo zařazen není⁵⁸, mají mladiství téměř celý den volno. Během rozhovorů jsem se dozvěděla, že jim *čas vůbec neutiká. Už nevíme, o čem si povídat, je to furt to samý dokola, ani televize už nás nebaví.*

Další programy nabízejí jednotlivé věznice na základě vlastních terapeutických projektů (viz příl. 26). Nepodařilo se mi zjistit, jak často a s kolika odsouzenými se podle těchto interních projektů pracuje. Jako možnou překážku vidím podstav personálu a únavu, případně neochotu zaměstnanců.

Podle Sochůrka (2002) je primárním účelem standardizovaných programů snižování nebezpečnosti a pravděpodobnosti recidivy. S tímto názorem souhlasím, nicméně na základě zjištění z terénu spatřuji zásadní význam programů v naplnění volného času, který mají odsouzení k dispozici, neboť *deformovaný, odchylný, změněný, nezřídka i náhradní způsob uspokojování potřeb může způsobit tzv. krizi z uvěznění* (2002, s. 8).

Úspěšný přechod na svobodu podporují **Programy přípravy na propuštění**. Program zacházení na **výstupním oddělení**⁶¹ obsahuje komunitní setkání s odbornými zaměstnanci⁶², sebeobslužnou činnost, sociálněprávní poradenství, psychosociální poradenství, vzdělávací, pracovní a zájmovou činnost, extramurální aktivity a návštěvy bez zrakové a sluchové kontroly⁶³.

⁵⁸ program je určen pro 8 vytipovaných odsouzených, probíhá 2x ročně po dobu 12ti týdnů

⁶¹ v souladu se zákonem č. 169/1999 Sb., §74 odst. 2 sem zařazují odsouzené šest měsíců před výstupem

⁶² vychovatel, vychovatel-terapeut, psycholog, psychoterapeut, sociální pracovník

⁶³ zdroj: www.mvcr.cz/soubor/informace-o-realizaci-stand-programu-zachazeni-doc.aspx

Za velmi důležitou považuji aktivní spolupráci věznic se **státními a nestátními institucemi**⁶⁴, které poskytují služby **po dobu VTOS a postpenitenciární péči** (mentoring, ubytování, řešení sociálních a osobních problémů).

Shrnutí

Pro přehlednost jsem teoretická zjištění roztřídila do čtyř **kategorií**: projevy zdravé sebeúcty, ukazatele narušené sebeúcty, ohrožující faktory a možnosti podpory.

Projevy zdravé sebeúcty
sebehodnocení „Jsem dobrý stejně jako ostatní“
realistická očekávání a cíle, aktivní kroky k jejich dosažení
výrazný smysl pro sebeřízení a vnitřní hodnotu
spokojenost se sebou samým, důvěra ve vlastní schopnosti
životní chyby a omyly slouží jako zdroj poučení a moudrosti
hledání konstruktivních možností, jak vyřešit problém
nepochopení či nepřátelství druhých nepředstavuje problém při sledování cíle
vytrvalost, odhodlání, schopnost se prosadit, hrdost, nezávislost
přiměřené využívání vlastní agresivity a asertivity
schopnost zůstat klidný v emocionálně vypjaté situaci
schopnost včas se vymezit vůči nějaké formě domácího násilí
pěstování duchovní složky osobnosti, rozvoj spirituální inteligence

Tab. 1: Projevy zdravé sebeúcty

⁶⁴ obecní a městské úřady, PMS ČR, úřady práce, centra sociálních služeb, Armáda spásy, charity, azylové domy, neziskové organizace, školy, školská a zdravotnická zařízení, registrované církve a náboženské společnosti, zájmová sdružení, nadace a další instituce sledující humanitární cíle

Ukazatele narušené sebeúcty
sebehodnocení „Jsem horší než ostatní“, „Moji hodnotu definuje někdo jiný“ (snížená)
nepodložené hodnocení typu „Jsem nejlepší“, „Jsem lepší než ostatní“ (zvýšená)
nepřiměřené sebepodceňování, zaměření více na vlastní chyby než na silné stránky
přecitlivělost, mylná interpretace reakcí druhých jako nepřátelských či urážejících
závislost, hledání vnějších opor (může vést k závislosti na osobě, návykové látce, aktivitě, aj.)
nerozhodnost, snížená schopnost koncentrace
hostilita, zlost, obviňování druhých
srovnávání se s ostatními, touha „vyčínat“ nebo naopak přílišné přizpůsobování se ostatním
oslabená schopnost učit se, pracovat, pěstovat zdravé vztahy, zkoušet nové věci, jít za svým cílem
nedůvěra ve vlastní význam a vliv, snižování hodnoty druhých, „uřňukanost a ukňouranost“
hledání příčin svých problémů u druhých, v nepříznivých vnějších okolnostech
emocionální nezpůsobilost, potřeba ovládat, mít mocenskou převahu
potíže se stanovením hranic, neschopnost vymezit se proti domácímu násilí
sklony k suicidálnímu jednání

Tab. 2: Ukazatele narušené sebeúcty

Faktory ohrožující sebeúctu mladistvých
nepřiměřená očekávání rodičů, styl výchovy, styly komunikace a zvládání konfliktu v rodině
socioekonomické postavení rodiny, životní styl, zaměstnání rodičů
odmítání vrstevnickou skupinou
nízká míra fyzické aktivity
vliv masmédií, materialistická orientace, propagace celebrit, reklama
snadná dostupnost návykových látek a hazardu
svoboda bez hranic
neustálé předhazování neschopnosti dotyčného (chování, znalosti) a veřejná kritika
virtuální realita sociálních sítí, symbolická úroveň násilí (thrillery, PC hry)

Tab. 3: Faktory ohrožující sebeúctu mladistvých

2. Podpora zdravé sebeúcty

V této kapitole pojednám o podpoře sebeúcty. Zaměřím se na možnosti, jak lze sebeúctu posílit vlastní aktivitou a jaké jsou vnější zdroje podpory. Pokusím se shrnout, jak lze využít prvků a programů sekundární prevence delikvence. Představím pastorační péči jako zdroj podpory. Závěr kapitoly věnuji podpoře sebeúcty mladistvých ve VTOS a úskalím práce s touto cílovou skupinou.

2.1 Individuální možnosti a vnější zdroje podpory sebeúcty

Jak jsem uvedla v předešlé kapitole, sebeúctu člověka ovlivňují faktory individuální a kontextuální. Svou sebeúctu může tedy aktivně podporovat a posilovat každý sám a současně ji mohou podpořit ostatní lidé svým přístupem nebo vhodnou úpravou podmínek.

Výsledky studie *Self-Concept and Self-Esteem in Everyday Life* (2007) ukázaly, že lidé s negativními názory na sebe sama myslí a chovají se způsobem, který snižuje kvalitu jejich života. Autoři výzkumu se domnívají, že úlohou **vědců** je upřesnit strategie pro změnu negativních názorů a myšlení ohrožujících sebeúctu.

Individuálním východiskem pro budování a udržení zdravé sebeúcty je tedy **pozitivní přístup** k životu, sobě samému a budoucnosti.

Možnosti, jak podpořit změnu **negativního sebeobrazu** uvádí např. Collinsová, 2003 a Satirová, 2005. Zaujalo mě, že především ženy (autorky) propagují stálý kontakt s vlastními emocemi a odvahu vlastní pocity a city

vyjadřovat. Dále doporučují používat zdravý rozum, naslouchat přátelům, být upřímný sám k sobě a budovat důvěru a empatii.

S autorkami se shodují v názoru, že jednoduché řešení neexistuje, jedná se o celoživotní práci na sobě a vztazích. Proces změny může brzdit skutečnost, že pokud rozporujeme něčí negativní sebeobraz, dochází u něj ke zmatku ohledně jeho vlastní totožnosti. Dlouhodobé negativní vnímání sebe sama pro něj totiž představuje jistotu, byť bolestnou.

Jediným dlouhotrvajícím řešením je naučit dotyčného **nově myslet** (např. Brehm, 2005 in Macek, 2008).

Za vynikající zdroj informací považují článek *Self-Concept and Self-Esteem in Adolescents* (Manning, 2007). Autor se zabývá prostředím středních škol, jeho postřehy lze aplikovat na prostředí VTOS. Zmiňuje, že se může lišit míra sebeúcty v akademickém prostředí (školy, vzdělávací instituce) a neakademickém (sociální prostředí, sport, aj.).

Jako nejčastější **měřítko sebeúcty** mladistvých uvádí **atraktivitu**, fyzický **vzhled**, sociální a sportovní **kompetence**.

Za **ohrožující** považuje náhlou **změnu prostředí**, neustálé **předhazování neschopnosti** dotyčného a **veřejnou kritiku**.

Autor rovněž zkoumal, jak může sebeúctu dospívajícího podpořit **autorita** (např. učitel), jeho zjištění zařazují do tabulky č. 5 na konci této kapitoly.

Jako významný zdroj podpory uvádí **psychology**, **poradce** a **terapeutické techniky**.

Preventivní programy by měly zahrnovat sociální dovednosti, zdravý životní styl, výživu a cvičení. Jako osvědčené doporučuje **peer doučování** a **společné učení**. Za důležité považuje komunitní intervence.

Rovněž Baštecká pro podporu sebeúcty doporučuje tzv. **peer-programy**, které využívají působení vrstevníků nebo obecně lidí v souřadném postavení a jsou zaměřené na sebeposílení (zplnomocnění) jedince (2003, s. 42).

Ve věznici, kde jsem prováděla výzkum, se tato forma programu osvědčila. Na oddělení mladistvých docházeli studenti místní SŠ a spolu s odsouzenými vrstevníky se účastnili pracovních a dalších aktivit. Taková spolupráce podporuje (mimo jiné) vytváření **bezpečného okruhu přátel** a známých

Posílit vlastní sebeúctu lze také rozvíjením citu pro sebe samého. Grün (1977) doporučuje *vnímat vlastní tělesnost, sledovat dech a pracovat na tom, abych se ve vlastním těle cítil dobře. Vejít ve styk se svými agresemi, abych tak mohl být při sobě*⁶⁶ (s. 38).

Podle některých autorů (např. Satirová, 2005, s. 32) *jsme na cestě ke zdravé sebeúctě, pokud si stanovujeme reálné cíle a usilujeme o jejich dosažení*. Podobně podle Coveyho (2007) je rostoucí sebeúcta výsledkem schopnosti *činit a dodržovat sliby či závazky* (s. 29, 30).

Studie *Effects of parental and peer support on self-esteem in adolescents* (2014) jako důležitou součást podpory sebeúcty adolescentů uvádí pozitivní komunikaci v rámci **podpůrných a pečujících vztahů**. K obdobným závěrům došli rovněž autoři dalších výzkumů (např. Birndorf, Ryan, Auinger a Aten, 2005 in Gunnarsdóttir, 2014)

⁶⁶ mít pro sebe cit, věřit vlastním pocitům, spočívat v sobě, nebýt závislý na smýšlení druhých, nebýt jimi obsazen

Podle Fonagyho⁶⁸ je důležitá schopnost **vcítit se** do druhého a *co možná nejvíce smysluplných vztahů s nedeprimovanými lidmi a vytváření vazeb evokujících alespoň částečně vazbu bezpečí* (Slavík in Jedlička a kol. 2015, s. 257, 409).

Kopřiva (2008) soudí, že míru vlastní sebeúcty lze zvýšit pomocí ostatním lidem a podporou jejich sebeúcty. Napomáhá *pozitivní zkušenost prožívání láskyplných a bezpečných vztahů a příležitostí úspěšně zvládnout svěřené úkoly* (s. 209).

Sebeúctu vlastní i ostatních lze podporovat v **kolektivu**⁶⁹ řadou postojů a aktivit:

- vylepšovat vztahy a komunikaci, sdělovat vlastní pocity, sdílet čas s ostatními
- být ochotný a povzbuzovat ke vztahu, nevměšovat se do cizích záležitostí
- budovat prostředí, které sebeúctu druhých podporuje
- vytvářet příležitosti k úspěchu, adekvátně reagovat na úspěchy a neúspěchy
- věnovat druhým plnou pozornost a respekt; vyhledávat, co se druhému podařilo a ocenit jej; nechat ostatní, aby byli sami sebou; ptát se, co druzí chtějí; naslouchat, vysvětlovat a sdílet; věřit v kapacitu druhých a tuto víru demonstrovat; osobně se angažovat v rozvoji druhých; neuváznout v katastrofických předpovědích o druhých.

⁶⁸ Současní psychoanalytici Peter Fonagy a Mary Targetová vypracovali teoretický přístup nazvaný model **mentalizace**. Výchozí tezí je předpoklad, že schopnost člověka zakoušet sebe sama jako myslící a vědomě jednající bytost není genetickou daností. Musí proto být rozvíjena učením. Toto učení (mentalizace) spočívá ve schopnosti člověka cítit a uvědomovat si duševní stavy ostatních ve vztahu k vlastním emočním a kognitivním procesům. (Slavík in Jedlička a kol. 2015, s. 257)

⁶⁹ zdroj: <http://www.vedeme.cz/pro-vedeni/doporuceni-vedeni/627-budujte-rozvijejte-sebeuctu.html>

2.2 Využití prvků sekundární prevence pro podporu sebeúcty

Podpora sebeúcty jedinců zasažených delikventním jednáním může do značné míry využívat postupů, metod a služeb **prevence** delikvence.

Osob ve VTOS se týká prevence **sekundární**, obecně zaměřená na rizikové skupiny, sociálně patologické jevy a **kriminogenní faktory**⁷¹.

Východiskem podpory sebeúcty mladistvých ve VTOS mohou být teoretické modely strategií prevence, jak je uvádí např. Osmančík (1994 in Nevečeřalová, 2009):

- **tradiční model** – soustřeďuje se na dílčí problémy
- **francouzský model** – spočívá v podpoře socializačního procesu a zlepšování podmínek
- **britský model** – vychází z odpovědnosti jednotlivce

Pro podporu sebeúcty lze využít stávající **programy** prevence delikvence⁷², nebo z nich čerpat inspiraci. Tyto programy v ČR nabízí státní, neziskové a církevní organizace. Cílem podpůrných aktivit je **delegování kompetencí** na členy cílové skupiny a jejich **přijetí zodpovědnosti** za vlastní život.

⁷¹ příčiny a podmínky kriminality, jako je sociální prostředí, dlouhodobá nezaměstnanost, sociální chudoba, ghetta, holobyty, zdevastovaná vybydlená sídliště apod.

⁷² podněty pro přípravu preventivních programů vycházejí, mimo jiné, z podkladů **Českého kriminologického ústavu a České kriminologické společnosti** (http://www.czkrim.cz/cs?set_language=cs), na přípravě se podílí rovněž **Společnost sociálních pracovníků ČR** (<http://socialnipracovnici.cz/sekce-socialnich-pracovniku/article/kdo-jsme>)

Většina zdrojů se shoduje, že účinná pomoc by vždy měla být zaměřena na **širší kontext** problémového chování. Ukazuje se, že programy zaměřené na **motivaci** jednání *prinášejí větší užitek než pouhé přeučování reakcí a chování* (Eliasson 2011, cit. in Matoušek 2013, s. 128). Podle Štěchové a Večerky (2014) nebývají příliš efektivní jednorázové, ani příliš dlouhé (dvou až tříleté) programy.

Odborníci, kteří se zabývají prevencí kriminality (např. Matoušek, Matoušková, 2011) doporučují **interakční prevenci**, která spočívá v nabídce **volnočasových aktivit a zajištění vhodných prostor** pro tyto aktivity.

Efektivní programy vyžadují **spolupráci** rodiny⁷⁵, školy, vrstevníků, zdravotníků, místních úřadů, komunity, politické reprezentace, policie, médií, soukromého sektoru, zájmových a sportovních organizací, pedagogicko-psychologických poraden, církví, atd. (Nešpor, 2011)

Nešpor a Csémy (2000) považují za vhodné *programy zahrnující **nácvik sociálních a jiných relevantních dovedností**. Prospívá **dostatek času, jasná a prosazovaná pravidla*** (cit. in Matoušek a kol. 2013, s. 380).

Osvědčenou součástí programů je **plánování vzdělávací a profesní dráhy, angažovanost** ve veřejných záležitostech, ovlivňování **hodnotové orientace**.

⁷⁵ Rodičovská výchova je jedním z hlavních komponentů metodik preventivních programů, které jsou zaměřeny na rozvíjení výchovných dovedností, stanovování pravidel ve vztazích mezi rodiči a dětmi. Zonneville-Bender (2007) uvádí jako příklad nizozemský preventivní program „Match“ pro děti 4–14 let s ranými či přetrvávajícími formami protispolečenského chování, projevy vzpurnosti, odcizení atd. Rizikové dítě je v rámci tohoto programu přiřazeno k dospělému dobrovolníkovi, který na základě vztahu důvěry poskytuje dítěti podporu během volnočasových aktivit. Zdroj: ŠTĀSTNĀ, Lenka: Problémy související s užíváním drog u dětí do 15 let.

Některé programy zahrnují rovněž **zdravý životní styl** (např. Matoušek, Kroftová, 2011).

Rovněž Baštecká (2003) se domnívá, že *oslovit a povzbudit sebeúctu* by měly být schopny právě *programy podpory zdraví* (s. 39).

Zjistila jsem, že přes veškerou snahu realizátorů je vytváření sociální podpory formou programů diskutabilní. Klienti ve většině profesionálně vedených programů nemají možnost „dávat“, mohou jen asymetricky „dostávat“. Pocit užitečnosti lze nejlépe získat v programech, ve kterých klienti sami pomáhají sociálně znevýhodněným či zvelebují prostředí v místě, kde žijí. (Bazemore a Maloney, 1997 cit. in Matoušek 2013, s. 118).

V této souvislosti se ukazuje jako významný zdroj podpory **komunita** (např. Baštecká, 2013). Rovněž Mareš (2013) považuje za vhodné řešení soužití neintegrovaných obyvatel a majoritní společnosti *komunitní řešení budováním sousedství, podporou solidarity mezi obyvateli a jejich participací na společenském dění* (cit. in Matoušek 2013, s. 404).

Významným zdrojem podpory sebeúcty osob ve VTOS jsou **subjekty** (nabídka služeb) sekundární prevence delikvence. Zde uvádím jejich základní přehled, obsah činnosti a jednotlivé programy viz příl. 8.

- **Probační a mediační služba ČR (PMS)**, jejíž činnost vychází ze součinnosti sociální práce a trestního práva, se podílí na prevenci kriminality vně i uvnitř věznic

- **Rubikon Centrum, z.ú.**⁷⁶ působí v oblasti prevence kriminality a efektivního řešení následků TČ
- společnost **Laxus z.ú.** poskytuje odborné služby v oblasti závislostí a rizikového chování.⁸²
- občanské sdružení **Za branou, z.s.**⁸³ a společnost **Podané ruce**⁸⁴ poskytují pomoc osobám ve vězení a po propuštění, jejich rodinám a blízkým, nabízejí duchovně-pastorační službu
- organizace **Most k naději o.s.**⁸⁵ se zabývá sociálně vyloučenými komunitami a lokalitami, zneužíváním drog a sociální patologií.

⁷⁶ více na: <http://www.rubikoncentrum.cz>

⁸² více na <http://www.laxus.cz>

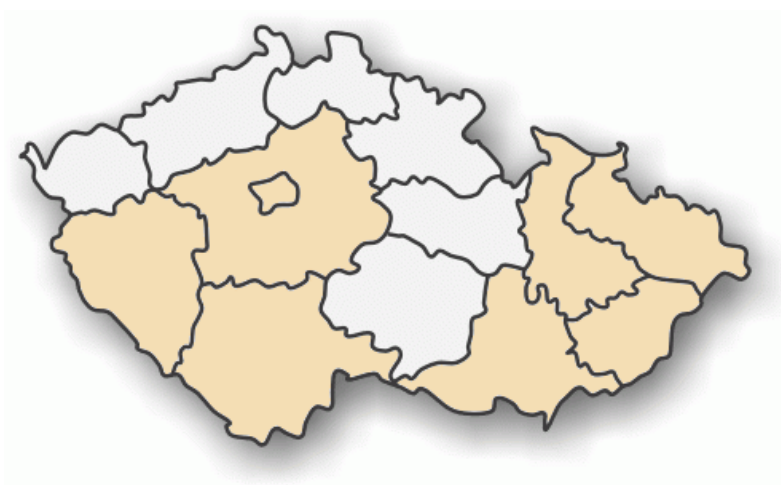
⁸³ více na <http://www.rubikoncentrum.cz>

⁸⁴ více na <http://www.podaneruce.cz>

⁸⁵ více na <http://www.mostknadeji.eu>

- **Centrum pro komunitní práci (CPKP)** usiluje o *udržitelný rozvoj místních komunit*⁸⁶.

Zarážející pro mě je zjištění, že CPKP nepůsobí v Severočeském kraji, přestože výskyt kriminogenních faktorů je právě tam jeden z nejvyšších v ČR.



Obr. 2 Místní zastoupení CPKP v regionech

⁸⁶ Organizace usiluje o naplnění svého poslání prostřednictvím řady činností: vzdělávání zástupců veřejné správy a neziskového sektoru v oblastech zapojování veřejnosti a komunitního rozvoje, konzultant a poradce veřejné správy v oblasti zapojování veřejnosti a komunitního rozvoje, partner veřejné správy při zapojování veřejnosti, zpracování expertních stanovisek, zprostředkování komunikace u vícestranných jednání, nápomoc při psaní projektů v oblastech zapojování veřejnosti a komunitního rozvoje, vzdělávání veřejnosti a zejména mládeže v otázkách demokratických hodnot a principů, zprostředkování informací a propagování principů práce z oblasti zapojování veřejnosti a komunitního rozvoje; více na <http://www.cpkp.cz/index.php/o-nas>.

2.3 Pastorační péče ve VTOS jako nástroj podpory sebeúcty

V této kapitole představím pastorační péči, víru ve vyšší smysl (Boha) jako zdroj podpory sebeúcty v okamžicích beznaděje, kdy selhaly nebo nejsou dostupné jiné zdroje.

Sebeúcta souvisí s pocity **naděje** či **beznaděje**. Jak jsem již uvedla, na základě vlastních zkušeností považuji narovnění sebeúcty některých odsouzených ve VTOS bez „Boží pomoci“ za téměř nemožné.

Oporu pro tento předpoklad mi poskytla, mimo jiné, studie *Effects of parental and peer support on self-esteem in adolescents*, která prokázala souvislost mezi nižší mírou delikventní činnosti a **vírou** či náboženstvím. (Gunnasdóttir, 2014)

Podle Grüna (1977) by cesta ke zdravé sebeúctě měla zahrnovat nejen psychologickou, ale i **duchovní úroveň**. Obdobně Pasquale soudí, že pokud selžou tradiční terapeutické postupy, *srovnat nerovnováhu vlastního Já může náboženství a duchovní probuzení* (2002, s. 199).

Uprostřed špinavé, studené a tvrdé práce Bůh v tichosti konal zázraky. Kluci se učili reagovat na pozitivní vedení. Jelikož samotní pracovníci střediska byli příkladem a potili a lopotili se spolu s nimi, kluci si uvědomovali, že týmová práce může přinášet výsledky a že výzva, kterou před muže staví nepřízeň osudu, je dokáže spojit rychleji, než většina jiných okolností.

Macey, 1995, s. 120

Přestože byla (s využitím moderních kriminologických teorií) provedena řada výzkumů, *zodpovědět otázku, co hraje klíčovou roli při vzniku kriminality, se jednoznačně nepodařilo* (Válková in Matoušek a kol. 2013, s. 45). Domnívám se, že nezohlednily spirituální složku člověka a jeho existence.

Zatímco většina studijních materiálů **penologie**⁸⁹ duchovní rozměr (odsouzeného) člověka zcela opomíjí (např. Hála 2006), současná **koncepce vězeňství** spolupráci s duchovními a církvemi podporuje. Spirituální péče není součástí standardizovaného programu⁹⁰, přesto ji poskytují **duchovní** státem registrovaných církví, vězeňští **kaplani** a **dobrovolníci**⁹¹.

V praxi jsem zjistila, že až ve VTOS mnozí poprvé v životě začnou přemýšlet o smyslu a hlubší podstatě svého bytí. Vojtíšek, Dušek, Motl (2012) zastávají názor, že teprve kontakt s duchovní složkou vlastní osobnosti může přispět k porozumění sobě i druhým a motivovat člověka k aktivnímu pomáhajícímu jednání.

Značnou psychickou zátěží pro odsouzeného jsou často neuspořádané vztahy nebo zlo, které spáchal. Základem negativního sebeobrazu a nedostatečné sebeúcty může být absence prožitku bezpodmínečného **přijetí**. Podle Heryána (2015) je důležité, aby dotyčný prožil, že je bezpodmínečně milován Bohem. *Všichni totiž žijeme v ovzduší Boží lásky a přijetí, ať o tom víme, nebo ne, ať v to věříme, cítíme to a prožíváme, nebo ne.* (s. 32)

Augustyn a Opatrný (2010) se domnívají, že pokud člověk vycítí přijetí, slábně jeho negativní sebeobraz.

⁸⁹ **penologie** je součást právní vědy, jež se zabývá výkonem trestu. Zkoumá účinnost různých druhů trestu, podmínky výkonu trestu, praktické otázky vězeňství, možnosti alternativních trestů, prevenci, recidivu apod.

⁹⁰ program zacházení nabízí duchovní péči na základě dobrovolnosti, zájem projevuje 10–20 % odsouzených. Legislativní rámec vymezuje zákon č. 3/2002 Sb., o církvích a náboženských společnostech, § 7 odst. 1 písm. b) zvláštní právo církví a náboženských společností s patřičným stupněm registrace pověřovat osoby k výkonu duchovenské činnosti v místech, kde se vykonává vazba nebo trest odnětí svobody, ale také zabezpečovací detence, ochranné léčení a ochranná výchova.

⁹¹ poptávka po pastoračních rozhovorech zpravidla převyšuje kapacitu pastoračních pracovníků

Pojem **pastorace** označuje *duchovní doprovázení člověka při rozvíjení jeho vnějšího a vnitřního světa tak, aby se stal autonomní osobností tváří v tvář přesažnosti jeho neopakovatelného života* (Podzimek, in Jedlička a kol. 2015, s. 235).

Zaměřuje se na *proces růstu identity, pomáhá nahlédnout podstatu křesťanské víry v utvoření svobodného a autonomního vztahu s inkarnovaným božstvem a v neposlední řadě vede dotyčného do zdravého (tj. sebekritického) společenství věřících a potažmo „všech lidí dobré vůle“* (Podzimek in Jedlička a kol. 2015, s. 248).

Zakladatel VDP Bohdan Pivoňka považuje **pastoraci** za *jednoznačnou nutnost v procesu lidské transformace k vnitřní svobodě* (2005, s. 14).

Důvodem vyhledání pastorační služby bývá moment osobní krize či dočasná ztráta osobní identity. Pastorační **krizová intervence** spočívá v poskytnutí základní sociální opory a nabídnutí vztahu v tristní životní situaci.

Pokud je pastorační pomoc účinná, zůstává *alespoň určitá celoživotní úcta ke spiritualitě jako takové* (Podzimek in Jedlička a kol. 2015, s. 239), sekundárně vzniká i jakýsi prostor **naděje**.

Cílem duchovní (pastýřské, pastorační) péče **ve věznicích** je *reintegrace odsouzených na základě systematického působení na všechny složky osobnosti*⁹⁶.

Služba usiluje o rozvoj duchovní složky člověka, k níž patří nejen problematika víry, ale také otázky svědomí, viny, etických hodnot či smyslu života.

⁹⁶ více na: <http://www.vdpcr.eu>

Vězeňský **kaplan**⁹⁷ poskytuje individuální pastorační rozhovory, zajišťuje konání bohoslužeb, vede studium Bible, organizuje kulturní akce s duchovním obsahem. Jeho posláním je rovněž pastorační péče o civilní zaměstnance a příslušníky represivních složek VS.

Vězeňské kaplany sdružuje organizace **Vězeňská duchovní služba (VDS)**⁹⁹ pro kterou je závazný Služebný kodex ekumenické spolupráce¹⁰⁰.

Kaplan společně se sociálním pracovníkem, speciálním pedagogem a vychovatelem se podílí na přípravě programu zacházení. Součástí jeho duchovně zaměřených aktivit může být např. terapie religionistikou, aplikovaná religionistika, pastorační terapie nebo hagioterapie¹⁰¹.

Na rozdíl od represivních složek a odborných zaměstnanců se kaplan vyznačuje postojem bezvýhradné akceptace odsouzeného, neboť člověk je schopen odkrýt svoje nitro pouze na základě přijetí a důvěry. V atmosféře přijetí, která *působí nadmíru osvobodivě, se v klientovi pohnou konstruktivní síly, aktivizuje se jeho vnitřní terapeutický potenciál, který uvede v pohyb kladné změny v chování a proces proměny* (Křivohlavý, 2010 s. 51).

⁹⁷ v organizaci vězeňských zařízení má kaplan mimořádné postavení, podle Nařízení GŘ VS ČR č. 15/2011 je přímo podřízen 1. zástupci ředitele věznice, případně služebnímu zástupci ředitele věznice; Působí jako poradce ředitele věznice v oblasti etiky, církevní problematiky, nových náboženských směrů a náboženských předmětů

⁹⁹ Vězeňská duchovenská služba, dost. z <http://www.vscr.cz/generalni-reditelstvi-19/onas/duchovni-sluzba>

¹⁰⁰ na základě Dohody o duchovní službě mezi VS ČR, ERK a ČBK vykonávají pastorační službu ve věznicích pověřeni duchovní všech státem registrovaných církví

¹⁰¹ **hagioterapie** využívá psychoterapeutické aspekty biblických příběhů

Nezastupitelné místo mají **pastorační dobrovolníci**, neboť kněží či pastoři mohou u některých odsouzených budít obavy. Dobrovolníci se sdružují ve dvou organizacích:

- **Vězeňská duchovenská péče (VDP)**, dobrovolnické sdružení křesťanů, duchovních a laiků, kteří byli duchovenskou službou ve věznicích pověřeni vedením svých církví.¹⁰²
- **Mezinárodní vězeňské společenství (MVS)**, česká součást *Prison Fellowship International (PFI)*¹⁰³. Významnou součástí práce organizace je **mentoring**¹⁰⁴, strukturovaný formální blízký vztah klienta a mentora¹⁰⁵.

Na odděleních VTOS pro mladistvé žádný takový program nabízen bohužel není (dobrovolníků je trvalý nedostatek), přestože osobní příklad a přítomnost pozitivních vzorů (mentorů) je více než žádoucí.

Jak jsem zjistila během výzkumu, v některých případech užívají zaměstnanci dva extrémní přístupy k mladistvým. Uniformovaní (dozorci, strážníci) reprezentují (někdy zneužívají) mocenskou pozici a represivní přístup. Odborní zaměstnanci (a začínající dobrovolníci) mohou sklouznout k přílišné starostlivosti, „maminkovství“ či „obhájcovství“.

¹⁰² více na <http://www.vdp.cz>

¹⁰³ PFI zřizuje po celém světě duchovní, materiální a sociální službu pro odsouzené, propuštěné a jejich rodiny a pro oběti zločinů. Součástí organizační vize je rovněž péče o personál a další osoby angažované ve vězeňství. Logo PFI, nalomená třtina (Iz 42,3) symbolizuje, že služba je pro ty, kdo byli nalomeni, jejichž životy byly pokaženy a téměř zlomeny. Ježíš Kristus, v jehož jménu služba MVS funguje, *přišel, aby obvázal rány zkroušených srdcem, vyhlásil zajatcům svobodu a vězňům propuštění* (Iz 61,1); více na <http://www.mvscr.cz>

¹⁰⁴ mentoring má tři teoretická východiska: Přístup orientovaný na prevenci (prevention-oriented approach), Přístup zaměřený na zprostředkování mentoringových vztahů v komunitě (community-based approach) a Přístup zaměřený na pozitivní rozvoj dětí a dospívajících (positive youth development approach).

¹⁰⁵ mentoringové dobrovolnické programy a sociální intervence v ČR upravuje zákon o dobrovolnictví č. 198/2002 Sb. zákona o sociálních službách 108/2006 Sb.

Pro zachování objektivního přístupu a pohledu na provinění a výkon trestu je možno se inspirovat **Biblickým pohledem** na trestný čin (hřích), trest a odpuštění (viz příl. 2).

2.4 Podpora sebeúcty mladistvých ve VTOS

Rozvoj a podpora sebeúcty mladistvých vyžaduje **vedení a pomoc** dospělých. Ti by je měli podporovat, aby si dokázali vytvářet realistické cíle a představy úspěchu, rozvíjeli vlastní schopnosti, činili reálné kroky k dosažení cílů, odhalovali příčiny vlastních selhání a neúspěchů. (Osborne, 2016)

Studie *Effects of Teenager Self-Esteem on Delinquency* (2014) jednoznačně ukázala, že nejvíce se TČ dopouštějí mladiství ve věku 16–17 let. Možnost, jak kriminalitě zabránit spatřují autoři v „léčbě“ sebevědomí a sebeúcty. Za vhodné nástroje podpory považují preventivní, poradenské a vzdělávací programy nastavené ve spolupráci s **organizacemi místních komunit**.

K posílení sebeúcty odsouzených může přispět vstřícná **atmosféra a tolerance** (v rámci předpisů VTOS), nastavení jasných **pravidel** a spravedlivých **trestů**, snaha o **pochopení a respekt**. Zaměstnanci by neměli projevovat nepřátelství vůči odsouzeným. (Lee, 2014)

Podle metodiky programu *Proti násilí II* (Filípková, Honsová, 2017) potřebují mladiství **okamžitou reakci, názor lektora** a jeho **ocenění, program**, ze kterého mohou těžit a profitovat a **korektivní zkušenost**.

Dobrescu (2013) uvádí dva způsoby podpory sebeúcty: **lásku** (bezpodmínečnou podporu, která vede k pozitivnímu sebeocení) a **vzdělávání** (podmíněnou podporu, které mladé lidi učí, jak jednat, aby byli váženi a oceňováni ostatními).

Během výzkumu v terénu jsem zjistila, že zdrojem bezpodmínečného přijetí pro respondenty mohou být rodiče, rodina, partnerky, kaplani, duchovní a dobrovolníci vstupujících organizací.

Na vzdělávání se podílí školské zařízení, vychovatelé a další zaměstnanci v rámci aktivit a programů věznic.

Kaplánek (2012, cit. In Matoušek 2013, s. 128) považuje za *vhodné pro podporu sebeúcty prostředí škol a dalších vzdělávacích institucí*, obdobně Nešpor (2011) považuje školu za ideální místo setkávání žáků (studentů), pedagogů a dalších specializovaných pracovníků.

Za důležité během VTOS považují rozvíjení **komunikačních dovedností**, podle Matouška (2013) dobrá komunikace s vrstevníky zmírňuje izolovanost a případnou agresivitu.

Prekopová (in Koucká, 2012) poukazuje na nedostatečnou komunikaci a *v neschopnosti zpracovávat konflikty vidí důvod krize rodinných vztahů* (s. 139–144).

Sebeúctu některých odsouzených může narušovat **zadluženost**¹⁰⁶ a následné **předlužení**¹⁰⁷. Ze systematického řešení, které navrhuje Hůlová (cit. in Matoušek a kol. 2013, s. 338–339) lze v prostředí VTOS využívat **systematické vzdělávání** (v oblasti finanční gramotnosti, zvýšení kompetencí při správě rodinných rozpočtů, odborné sociální poradenství) a **efektivní individuální řešení** (oddlužení a další alternativní formy).

Na základě multikulturního a multietnického složení vězeňské klientely by měli zaměstnanci přistupovat k řešení problémů dospívajících s kriminalitou a sebeúctou odlišně podle **kulturního kontextu** (Gunnarsdóttir, 2014) a povzbuzovat je, aby využívali zdravé sebevědomí v rámci dodržování **sociálních pravidel**.

Pro podporu mladistvých ve VTOS lze (především ve fázi přípravy na výstup a po propuštění) využít služeb **sociální prevence**¹⁰⁹. Spolupracovat lze s **rodinnými centry**, která *podporují participaci, jistotu, sebevědomí, sebedůvěru a sebeúctu uživatelů*. (Navrátilová, Jitka in Matoušek 2013, s. 455)

¹⁰⁶ V souvislosti s problematikou zadluženosti bych ráda poukázala na systém ve starozákonním Izraeli, kde se klíčové hodnoty **spravedlnost** (právo) a **lásky** (milosrdenství) promítají do právních opatření. Zákon formuluje ochranná opatření vůči starým (Exodus 21,15 a 17), vdovám a sirotkům (22,21), chudým (22,24) a nádeníkům (Deut 24,14). K nejstarším předpisům patří **zákaz ukládání úroku z půjčky** (Ex 22,24) a regulace hodnoty zástavy přiměřené sociální situaci dlužníka (22,25). V zájmu sociální rovnosti od konce 7. stol. př. n. l. existovala instituce **Milostivého roku Páně** (Heryán, s. 134–5), v rámci pravidelné dlužní amnestie každý sedmý rok zanikaly veškeré dlužní závazky (Deut 15,1–18).

¹⁰⁷ míra zadluženosti, kdy člověk není v dlouhodobější perspektivě schopen své závazky splácet; k předluženosti přispívají úvěry, lichva a náklady spojené s pobytem v nápravném zařízení

¹⁰⁹ jedná se o služby krizové a poradenské, azylová zařízení, noclehárny, domy na půl cesty, krizovou pomoc, sociální poradenství a další projekty, jako např. zvyšování právního vědomí, proti šikaně, projekty participující na činnosti PMS, aj.

Během výzkumu v terénu jsem zjistila, že téměř všichni mladiství ve VTOS mají osobní zkušenosti s **návykovými látkami**. Převážně jsou uživateli pervitinu, z prostředí, kde jsou drogy součástí každodenního života. Otec rodiny často „vaří“, děti od útlého věku fungují jako distributoři. Od 12–13ti let se stávají pravidelnými konzumenty alkoholu, pervitinu, heroinu a dalších návykových látek.

Pod vlivem drogy ztrácejí zábrany a dopouštějí se TČ. Nevyhnutelným následkem je konflikt se zákonem, umístění ve výchovném ústavu případně trest odnětí svobody: *Šel sem do obchodáku a bral, co sem moh prodat Vietnamcům. Nejdřív žvýkačky, pak čokolády, ústní vody, cigarety. Potřeboval sem peníze na drogy.* Častým motivem přepadení (*el paso*) je také „chytrý“ telefon, jehož prodejem získávají finanční prostředky na nákup drog.

Kromě vstupujících organizací (např. Most k naději) s mladistvými ve VTOS problematiku drog v podstatě nikdo neprobírá. Neznají následky užívání drog, pravidla bezpečného užívání, zásady zvládání závislosti, příznaky ani prevenci přenosných nemocí.

V této souvislosti poskytují bohatý materiál publikace MUDr. Karla Nešpora a www.dernespor.eu.

V zatěžujícím prostředí VTOS mohou být významným zdrojem podpory **terapeutické komunity** Jasná pravidla a bezpečné prostředí usnadňují členům „přeprogramovat“ se tak, aby nový způsob myšlení a jednání udrželi i po opuštění komunity a VTOS. (Matoušek, 2013)

Po propuštění jako významný zdroj podpory slouží doléčovací komunity **Teen Challenge**¹¹⁰, které se specializují na léčbu a prevenci závislostí na návykových látkách. Východiskem je osobní vztah s Bohem. Klienti se během pobytu seznamují, případně a ztotožňují s Kristovým poselstvím evangelia, po opuštění komunity nacházejí zázemí v křesťanském společenství.

Shrnutí

Kategorii podpora sebeúcty jsem pro přehlednost rozdělila do dvou podkategorií: vlastní aktivita a příspěvní vnějšího zdroje. Teoretická zjištění uvádím v následujících tabulkách:

Možnosti podpory sebeúcty – vlastní aktivita
pozitivní přístup k sobě samému, k životu, životním překážkám, vlastním chybám a omylům
realistická očekávání od sebe samého i budoucnosti
rozvíjet cit pro sebe samého, své pocity, tělo; odvaha vlastní pocity a city vyjadřovat
odhalovat vlastní hodnotu, být „při sobě“, nežít životy ostatních
nesrovnávat se s ostatními, nebrat je jako konkurenty
být k sobě upřímný
ve zdravé míře využívat vlastní agresivitu a asertivitu
stanovovat si reálné cíle; volit strategie a činit kroky k dosažení stanovených cílů
činit a dodržovat sliby a závazky; přijmout zodpovědnost za vlastní život
adekvátně reagovat na úspěchy a neúspěchy, odhalovat příčiny neúspěchů
smířit se s vlastním životním příběhem, brát chyby jako zdroj poučení pro příště
přesunout pozornost z minulosti do současnosti
využívat podpůrné a pečující vztahy s ostatními (rodina, přátelé, vrstevnická skupina, psychologové, poradci, sociální

¹¹⁰ více na www.teenchallenge.cz

pracovníci, komunita, instituce)
využívat peer doučování, společné učení
vylepšovat vztahy s ostatními, budovat důvěru a empatii, pochválit druhé za snahu a úsilí
podporovat sebeúctu ostatních; vytvářet příležitosti, aby uspěli, poskytnout pozitivní zpětnou vazbu
mít naději, probouzet v sobě pozitivní síly (pomocí terapie, duchovního probuzení, víry v Boha)

Tab. 4: Možnosti podpory sebeúcty – vlastní aktivity

Možnosti podpory sebeúcty – přispění vnějšího zdroje
vytvářet příležitosti k uplatnění kompetencí a schopností (pomoci získat přízeň a podporu ostatních sociálně přijatelným způsobem, pomoci zažít úspěch), poskytnout pozitivní zpětnou vazbu
podporovat smysl pro kompetence, sebehodnotu, sebepoznání, sebezpojetí, sebepříslušnost
uvědomovat si vlastní vliv (znalosti, chování), sloužit jako pozitivní vzor
být otevřený a ochotný ke vztahu
přesně posoudit pochybení a cíle, podporovat vlastní koncepce druhého, delegovat kompetence
uznat individuální potřeby druhého, snažit se ho pozitivně motivovat
snižovat stigmatizaci
podporovat vztahy s vrstevníky, pocit sounáležitosti a sociální hodnoty
budovat dovednosti druhého tam, kde má deficity
pojmenovat, co se podařilo či zlepšilo, vyjádřit uznání a povzbuzení, chválu za konkrétní čin
podporovat sebeúctu druhého, vytvářet příležitosti, aby uspěl
nabízet účinné preventivní programy (měly by využívat sociální kapitál, být zaměřeny na širší kontext delikventního chování, vycházet ze zásad z interakční prevence, obsahovat a prosazovat jasná pravidla, zahrnovat nácvik sociálních dovedností, propagovat zdravý životní styl, zaměřit se na plánování vzdělávací a profesní dráhy, podporovat angažovanost, ovlivňovat hodnotovou orientaci
nabízet a poskytovat komunitní intervence
úloha vědecké práce – upřesňovat strategie pro změnu negativního myšlení a sebeobrazu
poskytnout naději (psycholog, terapeut, duchovní nebo pastorační pracovník)

Tab. 5: Možnosti podpory sebeúcty – přispění vnějšího zdroje

2.5 Rizika práce s cílovou skupinou

Při práci s mladistvými delikventy je třeba si uvědomit, že často trpí **mnohostrannými problémy** psychickými i sociálními.

S podporou sebeúcty jednoznačně souvisí podporou **motivace**¹¹². V případě delikventních jedinců motivace *v tradičním smyslu neexistuje a na základě specifických vývojových podmínek a formování osobnosti se nedá očekávat* (Rauchfleisch, 2000, s. 16).

Pomáhající osoba by si rovněž měla uvědomovat, že odsouzený často **nemůže být vděčný**. Má sice obrovskou touhu po vztahu, ale zároveň *na základě zkušeností z minulosti může být jakákoli (byť lepší) nabídka vztahové zkušenosti ohrožující a zraňující* (s. 23).

Přestože rodinné zázemí mladistvých delikventů často nebylo ideální, je nepřipustné prohlašovat rodiče (byť oprávněně) za viníky jejich problémů¹¹³. Dotyčný by si takové prohlášení mohl vyložit jako odsouzení sebe samého. V takových případech se za dobré považuje realistické přijetí skutečnosti, že jako dítě nedostal, co dostat měl, ale *musí vzít svůj osud do vlastních rukou* (s. 27).

¹¹² pozitivní motivaci napomáhá dobrý vztah s pomáhající osobou, průběžná kontrola a jasně stanovené sankce za nesplnění úkolu či nedodržení termínu

¹¹³ obraz rodiče často přetrvává tak, jak se choval, když klient byl dítě; pomocí může být práce s realistickou skutečností, jaký je rodič v současnosti

Pokud by zaměstnanec akceptoval svoje případné pocity, že klient je „opravdu ubohý“, podporoval by vlastní vnímání i sebeobraz klienta jako oběti. Cílem intervence by vždy mělo být nasměrování na klientovy **síly, zdroje a strategie** zvládání života a překážek.

Zaměstnancům může hrozit „přisátí“ a vykořisťování ve snaze „vyždímat“ co se dá. Může se stát „terčem“ nároků, agresí a očekáváníí. *Rozumným východiskem je vyhovět, kde je to smysluplné a nastavit hranice tam, kde je to nutné.* (s. 59)

Každý vychovatel, psycholog či terapeut ve VTOS by měl důkladně zvážit, do jaké míry se pro odsouzeného angažovat. Jako ohrožující se ukazují zábrany v sebeprosazení, strach stanovit hranice, případně zavádějící ideál „vše chápajícího“ a „jen dávajícího“ profesionála.

V zájmu zachování objektivity by zaměstnanci měli provádět průběžnou **sebereflexi** vlastních pocitů a reakcí, pečlivě reflektovat a vysvětlit pozadí případného impulsivního jednání.

Rovněž by si měli uvědomovat, že jsou často osobami, na kterých mladistvý odsouzený zpracovává vnitřní konflikty z vlastní historie. Ohrožující je rovněž skutečnost, že delikventní jedinci umí velmi obratně citově zapůsobit právě v oblasti, ve které pomáhající reaguje zvláště citlivě. *Toto sebe-naladění na druhou osobu (s cílem získat ji pro vlastní záměry) je na základě životní historie pochopitelná, v dětství a mládí to mohla být nejdůležitější strategie přežití* (s. 15).

Práce se specifickou cílovou skupinou klade na zaměstnance zvýšené nároky a požadavky v oblasti vzdělání¹¹⁴, zkušeností, dovedností a schopností.

Tomášek, Diblíková a Scheinost (2016, in Honsová Filípková, s. 74) shrnují požadavky na **osobnostní**¹¹⁵ a **kvalifikační předpoklady**¹¹⁶ a komunikační dovednosti¹¹⁷ zaměstnanců.

Podle Nevřaly (2007) by zaměstnanci měli spolupracovat se specialisty v oblasti profesního, partnerského a sociálního poradenství. Vzhledem ke skutečnosti, že jde o práci s extrémně narušenými (i nebezpečnými) osobnostmi, je tato profese velmi náročná na psychologické, sociologické a obecné lidské znalosti a zkušenosti.

¹¹⁴ za vhodné lze považovat např. studium Romologie na PdF MU Brno. Cílem oboru je seznámit studenty s romskou historií a kulturou, aby dokázali více porozumět mentalitě Romů a přispět k pozitivnímu soužití romského národa s většinovou společností.

¹¹⁵ empatie, důslednost, asertivita, analytické schopnosti, odolnost, vyrovnanost, zvládání zátěže, trpělivost

¹¹⁶ odbornost, znalost relevantních nástrojů a norem, profesionalitu, time management, manažerské dovednosti, rozhodnost, schopnost stále se vzdělávat, všeobecný rozhled

¹¹⁷ schopnost naslouchat a identifikovat potřeby klienta, umění navázat s klientem profesionální vztah a nastavit jeho pravidla, schopnost říkat i negativní a nepříjemné skutečnosti, transparentní jednání, objektivnost, nestrannost, schopnost klienta motivovat a doprovázet, osobní vyzrálost a zkušenost a schopnost sebereflexe

Druhá, praktická část

3. Terénní výzkum

V kapitole představím prostředí výzkumu, výzkumný postup a vzorek. Dále popíši jednotlivé fáze výzkumu, výzkumné aktivity shrnuji pro přehlednost v tabulkách. Teoretickou oporu jsem čerpala z publikací Miovského (2010) a Reichela (2009).

3.1 Výzkumný postup

V zájmu naplnění cíle práce jsem zvolila **kvalitativní výzkum**. (Mioviský, s. 122), stěžejní část výzkumu probíhala ve věznicích ČR. Věnovala jsem se sběru dat v terénu, průběžnému třídění, analýze a reflexi.

Cílem výzkumu bylo zjistit možnosti podpory sebeúcty odsouzených ve VTOS a tato zjištění využít pro návrh sebepoznávacího programu (3. část této práce).

Využívala jsem data z terénu a doplňující z dalších zdrojů (s. 106).

Stěžejní technikou sběru dat bylo **dotazování** v rámci **skupinových a individuálních rozhovorů** (s. 156-183) s respondenty v mužské věznici na oddělení mladistvých. Rozhovory **volné** a **polostrukturované** jsem propojovala s **pozorováním**, vždy se jednalo o pozorování zjevné (otevřené) a nestrukturované (s. 142-155).

Součástí výzkumu byly **konzultace** se zaměstnanci věznic a odborníky prevence, vězeňství, probace a mediace, sociální práce a mentoringu (viz příl. 24).

Jako zdroje dat jsem využila rovněž **dokumenty** psané (korespondence, deník) a obrazové (výstupy z terapeutické práce s respondenty). Při zpracování dat jsem využila metodu **fixace** (scan) a provedla **transkripci** (přepis) dat (terénní poznámky, rozhovory) do elektronické podoby (s. 97-98, 189-190).

V rámci **odborné přípravy** a během výzkumu jsem prováděla **rešerši** odborné literatury, recenzovaných časopisů a článků.

Nezbytnou součástí výzkumu byla moje **sebereflexe**, analýza vlastních pocitů a dodržování pravidel **etiky** výzkumné práce. Získávání údajů bylo plně v souladu se zákonem o ochraně osobních dat a vše, co se týkalo respondentů, bylo anonymní (Reichel, s. 175-179).

3. 2. Výzkumný vzorek

Jako **výzkumný vzorek** jsem stanovila muže ve VTOS, po zúžení výzkumného záměru **mladistvé muže ve VTOS**. Zvolila jsem **metodu výběru úsudkem** (účelový výběr), který *je vhodný pro výběr menšího množství vzorku a umožňuje detailní popis jevů a procesů ve vybraném prostředí* (Miovský, s. 127-135). Ze **základního souboru** mladistvých ve VTOS jsem vyčlenila **výběrový soubor respondentů** ve věznici v severních Čechách s oddělením pro mladistvé.

Skupinových rozhovorů se účastnilo 8–12 respondentů, složení skupiny se proměňovalo (odcházel na oddělení dospělých, do jiných věznic, nebo byli propuštěni).

Individuální rozhovory probíhaly na krizovém a specializovaném oddělení pro mladistvé.

Součástí předvýzkumu byly individuální rozhovory s dospělými muži ve VTOS a mladistvými muži z jiné věznice.

3.3 První fáze výzkumu (předvýzkum)

Během **předvýzkumu** jsem mapovala terén a seznamovala se s prostředím.

Stáž ve věznici za účelem výzkumu mi schválil p. ředitel, byla jsem vázána mlčenlivostí na informační data. Moje aktivity byly omezeny na osobní konzultace, přítomnost na terapeutické skupině a individuální rozhovory. Podmínkou bylo anonymní šetření.

Díky osobnímu vztahu s kaplánkou mužské věznice jsem navázala kontakt s několika dospělými respondenty. Stěžejní výzkumné aktivity probíhaly ve věznici s oddělením pro mladistvé odsouzené (v ČR je ve třech věznicích).

Prvotním předmětem mého zájmu byl způsob trávení času odsouzených a hledání možností, jak podpořit jeho kvalitní naplnění.

1. FÁZE, PŘEDVÝZKUM (02–11/2016)				
výzkumný nástroj	respondent	místo výzkumu	termín	záměr výzkumu
konzultace pilotní verze PL	dospělí odsouzení	mužská věznice	02–04/2016	zjistit zájem o obsah a formu PL
polostrukturované individuální rozhovory			04/2016	získat podněty pro úpravu PL
záznamový arch			08/2016	
konzultace pilotní verze PL	mladiství muži pod vedením terapeutky	mužská věznice s oddělením pro mladistvé	07-08/2016	ověřit srozumitelnost, zjistit zájem o témata, získat podklady pro úpravu PL
individuální rozhovory	vychovatelka terapeutka		07/2016	Zjistit, jak a čím odsouzení tráví čas ve VTOS

polostrukturovaný skupinový rozhovor, záznamový arch	mladiství muži	mužská věznice s oddělením pro mladistvé	08/2016	navázat kontakt, získat prvotní data jako podklady pro úpravu PL
zúčastněné pozorování	zaměstnanci odsouzení prostředí	mužská věznice a mužská věznice s oddělením pro mladistvé	04-11/2016	zjistit, kdo a co na odsouzené působí

Měla jsem vizi sebepoznávacího programu, který by sloužil jako inspirace k samostatné aktivitě a sebevzdělávání odsouzených. Pro tuto svou představu jsem našla teoretickou oporu, viz kap. 2.2.

Obsahy jednotlivých témat jsem volila do značné míry intuitivně, v souladu s vlastní představou „smysluplnosti“ a zároveň vycházela z osobních profesních zkušeností s mladistvými, lidmi ve vazbě a VTOS.

Prvotní záměr (program na tři měsíce, 1 PL/den) jsem konzultovala ve věznici s psychologkou, doporučila snížit množství na 1 PL/týden.

V létě 2016 jsem sestavila pilotní sadu dvanácti PL a požádala skupinu **dospělých mužů** ve VTOS, aby zhodnotili obsah a formu. Zúčastnilo se pět dobrovolníků, formulace jim vyhovovala, obsah a výběr témat označili jako *zajímavé*. Dalšími nástroji výzkumu byly **polostrukturované rozhovory** (viz příl. 11) a **záznamové archy** (příl. 12). Otázky jsem volila intuitivně, zjištění jsem využívala v rozhovorech s mladistvými a při úpravě pilotní verze PL.

Při konzultaci s paní kaplankou mě zaujalo její jasné stanovisko: *Já jim vždycky doporučuju, ať si najdou pořádnou ženskou. Jak jsou pod pantoflem, sekaj latinu.*

S totožnou sadou PL souběžně pracovala skupina **mladistvých a mladých dospělých mužů** ve VTOS. Chtěla jsem ověřit srozumitelnost zadání, zájem či nezájem o témata, co chybí a zjistit, jak PL hodnotí terapeutka.

Jako nereálný se ukázal můj předpoklad, že respondenti budou s PL aktivně pracovat sami, případně spolupracovat s ostatními na oddělení.

V teoretických zdrojích jsem zjistila, že moje představa je v podstatě správná, peer programy a společné učení odborníci považují za účinné a doporučují. Nelze však předpokládat samostatnou aktivitu bez vedení dospělým.

Jak jsem zjistila, někteří respondenti jsou negramotní či pologramotní, jiní odmítali spolupracovat nebo jen bez zájmu splnili úkol, případně jeví známky rezignace: *Udělám to, jak chcete, mně je to jedno...*

Mladiství potřebují **vysvětlit** jasně zadání, **diskutovat** o tématech, **sdílet** své názory a **konzultovat** úkoly s dospělým zaměstnancem nebo jinou podporující osobou.

Tato zjištění korespondují s potřebami mladistvých, jak je uvádí např. metodika PMS, viz příl. 7.

Rozhodla jsem se pro jiný způsob práce. Na úkolech PL pracovali respondenti ve skupině pod vedením terapeutky. Tato forma se osvědčila, respondenti měli o témata zájem, průběžně jsme o nich diskutovali na skupinových setkáních.

Výsledkem této spolupráce bylo zjištění, že stěžejním zdrojem opory respondentů je **rodina**, zařadila jsem toto téma na PL.

Zjistila jsem také, že zadání úkolu musí být zcela **jasné a jednoznačné**.

Zdrojem zajímavé zkušenosti byla práce s labyrinty (příl. 13): *More, do piči, tady to končí! A proč tam není jenom jedna cesta?*

Terapeutka mladistvých tuto formu výtvarného úkolu doporučuje: *Ať se učej hledat cestu... Že když to nikam nevede, musej udělat krok zpátky a jít jinudy.*

Někteří respondenti se zajímali o **duchovní** rozměr lidské existence, ptali na mou zkušenost s vírou, konzultovali vlastní zkušenosti a názory. Jako formu podpory by uvítali **individuální pastorační rozhovor**.

Rovněž z literatury jsem zjistila, že řada autorů považuje pastorační rozhovory ve věznicích za nedílnou součást všestranného rozvoje osobnosti, viz kap. 2.3.

Moje rozhodnutí věnovat na každém PL prostor spirituální tematice považuji na základě těchto zjištění za oprávněné a správné.

Důležitým zdrojem informací o průběhu VTOS mladistvých byly v počáteční fázi výzkumu **individuální rozhovory** s terapeutkou: *Nevím IQ, jestli je HIV pozitivní, to jsou tajné informace. Jednou jsem tu měla hluchýho. Dělal, že nerozumí. Tak jsem ho vyzvala, že ho budu trénovat ve znakovce. Ostatní se přidali, on se mohl předvádět. Pomohlo mu to, že může ostatní něco učit.*

Dozvěděla jsem se, že na oddělení mladistvých jsou odsouzení s poruchami chování, deformovaní rodinou či prostředím kde žijí, drogami, ohrožení sebevražednými stavy: *Většina z nich žije ze dne na den. Někteří chtějí žít jinak, některým takový životní styl vyhovuje. Ti, kteří chtějí změnu, potřebují pomoc. Je dobré s nimi pracovat, potřebují a chtějí diskutovat, je důležité dát jim k tomu možnost. I pro jednoho ze sta stojí za to dát si práci, ukazovat směr, postavit program.*

Odborníci na práci s mladistvými delikventy považují vzdělávání za důležitý zdroj podpory sebeúcty. V terénu jsem zjistila, že ve VTOS mají možnost **dokončit ZŠ a vyučit se** (viz kap. 1.6, pozn. 55).

Každý odsouzený má nastaven individuální Program zacházení, v případě mladistvých se jedná o **TP 21 Junior** (viz příl. 6).

Na naplnění volného času se podílejí **civilní odborní zaměstnanci** (terapeuti, vychovatelé, sociální pracovník, psycholog) a dobrovolníci vstupujících organizací.

Zarážející pro mě bylo zjištění, že mladiství ve VTOS, pokud nechodí do školy nebo se právě neúčastní aktivity programu zacházení, většinu dne prospí (což vnímám jako zásadní chybu instituce) a nemají prakticky žádný pohyb.

Jako další výzkumný nástroj s mladistvými jsem využila **záznamový arch** (viz příl. 14), který vyplnilo deset dobrovolníků. Tento nástroj jsem zvolila z důvodu omezených možností vstupu, abych navázala kontakt s respondenty a získala alespoň nějaká prvotní data.

Při vyhodnocování mě zaujalo, že někteří respondenti vyjádřili potíže s rozhodováním v těžké životní situaci a potřebu někoho, kdo jim pomůže a současně odpověděli, že si se svým životem vědí rady a pomoc od nikoho nepotřebují.¹¹⁸

Zjištění ze záznamového archu (viz příl. 14) posloužila jako podklady pro další skupinový rozhovor a úpravu pilotní verze PL.

¹¹⁸ jako jeden z typických projevů delikventů uvádí takový rozpor profesor klinické psychologie v Basileji Udo Rauchfleisch ve své publikaci *Doprovázení delikventů*

Shrnutí

Během předvýzkumu jsem zjistila, že k sebeúctě mladistvých odsouzených mohou přispět **zaměstnanci** tím, že: poskytnou odsouzeným možnost sdílet a konzultovat jejich vlastní názory; jasně a jednoznačně formulují a vysvětlí požadavky; budou podporovat stanovování reálných cílů a uvádět přání a tužby odsouzených do realistických souvislostí; je budou podporovat v hledání strategií a sestavování záložních plánů; budou motivovat ke vzdělávání a podporovat u zájemců duchovní rozvoj.

3.4 Druhá fáze výzkumu

Ve druhé část výzkumu jsem zjišťovala, kdo se věnuje mladistvým odsouzeným ve VTOS a jaké využívá nástroje sekundární prevence. Poznatky jsem využila k úpravám PL, aby lépe vystihovaly potřeby cílové skupiny.

Stěžejní výzkumnou aktivitou byly opět **skupinové a individuální rozhovory**.

2. FÁZE VÝZKUMU		12/2016–04/2017		
výzkumný nástroj	respondent	místo výzkumu	termín	záměr výzkumu
skupinový rozhovor, práce s příběhem	mladiství muži ve VTOS	mužská věznice, oddělení pro mladistvé	03/2017	hledání pozitivních mužských vzorů
polostrukturované skupinové rozhovory		krizové a specializované oddělení pro mladistvé	03-04/2017	zjistit zájmy, hodnoty

záznamový arch			04/2017	respondentů, hledat síly, zdroje podpory a strategie zvládnání
profil na jednu stránku	mladiství muži ve VTOS	mužská věznice, oddělení pro mladistvé krizové a specializované oddělení pro mladistvé	04/2017	
skupinový rozhovor s prvky hagioterapie			03/2017	práce s tématy vina a trest
individuální nestrukturované a polostrukturované rozhovory			03-04/2017	zjistit zdroje podpory respondentů, podklady pro úpravu PL

VTOS mladistvých probíhá na **oddělení mladistvých** (*barák*), **oddělení specializovaném** (*specko*) a **krizovém** (*krizovka*). Na základě předpisů vnitřního řádu věznice¹¹⁹ s odsouzenými pracují odborní zaměstnanci, ozbrojené složky (dozorci, strážníci) a další zaměstnanci.

V rámci skupinového rozhovoru jsem opět využila **záznamový arch** (viz příl. 17). Záměrem pro Otevřené otázky bylo zjistit zájmy, hodnoty a zdroje podpory respondentů (viz příl. 18).

Zjistila jsem, že kluci si přejí holku, barák, rodinu. Někteří chtějí dál „brát“, někteří pracovat. Jejich přání se však zpravidla neopírají o konkrétní cíle a kroky k jejich uskutečnění.

¹¹⁹ dostupný z: <https://www.vscr.cz/veznice-vsehrdy/wp-content/.../Vnitřní-řád-Věznice-Vsehrdy.pdf>

Využitím nástroje **Profil na jednu stránku**¹²⁰(viz příl. 19) jsem se pokusila zjistit, čeho si respondenti na sobě váží, na čem budují vlastní sebeúctu a čím je mohou podpořit ostatní (viz příl. 20).

Zjištění jsem využila v dalších skupinových rozhovorech a při úpravě PL.

Ve skupinovém rozhovoru jsem využila rovněž metodu **hagioterapie** (terapie Biblickým příběhem). Na příběhu Josefa (SZ) jsme pracovali s tématem viny, trestu a božího záměru s lidským životem. Respondenti často vinu popírají a trest považují za příliš tvrdý¹²¹. Přijmout vlastní selhání může usnadnit křesťanský pohled na hříšnou podstatu člověka, vinu, trest a odpuštění (viz příl 2).

Během rozhovorů s mladistvými respondenty jsem vnímala potřebu mužských pozitivních **vzorů**. Přivezla jsem dvě knížky, *V Ringu s Bohem* a *Cesta z pekla*.

Obě zachycují skutečný příběh muže s těžkým dětstvím, problematickým dospíváním a zkušeností s TČ a uvězněním. Prvně jmenovaný četla skupina s terapeutkou na pokračování. Zajímaly mě reakce na životní příběh autora, pro něhož se osobní vztah s Kristem stal zdrojem zásadní změny v životě: *Kluci zpočátku nevěřili. Prý si to vymyslel, není možný, aby se tak rodiče chovali. Pak se dostal do pasáku, to znaj. Takže uvěřili. Čtete na pokračování, maj to jako film. Čtu to s nima ráda. Jeden, měl potíže se čtením, se na ní dokonce naučil číst! Čte přímou řeč s prožitkem, to neuměl.*

Práce s příběhem se ukázala jako vhodná součást preventivního programu, zařadila jsem proto vybrané úryvky do PL.

¹²⁰ metoda podporovaná MŠMT, která může pomoci zásadním způsobem změnit náhled na jedince tím, že představuje jeho silné stránky a rozvoj staví na nich; zdroj: www.msmt.cz/file/40971_1_1

¹²¹ stejnou zkušenost popisuje Udo Rauchfleisch v publikaci *Doprovázení a terapie delikventů*

Shrnutí

Druhá část výzkumu přinesla následující zjištění týkající se vnějších zdrojů podpory sebeúcty mladistvých ve VTOS:

Jako oficiální zdroj podpory slouží standardizovaný program zacházení TP21 Junior a aktivity v rámci projektů věznice. Mladiství potřebují pochopení, prostoru ke ztišení a klidu, nastavení jasných pravidel. Pocit vlastní hodnoty jim dodává rodina, kamarádi, soukromí, práce, sport, vlastní rozhodnutí, styl oblečení, pozitivní myšlení, samostatnost a schopnost zastat se druhého.

3.5 Třetí fáze výzkumu

Ve třetí fázi jsem pokračovala v práci v terénu a rešerši teoretických zdrojů. Během zužování výzkumného záměru jsem definitivně formulovala **výzkumnou otázku**: *Jaké postupy užívat pro podporu sebeúcty u mladistvých mužů ve výkonu trestu?*

3. FÁZE VÝZKUMU		05/2017–04/2018		
výzkumný nástroj	respondent	místo výzkumu	termín	záměr výzkumu
konzultace	odborní konzultanti (viz příl. 24)	GŘ VS, CPKP, sociální odbor ÚP	05/2017	konzultovat PL
pozorování, akce Fontána	zaměstnanci, odsouzení a jejich rodiny, zástupci organizací, institucí a médií	mužská věznice s oddělením pro mladistvé	06/2017	nahlédnout širší kontext VTOS (zaměstnávání, volný čas, následná péče)

skupinový rozhovor za účasti psychologa	mladiství muži, psycholog		06/2017	využít možnosti práce v týmu
polostrukturované skupinové rozhovory			07-08/2017	zjistit možnosti a zdroje podpory sebeúcty
záznamový arch			08/2017	
nestrukturované individuální rozhovory			09-10/2017	
polostrukturovaný rozhovor na téma pozitivní vzory, koho si vážím	mladiství muži	mužská věznice, krizové a specializované oddělení pro mladistvé	08/2017	zjistit zájem o témata programu
skupinová práce s metodikou PMS			09/2017	
konzultace	terapeutka	mužská věznice, oddělení pro mladistvé	01/2018	role duchovní služby ve věznici
individuální rozhovor	ředitel věznice		03/2018	
pozorování	objekt věznice	mužská věznice s oddělením pro mladistvé	05-01/2018	zjistit faktory ohrožující sebeúctu odsouzených, možnosti a zdroje podpory
skupinové rozhovory malá skupina 3-4 respondenti	mladiství muži	mužská věznice s oddělením pro mladistvé	03-05/2018	vyzkoušet nástroje preventivního programu ZZZ

Výzkumný nástroj **pozorování** jsem uplatnila během akce **Zpívající fontána**¹²². Tuto kulturní charitativní akci pořádala věznice pro veřejnost, rodinné příslušníky, zástupce ostatních věznic a médií.

Odsouzení představili kulturní příspěvky (příl. 21), proběhl prodej výrobků z vězeňských dílen i individuální tvorby.

Akce podporovala Komunitní dům Sv. Dismase¹²³ pro propuštěné. Podle slov jednoho z jeho obyvatel je důležitou pomocí **mentoring**¹²⁴: *Po výstupu jsem byl díky pomoci Domova za dva dny v práci. Pomáhají nám řešit dluhy, vztahy, práci. Je to super, že nám někdo vyjde vstříc, někdo pomůže.*

Stěžejní výzkumnou aktivitou byly opět rozhovory na **skupinové rozhovory**. Zpočátku výzkumu, než se mi podařilo více proniknout do prostředí, nebyla nouze o **překvapení**. Když například při mém příchodu v 9.30 všichni spali (přestože aktivita byla ohlášena předem), dozvěděla jsem se: *Co prospíte, neodsedíte...*

Při další návštěvě spali znovu. Troulili se na *kulturku*, povalovali rozespálí po stolech... Nebyli mi v tu chvíli sympatičtí ani trochu, nevěděla jsem, jak začít. Jako bývalou učitelku mě hned napadlo: *To asi není nejlepší způsob, jak se*

¹²² více na <https://www.vscr.cz/veznice-vsehrdy/novinky/zpivajici-fontana-ii-2>

¹²³ Komunitní Dům sv. Dismase ve Stráži pod Ralskem provozuje Oblastní charita Česká Kamenice. Je určen lidem se sociálním znevýhodněním, propuštěným z VTOS. Komunitní bydlení poskytuje srozumitelné a přehledné prostředí, psychické i fyzické bezpečí, autentické přijetí a empatické porozumění. Důraz klade na vytváření podmínek pro změnu v životě klientů a úspěšné zařazení do řádného občanského života; více na <http://charita-ceska-kamenice.cz/jine-fotogalerie/zehnani-komunitniho-domova-sv-dismase>.

¹²⁴ pomoc mentora, který čeká na výstupu a pomůže v prvních krocích na úřadech, s bydlením, zajištěním základních potřeb; věřící mentoři pomáhají propuštěnému nalézt sociální zázemí v církevního společenství

*připravit na život na svobodě, což vcelku oprávněně vnímali jako kritiku: My nejsme takoví zmrdi... Ale my jsme se akorát vzbudili...*¹²⁵

Během jiného skupinového rozhovoru jsme diskutovali o svobodě. Kluci si stěžovali na zákaz kouření v hospodách, pokuty, daňovou politiku: *Když makáte, půlka jde státu! A policajti akorát dávaj pokuty. Hodíte papír na zem a policajt vám dá pokutu.*

Podivila jsem se: *A proč házíte venku papíry na zem?* a vzápětí mě usadila suverénní odpověď: *A proč ne? Technický to po mně ukliděj!*

Autor odpovědi zřejmě potíže se sebeúctou nemá, o chvíli později mě utěšoval: *O nás se nemusíte bát, my máme sebevědomí všichni v pořádku.*

Během skupinových setkání docházelo rovněž ke **konfliktním situacím**: *A co sem vůbec jezdíte? My o to nestojíme. Co je vám do nás? Proč sem jezdíte, my o to nestojíme, my máme svoje starosti... Já pomoc od nikoho nepotřebuju.*

Argumentovala jsem vyhodnocenými záznamovými archy (viz příl. 14), kde na otázku: *Potřebuji někoho, kdo mi pomůže v těžkých situacích?* většina dotázaných odpověděla *ano* a dostala jednoznačnou odpověď: *No, to vám jen tak rychle vyplnili, aby to měli hotový, nepřemejšleli nad tím.*

Konfliktní situace jsem vítala jako zdrojem cenného výzkumného materiálu: *Furt po nás něco chcete... Proč nás to nebaví? Nevstáváte do ničeho jinýho, máte režim, ale ten vás přestane bavit. Je to pořád stejný, dokola. Už vás nebaví nic. Vstanete, vidíte zas ty samý lidi. Pak jdete do konfliktu... Jsou*

¹²⁵ v souvislosti s touto zkušeností bych ráda uvedla, že delikventní jedinci mohou snadno vnímat prosté konstatování skutečnosti jako kritiku (kap. 1.7) a jsou často obětí labelingu

chvilky dobrý, dáme si kávu, ale jsou chvíle, kdy si lezem na nervy. Tady je zbytečná ztráta času...

Napjatá byla někdy komunikace respondentů s terapeutkou: *Když my něco potřebujem, tak to nejde. Jste nám slíbila ty písničky. Čekali jsme a vy jste nepřišla. A nevezala jste nás na tu televizi.*

Terapeutka v takových situacích hájila sebe i instituci: *Kdybyste věděli, co jsem ten den musela všechno zařídit, to vy vůbec nevíte. Vy nechápete princip. Je tu řád, předpisy... Zapomínáte kde jste a proč!*

Vnímala jsem obtížnou situaci terapeutky, do jaké míry vyhovět, kdy hájit vlastní názor a šetřit síly¹²⁶.

Ve skupinových rozhovorech mě zajímaly potřeby kluků: *Chceme svůj klid. Známký, tabák, sport. Hodinu, abych se někam zavřel a v klidu přemejšlel... Furt nás někdo zkoumá a něco nám vykládá. Proč si s náma nesesednete a nedáte si s náma třeba kávu? Dáme kafe a debatu...*

Kromě „horkých chvilék“ mi respondenti připravili i milá překvapení. Končila skupina, loučila jsem se, děkovala všem za účast. Respondent, který posledně nejvíc protestoval (*A co sem vůbec jezdíte? Co je vám do nás?*) mi přišel podat ruku: *A přijed'te zase.*

¹²⁶ tento vnitřní konflikt doprovázejících popisuje Udo Rauchfleisch v publikaci *Terapie a doprovázení delikventů*

S cílem ověřit zájem respondentů o témata a obsah PL jsem na oddělení mladistvých přivezla několik knížek: *Trénink vězně, Posilování bez náradí, Riders Bible*. Zajímalo mě, zda cvičení kluky zaujme, budou ho provozovat a vytrvají. Chtěla jsem také zjistit jejich zájem o Bibli.

Od jejich terapeutky jsem se dozvěděla, že *Koukaj nejvíc do Tréninku vězně. Je tam víc obrázků než textu. A do motorkářské Bible, tu čtou.*

Na základě tohoto zjištění jsem v PL slovní popis cvičení nahradila obrázkem.

Respondenti přijali kladně rovněž křesťanské materiály: *Takové ty s modlitbou Otčenáš, ty jsou moc pěkné. Jeden má zájem. Takový klidný kluk, ostatní napomíná, aby byli v klidu. (...) Hodně mají zájem taky o snář. Když jsou u mě na terapii, čtou si. Chtějí mít klid. Začnou se snářem a končí Bibli (terapeutka).*

Během rozhovorů projevovali kluci zájem o věštby, sny, horoskopy poměrně často: *A pani, co to znamená, když se mi zdálo...*

V návaznosti na teoretická zjištění jsem se snažila diskusi vždy nasměřovat ke skutečnosti, že budoucnost není ve hvězdách, sami jsou její **aktéři** a tvůrci.

Pro člověka „z venku“ může být běžná součást mezilidského kontaktu zdrojem překvapení, nečekaných emocí či reakcí jeho vlastních či zaměstnanců.

Například „venku“ běžné podání ruky může ve specifickém prostředí věznice nabývat zcela nových významů: *Jak jsme přišli na kulturku a každému jsi podala ruku... Co to udělalo! (terapeutka)*

Jak jsem zjistila později, důvody, proč odsouzeným nikdo ze zaměstnanců ruku nepodává, jsou dva. Rozšíření žloutenky mezi odsouzenými a striktní vymezování rolí (především ozbrojené složky).

Členové vstupujících organizací a dobrovolníci, jsou ve zcela jiném postavení a takový projev otevřenosti a přijetí si, s respektem k důvodům zaměstnanců, mohou (a měli by) dovolit.

Další možnost podpory sebeúcty se ukázala v situaci, kdy respondenti své názory zapisovali (příl. 23): *Pani, mám to podepsat? – Nemusíte, práce je anonymní. Pouze pokud je to otázka vaší cti. – Jo, chci to **podepsat**.*

Výzkumné aktivity znovu potvrdily, že stěžejní oporou pro odsouzené je **rodina**, často **matka** (zpravidla pokud otec v rodině zcela chybí): *Moje máma, to je slušnej člověk. Všechno přežije, bylo nás šest dětí, všichni jsme zlobili... Přišel jsem tady na spoustu věcí... tady jsem si uvědomil, že moje srdce je veliký. Od dvanácti, třinácti jsem feťák, na Slovensku o mě nestojí nikdo. Budu přemýšlet, jak to dělat jinak...*

Teoretické zjištění, že sebeúctě prospívá kvalitní **terapeutický vztah** se potvrdil na skupinovém setkání, na které jsem přizvala **psychologa**. Vůči klukům byl otevřený a vstřícný, diskutovali o svobodě, hodnotili pracovní terapii, rozebírali vztahy na oddělení. Pozorovala jsem, jak kluci ožili, očividně mají „svého“ psychologa rádi.

Jako významná opora pro některé respondenta se ukázala **víra**: *Jediný, co mi zbývá, je víra. Máma je nemocná, nepřišli na návštěvu... Nikdo mi nepomůže, nemám pojištění....., případně **dobrovolný duchovní**: *Je dobrej. Povídali jsme si. Příští týden mám přijít s kytarou, že spolu budeme hrát. Řikal, jak uvěřil. Když byl nemocný, prosil Ježíše. Pak se stal knězem. (...) No, já nevěřim, teda...**

se nemodlim... vlastně jo, když máma byla nemocná, já ji mám moc rád, maminku... klečel jsem a modlil jsem se, aby ji uzdravil, že je ještě mladá... uzdravil ji.

Během tohoto rozhovoru se ukázala respondentova touha po pomstě: *Sestra moje fetuje. Je jí 14 let. Dostali jí do toho moji kámoši, co jsem s nima byl. Kradli jsme spolu. Já vim, že jsem grázl... Ale ona... sestra je můj život! Až mě pustěj, musím ji pomstít!*

Seznámila jsem ho s **Boží perspektivou** pohledu na život, pravdu a pomstu a navrhla mu křesťanský způsob boje za pravdu: *Zbraně našeho boje nejsou tělesné, ale od Boha mají sílu k boření hradeb¹²⁷.*

Během skupinových rozhovorů jsme diskutovali o finančně výhodné práci v Německu, německy kluci neumí. Mým záměrem bylo ukázat jim, že mají ke studiu jazyka ve věznici vynikající podmínky: *Kluci, co děláte celý den? / Většinou spíme. / Jak tu budete ještě dlouho? / Šestnáct měsíců. / A co kdybyste se naučil německy? Až se tu za rok potkáme, budete na tom stejně, jako teď, nebo budete umět německy. Když se naučíte tři slova každý den, spočítejte si to, kolik je to za rok... / Ty vole, nojó...*

Při **konzultace** s terapeutkou jsem se zajímala, co podle ní kluci potřebují: *Chtěj svůj klid. Klid a jistotu. S některýma už se známe, vědí, s čím přicházím. Zanádvaj si... Potřebujou vrbu. Když se některýho zeptám, co byste dnes potřeboval? – Já bych chtěl být chvíli jako doma. – A co to znamená? – Zalízt si o samotě a číst...*

¹²⁷ 2K 10,4

Slova terapeutky potvrdil vzápětí jeden z respondentů na skupině: *Ty vole, voni nenechaj člověka vyspat. Já tu nebudu, já si to hodim!*

Pokud mladiství nejsou ve škole nebo na aktivitě programu zacházení, tráví čas na otevřeném oddělení, kde je ruší ostatní, kteří se nudí. Respondenti se shodují s terapeutkou: *Když nemaj co dělat, dělaj blbosti.*

Funkční **program** sekundární prevence by podle názoru terapeutky měl obsahovat *větší spektrum nabídky, přiblížit se individuálu. Něco jako škola v přírodě, aktivita za aktivitou, aby neměli čas se ani nadechnout. Tři hodiny práce na zahradě, kino, diskuse o filmu. Zaměstnat hlavu, aby neměli čas vymejšlet...*

Požadavek na větší vytížení stojí (zdánlivě) v rozporu s voláním odsouzených po samotě a klidu. Důležité je, podle mého názoru, ve stejné míře zajistit oboje, oprávněnou potřebu samoty a ticha nelze řešit omezením aktivit.

Jak jsem zjistila, jedinou možnost **relaxace** a **psychického odpočinku** nabízí místnost určená pro individuální terapie. Dostat se sem je pro odsouzeného dost problematické. Oddělení mladistvých je v jiné budově, musí je přivést a zase odvést vychovatel nebo terapeutka. Podle nového nařízení věznice probíhá cestou tam i zpět kontrola, jestli „něco“ nenesou. Čekání na prohlídku se může protáhnout na 30 minut, pokud je na bráně zrovna eskorta, až na hodinu.

Součástí třetí fáze výzkumu byl **rozhovor s ředitelem** věznice. Mým záměrem bylo zjistit, jak vnímá roli duchovní služby v podpoře sebeúcty mladistvých odsouzených. Dozvěděla jsem se, že zvýšenou péčí, zájem a smysluplné naplnění volného času potřebují především mladiství. Duchovní služba by měla

obsahovat prvky pastorační, pedagogické, speciálně-pedagogické a terapeutické v rámci křesťanských hodnot, morálky a tradic.

Obdobný názor na duchovní službu zastává rovněž terapeutka mladistvých: *Je potřeba, ovšem ne ve smyslu náboženství. Je potřeba komplexní péče, ne jim cpát nějaké náboženství.*

Během všech fází výzkumu jsem se dozvídala o osobní zkušenosti většiny odsouzených s drogami (užívání, výroba, distribuce). Velký zájem vzbudila **beseda** se zástupci organizace Most k naději, kde se podle svědectví terapeutky *bavili se hlavně o sexu. Bavili se o životě, jak je to venku. Chtějí další besedu.*

V rámci následné konzultace s vedoucím pracovníkem této organizace jsem se dozvěděla o častém užívání pervitinu v souvislosti se sexem. Ve světle těchto (pro mě zcela nových) informací jsem zařadila na PL téma drogy (PL 3, 4) a bezpečný sex (PL 2).

Většina výzkumných aktivit s mladistvými respondenty probíhala na oddělení mladistvých, na „kulturce“ v dopoledních hodinách, účastnili se všichni, kdo nebyli nemocní. Na oddělení proto panoval relativní klid.

V posledních měsících výzkumu jsem začala spolupracovat s organizací Most k naději jako lektor a sociální pracovník. Měla jsem možnost účastnit se šesti skupinových rozhovorů s menším počtem respondentů (3–4) v terapeutické místnosti. Účast byla dobrovolná, přicházeli kluci, kteří mají alespoň nějaký zájem a touhu se svým životem něco udělat, změnit svůj život k lepšímu.

Součástí naší práce byl vždy jednoduchý „domácí úkol“, který měli do dalšího setkání vypracovat.

Ohromilo mě, že prakticky nemají možnost, kde by se mohli být v klidu: *tam je furt kravál. Rvou se, řvou, dělaj blbosti...*

Navrhla jsem, ať se sejdou a úkoly vypracují se společně na „kulturce“: *Tam za náma vlezou. Budou si dělat prdel.*

Potěšilo mě, že sami účastníci skupiny vymysleli strategii, která se osvědčila. Po dohodě s dozorcem se nechali zamknout „na cimře“: *Mlátili nám a kopali do dveří. Co děláš, more? Vyser se na to, proč to děláš?*

Pokud vypracované úkoly přinesli, byly často ve velmi zuboženém stavu: *Voni mi to počmárali, vorvali...*

Práce s menšími skupinami je mi rozhodně příjemnější. Bylo snazší všechny oslovit, aktivizovat a zaujmout. Rovněž účastníci se cítili v menší skupině lépe. Zdaleka ne všichni na oddělení se navzájem dobře snášejí. Pokud si kluci mohou vybrat, s kým na skupině budou, jsou vděční a aktivně spolupracují.

Průběžnou součástí práce v terénu bylo **pozorování**, zajímalo mě, co všechno z **prostředí** na odsouzené působí. Ve věznici je často nepříjemný hluk, bouchají katry, někdy štěkají psi. Odsouzení na sebe pokřikují z oken a „koňují“ (posílání předmětů na provázcích), přestože je to zakázané. Klid nebývá ani v noci, kdy začíná tzv. „druhý život“ odsouzených (drogy, alkohol, pohlavní zneužívání, vyřizování účtů, rvačky aj.).

Za zásadní pro zachování sebeúcty odsouzených považuji vliv **zaměstnanců** věznice. Personálu je trvale nedostatek, to pochopitelně vede k přetížení a únavě. Přístup zaměstnanců je v některých případech nevstřícný a odmítavý, z pozice síly často ignorují oprávněné požadavky odsouzených.

Zarážející pro mě bylo velmi hrubé a arogantní vystupování a vulgární vyjadřování některých dozorců vůči odsouzeným. Zajímala mě příčina jejich jednání. Odpověď mi do jisté míry přinesla zfilmovaná rekonstrukce ¹²⁸Stanfordského experimentu¹²⁹, který brutalitu dozorců přisoudil *nepřekonatelnému tlaku okolností*.

Další příčinu vidím ve skutečnosti, že většina zaměstnanců je nevěřících. Bez Boží perspektivy pohledu na hříšnost člověka a širší souvislosti delikventního jednání mohou zaměstnanci vnímat odsouzené pouze jako obtížené pachatele TČ.

Shrnutí

Třetí část výzkumu ukázala na řadu možností podpory sebeúcty odsouzených ve VTOS: **Zaměstnanci** přispějí, pokud budou dodržovat dané slovo, debatovat s mladistvými o životě, ve svém jednání s odsouzenými budou dodržovat základní pravidla slušnosti, podporovat dobré vztahy mezi svými svěřenci, ve vztahu budou vstřícní a otevření v rámci vlastní bezpečnosti a respektu k pravidlům instituce (psycholog), nabídnou víru jako zdroj podpory (duchovní), podpoří atmosféru klidu a bezpečí, poskytnou možnost se svěřit, vytvoří tichý prostor pro relaxaci a psychický odpočinek.

Sami odsouzení mohou usilovat o změnu vlastního chování, rozvíjet kladné vztahy ve skupině, komunikovat s rodinou, pěstovat vztahy s lidmi mimo věznicí (korespondence, telefon), vyvíjet vlastní aktivitu (škola, cvičení), stanovovat si reálné dosažitelné cíle, využívat nabídky volnočasových aktivit, účastnit se besed, aj.

¹²⁸ the Stanford Prison Experiment, 2015

¹²⁹ https://cs.wikipedia.org/wiki/Stanfordský_vězeňský_experiment

3.6 Čtvrtá fáze – výsledky výzkumu

Analýze, třídění a vyhodnocení dat jsem věnovala čtvrtou fázi výzkumu (02–04/2018). Zjištěné pojmy a fakta z terénu jsem ve fázi **operacionalizace** převedla na jednoznačné znaky, které bylo možno dále zkoumat v jejich vzájemných vztazích. (Reichel, s. 51)

Pro systemizaci dat jsem využila **redukcí a třídění podle kritérií**. (Miovský, s. 201-210, 226-238; Reichel 166-167)

Data jsem postupně urovnávala, pořádala a třídila. Pro analýzu dat jsem využila metodu hledání **vzorců** a vytváření **kategorií**. (Reichel, s. 165-166)

V návaznosti na teoretická zjištění jsem vytvořila dvě **kategorie**: ohrožující faktory a zdroje podpory sebeúcty. Druhou kategorii jsem pro přehlednost rozdělila na dvě podkategorie: vlastní aktivitu a vnější zdroje podpory sebeúcty.

Provedla jsem obsahovou analýzu **rozhovorů s dospělými** respondenty ve VTOS (příl. 11) a zjištění porovnála s teoretickými poznatky. Svoje závěry shrnuji následující tabulce:

OHROŽUJÍCÍ FAKTORY	ZDROJE PODPORY
prostředí VTOS (vězeňská klientela, vztahy mezi odsouzenými, přeplněné věznice, nedostatek soukromí ¹³⁰ , problematické soužití s cizinci a příslušníky jiných etnik)	dobré vztahy (rodina, kamarádi, partnerka, zvládnutá rodičovská role) dobré jídlo, drobné radosti
osobnostní nastavení , netrpělivost,	pozitivní vzory

¹³⁰ Podle norem má být na cele na osobu 4m², ve skutečnosti se někdy jedná pouze o 2,5m².

podléhání svodům, nereálné představy o budoucnosti a blahobytu, touha po rychlém zisku, penězích, moci, slávě a společenském postavení, elektronice, rychlých autech	silná a důsledná autorita dostatek kvalitních podnětů a důležitých informací
srovnávání se s druhými, zvláště s jedinci kteří se vymykají běžnému standardu	reálné plány do budoucnosti a jejich realizace, vzdělání, škola, práce, zátěž
přílišná volnost a nadbytek volného času	dobré vztahy se zaměstnanci, kvalitní personál
vliv party spojený s konzumací drog	podpora sebeúcty ostatních , dobré skutky, vzájemná pomoc
nápodoba „alfasamce“, který nahrazuje nepřítomný pozitivní vzor	pomoc odborníků či dobrovolníků (během VTOS i po propuštění)
posun společenských hodnot a norem , snižující se vnímání násilí, zla a krutosti	příprava před výstupem (kontakt s rodinnými příslušníky, finanční rezerva)
vliv médií , násilí v TV a PC hrách	pozitivní zkušenost vyřešení obtížné situace
	systémové změny: zajištěná práce ve VTOS a po propuštění , dlouhodobá příprava před výstupem, nastavení vzdělání ve VTOS na mentální úroveň klientely
	víra v Boha

Tab. 2 Ohrožující faktory a zdroje podpory zdravé sebeúcty.

Z rozhovorů a konzultací se zaměstnanci věznic a dalšími odborníky (příl. 24) jsem zjistila:

Faktory ohrožující sebeúctu mladistvých ve VTOS
nedostatek zájmů, koníčků, podnětů
nicnedělání, absence povinností
špatné poměry v rodině

Tab. 3 Faktory ohrožující sebeúctu mladistvých ve VTOS

Zdroje podpory zdravé sebeúcty ve VTOS
studium, vyučení, doplnění kvalifikace
řád, pravidla (soustavně, ne nárazově)
práce, forma benefitů, systém odměn za aktivity
komerční zaměstnávání ve VTOS, telemarketing ¹³¹ a další inovativní projekty
lidský zájem, bezpodmínečné přijetí a dobré slovo
podpora osob blízkých (rodina plní funkci psychologické podpory)
podpora psychologa
mikrotým odborných zaměstnanců, který pracuje s odsouzeným před výstupem
v případě závislosti toxikologické oddělení ve věznici, doléčovací zařízení
působení vězeňských kaplanů, zázemí společenství věřících

Tab. 4 Zdroje podpory zdravé sebeúcty ve VTOS

Institucionální a systémová podpora
sanace rodiny, systematická podpora dětem a partnerkám

¹³¹ např. projekt Call centra A-Giga

kontakt dětí s rodičem ve výkonu (návštěvy by neměly být nástrojem sankce)
podpora komunity, sociální práce na místní úrovni
odhalování systémových chyb, propojování subjektů (Úřad práce, PMS, zdravotnictví, psychologická pomoc, kurátoři, neziskový sektor)
cílená pomoc propuštěným, PMS, sociální kurátoři (sociální odbor spádové obce), neziskové organizace v rámci registrovaných sociálních služeb (občanské poradny, azylové domy, nízkoprahová centra, odvykací centra)
den propuštění na svobodu (v pátek není úřední den)
Institucionální a finanční podpora po propuštění
církevní zázemí po propuštění

Tab. 5 Institucionální a systémová podpora

Specifika přístupu k mladistvým
motivace a svoboda volby
moudrost v rozhodování, do jaké míry na dotyčného „tlačit“ a kdy ho nechat jednat
jiné typy podnětů než dospělí
potenciál komunity, obce, kde vyrostl, žije, má rodinu, bydliště
práce s mladistvými by vždy měla mít pedagogický rozměr
individualita, příběh člověka

Tab. 6 Specifika přístupu k mladistvým

V rámci analýzy **dokumentů** jsem zkoumala obrazové materiály (příl. 13), volnou textovou tvorbu, deník, dopisy odsouzených ve VTOS a knižně vydané životní příběhy mužů s kriminální minulostí.

Analýza **volné textové tvorby** (příl. 21, 27) ukázala, že respondenti potřebují **vztahy** (*Já nic jiného nemám než tvůj dětský smích; Bez tebe má milá zůstal jsem sám; jsem tady úplně sám*), **podporu** a **vedení** (*z toho všeho tady už si nevím rady co podniknout mám*) a smysluplné **naplnění času** (*Okolo cimry se jen tak potloukám; čmárám tedy dál a dál aby mi trest utíkal*), **naději** (*Mé zkroušené srdce to je telefon do nebe; Člověk potřebuje naděj; jen tiše přebývám a čekám až přijde můj den*) a oporu v **rodině** (*Bo dalas mi svetlo ako ráno pri svitání; a já si stoupnu u nás před vchodem a všichni vyjdou ven*).

Analýza **deníku** mladistvého respondenta (příl. 32) přinesla následující zjištění:

Jako ohrožující faktory se ukazují nezvládnuté emoce a agresivita, nedostatky v komunikaci, dlouhodobá nečinnost, zátěž prostředí a pokud zaměstnanci nesplní, co slíbili.

Pro posílení sebeúcty potřebuje respondent někomu **se svěřit**, schopnost **sebereflexe**, **vztah k rodině** a **kamarádům**, **kontakt** s vnějším světem, **odbornou podporu a pomoc** v průběhu VTOS i po výstupu. V rámci možností se snaží pro sebe něco dělat, **posiluje** a **čte**. Je rád, když je dobrá nálada, zpívá se a hraje. Pokud má **pravidelný režim** a udržuje **pořádek**, má sám ze sebe dobrý pocit. Motivuje ho **spolupráce se zaměstnanci** a **pocit úspěchu**.

Mladistvý odsouzený v dopise (příl. 33) jako důvod vlastního selhání uvádí drogy. Jako možnost podpory sebeúcty jsem vyhodnotila jeho schopnost **sebereflexe**: *neměl jsem pro nikoho srdíčko, ale měl jsem v sobě kámen, odhodlání jít tou dobrou a správnou cestou, zájem o druhé*, sílu **komunity** a

partnerského **vztahu**. Respondent vyjadřuje potřebu **pochopení a opory ve vztazích**.

Mladá dospělá ve VTOS v **dopise** (příl. 34) uvádí, že pro ni je důležité **mít pro koho žít**. Jako zdroj opory uvádí **kaplana a společenství věřících** ve věznici.

Dospělý odsouzený uvádí v **dopise** (příl. 35) jako ohrožující pro vlastní sebeúctu délku trestu, ztráty v souvislosti s odsouzením (vztahy, práce, sport, záliby, majetek) a *když člověk oceňuje sám sebe podle toho, co si o něm myslí ostatní, snaží se zapůsobit penězi, silou, chytrostí a morální nadřazeností. (...) Stává se stále nenasytnějším, čímž se odcizuje nejen ostatním lidem, které považuje za protivníky né za bratry, ale i sám sobě.*

Zdrojem podpory je rodina (psychická podpora, vztahy, finanční pomoc), kamarádi, vězeňská kaplanka, **víra, Boží Slovo, knihy** o náboženství a filozofii, básnické sbírky.

Smysl života objevil díky *Bohu a přírodě*, která mu dala *svaly, rozum, trpělivost, vytrvalost, snahu a lásku k bližnímu*. Cítí se být součástí přírody, za důležité považuje zdravou míru sebevědomí a pokory. Vnímá souvislost vlastního těla, myslí, prostředí a činů.

V rámci analýzy dokumentů jsem porovnávala knižně vydané **životní příběhy** *Utíkej, malý utíkej* Nickyho Cruze, *Dýka a kříž* Davida Wilkersona, *Drsná láska* Johna Maceye, *V ringu s Bohem* Tima Guenarda a *Cesta z pekla* Pavla Kadašiho.

Protagonisty všech příběhů ohrožovalo špatné rodinné zázemí, problematické dospívání, drogy, alkohol, násilí a kriminalita. Procházejí obdobnými životními

zkušenostmi a nalézají oporu ve víře a křesťanském společenství a východisko své existence ve **vztahu s Kristem**.

Shrnutí

Faktory **ohrožující sebeúctu** ve VTOS mohou být: kultura prostředí VTOS, vězeňská klientela, nedostatečně strukturovaný a naplněný čas, konzumace drog, posun společenských hodnot a norem, vliv médií

Jako **zdroje podpory** sebeúcty ve VTOS z **vnějších zdrojů** jsem zjistila: zajištění základních potřeb, silná a důsledná autorita, řád a pravidla, dostatek kvalitních podnětů a důležitých informací, poskytnout vzdělání, požadovat aktivitu a vytvořit přiměřenou zátěž, přinášet možnosti konstruktivního naplnění volného času, vytvořit podmínky pro získání pozitivních zkušeností, kvalitní personál, lidský zájem, bezpodmínečné přijetí a dobré slovo, odborná pomoc a vedení, podpora psychologa (možnost někomu se svěřit), kvalitní příprava před výstupem (mikrotým odborných zaměstnanců), toxikologické oddělení ve věznici, naděje a víra (vězeňští kaplani, společenství věřících, osobní vztah s Kristem)

Samí odsouzení pro podporu vlastní sebeúcty mohou pěstovat dobré vztahy s rodinou a kamarády, partnerské vztahy, usilovat o dobré vztahy se zaměstnanci vyhledávat pozitivní vzory, stanovovat si reálné plány a realizovat v rámci možností alespoň nějaké, chodit do školy, usilovat o konstruktivní naplnění volného času (posilování, cvičení, četba), pěstovat schopnost sebereflexe, mít zájem o druhé, podporovat sebeúctu ostatních

Třetí, praktická část

Návrh nástroje sebepoznávacího programu pro mladistvé ve VTOS

Nad jednoduchým sebepoznávacím programem pro mladistvé delikventy a pachatele TČ přemýšlím od roku 2015. Nástrojem programu je sada dvanácti pracovních listů (PL), východiskem pro obsahové členění každého PL na čtyři části je pojetí člověka jako bio-psychosociálně-spirituální jednotky (např. Baštecká, 2003, s. 15).

V souladu s touto charakteristikou jsem se rozhodla zařadit na každý PL fyzické a arteterapeutické cvičení, téma sebepoznání a spirituální (křesťanský) námět.

Při přípravě jednotlivých témat jsem vycházela z osobního zájmu o všestranný rozvoj člověka, využila zdroje, které mě zaujaly v rámci samostudia a považovala jsem je za vhodné, zúročila jsem zkušenosti z pedagogické praxe, univerzitních studií a aktivního působení v roli dobrovolného pastoračního pracovníka ve věznicích.

Teoretickou oporou pro můj záměr byla v samém počátku studie *Right to a healthy city? Examining the relationship between urban space and health inequity by Aboriginal youth artist-activists in Winnipeg* (Skinner a Masuda, 2013). Skupina výzkumníků během práce v terénu spolupracovala s partou mladistvých, zabývali se vazbou sociálně-patologických jevů na místo (město). Výzkumníci brali mladistvé jako rovnocenné partnery, zohledňovali jejich názory, návrhy, vzory, zdroje a zkušenosti. Výsledný návrh na realizaci projektu úpravy městského prostředí byl vlastně projektem mladistvých, s využitím zkušeností dospělých.

V roce 2016 jsem sestavila pilotní verzi PL a ověřovala jeho účinnost se skupinou dospělých a mladistvých ve VTOS. Během spolupráce se skupinou mladistvých respondentů ve věznici se některé moje předpoklady ukázaly jako chybné a některá očekávání jako nereálná a příliš idealistická.

V rámci účinnosti na cílovou skupinu jsem pozměnila charakter programu a původní záměr samostatné práce s PL nahradila formou strukturované skupinové a individuální práce pod vedením odborníka (konzultanta). Oporou pro toto rozhodnutí jsou teoretická zjištění, která ukazují na význam vztahu mezi lektorem a klientem (např. Komzáková in Jedlička a kol. 2015, Filípková, Honsová, 2017)

Během dvou let výzkumu jsem postupně obsah PL upravovala. Na základě nově nabytých teoretických znalostí a podnětů ze strany respondentů a konzultantů jsem:

- zjednodušila a zestručnila formulaci, vyřadila složité výrazy a cizí slova
- vytrídila objem informací v jednotlivých tématech, dbala na jednoznačnost zadání úkolů, omezila množství fyzických cviků
- v zadání úkolů zohlednila specifické prostředí věznice (prostorová omezení, hrozí posměch)
- arteterapeutická cvičení schválená konzultanty ponechala v nezměněné podobě (PL 3, 8, 9, 11)
- zařadila téma **rodina** (PL 1)
- přidala téma bezpečný **sex** a **vztahy** (PL 2)
- zařadila téma **drogy** a závislosti (PL 3), Harm Reduction, abstinence a léčba (PL 4)
- na základě teoretických zjištění přidala téma **vědomí vlastní hodnoty** (PL 5)

- mezi témata **hodnoty** zařadila i **oblékání** (PL 6)
- zařadila náměty **zaměřením na současnost** (PL 4, 5) a **změna vztahového rámce** (PL 7)
- zařadila téma **práce s agresivitou** (PL 8)
- přidala téma funkční a nefunkční **strategie** zvládání každodenních obtíží (PL 9) jako východisko pozitivního přístupu k životu a sobě samému
- zařadila téma **sociální a komunikační dovednosti** (PL 10)
- zařadila plánování a dosahování **realistických cílů**, sebeřízení, time management (PL 11) v souvislosti s podporou sebeúcty vlastní aktivitou, snahou a úsilím
- vyhledala a zařadila kontakty na **institucionální zdroje** podpory (PL 12)
- kromě **posilovacích** (PL 5-7, 9-11) zařadila rovněž uvolňovací a **relaxační cvičení** (PL 1-4, 8, 12) jako podporu rozvíjení citu pro sebe sama
- ponechala na každém PL **arteterapeutické cvičení** jako vhodný nástroj pro rozvíjení odvahy vyjadřovat vlastní pocity a city
- ponechala na každém PL téma **víra v Boha** v návaznosti na teoretická zjištění ohledně významu probouzením vnitřních pozitivních sil a naděje
- vyřadila svoje ilustrační fotografie (aby nástroj nebyl „o mně“) a kresby respondentů (aby uživatel nebyl ovlivněn prací někoho jiného)

V návaznosti na teoretické poznatky i zjištění z terénu jsem obsah PL průběžně upravovala. Upustila jsem od svého stěžejního původního záměru (podpořit zájem uživatelů o vzdělání) a zaměřila se více na problematiku závislostí.

Mojí touhou je, aby PL posloužily jako vodítko pro kolegy, kteří se věnují delikventní mládeži, aby v nich našli témata ke skupinové i individuální práci.

Zároveň aby napomohly delegování kompetencí na samotné klienty, poskytl náměty k přemýšlení, samostatné práci a čtení doporučených zdrojů a literatury.

Diskuse

V diskusi předložím kritickou reflexi teoretických zdrojů, propojím je s výsledky výzkumu a uvedu do kontextu svých profesních zkušeností. Vzhledem k rozsahu získaných dat a teoretické části uvedu pouze některé souvislosti. Pozornost věnuji rovněž přínosům a limitům práce.

Hlavním cílem diplomové práce bylo zjistit *Jak lze podporovat sebeúctu mladistvých mužů ve výkonu trestu?* Jako vodítko pro zkoumání teoretických zdrojů i práci v terénu jsem stanovila dílčí otázky (viz s. 11).

Na začátku teoretické přípravy jsem měla potíže s nedostatkem odborných zdrojů. Postupně jsem se zorientovala a zjistila, že jich je dostatek. Ne všechny zdroje se zaměřují přímo na podporu sebeúcty mladistvých delikventů. K dispozici je dostatečné množství výzkumných studií, recenzovaných článků a vědeckých prací na téma sebeúcta, podpora sebeúcty, sebeúcta mladistvých či delikvence mladistvých, ze kterých jsem mohla uspokojivě čerpat.

Autoři nahlíží sebeúctu jako **hodnotu** (Baštecká, 2013) nebo **komplex názorů** (Bariekzahyová 2012) na vlastní osobu. Většina zdrojů akceptuje Rosenbergovo **multidimenzionální** pojetí (Jagrik, 2015) a shoduje se v názoru, že hodnocení vlastního jednání probíhá v rámci **sociálních interakcí** (např. Křivohlavý, 2010).

Sebeúcta zahrnuje složku **hodnotící** a **afektivní** (Tafarodí a Milne, 2002), Glenn staví sebeúctu člověka rovněž na schopnostech, přidává význam a vliv (www.vedeme.cz).

Všechny zdroje se shodují, že sebeúcta může být v pořádku, nebo nějakým způsobem poškozená, rozcházejí se ale v pojmech. Některé užívají pojem **pozitivní a negativní komponenta** sebeúcty (Vágnerová, 2010, Owens, 1993), většina zdrojů užívá **zdravá**, případně autentická (Petty, 2008) a **narušená**, příp. nízká, snížená, nezdravá či nedostatečná, křehká (Pasquale, 2002) či nepodložená. Narušená sebeúcta může být také nepřiměřeně vysoká (narcistická porucha).

Brummelmann (2013) užívá pojmy **podložená a neoprávněná**, Poupětová (2012 in Baštecká, 2013) **podmíněná a nepodmíněná** sebeúcta.

Součástí mého předporozumění je názor, že uzdravení narušené sebeúcty některých lidí není s výhradním využitím sekulárních (světských) zdrojů a prostředků možné. Na základě zjištění z terénu a osobní zkušenosti věřící křesťanky považují víru v Boha za významný zdroj podpory zdravé sebeúcty.

Teoretickou oporu pro tento předpoklad mi poskytli Říčan (2007), Manus (2017), Zohar a Marshall, (2003), Emmons (2003, in Vojtíšek, Dušek a Motl, 2012), Augustyn a Slup (1999), Grün (1977) a Heryán (2015)

Shodují se v názoru, že sebeúcta má duchovní rozměr, lze ji aktivně posílit rozvojem duchovní složky, Zohar a Marshall (2003) hovoří o spirituální inteligenci. Vnější zdroj podpory je bezpodmínečné přijetí Bohem, k jehož obrazu a s jedinečným záměrem byl každý člověk stvořen. Sekundárním zdrojem je potom vztah s duchovním či pastoračním pracovníkem a opora ve společenství věřících křesťanů

V souladu s výzkumnou otázkou jsem se zaměřila na sebeúctu mladistvých.

Podle Vágnerové (1991) v době dospívání osciluje především sebeúcta **aktuální**, druhá složka, **bazální** se formuje od raného věku dítěte (např. Langmaier a Krejčířová, 2006, Kořa in Jedlička a kol. 2015).

Kromě primární je zdrojem podpory sebeúcty také širší **rodina**, prarodiče (Madrasová Gecková, 2003), **vrstevnická skupina**, další **sociální skupiny**, **prostředí života a komunita**.

Výzkumné studie (např. Lee, 2012) ukazují sebevědomí a delikvenci jako dva hlavní problémy v dospívání. Byly zjištěny kauzální vztahy mezi sebeúctou a kriminalitou, v ČR se ukázala souvislost mezi nižší mírou počáteční sebeúcty a vyšší mírou delikventního jednání.

Autoři se shodují, že sebeúcta člověka je do jisté míry **stabilní**, do značné míry ji **lze ovlivnit**. Zdroje podpory označují jako kapitál sociální, fyzický, lidský a kulturní (např. Britské strategické dokumenty k prevenci, 2012 in Štěchová, Večerka, 2014).

Z literatury jsem zjistila shodu mezi příčinami ovlivňujícími sebeúctu a recidivu, v obou případech se jedná o **faktory statické, dynamické, individuální a kontextuální** (Spanjaard, Stams, 2012 in Štěchová, Večerka, 2014).

Jako **ohrožující faktor** pro sebeúctu dospívajících se ukazuje vysoké či nepřiměřené očekávání rodičů, styl rodičovské výchovy, rodinné prostředí, styl komunikace a způsob zvládání konfliktů v rodině.

Míra sebeúcty mladistvých souvisí podle některých výzkumů (např. Adams, 2009 in Dobrescu, 2013) s mírou dosaženého vzdělání a typem zaměstnání rodičů. Ukazuje se rovněž souvislost se stylem vzdělávání, studijními výsledky (např. Jung, Stinnet, 2005 in Lee, 2012), mírou fyzické aktivity a vlivem masmédií (Brek, 2006 in Dobrescu, 2013)

Ohrožující je materialistická orientace společnosti, tlak výrobců prostřednictvím médií a reklamy na spotřebu.

V rámci společenského klimatu (např. Nešpor, 2011) je ohrožující snadná dostupnost návykových látek a hazardu, svoboda bez hranic (Dočkal, 2008), virtuální realita sociálních sítí (Filípková, Kuncová, Blatníková, 2017) a symbolická úroveň násilí (Vágnerová, 1999).

Základním zdrojem informací o **podpoře** sebeúcty je článek *Self-Concept and Self-Esteem in Adolescents* (Manning, 2007), ve kterém velmi výstižně autor popsal možnosti, jak může sebeúctu podpořit vnější zdroj (autorita, učitel, vychovatel, aj.).

Zaujalo mě, že především ženy (např. Collinsová, 2003, Satirová, 2005) považují za důležitý kontakt s vlastními emocemi, odvahu vyjadřovat vlastní pocity a city.

V průběhu výzkumu i teoretické přípravy jsem neustále prováděla sebereflexi a zjišťovala řadu stereotypů v myšlení. Sebereflexi, sebeřízení, odstup a nadhled nad vlastními myšlenkami považuji za základ práce se sebou samým. Oporu pro tento názor mi poskytlo několik autorů, kteří se shodují, že jediným dlouhotrvajícím řešením změny negativního sebeobrazu je začít nově myslet (např. Brehm, 2005 in Macek, 2008).

Některé vědecké studie (Swann, Chang-Sceider, 2007) považují za důležitou úlohu vědců, jejichž úkolem je upřesňovat strategie pro změnu myšlení a negativních názorů ohrožujících sebeúctu.

Z elektronického zdroje (<http://www.vedeme.cz/pro-vedeni/doporuceni-vedeni/627-budujte-rozvíjejte-sebeuctu.html>) jsem zjistila řadu možností, jak posilovat sebeúctu vlastní i ostatních v rámci kolektivu.

Při podpoře sebeúcty lze využít prvků a teoretických modelů strategií prevence delikvence (Osmančík, 1994 in Nevečeřalová, 2009), které ukazují na zdroje podpory. Může se jednat o stávající **programy** sekundární prevence delikvence, státní, nestátní a církevní **subjekty** prevence. Někteří autoři (např. Baštecká, 2013 a Mareš, 2013) zdůrazňují význam a přínos **komunity**. Ve VTOS lze jako zdroj podpory využít **pastorační péči**.

Programy prevence na všech úrovních (primární, sekundární i terciární) nabízejí v ČR organizace (subjekty) státní, nestátní neziskové a církevní. O některých jsem se dozvěděla během rozhovorů v rámci terénního výzkumu, podrobné informace dohledala na webových stránkách jednotlivých organizací.

Formu a obsah programů doporučují např. Matoušek a Matoušková (2011), Matoušek a Kroftová, 2011, Nešpor (2011), Matoušek a kol. (2013), Štěchová a Večerka (2014).

Zjištění z těchto zdrojů jsem porovnávala s obsahem metodik, které užívám v praxi (3Z, Proti násilí II). Ověřovala během výzkumu jejich využitelnost v praxi a připomínky respondentů zohlednila ve třetí části této práce (návrh nástroje sebepoznávacího programu).

Z prostudovaných zdrojů vyplývá, že dobrý program prevence delikvence by měl být vždy zaměřen na **širší kontext** delikventního chování (Eliasson, 2011 in Matoušek, 2013), neměl by být jednorázový a příliš dlouhý (Štěchová a Večerka, 2014). Podle některých autorů (např. Matoušek a Matoušková, 2011) by neměl by vycházet z odstrašujícího příkladu.

Práce s delikventními lidmi s sebou nese řadu **omezení a rizik**, vynikajícím způsobem je popsal Rauchfleisch (2000). Řada jeho zkušeností koresponduje s mými zkušenostmi z terénní práce.

Omezení v práci s cílovou skupinou vyplývají především ze skutečnosti, že jsou **zbaveni svobody**, podléhají předpisům a nařízením věznice. Zásadní vliv má ochota či neochota dozorců a dalších zaměstnanců spolupracovat. V neposlední řadě hraje roli osobnost mladistvého odsouzeného (mentální úroveň, zdravotní stav, míra poškození užíváním drog, motivovanost, zájem, atp.)

Rizika spočívají v prosté skutečnosti, že se jedná o práci s delikventními jedinci. Často mají za sebou řadu let TČ, přemýšlejí jinak než řadový občan. Při rozhovoru s dozorcem ve věznici jsem se, mimo jiné, dozvěděla, že pokud je hezké počasí, jediná myšlenka některých odsouzených je: *Dneska by to šlo!* (příhodné podmínky ke krádežím).

Zatímco personál je plně vytížen, odsouzení mají spoustu času na přemýšlení, jaký kdo z personálu je, jak ho „dostat“.

To vše klade zvýšené nároky na osobnostní a kvalifikační předpoklady a komunikační schopnosti zaměstnanců, schopnost jejich sebereflexe.

Oporu pro **výzkum v terénu** mi poskytli Švaříček a Šed'ová (2007) a Miovský (2010), jako nejdůležitější vodítko mi posloužil Reichel (2009), který jasně a stručně představuje postup a nástroje kvalitativního výzkumu

Limity práce

Během zpracování diplomové práce mě do značné míry omezovala moje pracovní zkušenost středoškolské učitelky. Bylo pro mě obtížné z této role vystoupit a udržet odstup a nezabíhat k zažité praxi.

Při studiu teoretických podkladů jsem měla potíže se soustředěním na cíl, zajímalo mě všechno, co s tématem souvisí a měla příliš „široký záběr“.

Zpočátku jsem měla potíže s vyhledáváním kvalitních zdrojů. Využívala jsem knihy, učebnice a diplomové práce. Později jsem se zorientovala a objevila články a studie jako skvělý zdroj informací.

Do značné míry pro mě bylo obtížné udržet si nadhled, nebrat čtené jako „svaté pravdy“, polemizovat s autory. Stále jsem musela mít na paměti, že se vždy jedná pouze o autorův názor, pohled, přístup a interpretaci situace či jevu.

V terénní práci jsem se učila odstupu od vlastních reakcí, vjemů a emocí. Snažila jsem se oddělit role učitelky, dobrovolného duchovního a výzkumníka.

Samo téma této práce svádí k jednostrannému pohledu na cílovou skupinu mladistvých delikventů. Během celé práce jsem se musela „hlídat“ abych udržela objektivní pohled. Stále si připomínat, že se jedná o pachatele TČ, kteří porušili (ať už příčiny jsou jakékoli) zákony země, ve které žijí a častí o práva a svobody svých spoluobčanů. Že nejsou na pionýrském táboře, ale ve vězení.

V popisu výzkumu zmiňuji hrubé, vulgární až agresivní chování dozorců, které jsem v terénu několikrát zaregistrovala. Jedná se o prosté konstatování, nikoli kritiku či odsuzování zaměstnanců. Uvědomuji si náročnost jejich práce a zátěž prostředí a klientely, se kterou pracují.

Přínosy práce

Za hlavní přínos práce považuji, že jsem se učila nově myslet.

Dozvěděla jsem se mnoho o sebeúctě, těšilo mě, když se mi načtené teoretické znalosti propojovaly se zkušenostmi v terénu.

Získala jsem teoretickou oporu pro svůj intuitivní záměr navrhnout program sekundární prevence pro mladistvé delikventy.

Do práce v terénu jsem vstupovala s informací od vězeňského personálu: *Jo mladý? Ty sou ze všeho nejhorší.* Díky vstřícnému vedení věznice jsem dostala příležitost pohybovat se, byť velmi omezeně, dva roky v prostředí, kde tráví mladiství svůj život. Mohla jsem pronikat víc do prostředí a souvislostí a dělat si vlastní názor.

Měla jsem možnost pozorovat vztahy mezi mladistvými, mezi odsouzenými a zaměstnanci, přístup dozorců, vychovatelů, psychologa a dalších.

Využitím různých materiálů (např. pracovní listy programu pro odsouzené 3Z, metodické materiály PMS, aj.) jsem zjistila mnoho o způsobech a stereotypech myšlení, rodinném zázemí a touhách odsouzených kluků ve věku 16-19 let.

Velkým přínosem byla otevřenost a upřímnost některých respondentů, jejich ochota spolupracovat.

Učila jsem se brát v úvahu komplexní provoz věznice, uvědomovat si zátěž, která na jednotlivých zaměstnancích spočívá. Být „týmový hráč“, nepřeceňovat a nepodceňovat svou úlohu. Jasně se vymezit ve své roli a nebýt „ohrožením“.

Učila jsem se nekritizovat (ani v duchu), hlídat si vlastní předporozumění a výklad situací.

V terénu jsem se učila chápat a přijímat skepsi nevěřících zaměstnanců.

Závěr

Domnívám se, že se mi podařilo do značné míry najít odpovědi na všechny předem stanovené dílčí výzkumné otázky (s. 11).

Zjistila jsem, co je sebeúcta (ot. 1). Trvalo mi nějaký čas, než jsem se zorientovala v různých pojmech a pojetích. Výrazně mi pomohlo vytvoření kategorií a podkategorií a shrnutí zjištěných z teoretických zdrojů i výzkumu do tabulek.

Nalezla jsem řadu možností, jak sebeúctu podporovat (ot. 2). Nepodařilo se mi jasně oddělit, jak lze sebeúctu podporovat v běžném životě a ve VTOS.

Během výzkumu jsem zjistila, že možnosti podpory jsou v obou prostředích totožné, ve VTOS pochopitelně omezeny prostředím, zákonem, vyhláškami věznic a v neposlední řadě osobním přístupem a ochotou personálu.

Do jisté míry se mi podařilo zjistit, jak ovlivňují podmínky a prostředí VTOS sebeúctu mladistvých odsouzených (ot. 3). Hlubšímu porozumění této problematiky zabránilo omezení věznic (nesměla jsem být s odsouzenými sama, možnosti vstupu byly vždy závislé na možnostech personálu, atd.)

Zjistila jsem, jakým způsobem lze využívat metod a nástrojů sekundární prevence pro podporu sebeúcty mladistvých ve VTOS (ot. 4). Obsah stávajících preventivních programů jsem porovnávala s požadavky odborníků, jak je uvádějí teoretické zdroje.

Zjistila jsem, že některé současné programy pro delikventní mládež pouze usilují o podporu sebeúcty a sebedůvěry uživatelů. Domnívám se, že nedílnou

součástí programů by měla být rovněž sebereflexe uživatelů, práce s přijetím pravdy, vinou, lítostí a odpovědností vůči druhým.

Hledání odpovědi na otázku, jaká jsou omezení a rizika práce s cílovou skupinou (ot. 5) mě velmi zaujalo, nicméně si uvědomuji, že moje odpověď rozhodně není vyčerpávající. Podařilo se mi odpovědět pouze z úhlu spolupráce pomáhajícího pracovníka s klientem. Zjistila jsem, co může být pro pracovníka ohrožující a jaké nároky tato práce na zaměstnance klade.

Další úhly pohledu mohou být podnětem pro další zkoumání v oblasti:

- postavení zaměstnance v rámci instituce
- zajištění fyzické bezpečnosti zaměstnanců
- zátěže prostředí a typu vězeňské klientely
- pravidelné péče o psychické zdraví zaměstnanců
- přínosu intervize a supervize
- dalšího vzdělávání zaměstnanců (zátěž, nebo přínos?)

Doporučení

Jak jsem zjistila z teoretických zdrojů, narušená (nízká, nedostatečná) sebeúcta může vést k hledání vnější opory až závislosti na ní. Tato zjištění se mi potvrdila i během práce v terénu. Doporučuji vést mladistvé k jejich vlastní zodpovědnosti, podporovat jejich (bezpečné a morálně únosné) kompetence a rozšiřovat prostor pro jejich uplatnění.

V případech sebeúcty nezdravě vysoké či nepodložené lze pracovat s tématy skromnost, pokora, respekt k ostatním členům společnosti, k autoritám.

Mladiství ve VTOS by podle mého názoru měli mít jasně strukturovaný pevný režim dne, řízenou náplň volného času a zároveň čas a prostor vyhrazený pro ticho, samotu, soustředění, relaxaci a klid.

Za vhodnou považuji práci pro ostatní ve věznici (prádelna, kuchyně, úklid společných prostor, práce v dílnách, na zahradě). Osobně bych doporučovala povinnou docházku do školského zařízení (vyučení je momentálně otázkou dobrovolnosti).

Výzkum ukázal, že mladiství potřebují vedení, reflexi, názor a zpětnou vazbu dospělých. Doporučuji pracovat s klienty v rámci skupiny i individuálně, soustředit se na „ted“ a zároveň ukazovat na „obzory“.

Zaměstnanci by neměli přeučovat, ale motivovat. Při práci s jedinci, kteří často neumí zacházet s vlastní agresivitou je zapotřebí vliv vojenského režimu instituce kompenzovat osobním přístupem a zájmem odborných pracovníků.

Na oddělení mladistvých by se měly ve zvýšené míře využívat sportovní a další zájmové aktivity, poznávací akce, výchovné a terapeutické pobyty, krizová pomoc a poradenské služby.

Z praxe v terénu usuzuji, že základem dlouhodobě úspěšné práce s mladistvými ve VTOS je individuální přístup s prvky speciálně-pedagogickými.

Pro sebereflexi a terapii mladistvých jsou účinné metody arteterapie.

V zájmu komplexního rozvoje osobnosti, aktivizace a podpory sebeúcty považuji za vhodnou práci s Božím Slovem formou hagioterapie či diskusí o tématech víry. Oporou pro tato doporučení jsou teoretická zjištění, Biblický přístup k životním ztroskotáním a slabostem se shoduje s postojem podporujícím zdravou sebeúctu.

Rovněž jsem došla k závěru, že v některých případech je přesměrování životní dráhy odsouzených nemožné bez „vyšší“ pomoci.

Výzkum ukázal, že Program zacházení ve věznicích obsahuje relaxační a uvolňovací techniky, sportovní, výtvarné a pracovní činnosti. Chybí podpora duchovní složky osobnosti. Všechny programy jsou postavené tak, že s účastníky pracuje lektor, což považuji za vhodné. Žádný program neposkytuje prostor pro samostatnou práci a odkazy na zdroje.

Tato zjištění jsem využila pro finální úpravu obsahu PL, zařadila náměty k samostatným úvahám a odkazy do literatury.

Domnívám se, že můj návrh sebepoznávacího programu splňuje požadavek komplexnosti, přesto vidím možnosti, jak jej vylepšit a rozšířit. Každý PL by v budoucnosti mohl:

- obsahovat jednoduchou konverzační větu v několika světových jazycích
- doporučit morálně hodnotný film, který popisuje cestu z těžkostí k úspěchu

- přiblížit životní příběh úspěšného občana ČR
- doporučit knižně vydaný příběh „napraveného“ člověka s kriminální minulostí
- upravit program pro mladistvé ženy ve VTOS

Návrh PL by mohl být součástí programu PMS v místě vykonávacího zařízení (výchovné ústavy, věznice). PL obsahují odkazy na literaturu. Mým přáním je, aby tyto tituly byly dostupné v knihovnách těchto zařízení.

„Všechny dobré zásady jsou již napsány, nyní ještě zbývá je uskutečnit.“

(Koncepce vězeňství do roku 2025)

Použité zdroje

Primární literatura

AUGUSTYN, Józef a Lucyna SLUP, *Umět přijmout vlastní život*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. ISBN 80-7192-349-4

AUGUSTYN, Józef a Aleš OPATRŇÝ, *Umění zpovídat*. 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7195-116-2

BAŠTECKÁ, Bohumila a kol., *Klinická psychologie v praxi*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-735-3

BAŠTECKÁ, Bohumila a kol., *Psychosociální krizová spolupráce*. Praha: Grada, 2013. 2. vyd. ISBN 978-80-247-4195-6

CAKIRPALOGLU, Panajotis, *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4033-1

COLLINSOVÁ, Bryn C., *Emocionální nezpůsobilost*. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-324-5

COVEY, Stephen R., *7 návyků skutečně efektivních lidí*. 3. čes. vyd. Praha: Management Press, 2016. ISBN 978-80-7261-156-0

DOČKAL, Jiří, *Člověk v současném světě*. Praha: Susa, 2008.

FILÍPKOVÁ, Z., KUNCOVÁ, J. a Š. BLATNÍKOVÁ, *Mladiství. Metodika programu proti násilí*. Praha: PMS, 2017

FILÍPKOVÁ HONSOVÁ, Zdena, *Proti násilí II. Metodika resocializačního programu pro mladé dospělé pachatele*. Praha: PMS, 2017

GUÉNARD, Tim, *V ringu s Bohem*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2011. ISBN 978-80-7195-488-0

GRÜN, Anselm, *Moc nad bezmocí*. Kostelní Vydří, Karmelitánské nakladatelství, 1997. ISBN 80-7192-226-9

- HÁLA, Jaroslav, *Úvod do teorie a praxe vězeňství*. 2. vyd. České Budějovice: Vysoká škola evropských a regionálních studií, 2006. ISBN 80-86708-30-6
- HERMAN, Lee a Alan MANDELL, *From Teaching to Mentoring*. Routledge Falmer, 2004. ISBN 9780415266185
- HERYÁN, Ladislav, *Země bez obzoru*. Praha: Vyšehrad, 2015. ISBN 978-80-7429-640-6
- HNILICA, Karel, *Vlivy materialistické hodnotové orientace na spokojenost se životem*, 2005. Československá psychologie, roč. 49, č. 5
- JEDLIČKA, Richard a kol., *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhání a krizová intervence*. Praha: Grada, 2015. EAN 24759814
- KOPŘIVA, Pavel, *Respektovat a být respektován*. Kroměříž: Spirála, 2008. ISBN 978-80-9040-300-0
- KOUCKÁ, Pavla: *Jiřina Prekopová, Jaroslav Šturma. Výchova láskou*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0077-2
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro: *Mít pro co žít*. 2. přepracované vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7195-404-0
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-12-84-9
- LAŠEK, Jan, *Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů*, 2004. Československá psychologie, roč. 48, č. 3
- LORENZ, Konrad, *Osm smrtelných hříchů civilizace*. Praha: Leda, 2014. ISBN 978-80-7335-239-4
- MACEK, Petr, *Sebesystém a vztah k vlastnímu já*. Praha: Sociální psychologie, 2008. ISBN 80-85866-20-X
- MADARASOVÁ GECKOVÁ, Andrea, *Starí rodičia ako zdroj sociálnej opory*, 2003. Československá psychologie, roč. 47, č. 1, s. 31-41

MASLOW, Abraham H., *O psychologii bytí*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7

MATOUŠEK, Oldřich a Andrea KROFTOVÁ, *Mládež a delikvence – možné příčiny, struktura, programy prevence kriminality mládeže*. 3. vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-825-8

MATOUŠEK, Oldřich a kol., *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0213-4

MATOUŠKOVÁ, Ingrid, *Aplikovaná forenzní psychologie*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4580-0

McMANUS, Jim, *Pravá sebeúcta*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2017. ISBN 978-80-7195-875-8

MIOVSKÝ, Michal: *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada 2010, 332 s. ISBN 80-247-1362-4

NEVŘALA, Jan, *Poradenství v oblasti penitenciární a postpenitenciární*. Ostrava: OU, 2007

NEŠPOR, Karel, *Návykové chování a závislost*. 4 vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0189-2

OSBORNE, Randall E., *Self-esteem*. Salem Press Encyclopedia of Health, 2016

PASQUALE, Ionata, *Epidemie deprese mládeže*. Teologické texty. Roč. 13, č. 5/2002

PROCHÁZKA, Miroslav, *Sociální pedagogika*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3470-5

PETTY, Geoffrey, *Moderní vyučování*. 5. čes. vyd. Praha: Portál 2008. ISBN 978-80-7367-427-4

RAUCHFLEISCH, Udo, *Doprovázení a terapie delikventů*. 2. čes. vyd. Boskovice: Albert, 2000. ISBN 80-8534-83-9

REICHEL, Jiří, *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-3006-6

ŘÍČAN, Pavel, *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-312-6

ŘÍČAN, Pavel, Marie VÁGNEROVÁ a kol., *Dětská klinická psychologie*. Praha: Avicenum, 1991. ISBN 80-201-0131-4

SATIROVÁ, Virginia, *Kniha o rodině*. Praha: Práh, 2006. ISBN 80-7252-150-0.

SOCHŮREK, Jan, *Nástin vybraných problémů forenzní psychologie I*. Liberec: Technická univerzita, 2002.

SOCHŮREK, Jan, *Teorie a praxe zacházení s odsouzenými, Kapitoly z penologie II*. Liberec Technická univerzita, 2000. ISBN 978-80-7372-204-3

ŠTĚCHOVÁ, Markéta a Kazimír VEČERKA, *Systémový přístup k prevenci kriminality mládeže*. Institut pro kriminologii a sociální prevenci, 2014. ISBN 978-80-7338-140-0

VOJTÍŠEK, Z., DUŠEK, P. a J. MOTL, *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0088-8

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK, *Sociální psychologie*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8

ZOHAR, Danah a Ian MARSHALL, *Spirituální inteligence*. Praha, MF, 2003. ISBN 80-204-1030-9

Sekundární literatura

Bible, český ekumenický překlad, Praha, Česká biblická společnost, 1998

ADLEROVÁ F., MUELLER, G. O. a W. S. LAUFER, *Criminology*. New York: McGraw-Hill, 2004. ISBN 0072559519

BAKER, Roger, *Jak překonat panické ataky*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-4235-9

BALVÍN, Jaroslav, *Sociální pedagogika a její dvě české osobnosti: Miroslav Dědič a Přemysl Pitter*. Praha: Radix 2015. ISBN 978-80-87573-13-6

- ČERMÁK, I., HŘEBÍČKOVÁ, M. a P. MACEK, *Agrese, identita a osobnost*. Brno: Psychologický ústav AV ČR a Sdružení SCAN, 2003. ISBN 80-86620-06-9
- BECHYŇOVÁ, Věra a Marta KONVIČKOVÁ, *Sanace rodiny*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-392-5
- BLATNÝ, Marek, *Sebepojetí v osobnostním kontextu*. Brno: Psychologický ústav AV ČR a vydavatelství Masarykovy univerzity, 2001. ISBN 80-210-2747-9
- BONHOEFFER, Dietrich, *Na cestě ke svobodě/Listy z vězení*. Praha: Vyšehrad, 1991. ISBN 80-7021-081-8
- CLOUD, Henry, *Změna přináší uzdravení*. 2. čes. vyd. Praha: Návrat domů, 2000. ISBN 80-7255-014-4
- EVROPSKÉ MONITOROVACÍ STŘEDISKO PRO DROGY A DROGOVOU ZÁVISLOST: *Problémy související s užíváním drog u dětí do 15 let*. Praha: UK, 2010. ISBN 978-80-254-6806-7
- EVROPSKÉ MONITOROVACÍ STŘEDISKO PRO DROGY A DROGOVOU ZÁVISLOST: *Drogy a ohrožené skupiny mladých lidí*. Praha: UK, 2010. ISBN 978-80-254-6807-4
- FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA, *Speciální pedagogika*. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-014-0
- FRANKL, Viktor E., *Lékařská péče o duši: Základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 2006. 80-7295-085-1
- GÁČ, Dušan, *Penitenciární péče*. Brno: Masarykova univerzita, 2002.
- GÖLERT, Christoph Fr. a Frank KÚHN, *Od návyku k závislosti*. Praha: Ikar, 2001. ISBN 80-7202-950-9
- HAJNÝ, Martin, *O rodičích, dětech a drogách*. Praha: Grada 2001. ISBN 80-247-0135-9

- HAUSTEIN, Manfred, *Přijetí v terapeutické pastýřské péči a biblická reformační nauka o ospravedlnění*. Pouhou vírou, Soubor teologických statí z NDR. Komenského evangelická bohoslovecká fakulta v Praze, edice Kalich. 1986
- HELUS, Zdeněk, *Dítě v osobnostním pojetí*. Praha: Portál, 2004. ISBN 8071788880
- HENDL, Jan, *Kvalitativní výzkum*. 3. vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0219-6
- HOGENOVÁ, Anna a Janina MOSKALOVÁ, *Pohyb ve výchově, umění a sportu*. Praha: UK pedagogická fakulta, 2005. ISBN 80-7290-242-3
- HOŘÍNKOVÁ, Radka, *Analýza faktorů ovlivňujících trestnou činnost nezletilých a mladistvých*. Brno: Masarykova univerzita, 2011
- ILLES, Tom, *Děti a drogy*. 2. vyd. Praha: ISV, 2002. ISBN 80-85866-50-1
- KOHOUTEK, Rudolf, *Základy psychologie osobnosti*. Brno: Cerm, 2000. ISBN 80-7204-156-8
- KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ, Věra et al, *Člověk prostředí výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2
- KOUDELKOVÁ, Anna, *Psychologické otázky delikvence*. Praha: Victoria Publishing, 1995. ISBN 80-7187-022-6
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro, *Optimismus, pesimismus a prevence deprese*. Praha, Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4007-2
- LIEBMANN, Marian, *Skupinová arteterapie*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-729-9
- LOCKWOOD, Alan L., *The Case for Character Education. A developmental approach*. New York, Teachers College Press, 2009. ISBN 978-0-8077-4923-4
- MATĚJČEK, Zdeněk, *Rodiče a děti*. Praha: Avicenum, 1986. ISBN 08-011-86
- MAŠÁT Vladimír, *Vybrané postupy sociální práce se skupinou*. Středokluky: Zdeněk Susa, 2012. ISBN 978-80-86057-80-4

- MITÁŠ, Václav, *Duchovenská služba v penitenciárním prostředí*. Praha: VDP a Institut vzdělávání VS ČR, 2007
- MOTSCHING, Renate a Ladislav NYKL, *Komunikace zaměřená na člověka*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3612-9
- MRUK, Christopher. J., *Self-Esteem Research, Theory, and Practice*. New York: Springer Publishing Company, 2006
- MUSIL, Jiří V., *Pedagogicko psychologické kompetence učitele 2*. Olomouc: Psychologická a výchovná poradna a Cyrilometodějská teologická fakulta UP, 2002. ISBN 80-238-8932-X
- MÜLLER, Oldřich a kolektiv, *Terapie ve speciální pedagogice*. 2. vyd. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4172-7
- NEŠPOR, Karel a Václav DVOŘÁK, *Prevence trestné činnosti související s návykovými látkami*. 1. vyd. Praha, Armex, 1998. ISBN 80-902283-9-9
- PETTY, Geoffrey, *Moderní vyučování*. 4. čes. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-807367-427-4
- PITTER, Přemysl a Miroslav DĚDIČ, *Sociální pedagogika a její dvě české osobnosti*. Praha: Radix spol. s r.o., 2015. ISBN 978-80-87573-13-6
- POHNEROVÁ, Marta, *Duchovní a smyslová výchova*. Rychnov nad Kněžnou: Ježek, 1997. ISBN 80-85996-05-7
- REGOLI, Robert M. a John D. HEWITT, *Delinquency in society - A child centred approach*. New York: McGraw-Hill, 2013. ISBN 978-1449692414
- SENEKA, Lucius Annaeus, *O klidu duševním*. Praha: Baset, Arista, Antická knihovna, 2004. ISBN 80-86410-43-9
- SMOLÍK, Josef, *Pastýřská péče*. Praha: Komenského evangelická bohoslovecká fakulta, Kalich, 1991. ISBN 80-7017-276-2
- SVATOŠ, Roman a Josef KRÍHA, *II. Kriminologické dny*. Praha: Česká kriminologická společnost, 2014

ŠEVČÍKOVÁ, Anna, *Děti a dospívající online*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5010-1

ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ, *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-9367-313-0

VÁGNEROVÁ, Marie, *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0

ZGOLA, Jitka M., *Úspěšná péče o člověka s demencí*. Praha: Grada, 2003. ISBN 80-247-0183-9

ZIMMERMANNOVÁ, Marie, ThDr. *Josef Hronek jako katechetik a pedagog*. Praha: Univerzita Karlova, 2015. ISBN 978-80-246-2962-9

ZOUBKOVÁ, Ivana a Marcela MOULISOVÁ, *Kriminologie a prevence kriminality*. Praha: Armex Publishing, 2004. ISBN 80-86759-05-5.

Elektronické zdroje

AKADEMIE VS ČR [online]. Dostupné z: <https://www.vscr.cz/akademie-vs-cr>

BARIEKZAHYOVÁ, Tereza, *Osobnost jedince v procesu dosahování sociálního statusu směrem od sociální reprodukce k hledání zdrojů mezigenerační vzestupné sociální mobility*. [online]. Praha: Univerzita Karlova, 2012 (cit. 20. 5. 2017) Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/120581>

BARTŮŠKOVÁ, Ludmila a Petr GLOGAR, *Spiritualita v psychoterapeutické praxi?* [online]. Časopis Psychoterapie č. 3, 2013 (cit. 10. 10. 2017). Dostupné z <http://psychoterapie.fss.muni.cz/tagy/bio-psycho-socio-spiritualni-dimenze-cloveka>

BASARAN, Zekiye, *The effect of sportive and cultural activities on the selfesteem and hope of the children who have tendency to involve in a crime* [online]. Kocaeli: University School of Physical Education, 2016 (cit. 12. 3. 2017). Dostupné z: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1108204.pdf>

BRUMMELMANN, Edie, *The Adverse Impact of Inflated Praise on Children with Low Self-Esteem* [online]. Utrecht University, 2013 (cit. 15. 4. 2017). Dostupné z: <http://mrbartonmaths.com/resourcesnew/8.%20Research/Motivation%20and%20Praise/Inflated%20Praise.pdf>

COBAN, I. a R. Akgun, *Figuring out of psycho-social conditions and determination the social supports of women who stays in Ankara* [online] Institution for Women, 2011 (cit 20.6.2017). Dostupné z: <http://www.tsh.hacettepe.edu.tr/Arsiv/20112.pdf>.

DEMO, David. H. a Ritch C. SAVIN WILIAMS, *Early adolescent self-esteem as a function of social class: Rosenberg and Pearlin revisited* [online]. The American Journal of Sociology, 1983 roč. 88, č. 4, s. 763-774. Dostupné z: https://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/D_Demo_Early_1983.pdf

DOBRESCU, Ada, *Adolescent self-esteem*. Bulletin of the Transilvania [online]. University of Braşov, 2013 (cit., 20. 5. 2018) serie VII: Social Sciences, roč. 6 (55) č. 2, s. 139-144. Dostupné z: http://webbut.unitbv.ro/BU2013/Series%20VII/BULETIN%20VII/18_Dobrescu%20-2013.pdf

DUNDELOVÁ, Jana, *Sebepojetí a mentální reprezentace rodinných vztahů adolescentů s delikventním a predelikventním chováním* [online]. Filozofická fakulta Masarykovy univerzity v Brně, 2007 (cit 20.5.2018) Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/v3057/Teze.pdf>

ĎURIŠOVÁ, Markéta, *Hodnotová orientace* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2007 (cit. 15.4.2017). Dostupné z: https://is.muni.cz/th/199876/pedf_m/?lang=cs

E-learning [online]. Dostupné z: [www. osel.cz](http://www.osel.cz)

GUNNARSDÓTTIR Helga Hafdís, *Effects of parental and peer support on self-esteem in adolescents* [online]. Reykjavik University, School of Business, 2014 (cit. 20.5.2018) Dostupné z: <https://skemman.is/bitstream/1946/22493/1/Effects%20of%20parental%20and%20peer%20support%20on%20self-esteem%20in%20adolescents%20.pdf>

HAVRENTOVÁ, Darina, *Osobnostné charakteristiky mladistvého odsúdeného z pohľadu vývinovej kriminológie* [online]. Trnava: Univerzita sv. Cyrila a Metoda, 2014 (cit. 10. 5. 2017). Dostupné z: http://www.czkrim.cz/cs/soubory-ke-stazeni/ii-kriminologicke-dny-publikace-s-prispevky/at_download/file

HÁJEK, Martin, *Budujte a rozvíjete zdravou sebeúctu* [online] (cit. 20. 4. 2017). Dostupné z: <http://www.vedeme.cz/pro-vedeni/doporuceni-vedeni/627-budujte-rozvijete-sebeuctu.html>

HÁLA, penologie [online]. Dostupné z: <http://penologie.hala.sweb.cz>

HIGGINS, E. Tory, *Sebediskrepanční teorie* [online]. Dostupné z: (<http://www.unium.cz/materialy/mu/fss/vztah-k-sobe-memu-m38700-p1.html>)

JAGRIK, Filip, *Kontingence sebeúcty a autenticita* [online]. Pražská vysoká škola psychosociálních studií, 2015. (cit. 2. 4. 2018) Dostupné z: http://www.pvsps.cz/data/2016/12/09/13/jagrik_filip.pdf

JAMES, William, *Self-esteem* [online]. Salem Press Encyclopedia of Health, 2016 (cit. 20. 5. 2017). Dostupné z: <http://www.newworldencyclopedia.org/entry/Self-esteem>

KLIMEŠOVÁ, Irena, *Vybrané aspekty sebepojetí a přiznané projevy agresivity u třináctiletých* [online]. Masarykova univerzita Brno, 2007 (cit. 10. 5. 2017). Dostupné z: <https://theses.cz/id/204gb5>

KOHOUTEK [online]. Dostupné z: <http://rudolfkohoutek.blog.cz/0912/potreby-jako-motivy-chovani-a-prozivani>

Kriminalita a delikvence [online]. Dostupné z: <http://www.nicm.cz/kriminalita-a-delikvence-charakteristika>

LEE, Julie, *Self esteem and delinquency* [online]. Chung Ang University, 2012 (cit. 20. 5. 2018). Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/229076893_Self-esteem_and_delinquency_in_South_Korean_adolescents_Latent_growth_modeling

LEE Mi-Ja a CHO Sung-Je, *Effects of Teenager Self-Esteem on Delinquency* [online].

Advanced Science and Technology Letters, 2014 (cit. 10.5.2018) č. 68, s. 38-42.

Dostupné z: http://onlinepresent.org/proceedings/vol68_2014/10.pdf

MANAGEMENT MANIA [online]. Dostupné z:

<https://managementmania.com/cs/sebevedomi>

MANNING, Mauren A., *Self-Concept and Self-Esteem in Adolescents* [online].

Arundel County (MD) Public Schools, Student Services 2007 (cit. 20. 5. 2018).

Dostupné z:

<https://www.nasponline.org/Documents/Resources%20and%20Publications/Handouts/Families%20and%20Educators/Self-Concept%20and%20Self-Esteem%20in%20Adolescents%20NASSP%20Feb%2007.pdf>

NEVEČEŘALOVÁ, Lenka, *Prevence kriminality v České republice* [online]. UK

Praha, 2009 (cit. 20. 3. 2017). Dostupné z:

<https://is.cuni.cz/webapps/zzp/download/12011702>

MVS [online]. Dostupné z: <http://www.prisonfellowship.cz/>

NEŠPOR [online]. Dostupné z: www.drnespor.eu

NEWRON, terapeutický software [online]. Dostupné z:

<http://www.newron.cz/newron/>

PFI [online]. Dostupné z: <https://pfi.org>

PIVOŇKA, Bohdan, *Je člověk změnitelný?* [online] (cit. 15. 8. 2017). 2006 Dostupné

z: <http://www.vdp-cz.info/clanky/clovek.htm>

POKORNÁ, Eva, *Etická dilemata sociální práce s klienty se sociální patologií*

[online] (cit. 15. 4. 2017). České Budějovice: Jihočeská univerzita, 2009. Dostupné z:

http://theses.cz/id/zsk64t/downloadPraceContent_adipIdno_12850

Prevence kriminality [online]. Dostupné z: [http://www.mvcr.cz/clanek/prevence-](http://www.mvcr.cz/clanek/prevence-kriminality-na-regionalni-a-lokalni-urovni)

[kriminality-na-regionalni-a-lokalni-urovni](http://www.mvcr.cz/clanek/prevence-kriminality-na-regionalni-a-lokalni-urovni)

PSYCHOLOGIE.CZ [online]. Dostupné z: <https://psychologie.cz/znete-svou-hodnotu/>

PSYCHOLOGON [online]. Dostupné z: www.psychologon.cz

PSYCHOPATOLOGIE [online]. Dostupné z: <http://www.ssvp.wz.cz/pato.html>

Resocializační program 3Z [online]. Dostupné z: [https://www.vscr.cz/veznice-
rapotice/o-nas/vykon-vezenstvi/resocializacni-program-3z/](https://www.vscr.cz/veznice-rapotice/o-nas/vykon-vezenstvi/resocializacni-program-3z/)

SANDERS, J. Oswald, *Self-Esteem: What Does the Bible Say?* [online] (cit. 30. 11. 2017). Dostupné z: <http://www.biblickaknihovna.cz/knihy/sebeucta-a-bible>

SARPO [online]. Dostupné z: <https://www.vscr.cz/o-nas/sarpo/co-je-sarpo/>

Sdružení pro probaci a mediaci v justici [online]. Dostupné z: www.spj.cz

SKINNER, Emily a Jeffrey R. MASUDA: *Right to a healthy city? Examining the relationship between urban space and health inequity by Aboriginal youth artist-activists in Winnipeg* [online]. *Social Science & Medicine*, 2013 (cit. 16. 9. 2016), č. 91, s. 210-218. Dostupné z:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0277953613001020?via%3Dihub>

SOCIÁLNÍ PRÁCE, časopis [online]. Dostupné z:

<http://www.socialniprace.cz/zpravy.php?oblast=3&clanek=403>

SWANN Jr., William B., CHANG-SCHNEIDER, Christine and Katie Larsen McCLARTY, *Self-Concept and Self-Esteem in Everyday Life* [online]. University of Texas at Austin, 2007 (cit. 20. 5. 2018), *American Psychologist* č. 62, s. 84–94. Dostupné z https://www.researchgate.net/publication/6482454_Do_people's_self-views_matter_Self-concept_in_everyday_life

ŠRAJER, Jindřich, *Lidská důstojnost a sociální práce* [online]. Časopis sociální práce č. 2/2006 (cit. 5. 6. 2017). Dostupné z:

<http://www.socialniprace.cz/index.php?sekce=2&ukol=detail&id=28&clanekid=582>

ŠŤASTNÁ, Lenka, *Problémy související s užíváním drog u dětí do 15 let* [online]. *Klinika adiktologie*, 2010 (20. 10. 2017). Dostupné z:

<http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/365/1887/Problemy-souvisejici-s-uzivanim-drog-u-deti-do-15-let>

TAFARODI Romin W. a Alan B. MILNE, *Decomposing Global Self-Esteem* [online]. *Journal of personality*, 2002 (cit. 15. 4. 2017) Dostupné z:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1467-6494.05017>

The moderating effects of coping and self-esteem on the relationship between defeat, entrapment and suicidality in a sample of prisoners at high risk of suicide [online].

Eur Psychiatry 30(8), 2015 (cit. 15. 4. 2017). Dostupné z:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26497469>

VITOUŠOVÁ, Petra, *Pachatelé nejčastěji kombinují psychické a fyzické násilí* [online]. Časopis sociální práce č. 2/2006 (cit. 5. 6. 2017). Dostupné z:

<http://www.socialniproace.cz/soubory/2006-2-090221133657.pdf>

TRESTNÍ ZÁKONÍK [online]. Dostupné z:

<http://www.mvcr.cz/aktualit/sdeleni/2001/delikven.html>

VDP [online]. Dostupné z: <http://www.vdpcr.eu/>

VDS [online]. Dostupné z: <http://www.vscr.cz/generalni-reditelstvi-19/onas/duchovni-sluzba>

VEDEME.CZ [online]. Dostupné z: <http://www.vedeme.cz/pro-vedeni/doporuceni-vedeni/627-budujte-rozvijte-sebeuctu.html>

Vztah k sobě samému [online]. Unium. Cz, Masarykova Univerzita, 2014 (cit. 5. 6. 2017). Dostupné z: <http://www.unium.cz/materialy/mu/fss/vztah-k-sobe-memu-m38700-p1.html>

Zdroje pro přípravu pracovních listů

Bible, český ekumenický překlad, Praha, Česká biblická společnost, 1998

BOGDANSKIOVÁ, Sarah, *Zdravé sebevědomí mění pohled na svět i mezilidské vztahy* [online] (cit. 10. 8. 2017). Dostupné z:

<https://www.novinky.cz/zena/zdravi/397758-zdrave-sebevedomi-meni-pohled-na-svet-i-mezilidske-vztahy.html?source=EML>

COLSON, Charles W., *Jak milovat boha*. Biblos, 1993. ISBN 809002405X

- FRANKL, Viktor E., *A přesto říci životu ano*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1996. ISBN 80-7192-095-9
- FROBOSE, Ingo, *Posilování bez nářadí*. Praha: Ikar, 2015. ISBN 978-80-249-2846-3
- KADAŠI, Pavel, *Cesta z pekla*. Křesťanský život, 2017. ISBN 978-80-7112-195-4
- KŘIVOHLAVÝ, J., *Psychologie smysluplnosti existence*. Praha: Grada, 2006, 204 s. ISBN 80-1370-5
- LIEBMANN, Marian, *Skupinová arteterapie*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3
- LUKASOVÁ, Elisabeth, *Logoterapie ve výchově*. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-180-0
- MEYER, Joyce, *100 kroků, jak si zjednodušit život*. Syloam, 2009. ISBN 978-80-8941-406-2
- NEŠPOR, Karel, *Léčivá moc smíchu*. 4 vyd. Praha: Vyšehrad, 2002. ISBN 978-80-7429-054-1
- NEŠPOR, Karel, *Návykové chování a závislost*. 4 vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0189-2
- NEŠPOR, Karel, *Sebeovládání*. 2. vyd. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0827-3
- NOVÝ, Ivan a Růžena LUKÁŠOVÁ, *Organizační kultura*. Praha: Grada, 2004. ISBN 8024706482
- PEASOVI Alan a Barbara, *Proč muži neposlouchají a ženy se neorientují v mapách*. 2. čes. vyd. Praha: Ikar, 2012. ISBN 978-80-249-2995-8
- POWELL, Graham, *Už se nebojím*. Praha: KMS, 2015. ISBN 978-80-879-0445-9
- PRAŠKO, Ján a Jana PRAŠKOVÁ, *Proti stresu krok za krokem*. Praha: Grada, 2001. ISBN 80-247-0068-9
- SCHULZ von Thun, Friedmann, *Jak spolu komunikujeme*. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-0832-9

WADE, Paul „Coach“, *Trénink vězně*. Šamorín: Zelený Kocúr, 2016. ISBN 978-80-89761-05-0

YANG Jwing-ming, *Osm kusů brokátu*. 2. vyd. Bratislava, CAD Press, 2002. ISBN 80-85349-41-8

Zákony

Zákon č. 169/1999 Sb. Zákon o výkonu trestu odnětí svobody a o změně některých souvisejících zákonů [online]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-169>

Zákon č. 108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách [online]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108>

Zákon č. 40/2009 Sb. Zákon trestní zákoník [online]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40>

Seznam příloh k teoretické části

1. Sebeúcta z Biblického hlediska	1
2. Biblický pohled na hřích, trest a odpuštění	2
3. SARPO, statické a dynamické faktory trestné činnosti	3
4. Kritéria programů zacházení	4
5. Úspěšně realizované programy pro odsouzené a propuštěné	5
6. Standardizované programy zacházení ve věznicích	6
7. Znaký efektivního programu prevence delikvence pro mladistvé	8
8. Subjekty prevence delikvence v ČR, jejich zaměření a programy	9
9. Lorenzova charakteristika moderního člověka	11
10. Svědectví účastníků programu Teen Challenge	12

Příloha 1

Sebeúcta z Biblického hlediska

Zdroj: *Self-Esteem: What Does the Bible Say?*

Jaký pocit bychom ze sebe měli mít?

Jak se sebeúcta hodnotí z biblického hlediska? (1K 4,1-4; 2K 10,12,18)

Je vždy na místě mít ze sebe dobrý pocit? (Jk 4,7-10)

Je přirozené mít se rád? (Mt 22,39)

V jakém slova smyslu bychom se měli nenávidět? (Ř 7,21-24)

Jak to vede k novému životu, když vůči sobě „zemřeme“? (Ga 2,20)

Na základě jakých hodnot bychom se na sebe měli dívat?

Čeho si Bůh na nás cení? (1S 16,7)

V čem bychom měli nacházet své největší uspokojení? (Jr 9,23-24)

Jak můžeme rozvíjet správný náhled na sebe sama? (Ř 12,1-3)

Jak mohou náš život utvářet Boží hodnoty a pomáhat nám, abychom ze sebe měli dobrý pocit?

(Ř 12,4-21; Ga 6,1-4)

Jsme ve své podstatě dobří, nebo špatní?

Co je základem naší úcty podle Bible? (Ž 139,13-16; Žd 2,6-8)

Co Bible uvádí o naší zkaženosti? (Ř 1,18-32; 3,10-18; 7,7-24)

Jak nám může pomoci správné chápání našich selhání, abychom ze sebe mohli mít dobrý pocit? (Ř 7,24-8,17)

Čí názor je určující?

Kdo má být tím nejvýznamnějším v našem životě podle Bible? (Ef 3,12-21)

V jakém smyslu můžeme s Kristem začít věci ve svém životě znovu? (2K 5,17; 1J 5,1)

Jak nám Kristus může dát novou minulost (Ř 6,1-6), novou budoucnost (Ř 8,18-32) a novou totožnost (Sk 11,26; Ga 2,20)?

Kristus dává nové povolání (Ef 6,5-9) a postará se o naše potřeby (Ef 1,11; Fp 4,19)

Příloha 2

Biblický pohled na hřích, trest a odpuštění

Zdroj: *Self-Esteem: What Does the Bible Say?*

Pojem **hřích** označuje jednání, které odporuje příkazům a zákonu, který stanovil Stvořitel v zájmu zachování dobrých vztahů mezi sebou a člověkem a mezi lidmi vzájemně. V době SZ byla *mzdou hříchu smrt* (Řím 6.23). Podmínkou narovnání vztahu byla náhrada újmy poškozenému v plné až dvojnásobné výši (Ex 22) a oběť Bohu (Lv 9.7).

Ve svém Slově Hospodin své děti varuje: *Nebudeš-li konat dobro, hřích se uvelebí ve dveřích a bude po tobě dychtit; ty však máš nad ním vládnout.* (Genesis 4, 7).

Předpisy, zákony a opatření při jejich porušení obsahují SZ knihy Mojžíšovy.

Trest je nedílnou součástí života: *Nebudeš ve svém srdci chovat nenávisť ke svému bratru, ale budeš trestat svého bližního podle práva, a neponeseš následky jeho hříchu* (Leviticus 19, 17). Hospodin je sice *shovívavý a nesmírně milosrdný, odpouští vinu a přestupek, nicméně viníka nenechá bez trestu, vinu otců stíhá na synech do třetího i čtvrtého pokolení* (Numeri 14, 18).

Rovněž NZ tresty připouští a doporučuje: *Ty však, kteří prosazují sebe, odpírají pravdě a podléhají nepravosti, očekává hněv a trest* (Řím 2, 8), neboť *koho Pán miluje, toho přísně vychovává, a trestá každého, koho přijímá za syna* (Žid 12, 6).

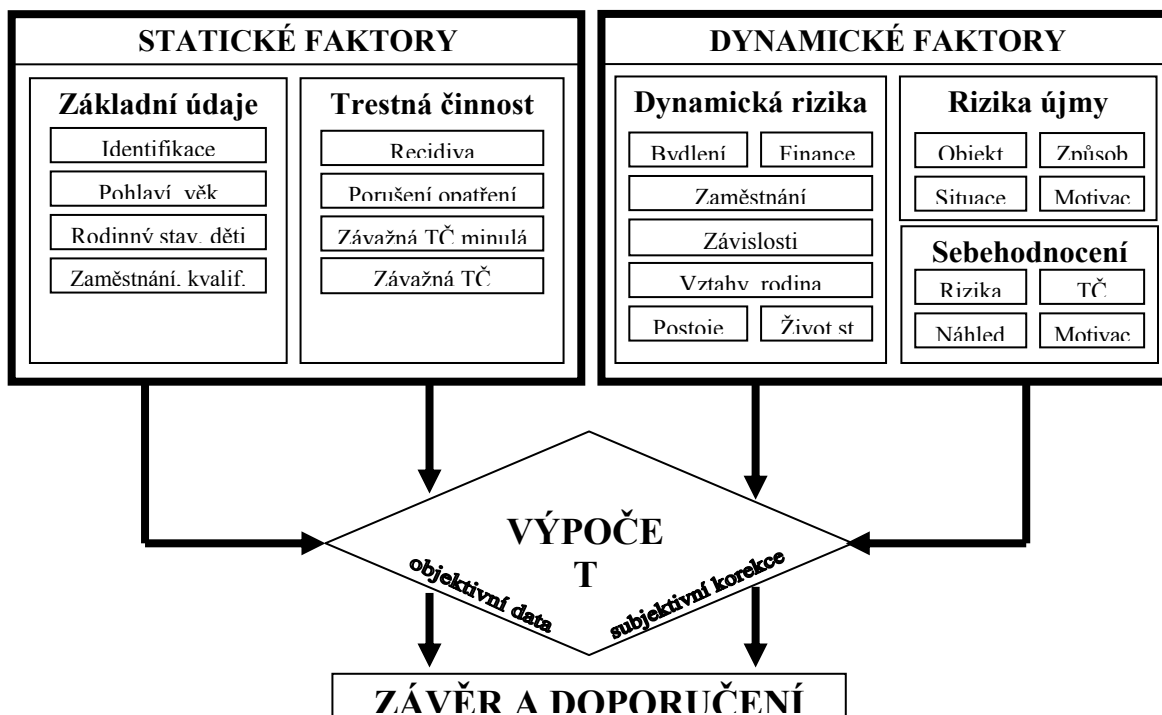
Ohledně posuzování bližních podle vlastních měřítek přikazuje Bůh: *Soud přenechte mně, já odplatím* (Řím 12.19), *Já budu trestat, má je odplata. Pán bude soudit svůj lid* (Žid 10, 30).

V době NZ je *smírnou obětí za naše hříchy, a nejenom za naše, ale za hříchy celého světa* Ježíš Kristus (1. Jan 2.2).

Ježíš stanovil **odpuštění** jako nezbytnou součást modlitby: *A odpusť nám naše hříchy, neboť i my odpouštíme každému, kdo se proviňuje proti nám* (Lk 11.4) neboť *Komu odpustíte hříchy, tomu jsou odpuštěny, komu je neodpustíte, tomu odpuštěny nejsou* (20,23). Zároveň připouští, že bez znalosti zákona nelze o hříchu hovořit: *Kdybych byl nepřišel a nemluvil k nim, byli by bez hříchu. Nyní však nemají výmluvu pro svůj hřích* (15,22).

SARPO, statické a dynamické faktory trestné činnosti

Zdroj: <https://www.vscr.cz/o-nas/sarpo/co-je-sarpo/>



Příloha 4

Kritéria programů zacházení

Zdroj: www.mvcr.cz/soubor/informace-o-realizaci-stand-programu-zachazeni-doc.aspx

- vycházejí z explicitního modelu příčin trestného činu odvozeného z empirických dat (tj. hodnocení změn v chování, změn v osobnosti či jiných pozorovatelných či měřitelných změn)
- obsahují **klasifikaci rizik** – tj. intenzivnější programy by měly být zaměřeny na vysoce a středně rizikové pachatele trestné činnosti, zatímco u pachatelů s nižším rizikem by měla být využita méně intenzivní či minimální opatření
- zaměřují se nejen na statické, ale rovněž na **dynamické kriminogenní faktory**
- jsou vstřícné, aby měli pachatelé trestné činnosti maximální užitek z programů zacházení, které mají pro ně význam, a byly poskytovány způsobem přiměřeným jejich stylu učení (což předpokládá dobrovolnost a motivaci odsouzených, zařazovaných do programů)
- pachatelům by měla být poskytnuta příležitost nacvičovat nově nabyté dovednosti, měly by se týkat postojů, chování a motivací (formou nácviků modelových situací, konfrontace s trestným činem, extramurální aktivity apod.)
- metoda programu zacházení musí být aktivní a orientována na získání dovedností, navržena tak, aby pomohla zlepšit řešení problémů v sociálním kontaktu na základě kognitivních a behaviorálních technik (tj. konkrétní, na úzce vymezený cíl zaměřené techniky)
- dopad programu je zásadně ovlivněn způsobem a nastavením realizace (tj. kvality realizace a integrity programu)

Příloha 5

Úspěšné preventivní programy pro odsouzené a propuštěné

Zdroje: <http://www.vscr.cz/veznice-nove-sedlo-81/o-nas-1597/vykon-trestu-764/spoluprace-s-ostatnimi-slozkami-a-organizacemi-472/projekt-zivot-po-vezeni-pristupuje-komplexne-k-priprave-odsouzeneho-k-opusteni-vykonu-trestu-odnet>

<http://www.risy.cz/cs/vyhledavace/projekty-eu/detail?Id=62450>

www.rubikoncentrum.cz/projekty.php?id=5

http://www.rubikoncentrum.cz/download/projekty/Zpracovane_vyukove_materialy_pro_klienty.pdf.

Sdružení pro probaci a mediaci v justici, o.s. v několika věznicích ČR uskutečnilo úspěšný projekt **Život po vězení**, jehož součástí se stal kurs ZZ, **Získej zaměstnání**, zaměřený na motivaci k aktivnímu řešení životních situací, změně zažitých nekonstruktivních vzorců chování a posilování dovedností pro získání a udržení si zaměstnání.

Pro klienty ve VTOS nebo v alternativním trestu uskutečnilo Sdružení rovněž projekt **Pomůžeme ti pracovat**, jehož hlavní částí byl **Reintegrační program Plus**, zaměřený na rozvoj a podporu sociálních kompetencí a motivaci k nalezení práce. Pracovníci regionálního centra zajišťovali osobní asistenci a podporu i po propuštění. Součástí projektu bylo mapování vhodných pracovních míst a ověřování využitelnosti podporovaného zaměstnání.

Pod záštitou společnost Rubikon Centrum proběhl v Praze projekt **Najdu si své pracovní místo**, cílem bylo zlepšit postavení osob po VTOS při uplatnění na trhu práce a přispět k ekonomické a sociální (re)integraci cílové skupiny. Partnerem byla PMS ČR ve spolupráci s VS ČR.

V rámci projektu byly vypracovány Výukové materiály, které obsahují praktické informace pro zvládání běžných situací, jako je výmaz z rejstříku trestů, zadluženost, práce s emocemi, zvládání agrese, budování vztahů atp.

Příloha 6

Standardizované programy zacházení ve věznicích

Zdroj: www.mvcr.cz/soubor/informace-o-realizaci-stand-programu-zachazeni-doc.aspx

Mladistvým je určen standardizovaný program **TP 21 Junior**. Na oddělení mladistvých probíhá pro vytipované jedince 2x ročně v rozsahu 12 týdnů. Intenzivně spolupracují všichni odborní zaměstnanci: vychovatelé, vychovatel-terapeut, pedagog volného času, sociální pracovník, psycholog, dva speciální pedagogové a službukonající dozorcí. Hlavním cílem programu je poskytnout informace o důsledcích a dopadech agresivního chování, odhalit spouštěcí mechanismy agresivních projevů a podat návod směřující k pozitivním změnám v chování. Dalšími úkoly programu je snaha o sebepoznání, naučit se řešit konfliktní situace nenásilnou formou, uvědomit si vlastní odpovědnost za důsledky jednání. Nástrojem programu jsou následující edukační činnosti: kultivace osobnosti, zvládání stresu, občanská a rodinná výchova, řešení konfliktu, sociálně právní výcvik a společenské chování, výtvarné techniky, relaxační techniky, pohybová cvičení, sportovní hry, sebeobslužné činnosti, práce na zahradě, pracovní výchova formou úklidu a možnost účasti na bohoslužbách.

Dospělým ve VTOS jsou určeny následující programy:

Program **3Z** (*Zastav se, Zamysli se a Změň se*) je adaptací anglického programu Stop, Think and Change. Je určen multirecidivistům s převážně majetkovou TČ před podmíněným propuštěním, staví na kognitivně-behaviorálních základech. Lektorská dvojice zaměstnanců věznic jej vede zpravidla 2x ročně.

Intenzivní reedukační program **GREPP 1** je vzdělávací program pro práci s pachateli sexuálního násilí na dětech. Je krátkodobý (7 týdnů) a probíhá 2x ročně.¹³²

Dlouhodobý terapeutický program **GREPP 2** je koncipován jako dlouhodobý (10 měsíců), cílem je snížení rizika recidivy. Struktura a obsah programu byla připravena ve spolupráci s předními českými sexuology z Psychiatrické léčebny v Praze-Bohnicích.

Program **PARDON** pro pachatele závažných dopravních nehod pod vlivem návykové látky, jehož hlavním cílem je změna problémového chování řidiče, formování postojů a způsobů chování nutných pro bezpečné řízení s cílem minimalizovat recidivu.

Program TP KEMP je 18ti-měsíční terapeutický program pro pachatele násilí, vč. domácího násilí. Cílem je posílení náhledu na vlastní TČ a snížení rizika jejího opakování. Program vznikl ve spolupráci s Bílým kruhem bezpečí a Institutem pro forenzní psychologii.

132. Žádný z pachatelů dosud nezrecidivoval, avšak zjišťování účinnosti resocializačních programů se obvykle provádí až po 2 letech od propuštění, což velká část absolventů nesplňuje. Není tedy možné provést v současné době skutečnou analýzu efektivity.

Příloha 7

Znaky efektivního programu prevence delikvence pro mladistvé

Zdroj: Filipková, Honsová: *Metodika programu Proti násilí II*

- kvalifikovaní a dobře proškolení realizátoři
- provázanost programu a komunity
- kombinace více přístupů a metod současně
- apel na sebereflexi, domýšlení důsledků, sebekontrolu, empatii
- vztah lektora s klientem – respektovat, jak žije; ukázat, že to jde i jinak
- delikventní problémy nejen způsobují, ale také problémy mají.
- lektor jasně formuluje, co chce, do kdy a jak
- pokud je klient intelektově v pásmu subnormy, je třeba jej někdy „postrčit“
- rozumný návrh řešení obtížné situace
- hledání kompromisu mezi tím, co si přeje klient a nároky společnosti
- konkrétní pomoc (jednání s úřady, hledání práce, závislosti)
- zprostředkování kontaktu se sociálním prostředím
- volnočasové aktivity

Role lektora: kontrolní a podpůrná, zástupce společnosti + rodič, autorita + přítel

Mladiství potřebují: okamžitou reakci (generace facebooku čeká zpětnou vazbu, reakci, ocenění hned), názor lektora a ocenění, program, ze kterého mohou těžit a profitovat, korektivní zkušenost

What works	What does not work
Nácvik sociálních dovedností	Zákazy vycházení
Mimoškolní aktivity	Odstrašující programy
Zapojení do volnočasových aktivit	Moralizování
Restorativní justice	Podmínka (v kombinaci s terapeutickým programem)
Situační prevence kriminality	Trest odmění svobody
Terapeutické intervence, vč. multisystémové	Boot camps ¹³³
Terapie a rodinné terapie	Soudit mladistvé před soudy pro dospělé
Trénink zvládání agrese	Politika nulové tolerance
Mentoring	
Cílená policejní práce	

¹³³ <https://www.bootcamps.cz/>

Příloha 8

Subjekty prevence delikvence v ČR, jejich zaměření a programy

Probační a mediační služba

- Program **Křehká šance II** zaměřený na přípravu na propuštění je provázán s programy *Victim Impact Training* (pro pachatele) a *Rozvoj restorativní praxe* (spolupráce regionu a věznice v oblastech zacházení s vězňenými a jejich přípravy na propuštění).
- Program **Na správnou cestu II** je určen mladistvým a mladým dospělým po propuštění, nebo účast může být podmínkou odkladu nástupu do VTOS. Nástrojem programu je práce lektora se skupinou na základě příslušné metodiky, individuální setkání lektora a klienta, spolupráce s rodinou. Témata jednotlivých setkání jsou praktická, program mladých dospělých je více zaměřen na péči o rodinu, komunikační a sociální dovednosti.
- Program **Proti násilí** zaměřený na snížení agresivity a recidivy a zvýšení angažovanosti při náhradě škody běží již několik let v lokalitách s vysokým podílem násilné TČ mladistvých.

Nezisková organizace **Centrum pro komunitní práci** (CPKP) usiluje o naplnění vize: *spokojená komunita, ve které veřejná správa spolupracuje s občany na udržitelném rozvoji místní komunity, a společně se podílejí na zkvalitňování života občanů.*

Na prevenci delikvence se CPKP podílí např. projektem *Podpora rozvoje sociální práce s osobami ohroženými výkonem trestu odnětí svobody*. Cílem projektu je účinné propojení veřejné správy, sociálních služeb a dalších institucí a organizací, nalezení a zapojení nových zdrojů pomoci. Projekt se zaměřuje na práci s odsouzeným i jeho rodinou.

Cílem činnosti organizace **Rubikon Centrum, z.ú.** je úspěšná resocializace dospělých a mladistvých s kriminální minulostí, rozvoj jejich schopností pro uplatnění na trhu práce a dosažení sociální a pracovní integrace. Nabízí programy pro zvýšení

zaměstnanosti, řešení zadluženosti a zvýšení efektivity alternativních trestů. Poskytuje vzdělávací a konzultační služby pro odbornou veřejnost a státní správu.

Organizace má akreditovány dva probační programy, které může uložit soud:

- Probační program **RUBIKON** pro dospělé, kteří žádají o podmíněné propuštění. Cílem je podpora úspěšného návratu do společnosti.
- Probační program **PUNKT rodina** (Průšvihy Už Nedělám, Kámo. Tečka.) pro mladistvé pachatele TČ. Program kombinuje skupinová a individuální setkání účastníků a lektora. Cílem je snižovat rizika recidivy, podpora sociální integrace, zapojení a posílení rodiny. Program vychází z KBT a zohledňuje principy restorativní justice. Součástí programu je posílení silných stránek klientů a nácvik zvládnání rizikových situací.

Společnost **Laxus z.ú.** poskytuje služby v oblasti závislostí a rizikového chování. Zaměřuje se na prevenci problémů jednotlivců, rodin a jejich okolí. Cílovou skupinou jsou uživatelé drog, gambleři, osoby v konfliktu se zákonem, rodiny a osoby blízké, děti a mládež, odborná veřejnost.

Občanské sdružení **Za branou, z.s.** poskytuje pomoc osobám ve vězení a po propuštění, jejich rodinám a blízkým. Důraz klade na vztahy odsouzeného k rodině a blízkým lidem. Funguje poradna a úspěšná svépomocná skupina.

Společnost **Podané ruce** poskytuje pomoc s problémy vzniklými užíváním drog a dalšími patologickými jevy. Organizace poskytuje Duchovně pastorační službu.

Most k naději o.s. se zabývá sociálně vyloučenými komunitami a lokalitami, zneužíváním drog a sociální patologií (menšiny etnické i sexuální, prostituce, lichva, prevence přenosných chorob) v nejpostiženějších částech severočeském regionu. Instrukce poskytuje v rámci *Domu humanity* rozmanité sociální služby (K-centrum, terénní programy, HIV/AIDS poradnu, Gay linku pomoci, dílčí programy pro alternativně odsouzené, problémovou mládež a menšiny, Linku duševní tísně).

Příloha 9

Lorenzova charakteristika moderního člověka

Zdroj: Konrad Lorenz (2014): *Osm smrtelných hříchů civilizace*

Charakteristickým znakem „moderního člověka“ je stále vzrůstající přecitlivělost ke všem nepříjemným situacím a otupělost vůči příjemným zážitkům. *Lidé ztrácejí schopnost vkládat nepříjemnou práci do díla, které slibuje slast až někdy v budoucnu. (...) Nutkavá potřeba okamžitého uspokojení přináší zhoubné následky v oblasti sexuálního chování, mizí jemně odstupňované vzorce chování při námluvách a tvoření dvojic. (...) Tato neochota nést strasti plodí smrtelnou nudu. Bez zaplacení ceny vytrvalého překonávání nepříjemného můžeme ještě tak dosáhnout slasti, nikoli však radosti, té jiskry Boží.*

K neustálému poklesu schopnosti zažívat slast dochází především přivykáním na silné a stále silnější podněty. *Jedinec pak baží po stále novém a vše, co doposud vlastnil, ztrácí svou přitažlivost (ať už se jedná o věci, přátele, partnery či vlast).*

Nenasytnou touhu po čemkoli novém díky ovlivnitelnosti mas využívají výrobci ke svým ziskům. Schopnost zastarat je do zboží přímo vestavěna a je důležitým faktorem v módních trendech.

Co nám chybí, jsou přirozené překážky, jejichž překonávání zoceluje člověka tím, že se naučí snášet strast jako předpoklad dosažení radosti u úspěchu.

Pokud se mladý, zoufale se nudící člověk, ocitně před těžko překonatelnou překážkou, s vysokou pravděpodobností to vrátí jeho životu cenu.

Příloha 10

Svědectví účastníků programu Teen Challenge

Zdroj: John Macey (1995): *Drsná láska*

Vyzkoušel jsem už tolik programů a všechny selhaly. Proč by mělo být Teen Challenge něčím zvláštní? (...) „To, co potřebuješ, je naplnění Duchem svatým,“ vysvětloval mi Bob. „On ti dá sílu, abys žil svobodný život.“ Brzy jsem měl šanci si to ověřit. Během nedělního shromáždění jsem šel dopředu, abych přijal křest v Duchu svatém. Padl jsem na zem pod jeho mocí a začal mluvit novým jazykem. Ze shromáždění jsem odcházel s vědomím, že se s tal zázrak. Sedm let jsem byl jedním z nejproslulejších glasgowských narkomanů, ale jak míjel den, přesvědčoval jsem se, že jsem volný od veškeré zoufalé touhy, která se stala součástí mého životního stylu.

Angus, jeden z členů Teen Challenge in Macey, s. 108

Nebylo mi ještě ani čtrnáct, životní styl závislých na heroinu mi připadal strašně atraktivní, dokonce i všechny ty hnusné věci, které jsem musela dělat, abych sehnala peníze na drogu. Rychle jsem si osvojila všechny techniky přežití narkomana a přestalo mi záležet na každém, vyjma mne. Kolem patnácti byl už můj život dokonalým zmatkem. V následujících dvou letech mě postupně přijali to čtyř různých středisek, ale jakmile jsem je opustila, vrátila jsem se ke svému starému životnímu stylu, který jsem znala – k drogám, k lidem ulice a pocitu jistoty, který mi poskytovali. Když mi byli jedenadvacet, byl můj život učiněná katastrofa, byla jsem na konci cesty a neměla nic, kvůli čemu bych chtěla žít.

Ve stavu totální beznaděje jsem zaslechla o Ježíši. Vyrostla jsem v prostředí římsko-katolické církve, ale nevěděla nic o tom, že je možné mít s Kristem osobní vztah založený na opravdové lásce. Byl jsem v úžasu, že Bůh chce lidem pomoci, i když jsou hluboce uvězněni ve svých problémech. Léta strávená nasloucháním lidem, kteří mě přesvědčovali, že jsem ztracený případ, který jen zbytečně dýchá jiným vzduch, se na mě podepsala. (...) Ale Bůh ke mně promluvil, opravdu mu na mně záleželo. Právě, když jsem se chystala obrátit se k němu zády, řekl mi někdo o Teen Challenge. (...) Zjevil se mi samotný Kristus a ukázal mi, že je skutečný. Jeho láska je přemáhající. Drogy už pro mě nejsou problémem, protože Kristus mě osvobodil.

Mary, jedna z účastnic programu Teen Challenge in Macey, s. 148-152

Seznam příloh k praktické části práce

11. Přepis rozhovorů, dospělí odsouzení ve VTOS	14
12. Ukázka záznamových archů, polostr. rozhovor, dospělí muži	20
13. Arteterapeutické úkoly, pilotní verze pracovních listů, předvýzkum	22
14. Vyhodnocení záz. archů Sebepoznání, předvýzkum, mladiství muži	28
15. Přepis terénních poznámek, oddělení mladistvých	31
16. Přepis terénních poznámek, oddělení mladistvých	32
17. Ukázky záznamových archů, polostr. rozhovor, mladiství muži	35
18. Záznamový arch, souhrn odpovědí, 8 respondentů, mladiství muži	40
19. Ukázky nástroje Profil na jednu stránku, mladiství muži	43
20. Profil na jednu stránku, souhrn odpovědí, mladiství muži	46
21. Písňové texty, akce Fontána	47
22. Přepis terénních poznámek, odd. mladistvých	48
23. Skupinová práce, mladiství muži	49
24. Odborní konzultanti	50
25. Přepis terénních poznámek, oddělení mladistvých	51
26. Přepis konzultace s terapeutkou, terap. projekty odd. mladistvých	53
27. Básnička respondenta, odd. mladistvých	55
28. Přepis terénních poznámek, oddělení mladistvých	56
29. Písemné vyjádření respondentů na téma vzory, koho si vážím	57
30. Práce s tématy Programu PMS, odd. mladistvých	60
31. Kresby respondentů, odd. mladistvých	65
32. Přepis deníku mladistvého odsouzeného	67
33. Dopis mladistvého odsouzeného	69
34. Dopis mladé dospělé odsouzené	71
35. Dopis dospělého odsouzeného	72

Přepis rozhovorů, dospělí odsouzení ve VTOS

Rozhovor 1: X. Y., 38 let, 21.4.2016

M. Č.: Co byste mi řekl o sobě?

X. Y.: *Jsem ze slušný rodiny, nikdy žádný problémy v dětství. Maminka byla katolička, táta evangelík. Měli jsme všechno. Když mi bylo 35, byl jsem ve finanční tísní. Přepadl jsem banku, vběhl mi tam ostraha, já vystřelil a trefil jsem ho... Byl tam nověj, druhý týden... Mám za sebou 14 let ve Valdicích, druhý měsíc jsem teď tady...*

M. Č.: Jak vidíte mladiství v dnešní době? Čím jsou ohrožení?

X. Y.: *Základem je slušná rodina. Jejich vize je západ. Udělaj cokoli, aby měli ty výdobytky. My jsme ještě měli rádi cestování. Dneska je to elektronika, mobily, rychlá auta. Rychle, rychle... pak roky seděj. Vzory potřebujou pozitivní. Opovrhujou běžným standardem, věcem, které mají v rodině. Adolescent, lidi do pětadvaceti, opovrhují vším, jsou prostě proti. Dneska je ohromná nabídka lákadel, rychlý zisk, peníze. To je zrychlí, akceleruje, že loupí. Někdo to neustojí, je to začarovaný kruh. Pak nebude mít nic... A přijde navíc o rodiče, nikoho jinýho nemaj. Přijdou o kamarády, ti se na ně vykašlou. Maj obrovský dluhy, nejsou schopný splácet. Když má ve vězení práci, věznice dostává 18000,- ale vězeň dostane 4 až 5000,-. Kriminál je nepoučí, nikdo s nima nepracuje. Za těch 14 let jsem to viděl mockrát. Odsedí si pět let, venku si to chce vynahradiť a jde sedět znovu.*

M. Č.: Co byste vzkázal klukům ve Všehrdech?

X. Y.: *Vazba, kde je to hrozný, 3-4 lidi na cele. Valdice, to bylo peklo ze začátku, nikoho nezajímáte. Chodby dlouhý 20 metrů, hrozný... Na osobu má být 4m² podle EU, ve skutečnosti je 2,5m². Dvanáct lidí na cele, feťáci, hádky, fetujou, hrajou karty... Když je budete chtít postrašit, tak Valdicema. Ukrajinci, Albánci...*

M. Č.: To jsou cizinci v našich věznicích na naše státní náklady?

X. Y.: *No jasně, když spáchaj čin tady, jdou do trestu u nás. Násilí, cikáni... Dva mladý cikáni, sebrali novému fotky rodiny, měl tam medvídka plyšovýho, vypálili mu oči cigaretama, když byl na vychzce... Cikáni si myslej, že je všechno zadarmo, kafe, cigarety... Mladej agresivní cikán, pohádal se s jedním kvůli mikině, prali se, dupnul mu na hlavu... Za rok měl jít domů, dostal dalších deset let... Je jim všechno jedno... Mladý kluk nosil staršímu drogy z návštěv, morfinové náplasti na rukou. Málem na to pak večer umřel...*

Když se tam kluci dostanou, určitě si nepolepší. Zabijou se zaživa...

M. Č.: Co personál?

X. Y.: *Personál nic moc, jsou rádi, když od vás maj pokoj. Daj vám maximálně poštu. Já našel ve Valdicích dobrýho pedagoga, se kterým jsem hrál šachy.*

M. Č.: Chodíte tady na duchovní aktivity. Jak jste na tom s vírou?

X. Y.: *Já jsem vždycky věřil, vyrost jsem ve víře. Jen jsem nebyl praktikující. Mám základ v dětství, jsem pokřtěný, maminka byla katolička. Ve Valdicích jsem se hned zapojil, jsou tam kaplani na plný úvazek, biblické hodiny, mše... To bylo pro mně, co mě drželo při životě, společenství lidí, kteří měli stejné smýšlení, studovali... To člověku hodně pomáhalo a pomáhá dál, dál mě to vede... Tam lidi třeba i spadnou do drog, do násilností. Takoví bílí cikáni, přizpůsoběj se, začnou se chovat jako oni. Měl jsem zázemí ve věřících. Mně to samo říkalo, co mám dělat, když jsem se modlil. Co mám dělat, jak se chovat. Když jsem něco provedl, samo mě to usvědčilo... Taky jim vyřídíte, že v kriminále si moc nepochutnej (smích)... ty mladý, tam je důležitý otec. Otec, aby je chyt pod krkem a odtáhnul je na tu správnou cestu. Zvíře toho zneužije, když je jen slabá matka. Dělá si, co chce, neví kam, nepřipouští si, kam ho to dovede. Otec je vzor. Vede ho, musí tvrdě. Vodí ho na kroužky, aby měl zájem, výdrž. Najít osobu, která by mu byla vzorem, tam to hodně pramení. Ten vzor, ten to všechno vybudoval prací, to mladí nevidí, chtěj všechno hned. Jenže za vším, co ostatní mají, jsou desítky let práce... Hlavně ta **trpělivost** je důležitá, on za 15 let nebude jiný, nebude jako jeho rodiče, bude stejný. Ta honba za mamonem... Jako teď ten mladý kluk jak srazil tu policistku...*

M. Č.: Nic nevim...

X. Y.: *Zfetoval se, jel autem, policistka ho chtěla zastavit a on ji přejel. Měla dvě děti... Dostal 17 let.*

M. Č.: Proč si myslíte, že mladí začnou brát drogy? Co od toho očekávají?

X. Y.: *Drogy, no pocit štěstí, svobodu, že si užijou. Nebezpečný jsou ty party mladejch. Slibujou si od toho euforii, pocity, nevšední zážitky, dobrodružst. Že vydrže 24 hodin. Ve společnosti budou zábavnější, pro holky...*

Rozhovor 2: X. Q., 35 let, 21. 4.2016

M. Č.: Co byste mi o sobě řekl?

X. Q.: *Naši se rozvedli, když mi bylo 14. Od té doby jsem si dělal, co jsem chtěl. V patnácti jsem byl spolumajitelem diskotéky, v šestnácti DJ. Zkazily mě peníze, stoupla mi sláva do hlavy. Do toho drogy. Od čtrnácti jsem vedl samostatný život, máma nevěděla, co se mnou. Věčný problém jsou drogy.*

Největší démon, co existuje. Poslala mě na vojnu. V osmnácti se mi narodil syn. Po vojně znovu drogy. Chtěl jsem mít moc.

M. Č.: Moc v jakém smyslu? Jako hodně moc, nebo mít moc nad někým?

X. Q.: *Oboje. Mít hodně i moc. Všude mafie, černota. Člověk to nevnímá, když je na drogách. Prodej drog, překupnictví. První trest jsem dostal když mi bylo pětadvacet. Dostal jsem pět let a šel domů na půlku.*

M. Č.: Vidíte něco ve svém životě jako problém?

X. Q.: *Problémem je volnost. Dupnul jsem si a nikdo s tím nic neudělal. Vylezl jsem ven, sbalil pěknou holku. Bylo z toho druhý dítě. Mám skvělou rodinu, bohatou. Nikdy mi nic nechybělo. Máma, čtyři bráchové, nevlastní ségra. Rodina pomohla. Ta holka byla krásná, o deset let mladší. Jenže jsme se začali hádat a já znovu sáh po drogách. Když je normální rodina a je hádka, člověk jde k mámě, vyklidí se. My jsme slabí, tak sáhnu po droze. Máma se snažila... vezli mě do léčebny, já vyskočil z auta. Zachutnala m i moc a sláva, potřeboval jsem peníze. Pokud máte peníze, můžete všechno. Nestačilo mi deset tisíc na den, je to strašně rychlý... Po roce znovu vazba, rodina mě vysekala na kauci. Pak znovu vazba. Ze dne na den jsem utekl s přítelkyní do Běloruska, ona je tam odtud. Nechtěl jsem nastoupit znovu trest, dva roky jsem se skrýval. Byl jsem čistej, podnikal. Otevřel jsem si zeleninu, melouny jsem měl, dobrý to bylo. Dokonce jsem se tam stih oženit.*

M. Č.: Jak staré děti teď máte?

X. Q.: *Dva syny, 15 a 7 let. Staršího vlastně vychovávala máma. Mladší zůstal v Bělorusku.*

M. Č.: Co byste vzkázal mladým klukům do Všehrd?

X. Q.: *Nebrat! Drogy mi dvakrát vzaly všechno. Jen doufám, že můj se nepotatil, to bych mu šlápnul na krk. Syn tihne k naší rodině, má tam všechno. Co můžu já... Všechno, co jsem měl jsem prosral... Potřetí už bych to nedal... Až mě pustěj, pojedu do Švýcarska. Žije tam brácha, budu stavět lešení.*

M. Č.: Ještě k těm klukům...?

X. Q.: *ty lidi jsou všude. Zbraně, drogy, rychlý auta... Ať dělaj radši dobrej skutek, ať zametou park. Tady skončí na stovce, chleba a voda (smích). Seděl jsem i v cizině, na vazbě v Německu, potkal jsem mraky lidí. Ještě jsem nepotkal někoho, kdo by se ve vězení změnil. Taký jim vyřídte, že co nevydělaj do padesátky, to už nemaj.*

M. Č.: Paní kaplanka mi říkala, že chodíte někdy na skupinu do kaple. Jak to máte s vírou?

X. Q.: *Věřím odmalička, i když to vždycky pohnojím. Aspoň něco mi zbylo, jenom ta víra.*

M. Č.: Komenský napsal takovou dobrou věc, Unum necessarium, Jedno nezbytné. Postupně přichází o všechno, zbyde mu Ježíš. Neznáte to?

X. Q.: *Já moc nečtu. Jak jste říkala, že se to jmenuje? (bere si tužku a zapisuje si název) Vono je to těžký, člověk strašně chce, vyleze ven. Má strašně moc dluhů. Barák, auta, všechno pryč. Je to strašně rychlý. Vždycky, když se proberu na vazbě, koukám, kde to jsem (smích). To je prostě šílený, mně lákaj peníze. V Bělorusku jsem podnikal, ovoce zelenina, nic jsem nebral. Mně se nechce sedět... Jenže už jsem nevydělal tolik a opustila mě. Zůstal jsem sám v cizině, co já tady budu dělat? Byl jsem celostátně hledaný za kšefty se zbraněma. Já nevím, co bych dělal, kdybych neměl mámu. Máma, to je držák, nebejt mámy... Nejvíc trpí rodiče, co si budem povídat... Přitom nemusím, všechno je, můžu mít skvělej život.*

M. Č.: Víte asi od paní kaplanky, že když svěříte život do rukou Božích a necháte se vést, je to bezpečnější...

X. Q.: *Ale to já vím, že to funguje! Že je to prima, ale to já se pokořím, ale aby mi někdo diktoval, to né! Já jsem taky palice... teď jsem zlomenej... v tom trestu... je to pět let ztracenýho života, je to hrozný... Si to uvědomím až na tý vazbě...*

M. Č.: Nojo, tak potíž bude asi s tou pokorou, což?

X. Q.: *Já chci žít! Hned! Nedokážu čekat. Chci slušnej život, práci, slušný peníze... Ti, co maj moc jsou nahoře, já ji mám jen na chvíli. V Čechách jsem měl moc a slávu, v Bělorusku to bylo jinak. Jak člověku stoupne moc do hlavy, to je konec všeho...*

M. Č.: Budeme muset končit. Máte něco pro kluky na závěr?

X. Q.: *Někdo čas ve vězení proleží. Ať dělaj aspoň něco.*

Rozhovor 3: X. Z., kaplanka, 21.4.2016

M. Č.: Jaký vidíte hlavní důvod, proč se mladiství dostávají do vězení?

X. Z.: *Důsledek drog, v dnešní době určitě. Co se týče mladistvých, rok od roku je to horší. Drogy, to je fakt strašný zlo. Úplně to zatemní mozek, komunikaci, vymaže to a už to nejde vrátit. Zvlášť ti mladí, kteří začnou hodně brzo. Čím mladší, tím horší. Chybu vidím v systému. Za řidičák dostanete tři roky, mezi svolodž. Zpakatíte tady. Já se zašívám. Jsem rád, že mám tady tu práci, mám tu kancelář, dělám si svý. Mám tu klid. Neposloucháte ten řev. Venku mladej fetuje, okrade rodiče, zašijou ho. Když ho pustěj, má dluhy a né malý, většinu platu mu seberou. To radši dělat nebudou, nebo načerno. Chtěj všechno rychle, rychle. Mobil, auto, holku. Nikdo s nima venku nepracuje. Probační, to je jeden*

velkej švindl. Dostane pětikilo a nemá kam jít, v každý ruce igelitku. Kolotoč, kterej nemá konce. Měli by mu zajistit práci i přes tu trestnou minulost. Já mám kam jít, mám zázemí, peníze. Probační se jen vrtaj v minulosti, otravujou rodinu.

K.: Někteří si je ale i chválili. Soudy nechtěj vzít probačku vážně. Třeba Křehká šance, přece, to je opravdu brus.

X. Z.: *Viděl jsem dokument o ruském vězení. Sešla se komise, vychovatelé, vedení, ti rozhodují o podmíněčném propuštění. Tady z protikorupčních důvodů točej dozorce. Soudci nepouštěj – uražená ješitnost. Dozorce má maturitu, a dělá mi klíčnika. Peníze taky nic moc.*

K.: Aby měli větší klid...

X. Z.: *Lidi venku maj o věznicích zkreslené představy.*

V televizi chtěj koukat na krimizprávy, když se nestřílí a nejsou tam holky, tak se na to koukat nebudem. Věznice jsou přeplněný. Já mám všechno, co potřebuju. Záleží na každym, jak ten čas ve vězení stráví. Co očekává, jak ho vyplní... Dojde si sám na jídlo, svaří se na postel, nechce nic... Vězni jsou už takoví z principu, ze všeho musí vytěžit, něco za něco.

M. Č.: Jak to vidíte se vzděláváním? Zajímá někoho? Jak je upravený předpis vzdělávání?

X. Z.: *Aby chtěl vzdělání jako takový, to fakt málo. Jdou sem, když tu maj blízko rodinu, kamarády... Když už ale ten výučák dostanou, tlučou se v prsa a jsou hauři.*

K.: Já mám dobré ohlasy, díky výučáku získal práci...

X. Z.: *Ti, co choděj do práce, těm by měli nechat minimální mzdu 6 měsíců před výstupem. Neosekat peníze až na krev. Aby si našetřil na ubytovnu, na jídlo... Taky se může stát, že uteče, dostane dopis, rupne mu v kouli...*

K.: ve vyspělém světě se počítá s tím, že občas někdo uteče.

X. Z.: *Z venkovního pracoviště tahaj drogy, mobily, za úplatu. Rok, dva před výstupem by se měli připravovat na život venku. Jeden tady 18 let nebyl na vycházce. Jak to pak má venku dělat? Nebo podvanácti letech návštěva na Vánoce tři hodiny? Osobní kontakt dělá hodně, přítelkyně začala psát.*

M. Č.: Ještě k tomu vzděláváním tady, v čem spočívá?

X. Z.: *Škola mi dala hodně, program, který poskytují Rýnovice. Ve 3D navrhnu součástku, je tu i 3D tiskárna. Pak ostatní vidí, že něco umím, dovedu. Spousta lidí se podceňuje, to já dělat nebudu, to nezvládnou.*

K.: Lidi nemají pocit vlastní hodnoty.

X. Z.: *Prostředí vás k tomu dotlačí, dávaj vám to na vědomí, že nejste nic. To ponižování. Zanechá stopu, v člověku roste pocit agrese, jak jste mezi lidma, začnete nemít rád některý, pak všechny... Nechci se s nima bavit. Nízký*

sebevědomí. Pokud je aspoň trochu vnímavý, nasává informace, tak mu rád pomůžu.

K.: Špatný systém ve školách, i když jsou šikovní, jsou průměrní nebo špatní žáci. Škola není nastavená na manuální zručnost.

X. Z.: Taky když maj výučák z kriminálu, neměl by jim to nikdo dávat sežrat. Když něco dokázal, postrčit ho dál. Mladý nasávaj informace, pozorujou, jsou jako houby. Vidí vzor, zhlídnou se v něm. Vzhlížej k silným (!), jestli je OK nebo ne, to už neviděj. Vyberou si alfasamce jako vzor. Relativně slušnej nebude vzor, protože se neprojevuje jako alfasamec. Měli bysme mít nárok být bez lidí. Jste tady 24 hodin neustále ve společnosti minimálně pěti lidí. Nemáte soukromí ani na záchodě.

Ted' je tady novinka, telefonní budky, dvě koruny za minutu. To byste nevěřila. Seděj, krafou s rodinou. To je revoluce! Kontakt. Na kartě je povolenejch 5 čísel, nikam jinam se nedovoláte. Dřív rodina posílala karty a oni se vykupovali z dluhů. Změny k lepšímu přicházej, ale pomalu. Je to o tom, co si ten člověk z toho trestu vezme, už se nechcete nikdy vrátit a uděláte pro to cokoli. Tady se sejdou lidi, kteří se vůbec neznali a domlouvaj si do budoucna spolu trestnou činnost.

Mladý by měli mít dva měsíce regulérní vojenský výcvik. Nahnat je do školy. Nemaj žádný návyky, nevědí jak si ustlat. Maminka se dá vždycky nějak ohnout, otec umí být radikálnější, některé matky jsou příliš outlocitné. Já mám aspoň nějakej základ.

M. Č.: Když je základ, člověk se k tomu vrátí.

X. Z.: Já se od šestnácti živil sám.

K.: Často pomohlo, když si našli dobrou ženu. To je pak udrží. Nebo na sobě začli tvrdě makat. Nebýt toho, že chodí do kaple, nikdy by to nezvládli.

X. Z.: Já nemám nic proti věřícím, ale někteří, kteří chodí do kaple, s tím nechci nic mít.

K.: Já si to přečtu, za co jsou tady. Důležitý je, co se s nima stane potom. Člověk se mění...

Příloha 12

Ukázka záznamového archu, polostrukturovaný rozhovor, dospělí ve VTOS, 12. 8. 2016

Seznam témat a otázek pro hloubkový rozhovor, Rýnovice.

Otázky jsou součástí kvalitativního výzkumu v rámci diplomové práce na ETF UK Praha s názvem *Spoluvytvářený nástroj primární a terciární prevence u mladistvých odsouzených mužů ve výkonu trestu zaměřený na podporu sebeúcty.*

Vaše odpovědi poslouží jako podklad pro dosažení cíle práce, tj. vytvoření sebezpůsobivého programu v oblasti bio-psycho-socio-spirituální pro mladistvé odsouzené muže ve VTOS.

Vaše účast je **dobrovolná a anonymní**. Děkuji Vám za spolupráci, Monika Černá

1. Co Vás zajímá? *JEL RODINA.*
2. Co Vás baví? *ŽENSKÝ A ŽÍT NA PLENO.*
3. Jak zpětně vidíte sám sebe v době svého dospívání? *DAREISAK.*
4. Kdo Vás nejvíce pozitivně ovlivnil v době Vašeho dospívání, čím a jak?
PŘÁTELE PŘEDALI MI ZIKŤENOSTI.
5. Co Vás nejvíce pozitivně ovlivnilo v době Vašeho dospívání, čím a jak?
LÉDEČ SEJ CO CICKI, POKNIKAL SEJ.
6. Co pro Vás v době dospívání bylo důležité (mělo to pro Vás hodnotu)?
ZIKŤENOSTI.
7. Po čem jste toužil?
1700 A MENIŽE.
8. Co jste od života chtěl?
BÝT REDUKTÍVÍ A SLAUNÝ.
9. Co chcete od života dnes?
TO SAJTE CO DŘÍL.
10. Myslíte si, že jste dnes jiný než v době dospívání? V čem?
STANAU SEJ KROUDĚJŠÍ ALE DAREISAK.
11. Pomohl Vám někdo v poslední době s Vaším osobnostním růstem? Jak?
KĚPDIPOHL LĚDY SI POIŽŮŽU SÁM. CHYTIKOSTI.
12. Co k Vaší vnitřní změně napomohlo?
SEJ FURT SĚDANÝ. SEJ ČÍTA. ALE ZIKŤENOSTI.
13. Kdo Vás nejvíce negativně ovlivnil v době Vašeho dospívání, čím a jak?
ŠPATNÍ LIDÉ DAGOY.

14. Co Vás nejvíc negativně ovlivnilo v době Vašeho dospívání, čím a jak?

DROGY, ALCOHOL A SLÁVA.

15. Měl jste problém se závislostí? Jakou? Co vás k závislosti přivedlo?

ANO DROGY. ALCOHOL PĚKNĚ.

16. Pokud jste užíval drogy, proč? Očekával jste od nich něco? Co?

CHCĚLI MI NIC SEJDE NEČEKAL.

17. Pokud jste propadl nějaké závislosti, o co jste díky ní přišel?

ZY SEJDE ZTRATIL RODINU HLAVNĚ O DĚTI.

18. Máte pocit životního selhání? Pokud ano, v čem vidíte jeho důvod?

NEMÁM ALE SEJDE SLABÝ A ZLOMENÝ.

19. Jste ochoten si plně přiznat, co jste udělal v životě špatně?

ANO NEMÁM STÍM PRÁVĚIT.

20. Kdo je po Vás v životě vzorem a proč?

NEMÁM ŽENU, ALE ASI MATINKA.

21. Co můžete dělat stejně jako Vás vzor?

BÝT LEPŠÍM ČLOVĚKEM.

22. Co pro Vás znamená víra v Boha?

JE TO PÁDA.

23. V čem konkrétně spočívá Váš život s Bohem?

JE MI DOBRĚ. MOHU SE NA ČEBY SLEŠIT.

24. Má život věřícího nějaké výhody?

JE SLOBODNÝ.

25. Má život věřícího nějaké nevýhody?

NEMÁM NIKOKO NEKODÍT.

26. Jste schopen přijmout Boží odpuštění? Jak se to ve Vašem životě projevuje?

ANO, DĚLÁME TO SEŽ STAROSTÍ.

27. Jaké jsou Vaše reálné plány do budoucnosti?

PODNIKAT CIXI ČASIKU, ASI DĚTI SLODE.

28. Jakými konkrétními skutky můžete přispět k naplnění svých plánů?

JÍT DO PRÁCE, A ČĚNIT.

29. Co byste dělal jinak, kdybyste mohl vrátit čas a znovu Vám bylo 15 – 18 let?

LYHALU BYCH SE DROGÁIT.

30. Co byste chtěl vzkázat mladistvým ve VTOS?

ŽILOT, BEŽ DROG.

KAŽDY DEN V BAZE JE STRACEN

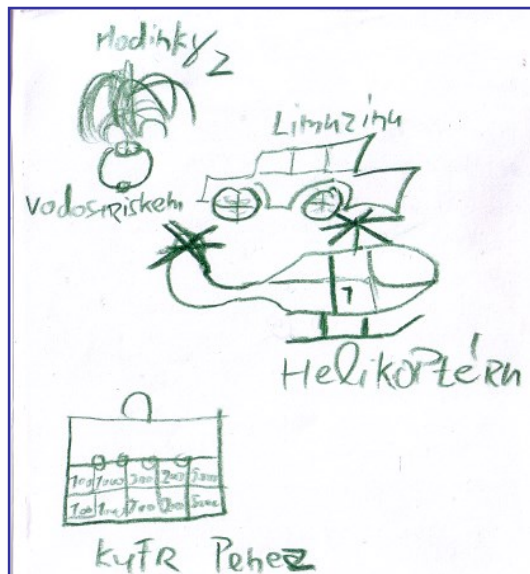
KILOKU ČĚ TO NEMAHNADÍTE.

ČĚIT SE, ČĚIT SE, ČĚIT SE, ČĚDĚLALAI

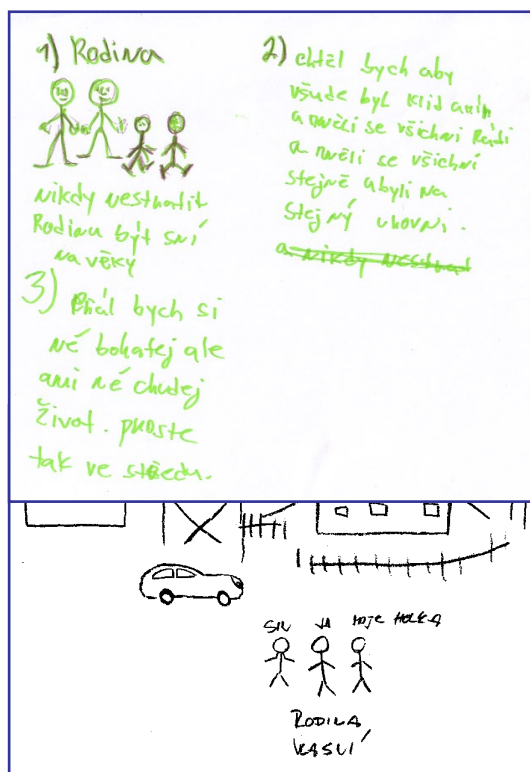
Příloha 13

Arteterapeutické úkoly, ověřování pilotní verze pracovních listů, předvýzkum

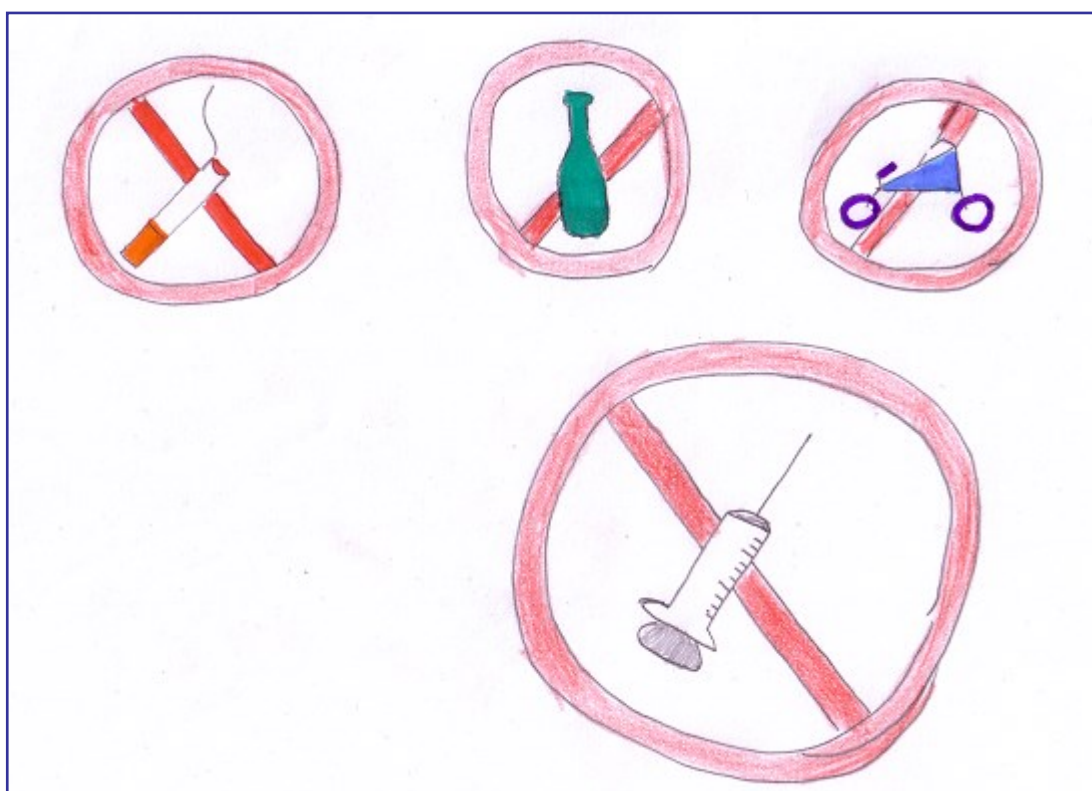
Nakreslete své přání.



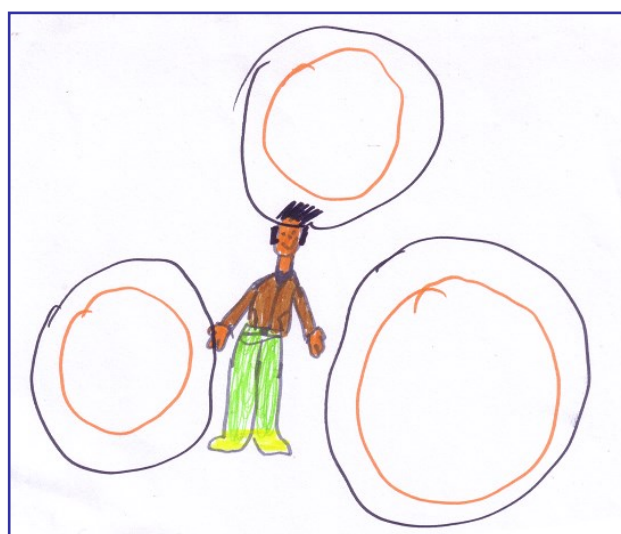
Nakreslete své tělo a označte tělesné projevy hněvu.



Vytvořte plakát, kterým chcete varovat ostatní.

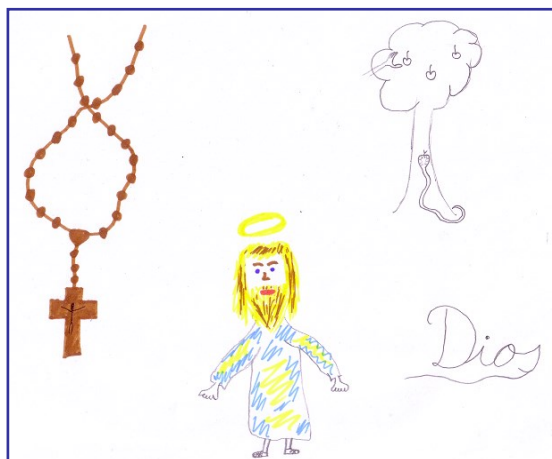


Nakreslete sami sebe, okolo sebe udělejte tři soustředné kruhy.



Nakreslete svou spiritualitu, nebo věci, které uctíváte.

Někteří odsouzení se hlásí ke katolické víře. Především v případě Romů se zpravidla se jedná o směs tradiční katolické víry, uctívání náboženských předmětů a symbolů, pověřivost, výklad snů a budoucnosti atp. Vězeňská klientela často požaduje růžence, které se následně stávají předmětem obchodu.





Arteterapeutické

cvičení na téma rodina.



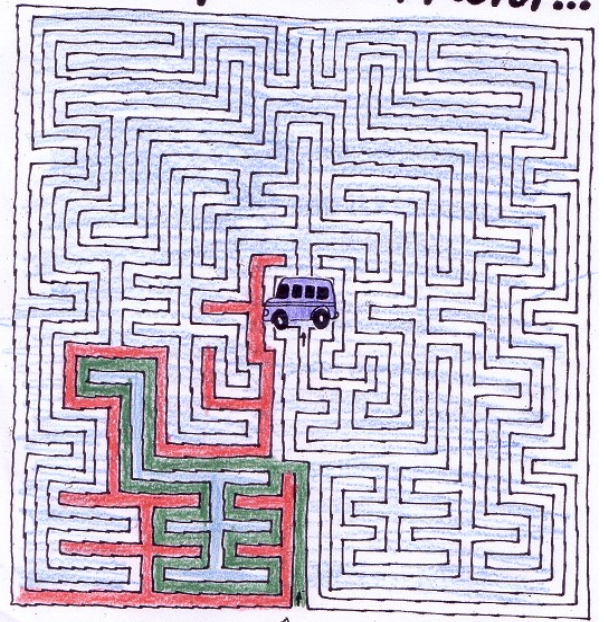
Vybarvování předtištěných předloh: Mandala

Vybarvování předtištěných předloh: Anděl



Cesta za hvězdou

Mudrcové od Východu hledali cestu za Ježíšem podle nezvykle jasné hvězdy. Za jejím svitem se však nevydali sami. Zjisti, zda správnou cestu našla i všechna naše zvířátka na obrázku.



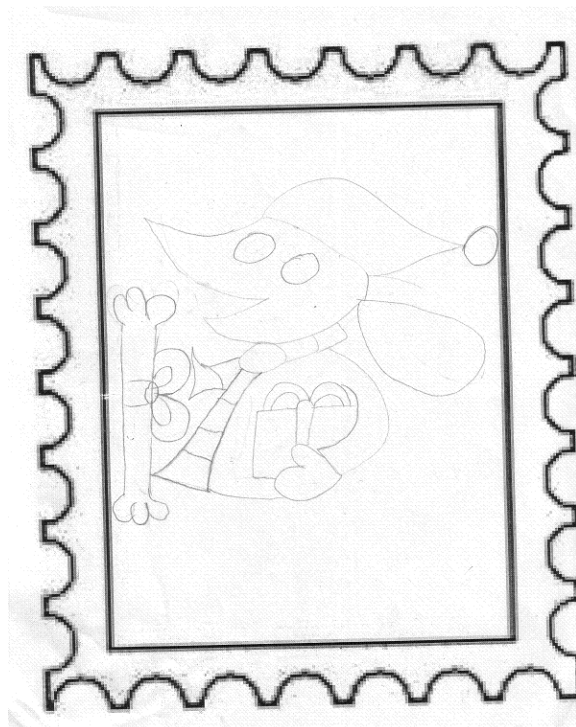
Straßenverkehr kann ganz schön verwirrend sein. Es gibt viele Regeln, Zeichen und Schilder. Da kanns schon mal sehr eng werden.

Diese beiden Kinder wollen zu ihrem Bus auf dem Platz in der Mitte.

Kannst Du ihnen den genauen Weg zeigen? Los gehts!



Hledání cesty z labyrintu



Návrh vánoční poštovní známky, Ježíšek

Příloha 14

Ukázka záznamového archu Sebepoznání, předvýzkum, mladiství muži ve VTOS

	ANO									NE
	10	9	8	7	6	5	4	4	2	1
14. Nikdy jsem nikomu neublížil, nemám žádnou vinu						5				
15. Mám z minulosti zranění na duši			9							
16. Uvažuji nebo uvažoval jsem o sebevraždě						7				
17. Nenávídím lidi, všichni jsou hajzlové										1
18. Autority (rodiče, učitelé, nadřízení, policie) jsou potřeba										1
19. Znáám lidi, kteří jsou pro mně vzorem						6				
20. Chci si dělat v životě, co chci		10								
21. Rodina je pro mě důležitá										
22. Život v konzumní společnosti mi vyhovuje										
23. Někdy přemýšlím o tom, že nad námi někdo nebo něco je										
24. Věřící jsou blázni										
25. Církev dělala a dělá špatné věci, nechci s ní mít nic společného										
26. Věřím v Boha										

Vyhodnocení záznamových archů Sebepoznání

1. Jsem spokojený se svým tělem

2. Sportuji a hýbu se rád/a

ANO
10 (2x) 9 8 7 (2x) 6 5 4 3 2 NE
1

3. Jsem lenoch a povaleč

ANO
10 9 8 7 6 5 4 3 (2x) 2 NE
1

4. Nejlepší sport je ten, na který se můžu dívat v televizi

ANO
10 9 8 7 (2x) 6 (2x) 5 4 3 2 NE
1

5. Jsem se svým životem spokojený/á

ANO
10 9 8 7 6 5 4 3 2 (2x) 1 NE
1

6. Můj život má smysl a cíl, který jsem si sám/sama stanovil/a

ANO
10 9 8 7 6 5 4 3 (2x) 2 1 (2x) NE

7. Jsem na sebe hrdý/á

ANO
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 (3x) NE

8. Vždy vím, jak se rozhodnout

ANO
10 (2x) 9 8 7 6 5 4 3 (2x) 2 NE
1

9. Víím, jak řešit těžké životní situace

ANO
10 9 8 7 6 5 4 3 2 (2x) 1 NE

10. Potřebuji někoho, kdo mi v těžkých situacích pomůže

ANO
10 9 8 (3x) 7 6 5 4 3 2 NE
1

11. Vystačím si sám, nikoho nepotřebuji

ANO
10 (2x) 9 8 7 6 5 4 3 2 1 NE

12. Rád se učím nové věci

ANO
10 (3x) 9 8 7 6 5 4 3 2 NE 1

13. Nevím si se svým životem rady a potřebuji pomoc

ANO
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 NE

14. Nikdy jsem nikomu neublížil, nemám žádnou vinu

ANO NE

	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
									2 (2x)	1 (2x)	
15. Mám z minulosti zranění na duši											
ANO										NE	
10 (4x)		9	8	7	6	5	4	3	2		1
16. Uvažuji nebo uvažoval jsem o sebevraždě											
ANO										NE	
10		9	8	7	6	5	4	3	2	1 (3x)	
17. Nenávidím lidi, všichni jsou hajzlové											
ANO										NE	
10		9	8	7	6	5	4	3	2	1 (4x)	
18. Autority (rodiče, učitelé, nadřízení, policie) jsou potřeba											
ANO										NE	
10 (4x)		9	8	7	6	5	4	3	2		1
19. Znáám lidi, kteří jsou pro mně vzorem											
ANO										NE	
10 (4x)		9	8	7	6	5	4	3	2		1
20. Chci si dělat v životě, co chci											
ANO										NE	
10 (2x)		9	8	7	6	5	4	3	2		1
21. Rodina je pro mě důležitá											
ANO										NE	
10 (5x)		9	8	7	6	5	4	3	2	1	
22. Život v konzumní společnosti mi vyhovuje											
ANO										NE	
10		9	8	7	6	5 (3x)	4	3	2	1	
23. Někdy přemýšlím o tom, že nad námi někdo nebo něco je											
ANO										NE	
10 (3x)		9	8	7	6	5	4	3	2		1
24. Věřící jsou blázni											
ANO										NE	
10		9	8	7	6	5	4	3	2	1 (3x)	
25. Církev dělala a dělá špatné věci, nechci s ní mít nic společného											
ANO										NE	
10		9	8	7	6	5	4	3	2	1 (4x)	
26. Věřím v Boha											
ANO										NE	
10 (2x)		9	8	7	6	5 (2x)	4	3	2	1 (2x)	

Skupinová aktivita

Dostali knihy

30 pravidel vítězného života (jeden se hlásí, že mi napíše co ho zaujalo)

Cvičení vězně, Posilování bez náradí (hned se zájmem prohlížejí): *Von má tááákovyhle ramena!*

Řešíme gramotnost:

XY: *My jsme z Chánova, my to nepotřebujem.*

T.: *Jsou pyšší, že jsou z Chánova. Mají tam svůj klan.*

T.: *Byla tady na stáži psycholožka, mladá, nadšená. Chtěla je učit první pomoc.*

Vyndala tašku, obinadla, obvazy. Tak to rychle schovej, to jsou feťáci!

T.: *Už jste někdo někomu někdy pomohl?*

XY: *Jo, já. Ležel chlap na ulici. Asi v bezvědomí. Z kapsy mu koukala peněženka.*

T.: *A jak jste mu pomohl?*

XY: *Vzal sem peněženku a šel sem, né? U nás v Chánově to tak chodí. Má to ukrást někdo jinej?*

T.: *Kolik je na těch hodinách hodin?*

XY: *Ta červená ručička utíká tak rychle, že to nestihnu.*

XY: *Vy jste byla ve Světlý? A jaký to tam maj?*

T.: *Holky maj úžasný pořádek. Naklizeno, vyrovnanou kosmetiku v poličkách. Jsou upravené, namalované. Ale jsou to ženské, závidí, drbou...*

XY: *A co holky? Neptaly se na nás?*

T.: *A proč by se měly ptát zrovna na vás?*

Čteme společně starozákonního Josefa. Smysl příběhu, vina, trest, boží záměr.

Reflexe

Málo personálu – přesun kompetencí na odsouzené. Sebepoznávací program by mohl koordinovat terapeut volného času. Zájem o holky – návrh: koordinovaná korespondence kluci – holky (v každém dopise téma). Sebereflexe – úkol do pracovního listu - Proč by se měla holka zajímat zrovna o mně? (využít profil na jednu stránku). Zájem o posilování - Scan – cviky do příloh. Zájem o muziku – křesťanské chvály tam nelze dostat – hudba mluví Romům přímo k srdci - na kulturce běží nesmyslné očko. Zájem – téma rodina – Proč muži neposlouchají a ženy se neorientují – součást mého programu a terapií (komunikace)

Příloha 16

Přepis terénních poznámek, odd. mladistvých, 28. 4. 2017

Skupina

9 účastníků, vychovatelka-terapeutka, já

Žádám o spolupráci ve výzkumu.

Profil na jednu stránku; vysvětluji podstatu a účel.

Já jsem vám vůbec nerozuměl. Co ste to říkala, co po nás chcete? K čemu by nám to bylo?

Je to standard. Nechceme změnu. Odsedíme si trest a to je všechno. Jediná možnost.

T.: Co tím myslíte, odsedět si trest?

Zbývá mi 15 měsíců, puďu domu a budu se starat o syna. Nic jinýho mě nazajímá.

Sedím, koukám na televizi. Jsme tak zvyklí. Čekám, až puďu domu k rodině.

(odsouzený, 19 let)

Víte, co je pro mně vobtížný? Pořád nás někdo zkoumá. Každý naslibuje, a nic. Žádná změna.

Kdybyste takovej program udělala, musel by ho s náma někdo dělat. Každý den, pětkrát tejdně. V kuse. Ne vobčas.

Když deme na TP, jsme votrávený.

T.: A proč jste otrávení?

Něco nám sliběj a pak nedodržej, co slíbili. (dozorci, vychovatelé a další zaměstnanci VS)

Terapeutka, chválí skupinu a děkuje skupině za dobrou spolupráci.

Díky, že chodíte na aktivity a neděláte potíže. Jsem tu pro vás, aktivity jsou pro vaše dobro, ale taky je to moje práce a udělat je s vámi musím. Jsou tady tací, kteří ne mně volají přes mříže ‚Di, more, do piči, já na ni mrdám‘. Vy jste fajn, s touhle partou fakt není problém.

Mám pro vás překvapení. Budeme spolupracovat s tou novou terapeutkou. Jak o ní říkáte ‚ta hezká‘. (...) Jó! Přijde ještě někdy?

Probíráme síly, zdroje, strategie.

Mladík, který mi na začátku nerozuměl, začíná živě komunikovat, argumentuje, ptá se. Když se loučíme, říkám mu: *Víte, kdo je pro učitele ten nejdůležitější? Ten, kdo s ním polemizuje a nesouhlasí. Pokud byste jen seděl a kýval, nebylo b to k ničemu ani vám, ani mně. ... Fakt, jo? A přijedete zase?*

Konzultace s terapeutkou: Co je VIS, Krizovka, Specko

Sděluje mi průběh Štědrého dne, měla celý den službu: Černý nemaj rádi, když choděj bílí.

Měla jsem tu kluky z Pardubic. Byli prima. Chodili rádi na aktivity. Úplně jiní, než tady. Napekli jsme kila cukroví.

Řekla jsem klukům, ať ukliděj kulturku a šla jsem na specko. Když jsem přišla za hodinu, zírala jsem. Měli vygruntováno, stoly do kruhu. Nestihla jsem jim dát ubrusy, tak roztrhali prostěradlo, aby nějaké měli. Sundali jsme venku na záhonech z růží větve, abychom měli výzdobu. Měli jsme stromek, kluci řešili, co na něj dát. Nadělali jsme papírové ozdoby, říkala jsem jim, že lidi dřív dávali na stromeček ořechy, jablíčka... Dyt' oni nic neznaj, tradice, křížaly.... ‚Asi nemáte nic k jídlu, že?‘ A to jsem je teda podcenila! Nadělali si chlebičky, schovávali si z večeri salám, ovoce... Jak jsem je furt chválila, oni běhali, mohli se přetrhnout!

Když jsem ráno přišla, než šli uklízet na kulturku, řekla jsem jim: ‚Budete sedět na cele a čekat, až zazvoním‘. Seděli jak pěny. Byli jak malí, do smrti na to nezapomenu. ‚Přišel za tebou Ježíšek, přinesl ti sladký dáreček‘. Dala jsem každému osobně krabičku s cukrovím, nechtěla jsem, aby to měli dohromady, ať má každý svoje. Vyprávěla jsem jim, že jsou různé zvyky a tradice. Každému jsem donesla aspoň jablíčko, aby si ho mohli rozkrojit. Aby našli hvězdičku jako naději. Za každou chybu se zaplatí a jde to dál. Potom každý zašeptal do svýho jablíčka přání, jako by ho říkali Bohu. Navrhla jsem jim, že se můžeme společně pomodlit Otčenáš. ‚Viděl jsem v televizi, že se u toho lidi držej za ruce‘. Chytli se za ruce, čtyři se modlili. A všichni pak řekli Amen. Jeden bílý odešel, ostatní se divili proč. ‚nechte ho, má právo na to být sám.‘

Ty se s nima teda vyblbneš, říkali mi dozorcí.

Já vím, že jsou to hajzlíci, ale maj to jednou za rok...

Nedávno ředitel zavedl, že každý den má rozhovory s vězni. To bylo dobrý. Pak u toho začal být vedoucí výkonu trestu, dozvěděli se všechno vychovatelé. A už to nefunguje. Kluci se bojejí něco říct.

Když jsme měli koncert, požádala jsem kluky, aby přišli upravení. Přišli všichni s nagelovanou hlavou. Pak začalo pršet a jeden začal pěníť.

‚Proboha, co ste si to na tu hlavu dali?‘

‚No, my sme neměli gel, tak jsme si tam dali šampón!‘

Chtěli mi udělat radost...

Kluci hodně slyší na romskou muziku. Když máme terapii, každý si může jednu vybrat a já mu ji najdu na Youtube a pustím. Předháněj se, chtěj se ukázat: ‚Já chci tuhle, ta je moje‘...

Zúčastnila jsem se akce Terapeutické dny, setkání terapeutů všech věznic. Krizová intervence a tak. Bylo to skvělý!

Existuje skvělý program NEURON na PC, zaměřený na suicidium. Pro autisty, downy...

Chtěj s nima dělat Matematické učení. Dyť oni na to ale nemaj inteligenci! Museli bychom s nima být jeden na jednoho, mám jich tam třicet. Oni potřebují vyrábět něco rukama, aby viděli výsledek! Neuměj stříhat, naměřit si něco, neví, co je lepidlo...

Dělali jsme relaxační pytlíčky z pecek od třešní, je tu fůra stromů. Ddozorci nám schovávali pecky... Kluci každou očistili kartáčkem na zuby. Dáš to na kamna a dlouho to pak hřeje... Takové věci bychom měli vyrábět! Proč by nemohli pracovat dvě hodiny denně?

*Měla jsem na **krizovce** terapii. Požádala jsem jednoho, zda by šel uklízet. Šel a rád.*

Co bys za to chtěl?

Být chvíli jako doma.

A co tím myslíš, být jako doma?

Abyste mě tu nechala. Být chvíli sám a číst si. Já mám rád klid.

14. Pokud jste užíval drogy, proč? Očekával jste od nich něco? Co?

Užíval jsem drogy protože mě to zaisimulovalo

15. Pokud jste propadl nějaké závislosti, o co jste díky ní přišel?

16. Kdo Vás nejvíc negativně ovlivnil v minulosti, čím a jak?

17. Co Vás nejvíc negativně ovlivnilo v minulosti a jak?

Práta

18. Máte pocit životního selhání? Pokud ano, v čem vidíte jeho důvod?

Nevidím

19. Jste ochoten sám sobě plně přiznat, co jste udělal v životě špatně?

ANO

20. Kdo je pro Vás v životě vzorem a proč?

otec vědecky mě vedl tou dobrou cestou

21. Co můžete dělat stejně jako Váš vzor?

Práci

22. Chcete v budoucnu založit vlastní rodinu?

ANO Jelikož už jí mám

23. Jaký byste podle Vás měl být, abyste byl dobrý životní partner?

stabilitní, pracovitý, pořádek stejně

24. V čem můžete být vzorem pro své děti?

Výtrvalosti

25. Myslíte si, že Vám může v životě pomoci víra v Boha?

ANO

26. Myslíte si, že Bohu na Vás záleží? Že si přeje, abyste ho poznal a přijal jeho pomoc?

ANO

27. Jaké jsou Vaše reálné plány do budoucnosti?

žít skromně

28. Jakými konkrétními skutky můžete přispět k naplnění svých plánů?

skromně

29. Co byste dělal jinak, kdybyste mohl vrátit čas?

napravit některé věci

30. Kdyby Vám zlatá rybka mohla splnit tři přání, co by to bylo? Nemusíte odpovídat, pokud nechcete, ale přejte si něco :) 😊 \$

1. Co Vás zajímá? SPORT, HOLLY
2. Co Vás baví? BUSE
3. Jak vidíte sám sebe v dospělosti (cca 30 let)?
Zdraví, práce maximálně život
4. V čem chcete být v dospělosti jiný než jste dnes?
5. Kdo Vám s vnitřní proměnou může pomoci?
OTEC, PSYCHOLOG
6. Co k Vaší vnitřní změně může napomoci?
7. Kdo Vás nejvíc pozitivně ovlivňuje v současnosti, čím a jak?
OTEC
8. Co Vás nejvíc pozitivně ovlivňuje v současnosti a jak?
SPORT
9. Co je pro Vás důležité (má to pro Vás hodnotu)?
HOLLY, MATE LAŠKA
10. Po čem toužíte?
SVOBODA, LAŠKA
11. Co chcete od života?
Pomůže, LAŠKY, ZDRAVÍ
12. Jaké máte plány do budoucna?
NEVÍM JEŠTĚ
13. Měl jste problém se závislostí? Jakou? Co Vás k závislosti přivedlo?
PERVITIN, NIKOTIN, AUTOMATY

1. Co Vás zajímá? Football
2. Co Vás baví? Football
3. Jak vidíte sám sebe v dospělosti (cca 30 let)? Více Rodina základ
4. V čem chcete být v dospělosti jiný než jste dnes? Footballista
5. Kdo Vám s vnitřní proměnou může pomoci? Rodinou
6. Co k Vaší vnitřní změně může napomoci? chodit k paní Račkové
7. Kdo Vás nejvíc pozitivně ovlivňuje v současnosti, čím a jak? Duchovní péče
8. Co Vás nejvíc pozitivně ovlivňuje v současnosti a jak? paní Račková
9. Co je pro Vás důležité (má to pro Vás hodnotu)? Rodina!
10. Po čem toužíte? Po ženě Rodině A Football
11. Co chcete od života? Ženu
12. Jaké máte plány do budoucna? mít Rodinu A Dobry zájem
13. Měl jste problém se závislostí? Jakou? Co Vás k závislosti přivedlo?
Aho TRAVA Automatci

14. Pokud jste užíval drogy, proč? Očekával jste od nich něco? Co? *MARIUANU KVOLI USPOKOJENÍ*
15. Pokud jste propadl nějaké závislosti, o co jste díky ní přišel? *ADOLEMACE A MARIUANA PŘIŠEL SEM O SVOBODU*
16. Kdo Vás nejvíc negativně ovlivnil v minulosti, čím a jak? *KAMARADI DELALI TAKY CO JA A NAUČILI MNĚ TO*
17. Co Vás nejvíc negativně ovlivnilo v minulosti a jak? *KAMARADI NAUČILI MNĚ DĚLAT CO SEM DELA*
18. Máte pocit životního selhání? Pokud ano, v čem vidíte jeho důvod? *NEVIM*
19. Jste ochoten sám sobě plně přiznat, co jste udělal v životě špatně? *JO KVADL SEM*
20. Kdo je pro Vás v životě vzorem a proč? *MESSI FOOTBALISTA*
21. Co můžete dělat stejně jako Váš vzor? *FOOTBALL*
22. Chcete v budoucnu založit vlastní rodinu? *JO*
23. Jaký byste podle Vás měl být, abyste byl dobrý životní partner? *PRACOVÍTELI SÍPATICKY A HODNÍ*
24. V čem můžete být vzorem pro své děti? *PRACOVÍTELI A SPŘEDÁNÍ*
25. Myslíte si, že Vám může v životě pomoci víra v Boha? *NEVIM*
26. Myslíte si, že Bohu na Vás záleží? Že si přeje, abyste ho poznal a přijal jeho pomoc? *JO NEVIM*
27. Jaké jsou Vaše reálné plány do budoucnosti? *PRACE / BAUKA / RODINA / ADULE / PLNI KOUTCI*
28. Jakými konkrétními skutky můžete přispět k naplnění svých plánů? *HOLKU*
29. Co byste dělal jinak, kdybyste mohl vrátit čas? *NEKVADL BI SEM*
30. Kdyby Vám zlatá rybka mohla splnit tři přání, co by to bylo? Nemusíte odpovídat, pokud nechcete, ale přejte si něco :) *1. PENÍZE 2. ZDRAVÍ PRO 3. DĚSKU RODINU*

1) MUSADO

2) MUSADO

3) ŽE BUDU MÍT DĚTI

4) ABYCH NEPACHAL

5) MAMA

6) ŽE BUDU CHODIT PRACOVAT

7) MAMA ŽE ZAMNOUJEZDÍ

8) ŽE CHTĚM

9) RODINA

10) POSVOBODĚ BUDU SPATKY CHODÍN NA MUSADO

11) ZPRAVY

12) BUDU CHODIT DOPRÁCE ABUDU SEKAT LATÍNU

13) TRAVO KAMARODÍ

14) NE

15) NE

Příloha 18

Záznamový arch, souhrn odpovědí, 8 respondentů, mladiství muži ve VTOS, 28. 4. 2017

1. Co Vás zajímá?

jak to bude dál; fotbal, kamarádi, hudba, filmy, jídlo; fotbal; budoucnost; moje rodina a má přítelkyně; sport, holky; musado

2. Co Vás baví?

malování a práce; párty, hudba, filmy, jídlo, marihuana, sex; fotbal; být někde ve společnosti; kix boxing; brusle; musado

3. Jak vidíte sám sebe v dospělosti (cca 30 let)?

postavit barák a starat se o rodinu; upracovanej, bezdětnej, ženatej, bohatej tak akorát; práce rodina; jako spolehlivého otce; start se op svou rodinu amít pro ně vše co potřebují; tři děti, práce, normální život; že budu mít děti

4. V čem chcete být v dospělosti jiný než jste dnes?

neproblémový; rozumnější; fotbalista; v usuzování; nebrat drogy a nepáchat trestnou činnost; abych nepáchal

5. Kdo Vám s vnitřní proměnou může pomoci?

rodina (2x); holka nebo sourozenci; přítelkyně (2x); otec, psycholog; máma

6. Co k Vaší vnitřní změně může napomoci?

rodina; láska; chodit k pani Rathnerový; vztah; dítě!; že budu chodit pracovat

7. Kdo Vás nejvíc pozitivně ovlivňuje v současnosti, čím a jak?

otec matka; holka, rodiče, láska; duchovní péče; kamarád tím že má stejný život jako já a teď pracuje; přítelkyně dopisy a návštěvama; otec; máma že za mnou jezdí

8. Co Vás nejvíc pozitivně ovlivňuje v současnosti a jak?

rodina; láska, motivace dostat se domů; soud!; to že za 52 dní mám výstup; sport; že cvičím

9. Co je pro Vás důležité (má to pro Vás hodnotu)?

Rodina (3x); budoucnost mého bratra a neteří; vztah s kamarády co jsou zavřený; přítelkyně; holka moje láska;

10. Po čem toužíte?

jít už domů; dostat se domů, najít si byt, holku, práci a žít!; po řeně rodině a fotbal; po lepším životě; být doma; svoboda, láska; po svobodě budu zpátky chodit na musado

11. Co chcete od života?

upřímnost; možnosti a šance; ženu; 0; nevím; peníze, lásku, zdraví (2x)

12. Jaké máte plány do budoucna?

žít řádný život; dostat se domů, najít si byt, holku, práci a žít!; mít rodinu a dobrý zázemí; založit rodinu; pracovat, založit rodinu a mít se dobře; nevím ještě; budu chodit do práce a budu sekat latinu

13. Měl jste problém se závislostí? Jakou? Co Vás k závislosti přivedlo?

Trávu, kamarádi; nikdy jsem neměl; holka, cigarety; tráva automaty; na alkoholu, sranda; s drogama (perník, THC, kokain), život grázla; pervitin nikotin automaty;

14. Pokud jste užíval drogy, proč? Očekával jste od nich něco? Co?

Ne; nikdy jsem nic nebral; užíval jsem marihuanu, protože mám rád tu náladu co dokáže vytvořit, a pervitin asi pro to stejný; marihuanu kvůli uspokojení; chtěl jsem to zkusit a sranda; začal jsem drogy prodávat a pak jsem je začal brát; aby sem se vcítil do druhého, holky; užíval jsem drogy protože mě to zajímalo

15. Pokud jste propadl nějaké závislosti, o co jste díky ní přišel?

Ne; nikdy jsem nepropadl závislosti; o peníza a o váhu; automaty marihuana přišel jsem o svobodu; o přítelkyni; o důvěru v rodině; kvůli bratrancovi, pervitin

16. Kdo Vás nejvíc negativně ovlivnil v minulosti, čím a jak?

Že se mně báli; nikdo; kamarádi; kamarádi dělali taky co já, naučili mě to; kamarád – bednama; otec byl drogový vaříč a dealer; nevím

17. Co Vás nejvíc negativně ovlivnilo v minulosti a jak?

Ne; nepamatuju si; drogy; kamarádi naučili mě dělat co jsem dělal; alkohol a okolí; páchání trestné činnosti, zavřeli mě; nevzpomínám si; parta

18. Máte pocit životního selhání? Pokud ano, v čem vidíte jeho důvod?

Zklamal jsem rodinu, jsem zlobil; nemám (5x); nevidím; nedával jsem mé hpolce čas (spolu);

19. Jste ochoten sám sobě plně přiznat, co jste udělal v životě špatně?

Jsem páchal; ano(6x); jo kradl jsem;

20. Kdo je pro Vás v životě vzorem a proč?

Strejda že cvičil; rodina otec; nevím; Messi fotbalista; mamka, nikdy nic nevzdává; můj kamarád který byl to samé co já a teď se má dobře pracuje atd.; dědeček, je tvrdý; otec, vždycky mě vedl tou dobrou cestou

21. Co můžete dělat stejně jako Váš vzor?

Cvičit; pracovat a pomáhat; fotbal; nikdy nic nevzdat; začít tam jak on; být tvrdý; pracovat

22. Chcete v budoucnu založit vlastní rodinu?

Jo (2x); ano (5x); ano jelikož už ji mám

23. Jaký byste podle Vás měl být, abyste byl dobrý životní partner?

Dobřej chlap; upřímný; láskyplný, hodný, milý, trochu přísný, chápavý; pracovitý sympatický a hodný; pořád stejný; já jsem životní partner perfektní; nebýt výbušný; starostlivý pracující pořád stejný

24. V čem můžete být vzorem pro své děti?

Budu chodit do práce; naučit ho co jsem se naučil od své rodiny; nvím; pracovitý a sportovní; ve vytrvalosti (2x); v bojovém sportu, byl jsem dost úspěšný; upřímnost

25. Myslíte si, že Vám může v životě pomoci víra v Boha?

Ne (4x); asi ne; uvidíme; nevím; ano

26. Myslíte si, že Bohu na Vás záleží? Že si přeje, abyste ho poznal a přijal jeho pomoc?

Ne (2x); myslím, že ne; snad; nevím (2x); netuším; ano

27. Jaké jsou Vaše reálné plány do budoucnosti?

Jít ven; založení rodiny; dostat se domů, najít si byt, holku, práci a žít!; práce barák rodina auto plný konto; postavit se na vlastní nohy hned po výstupu; pracovat, založit rodinu a žít šťastný spokojený život; letět do Španělska a na Cubu si zatancovat; žít, soukromník

28. Jakými konkrétními skutky můžete přispět k naplnění svých plánů?

Bejt hodnej (2x); stát si za svým; holku; konáním (2x); začít se snažit; soukromník

29. Co byste dělal jinak, kdybyste mohl vrátit čas?

Chodit do práce; pracovat; nekradl bych (2x); pár věcí určitě ale asi by to nezměnilo místo, kde jsem; úplně všechno; poslechl bych matku a otce; napravit některé věci

30. Kdyby Vám zlatá rybka mohla splnit tři přání, co by to bylo? Nemusíte odpovídat, pokud nechcete, ale přejte si něco :)

Svoboda; být už doma, aby sem šel na půlku domů, pracovat; jít domů, zdraví pro moji eclou rodinu a peníze; peníze, zdraví pro rodinu, lásku; abych se nedopustil žádných TČ, abych nebral drogy, abych nedostal žloutenku C; najít další rybu, další tři přání, nesmrtelnost; peníze

Ukázky nástroje Profil na jednu stránku, mladiství muži ve VTOS, 28. 4. 2017

Profil respondenta Všehrdy

Otázky jsou součástí kvalitativního výzkumu v rámci diplomové práce na ETF UK Praha s názvem *Spoluuvytvářený nástroj primární a terciární prevence u mladistvých odsouzených mužů ve výkonu trestu zaměřený na podporu sebeúcty.*

Vaše odpovědi poslouží jako podklad pro dosažení cíle práce, tj. vytvoření sebepoznávacího programu v oblasti bio-psycho-socio-spirituální pro mladistvé odsouzené muže ve VTOS.

Vaše účast je **dobrovolná** a **anonymní**. Děkuji Vám za spolupráci, Monika Černá

Věk *19 let*

Vzdělání *zatím základní*

Rodinné zázemí *mám rodinu*

Významná událost v období

dětství 3-6 let

dětství 7-11 let

adolescence (12-15) *dán do péče otcí*

dospívání (15-18) *vezení*

rané dospělosti 18-23

Délka trestu *36 měsíců*

Co je pro mě důležité z mého pohledu? Co by měli ostatní respektovat, protože je to důležité pro můj spokojený život? *Rodina, kamarádi*

Co na mě ostatní mají rádi a obdivují? Moje vlastnosti, které se líbí ostatním. Co do světa přináším, co by tu beze mě nebylo? (Mohou navrhnout ostatní ze skupiny, dotyčný si vybere). *zvládnou vše. sice průměrně, že v nicem ~~ne~~ největším, ale dokážu.*

Jak mi mohou ostatní nejlépe poskytnout podporu? Co potřebuji, abych byl zdravý a v bezpečí?

klid

Profil respondenta Všehrdy

Otázky jsou součástí kvalitativního výzkumu v rámci diplomové práce na ETF UK Praha s názvem *Spoluvytvářený nástroj primární a terciární prevence u mladistvých odsouzených mužů ve výkonu trestů zaměřený na podporu sebeúcty.*

Vaše odpovědi poslouží jako podklad pro dosažení cíle práce, tj. vytvoření sebezpznávacího programu v oblasti bio-psycho-socio-spirituální pro mladistvé odsouzené muže ve VTOS.

Vaše účast je **dobrovolná a anonymní**. Děkuji Vám za spolupráci, Monika Černá

Věk 17

Vzdělání NEDOKONČENÉ STŘEDNÍ

Rodinné zázemí MÁM DOBRÉ

Významná událost v období V 16 LETECH MAMĚ ZAVRELI 30.12. 2002

dětství 3-6 let

dětství 7-11 let

adolescence 12-15 SEX

dospívání 15-18 DROGA, KRIMINÁL, PASTYLK, PARTNEKKA

rané dospělosti 18-23

Délka trestu

2 roky ~~JEŠTĚ NĚCO ČERDANÍ~~

Co je pro mě důležité z mého pohledu? Co by měli ostatní respektovat, protože je to důležité pro můj spokojený život? SPORT, OBČIČANÍ

Co na mě ostatní mají rádi a obdivují? Moje vlastnosti, které se líbí ostatním. Co do světa přináším, co by tu beze mě nebylo? (Mohou navrhnout ostatní ze skupiny, dotyčný si vybere).

ISTUVA

Jak mi mohou ostatní nejlépe poskytnout podporu? Co potřebuji, abych byl zdravý a v bezpečí?

PRŮJEKT

Profil respondenta Všeřady

Otázky jsou součástí kvalitativního výzkumu v rámci diplomové práce na ETF UK Praha s názvem *Spoluvytvářený nástroj primární a terciární prevence u mladistvých odsouzených mužů ve výkonu trestu zaměřený na podporu sebeúcty.*

Vaše odpovědi poslouží jako podklad pro dosažení cíle práce, tj. vytvoření sebepoznávacího programu v oblasti bio-psycho-socio-spirituální pro mladistvé odsouzené muže ve VTOS.

Vaše účast je **dobrovolná** a **anonymní**. Děkuji Vám za spolupráci, Monika Černá

Věk *17 let*

Vzdělání *střední*

Rodinné zázemí *unic*

Významná událost v období *15. let*

dětství 3-6 let

dětství 7-11 let

adolescence 12-15 *SEX*

dospívání 15-18

rané dospělosti 18-23 *školní*

Délka trestu *12 měsíců*

Co je pro mě důležité z mého pohledu? Co by měli ostatní respektovat, protože je to důležité pro můj spokojený život? *rodina*

Co na mě ostatní mají rádi a obdivují? Moje vlastnosti, které se líbí ostatním. Co do světa přináším, co by tu beze mě nebylo? (Mohou navrhnout ostatní ze skupiny, dotyčný si vybere).
kondukt

Jak mi mohou ostatní nejlépe poskytnout podporu? Co potřebuji, abych byl zdravý a v bezpečí?

rodina

Profil na jednu stránku, souhrn odpovědí, mladiství muži ve VTOS, 28. 4. 2017

Všichni respondenti uvedli jako vzdělání základní, případně nedokončené střední.

Pro respondenty je důležité a ostatní by měli respektovat: rodina, kamarádi, soukromí, práce, sport, rozhodnutí, oblíkání, už nepáchat TČ.

Ostatní oceňují: styl oblečení, jsem furt veselej, všechno zvládnou, fotbal, že jsem srandista, pravidla zastávám se jich.

Ostatní mohou poskytnout oporu tím, že: při mně budou stát, klid, půjčí mi na známky, peníze, jídlo, že mě pochopěj.

Příloha 21

Písňové texty, akce Fontána, 4. 6. 2017

Hudební skupina věznice Všehrdy

*Říkej mi princezno
Že jsem princ z pohádky
Co přijel za tebou napořád, na svátky
Já nic jiného nemám než tvůj dětský smích
Já tě nikomu nedám*

*A teď si to odpykám
Nikoho na celém světě nemám
Okolo cimry se jen tak potloukám
Bez tebe má milá zůstal jsem sám
Vždyť já zůstal opravdu sám*

Hudební skupina věznice Rýnovice

*Mé zkroušené srdce to je telefon do nebe
Nemusím volat z budky
Nemusím mít mobila
Telefon na boha mám v srdci
Stačí jenom pokora*

Hudební skupina věznice Stráž p. Ralskem

*Ty jsi moja prvá
Ja nechcem aby naša srdce ztíchla
Človek potrebuje nádej
Bo dalas mi svetlo ako ráno pri svitání*

Přepis terénních poznámek, odd. mladistvých 16. 6. 2017

Přišly jsme v 9.30, na oddělení všichni spali.

Terapeutka: *Jak je možné, že v půl desáté spíte? Říkala jsem vám přece, že v devět přijdu s návštěvou...* XX: *Víte, co se říká... Co prospíte, neodsedíte...*

Terapeutka: *Prosím, sundejte nám židličky.* XX: *Já budu gentleman, my vám to sundáme - za pochvalu! (účelové chování vězeňské klientely).*

Zpočátku vedeme nezávazný rozhovor, aby měli čas se probrat (co je nového atp.)

Navrhuji, že je seznámím s výsledky analýzy záznamových archů - Profil na jednu stránku, které jsme společně vyplňovali 28.4. Ožili - potřebují **zpětnou vazbu a aby to bylo o nich**

Diskutujeme o zájmech. *Co vás zajímá? Věštby, sny, horoskopy: A pani, co to znamená, když se mi zdálo... - Budoucnost není ve hvězdách, sami jste aktéři.*

Do jaké míry můžeme svůj život ovlivnit? *Ovlivnit můžete všechno!* (má patent na rozum :)

Na aktivitu přišel psycholog, oblíbený, ve funkci přibližně rok; respondenti očividně ožili (terapeutický vztah). **Diskutovali** na téma svoboda: *Svoboda je být venku, nemít omezení, dělat si, co chce, žádné mantinely. Sex, romantika a svíčky. Hodnotili pracovní terapii na zhradě: *To jsou naše jahody!* (hrdost na výsledky vlastní práce viz teorie????) Probírali jiné kulturní zvyklosti: *Když budete černoš z karibiku, tak ta vaše černoška nese pivo hned. U nás s tím raději nepočítejte...* **Rozebírali vztahy** na oddělení: *Dyť von je normálně vychcanej!* Psycholog: *To se stává...**

Předkládám obrázky rodiny, žádám, aby na napsali, co je při prohlížení napadne. Tři si vezmou papír a vrátí prázdný, sedm nemá vůbec zájem. Píší dva.

Po skončení aktivity Jana: **Přibývá loupežných přepadení, majetkové TČ, vraždy...**
Dřív tu byli hlavně za útěky z pastáku.

Krizové oddělení: *Jediný, co mi zbývá, je víra. Máma je nemocná, nepřišli na návštěvu... Nikdo mi nepomůže, nemám pojištění...* Terapeutka: *Řekněte psychologovi, ať vám s tím pomůže, takhle vás přece nemůžou nechat...* (význam týmu, delegování kompetencí). *Pišť pohádky, vždyť jste s tím začal. Ať zaměstnáte myšlenky...*

Specko: *Moje máma, to je slušnej čloovek. Všechno přežije, bylo nás šest dětí, všichni jsme zlobili... Přišel jsem tady na spoustu věcí... tady jsem si uvědomil, že moje srdce je veliký. Bych napsal životopis „Z pekla do nebe a ještě vejš". Od dvanácti, třinácti jsem feťák, na Slovensku o mně nestojí nikdo. Budu přemýšlet, jak to dělat jinak...*

Skupinová práce, mladiství muži ve VTOS, 16. 6. 2017

Zadání úkolu: Napište, co vás napadne při pohledu na obrázky.



VIDÍM RODINU JE TO MOŽESKY TAKY BKA ČTEČ JEDNOUMIT
RODINU A ABY SICP' ZPRAVA' HESKÁ?
VEŘÍM TOMU ŽE JI BUDU MÍT TAKY

~~Uplná~~
obrázek č.1
Uplná rodina
matka na živu

obrázek č.2
neúplná rodina
matka umřela

Příloha 24

Odborní konzultanti, zástupci následujících institucí:

- GŘ VS: hlavní metodik výkonu trestu mladistvých
- věznice Všehrady: vychovatelka – terapeutka mladistvých, psycholog, speciální pedagog
- věznice Pardubice: terapeutka mladistvých
- vazební věznice Litoměřice: speciální pedagog, sociální pracovník, psycholožka, kaplan
- věznice Rýnovice: kaplanka, psycholožka
- věznice Bělušice: psychoterapeut
- MVS: výkonná ředitelka
- VDP: předseda, dobrovolní duchovní
- VDS: hlavní kaplan, kaplani věznice Stráž pod Ralskem, Vinařice, Pankrác
- PMS: metodici, úřednice, lektoři probačního programu Na správnou cestu II
- Most k naději: vedoucí K-Centra Žatec, sociální pracovníci

Příloha 25

Přepis terénních poznámek, oddělení mladistvých 9. 8. 2017

J: *Kde je XY?*

R1: *Je na díře za buchnu.*

J: *Za buchtu? Jak jako?*

R2: *Za buchnu! Ne za buchtu. Fetovat chtěl...*

J: *A jak je to tady možný?*

R2: *On si schovává jehlu, se to naučil...*

M: *Minule jste říkali, že vám pořád někdo něco vykládá, že si chcete povídat. Tak dneska můžete mluvit vy. Máte někdo nějaké téma?*

R1: *Já bych téma měl, ale je to špatný téma!*

M: *Žádný téma není špatný.*

R1: *No, to tady nejde...*

J: *Tak já téma mám. Údajně nastoupil kaplan. H. U něj byl, moc si to pochvaloval. Že je mladý, prima, hraje na kytaru, že si povídali. Že prý neměl „žádný zbytečný pindy“.*

2R: *Já bych tam šel...*

R3: *No, já tam teda nejdu...*

R3: *Nojo, ty jehovisto, tobě není nikdo dobřej... (spor, hádka)*

J: *Nechte toho. Ať si každý dělá, co chce. Ať si věří, čemu chce. On vás taky nebude omezovat. Duševní svobodu máte i v kriminále. A duchovní.*

R1: *Mám téma. Kouření v hospodách. Pořád něco zakazují.(diskuse)*

J: *Já s tím taky nesouhlasím. Hospody jsou prázdný, zahrádky narvaný, lidi akorát kouřej před hospodou a dělaj randál...*

R1: *Pořád nějaký zákazy...*

J: *No, nějaký pravidla být musej.*

R1: *Když makáte, půlka jde státu!!*

J: *Někde stát ty peníze vzít musí. Zdravotnictví je zadarmo, podpory, dávky... Když budete v Rakousku, zaplatíte si u doktora úplně všechno...*

R1: *A policajti akorát dávaj pokuty. Hodíte papír na zem a policajt vám dá pokutu.*

J: *A proč házíte na zem papíry?*

R1: *A proč ne? Jsou technický služby, to po mně ukliděj.*

J: *A proč maj technický po vás uklízet? Doma taky hodíš bordel jen tak? Kdyby to všechno fignovalo, nemusely by být ty pravidla...*

R4: *Vy jste bílá, vám nic neřeknou...*

R2: *Je to o pokutách, o cigaretách. Hospoda, cigára, utopenec. To k tomu patří.*

R1: *A policajti dávaj pokuty. Sedíme s kámošema, pijem, kouříme, přijde policajt a dá nám pokutu. Když hodím na zem papír, dá mi pokutu. Když hodím na zem pětistovku, tak ji sbalí.*

J: (směrem k jednomu z účastníků) *A co vy? Jste nějak mimo...*

R5: *Já jsem nenastartovanej... Jsem v noci nespal... Pršelo mi do postele...*

R6: *Kdybyste nepřišly, spali bysme ještě teď...*

R3: *A co vy, jak se máte?*

J: *Koukala jsem včera na film. Chlapi prodávali drogy... (všichni soustředěně naslouchají)*

R1: *Koukala jste na Borata? Bylo to fajn!*

R4: *Všude jsou feťáci. Je to všude stejný...*

J: *Když to někdo bere, je to jeho věc. Ale když to prodávaj dál... To je sviňárna.*

R1: *Byste to mohla prodávat!*

J: *Já to neberu, nemohla bych to prodávat.*

R3: *Nejlepší dealer je ten, který nefetuje.*

R1: *Fetovat nemusíte. Pít musíte! (...) Dneska je to osm měsíců, co mě zavřeli.*
 J: *Měl jste strach? Když vás zavřeli?*
 R1: *Ani ne. Zavřeli mě poprvý v Anglii. Šel sem do Anglie s babičkou. Pustili mě den před Vánoce.*
 J: *Měl někdo strach?*
 Několik lidí najednou: *Strach? To ne...*
 RX: *Strach ne. Ale... je to... divný. Jo, divný. Jako kdyby vás zavřeli... (všeobecný smích) a vy jste chtěla jít ven.*
 R1: *Šel jsem jenom na výslech, nervy jsem měl, nadával jsem soudkyni do kurev... dělal jsem el pasa... já jsem nikdy nefetoval, potřeboval jsem to na automaty... až mě pustěj, ožením se, udělám si dítě, budu mít přídávky...*
 J: *No vidíte, a jsme zase u toho... Uděláte si dítě a bude vás živit stát.*
 R1: *No, to né... já budu chodit do práce, z přídávku se nedá žít... kolik stojí pleny? Sunar? Jídlo?* (rozběhne se debata o plenách, zda kupovat, či prát... Všichni soustředěně poslouchají)
 J: *Musíte ekonomicky myslet. Když matka kojí, nic to nestojí. Když ne, musíte kupovat Sunar.*
 R1: *Tak kolik stojí ten Sunar?* R2 se zapojuje do diskuse, má dítě
 J: *Možná by stálo za to se sejít a o těchle věcech si popovídat. Všichni přece chcete děti...*
 M: *Kolik máme ještě času? ... Tři minuty ... Přivezla jsem vám knížku. V ringu s Bohem. Nechám ji u paní etrapeutky, prosím vás, nevyhulte to! (smích) Je to úžasný příběh, Francouz, velmi těžké dětství. Pak našel vztah k Bohu a jeho život nabral úplně jiný směr.*
 J (listuje knihou): *No, já si ji přečtu jako první! A ne, mám nápad. Můžeme ji číst společně na terapii. Na pokračování. Začneme zítra, kdo přijde, přijde.*
 R5: *Já jsem to čet!! (úplně se rozsvítil, že se může zapojit)*
 M: *Ještě vám chci něco říct, to stihneme. Něco o sebeúctě, sebevedomí, sebehodnota. Kreslím soustředné kruhy a vykládám princip kladné a záporné sebehodnoty.*
 R1: *O nás se nemusíte bát, my máme sebevědomí všichni v pořádku.*
 M: *Musíme končit. Děkuju vám za účast. (přichází R2, který minule nejvíc protestovat, proč tam jezdím, podává mi ruku, děkuje: a přijed'te zase.)*

Specko

D. přerážen na specko kvůli rvačkám a šikaně na baráku, 8 měsíců
 X. jen sedí, nemluví, poslouchá
 J: *Tak jste navštívil kaplana?*
 D: *Jo, dobrý to bylo. Je dobře. Povíдали jsme si. Příští týden mám přijít s kytarou, že spolu budeme hrát. Říkal, jak uvěřil. Když byl nemocný, prosil Ježíše. Pak se stal knězem. Bude tady každých 14 dní.*
 M: *tak to je prima. To tady na správném místě.*
 D: *No, já nevěřím, teda... se nemodlím... vlastně jo, když máma byla nemocná, já ji mám moc rád, maminku... klečel jsem a modlil jsem se, aby ji uzdravil, že je ještě mladá... uzdravil ji Čtete žalm 34*
 D: *Já jsem takovej, když mám pravdu, tak druhý musí přijmout, že mám pravdu.*
 M: *Můžete to zkusit i jinak. Předložit svoji pravdu Bohu a nechat na něm, aby rozhodl.*
 D: *A stalo se vám někdy, že jste nevěděla, co dělat, a Bůh vás vyslyšel?*
 M: *No jasně. Mockerát. (uvádím příklad) To bychom tu byli hodiny...*
 D: *Sestra moje fetuje. Je jí 14 let. Dostali jí do toho moji kámoši, co jsem s nima byl. Kradli jsme spolu. Já vim, že jsem grázl... Ale ona... sestra je můj život! Až mě pustěj, musím ji pomstít!*
 J: *Chcete se mstít?*
 M: *To je pochopitelný, že chcete bojovat za svoji sestru. Jste chlap, chlapi maj bojovat! Ale je psáno: „Zbraně vašeho boje nejsou tělesné, ale mají od Boha sílu bořit hradby“! Můžete to zkusit Jeho způsobem. (vyprávím o Asyřanech a andělu smrti).*

Přepis konzultace s terapeutkou, terapeutické projekty odd. ml. 9. 8. 2017

M. Č.: Jaké projekty jsi na oddělení mladistvých realizovala?

T.: *Všechny projekty jsem psala na základě **Koncepce zacházení s mladistvými odsouzenými ve Věznici Všehrdy pro rok 2015-2017** která určuje časový rozvrh aktivit v rámci programu zacházení.*

Terapeutický program TP 21 Junior

*Program vymyslela kolegyně terapeutka tady. Název znamená, že mladiství mají 21 hodin aktivity navíc nad program zacházení. Já dělám v rámci programu **Stres a jeho zvládnání, Konflikt a jeho možnosti**. Kolegyně dělá vaření, další práci se sdřevem.*

Kluky motivuje smysluplné využití času, získání nových zkušeností a po tříměsíčním absolvování možnost získání odměny.

Aktivity v rámci TP21 probíhají formou **individuální terapie**: *Probíhá podle potřeby. Na specku by měla být každý den hodinu, ale nutit je nemůžu, musí sami chtít.*

Obsahem individuálních terapií mohou být např. následující témata a činnosti:

Ruční práce: děláme keramiku, s různými materiály, pořád vyrábíme nějaké dárky pro oficiální návštěvy věznice. Kluci šijou, přešívají si trička, kalhoty...

Drogy: *Chtěla jsem, abychom pracovali s tématem drogy, jak to mají vedle u dospělých. Jednou měsíčně máme besedu, pouštím jim filmy, Katku, Marcelu¹³⁴. Koukáme na příběhy, potom o nich vedeme rozhovor. Když se kluci zúčastní, za doměnu si můžou vybrat písničku, kterou jim pustím.*

Terapie psaním: *Kluci neznají pohádky, pověsti, historii, tradice. Teď mi píšou pohádky a básničky. Od jednoho mám štos básniček, jsou moc hezké. Taky píšou deníky, životopisy.*

Mladiství mladistvým: *Spolupracujeme se střední odbornou školou energetickou v Chomutově, odkud k nám chodí dozorcí. Já chodím na besedy do školy, studenti potom chodí sem. Výstupem je společné dílo odsouzeného a studenta z keramiky.*

Možnost využití moderních technologií v procesu etrapie u mladistvých odsouzených na specializovaném oddělení: *Chtěla jsem pro kluky něco, v čem budou úspěšní. Náš ředitel je otevřený novinkám, vstřícný. Našla jsem si Humpolíčka a začali jsme používat NEWRON.¹³⁵*

Někteří kluci skládali dvanáct puzzle rok. Ale posunuli se, po roce už věděli, kde co mačkat. Vyhodnotila jsem program a poslala Humpolíčkovi děkovný dopis. Chystají druhý díl SAM¹³⁶ Už rok mám objednané terapeutické karty, chci nad nima dělat rozhovory.

Drama terapie

Měli jsme 16 herců, nacvičili jsme dvě pohádky. Kluci si sami napsali scénář, texty, namalovali kulisy. Všechno bylo stylem pubertáků, když šlo sedm trpaslíků, reповali. První pohádku jsme úspěšně odehráli, kluci byli nadšení. Před premiérou té druhé se večer porvali, kdo a jak hraje. Rozvezli mi je do tří míst a bylo po divadle.

¹³⁴ Časosběrné dokumenty Heleny Třeštíkové

¹³⁵ Počítačový program NEWRON obsahuje mimo jiné klasické hry, jako je pexeso či puzzle. Podle paní terapeutky jediným nedostatkem programu jsou zvolené večerníčkové postavy z 80tých let, které dnešní mladiství neznají.

¹³⁶ V současnosti již ke stažení na emoce.info, newron.cz

Nácviková psychoterapie zaměřená na nácvik asertivity, rozpoznání rozdílů mezi asertivitou a nevychovaností.

Hráli jsme scénky, těhotná v MHD, někdo předbíhá ve frontě... bavilo je to, bylo jim 15, 16 let, ještě děcka. To si chtějí ještě hrát. Když jsou starší, už jsou osobnost a práce s nimi je těžší.

Relaxační a imaginační psychoterapie

Kluci tomu říkají chrápání na peřině. Taková ta relaxační muzika, to nechtěj: „Pani, proč teče ta voda furt dokola?“ Vážnou hudbu neznaj, s dechovkou by se mnou vyběhli... Pouštěj si Hit rádio, duc duc. Pro ně je to norma, znaj to z domova. Tady jim to přináší pocit jistoty, domova.

Možnost využití moderních technologií v procesu etrapie u mladistvých odsouzených na specializovaném oddělení: *Chtěla jsem pro kluky něco, v čem budou úspěšní. Náš ředitel je otevřený novinkám, vstřícný. Našla jsem si Humpolíčka a začali jsme používat NEWRON.*

Někteří kluci skládali dvanáct puzzle rok. Ale posunuli se, po roce už věděli, kde co mačkat. Vyhodnotila jsem program a poslala Humpolíčkovi děkovný dopis. Chystaj druhý díl SAM¹³⁷ Už rok mám objednané terapeutické karty, chci nad nima dělat rozhovory.

Výtvarná soutěž k aktivizaci mladistvých: *Chtěla jsem udělat kalendář, kde budou vybrané nejlepší práce mladých ze tří věznic. Stanovila jsem podmínky soutěže. Zatím toho ale moc nemám.*

M.Č.: Co Ti práci komplikuje?

T.: *Mám tady ADHD, poruchy chování, sebevražedné stavy. Nevím IQ, jestli je HIV pozitivní, to jsou tajné informace. IQ jim tady nikdo nezměří.*

Jednou jsem tu měla hluchýho. Dělal, že nerozumí. Tak jsem ho vyzvala, že ho budu trénovat ve znakovce. Ostatní se přidali, on se mohl předvádět, byl king kong. Pomohlo mu to, že může ostatní něco učit.

M.Č.: Zajímaly kluky některé knížky ode mně?

T.: *Z těch knížek, cos jim přivezla (Trénink vězně, Posilování bez náradí, Nový Zákon, Riders Bible, pozn. aut.) koukaj nejvíc do Tréninku vězně. Je tam víc obrázků než textu. A taky do té motorkářské Bible. Tu čtou. Zítra začneme společné čtení V ringu s Bohem.*

¹³⁷ V současnosti již ke stažení na emoce.info, newron.cz

Básnička respondenta, oddělení mladistvých

Pišu jednu básničku a v hlavě mám diskřičku
čmáram tedy dál a dál aby mi trest utíkal
Ještě přitom z okna hledím ven
přes mříže a hromadu tlustých skel
nevím co teď cítím ale je mi k Bliti
z toho všeho tedy
už si nevím rady
co podniknout mám
sem tedy úplně sám
nikomu se nesporičím
skoro vůbec to tedy nevím mám
jen tisíc přebívat a čekat
až přijde můj den
kdy mě zase postí ven
a bude sluneční den
a já si vstoupnu u nás před vchodem
v tom momentě všichni visdou ven
a mě se konečně splní sen
až totiž nebudu zabedněn
někde za katrem

KREHINÁ

Přepis terénních poznámek, oddělení mladistvých 27. 9. 2017

M: Máte nějakou zpětnou vazbu na čtení v Ringu s Bohem?

Jana: Kluci tomu zpočátku nevěřili. Prý si to vymyslel, není možný, aby se tak rodiče chovali. Pak se dostal do pastáku, to znaj. Takže uvěřili. Ted' jsou zvědaví, jak to dopadne. Čtete na pokračování, maj to jako film. Jen se jim špatně čtou francouzská jména, čtou to, jak je to napsaný. Podle mně, je to jedna z nejpodařenějších knížek tohoto druhu, jakou jsem kdy četla. Čtu to s nima ráda. Jeden, měl potíže se čtením, se na ní dokonce naučil číst! Čte přímou řeč s prožitkem, to neuměl. Navázali s hlavním hrdinou takový dospělý vztah – přes knížku – snaží se tomu klukovi pomoci. Nejvíce odsoudili prostituci toho kluka, ělá to dobrovolně, sám, opakovaně. Ne jednou, jako třeba vražda, ale víckrát. To už musel být úplně v koncích, říkali. Celá ta knížka, obsah, přístup hlavního hrdiny – je to o nich, každý si protnul svůj příběh.

M: Co ted' děláte v rámci terapii?

T: Začali jsme šít. Je to děs! Rozstříhali mi látku, sami neušijou nic... Myslela jsem, že jim dám samostatnou práci, to fakt nejde...

M: Co křesťanské brožurky, jak jsem tu nechala minule?

T: Takové ty s modlitbou Otčenáš, ty jsou moc pěkné. Jeden má zájem. Takový klidný kluk, ostatní napomíná, aby byli v klidu. Má výčitky. Intuitivně cítím, že to není účelové chování. Hodně mají zájem taky o snář. Když jsou u mně na terapii, čtou si. Chtějí mít klid. Začnou se snáířem a končí Biblií.

M: Včera tu byla beseda s Mosty naděje. O čem se bavili?

T: Hlavně o sexu. Byli tam sami chlapi, to s nima moc neprobírám. Bavili se o životě, jak je to venku. Chtějí další besedu.

M: Co jim poskytuješ ty? Co je podle tebe nejdůležitější?

T: Chtějí svůj klid. Klid a jistotu. S některýma už se známe, vědí, s čím přicházím. Zanádvaj si... Potřebujou vrbu.

M: Vrbu jim taky může poskytnout duchovní, nebo přímo Bůh...

T: Duchovní péče je určitě potřeba. Ne ve smyslu náboženství, to je zajímat nebude. Když přijde farář a udělá bohoslužbu, nebude to mít smysl. Kromě těch pár, kteří se označují jako věřící. Je potřeba komplexní péče duchovně-terapeuticky-psychologicky-sociální. Ne jen jim cpát nějaké náboženství... Možná proto jsou tak napružený. Hlavně nepřesvědčovat, lidi jsou nastražení... Lidi ztratili vlídnost, toleranci, úctu jeden k druhému, zdravý rozum... Jak jsme dnes přišli na kulturku a podala jste každému ruku... Co to udělalo! Na to oni tady nejsou zvyklí...

Písemné vyjádření respondentů na téma vzory, koho si vážím, odd.
mladistvých,
9. 8. 2017

Cít k rodičům

Rodiče mi dali lásku a dali mi užít
za pravdu jsem rád že jsem se hatodit právě
mim rodičům dali mi úctu, k lidem a tak
mi užít pomohli s mými těžkemi dali mi opěras
šahci i kdíš jsem si nepotřeboval
dali mi užít přednost před otuhtými
jsem za ně rád

JA SI VÁŽIM SVOJÍ PSÍTELKINE
PROTOŽE JE JEDINA KTERA MY POMUŽE
KDIŠ SPADNU DOLY ONA MNE
VŽDYCKY VITAHNE NAHORU ZATO SY
JI VÁŽYM.

Nemám rád nic
nemám rád nikoho
MÁM RÁD SÁM
Sete
O

VÁŽÍM SI MAMILY PROTOŽE JE HODNÁ, SÍLLOMNÁ, POSILÁ, MĚ DĚLÁ
A BĚŽILY VE VŠEM, MĚ POMŮŽE, A, NIKDY MĚ, NEBILAME, A
CHCI, BÍT, CO, NEVĚŘÍ V, SNI,

MŮJ VZOR JE RIHANA NAPOBBY KOZY A PRDEL
JEJÍ POSTAVA VE WĚCO MÁM RÁD
JEJÍ VIDEOKLIPY JSOU VELICE SEXY.
VIDĚL JSEM JEJÍ PORNO A MA VĚLKOU VŮDRT
TO MĚ NA NÍ MOC FASCINUJE A VZRUŠUJE.



Samozřejmě si vážím svoji rodiny protože mi pomáhaj
ne jen v kriminále, ale i venku, vážím si je
i proto že se držíme a nikdy na sebe nedáme
svoji rodinu mám rád a nikdy bych je
nenechal, rodina mě vždy vyslechne, pomůže a rozesměje.

Můj vzor: je rapper 50cent protože jeho
písničky mě vždy povzbudí a vždy se cítím
bít vejs.

Vážím si svého života, vážím si člověka (lidí)
co mě přivedli na svět

ANOJ OUSKOV

VAŽÍM SI SVÉHO KONPLICE
DAL BYCH ZA MĚ ŽIVOT
PROTOŽE ME NAUČIL STARAT
SĚ SÁM O SEBE, A VIKRAD-
AT BARAKY. LA TAKY JE MAJ
VZOR MEGAN FOX ☹

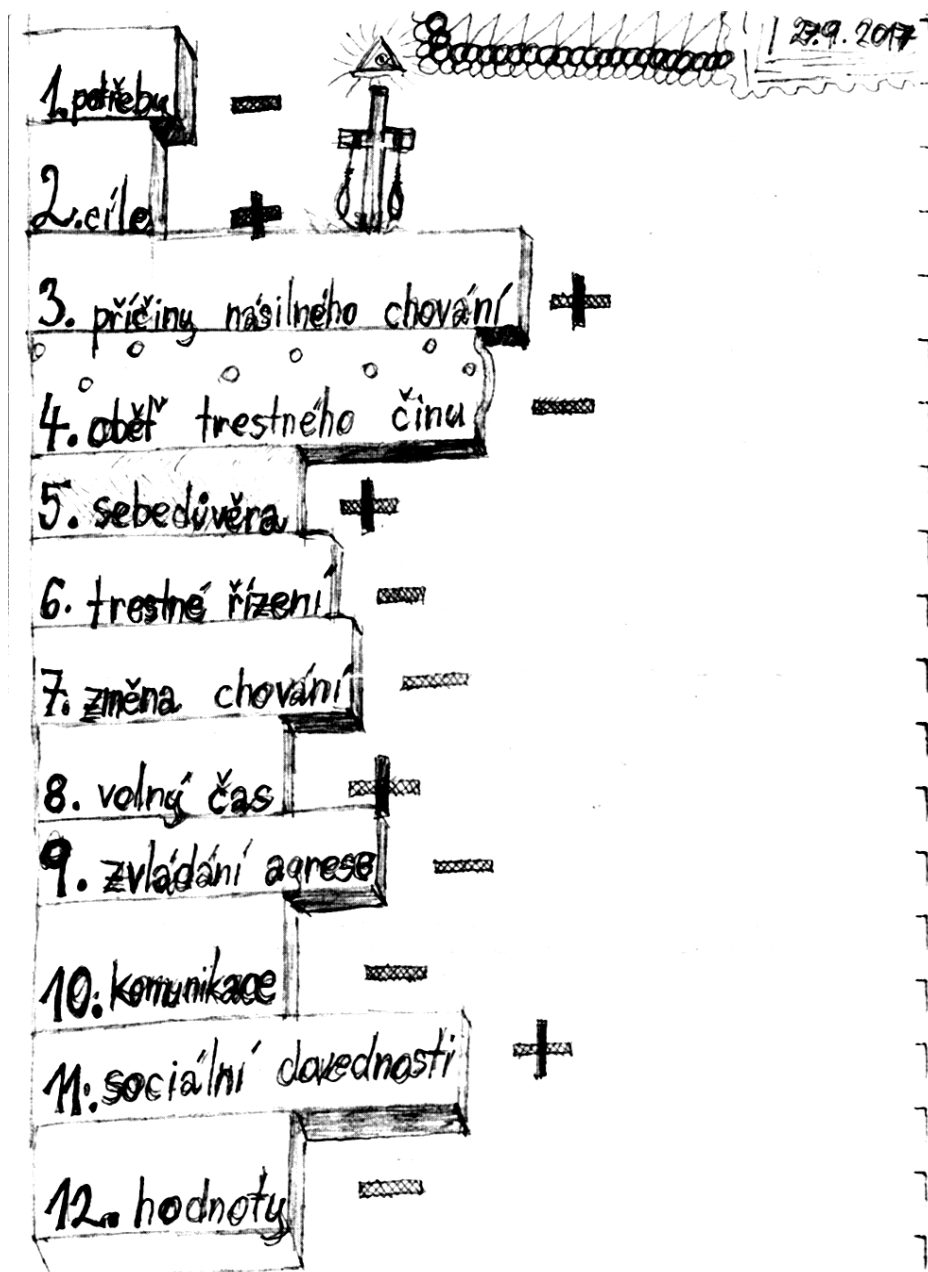
AŠVARA. RAJ VIDEĚL SEM JAK,
ZABILI KOČKU ALE NE
ZVÍŘE A LA HOJKA ☹
ROZUMYS NE AHOJ ☹

TO SEM JA RYAM ☹

Váží si svých rodičů protože mi dali život!
Posilaj mi do věznice věci které potřebuju
i přesto že mě zavrželi v 17 letech..!!

Práce s tématy Programu zvládnání agresivity a násilí PMS

oddělení mladistvých, 27. 9. 2018



27.9.2014

1) POTŘEBY ●

2) CÍLE ●

3) PŘÍČINY NASILNÉHO CHOVÁNÍ

4) OBĚŤ TRESTNÉHO ČINU

5) SEBEDŮVĚRA ●

6) TRESTNÉ ZÍŽENÍ

7) ZMĚNA CHOVÁNÍ ●

8) VOLNÝ ČAS ●

9) ZVLÁDÁNÍ AGRESE

10) KOMUNIKACE ●

11) SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI ●

12) HODNOTY (ŽEBŘÍČEK) ●

13)

14)

15)

① POTŘEBY -

② CÍLE - ✓✓

③ PŘÍČINY NASILNÉHO CHOVÁNÍ -

④ OBĚŤ NASILNÉHO ČINU -

⑤ SEBEDŮVĚRA - ✓✓

⑥ TRESTNÉ ZÍŽENÍ -

⑦ ZMĚNA CHOVÁNÍ -

⑧ VOLNÝ ČAS - ✓✓

⑨ ZVLÁDÁNÍ AGRESE -

⑩ KOMUNIKACE - ✓✓

⑪ SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI -

⑫ HODNOTY - ✓✓

4. PODĚ BŮ *

2. LILE +

5. SPRÁVNĚ NA SILNĚ HO CHOVÁNÍ -

4. DOBĚ TEŠNĚHO ČINU * -

5. SĚBĚ CHOVÁNÍ +

6. TRĚSNĚ ČI ČIŽENÍ -

7. ZMĚNA CHOVÁNÍ -

8. VOLE ČAS +

9. ZVLADANÍ ADRESY -

10. KOMUNY KAZĚ +

11. SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI -

12. HODNOTY -



HO



KAB

KAB

- 1 - POTŘEBY SPANĚK - KLTD. -
- 2 - cíle ŽIVOTNĚ - VPUČENÍ - ŽEMESL. -
- 3 - PŘÍČINY - NÁSILNĚ VOLBY (GDŠ JSEM VSTRESU TÁK NEUŠŤ CO MAM DĚLAT +
- 4 - OBĚD - NÁSILNĚ ŽINU ANO MYSLYM NATO ALE NEVYM SI RADS +
- 5 - SEBE DUVĚRA JO
- 6 - LRESNĚ ŘÍZENÍ VRAŽDA, TEŽKĚ UBLIŽENÍ, UBLIŽENÍ - NA ZDRAVÍ. -
- 7 - ZMĚNA - CHOVÁNÍ - NEDUVĚRA, -
- 8 - VOLNY ČAS - RYBÁŘENÍ, BRUSLENÍ - NA LED. -
- 9 - VZLADANÍ - AGRESE BOHUŽEL. NĚDY TO NEVZLADÁM +
- 10 - KOMUNIKACE MÁLO GDŠ ZNĚKŠ - HLAVNĚ JSEM SAMOTÁŘ ! ? ! +
- 11 - SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI NEHLUŠŤ - SKIŠ - HLEDÍŠ SI SVYSKO JSEM V KLIDU +
- 12 - HODNOTY - (RODINA) -



1) POTŘEBY

2) CILE ++

3) PŘÍČINY násilné a chování -

4) obětí násilného činu -

5) selbchování +

6) Násilní činy ++

7) zmlíná chování +

8) volní čas +


9) mládežní agese +

10) komunikace ++

11) sele divnosti +

12) hodnoty + + + + Rodina

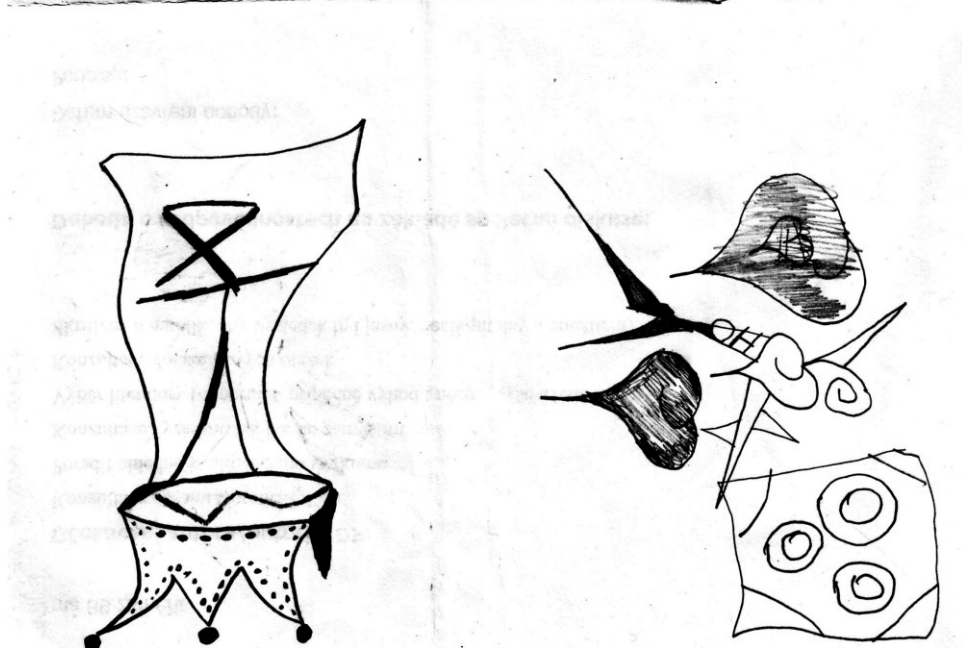
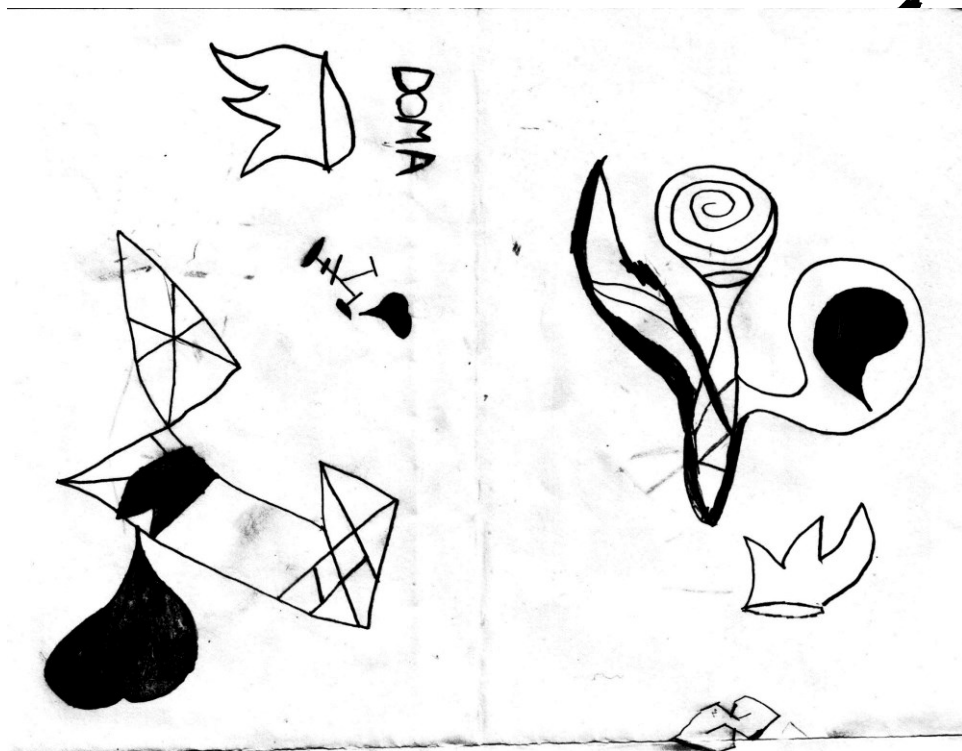
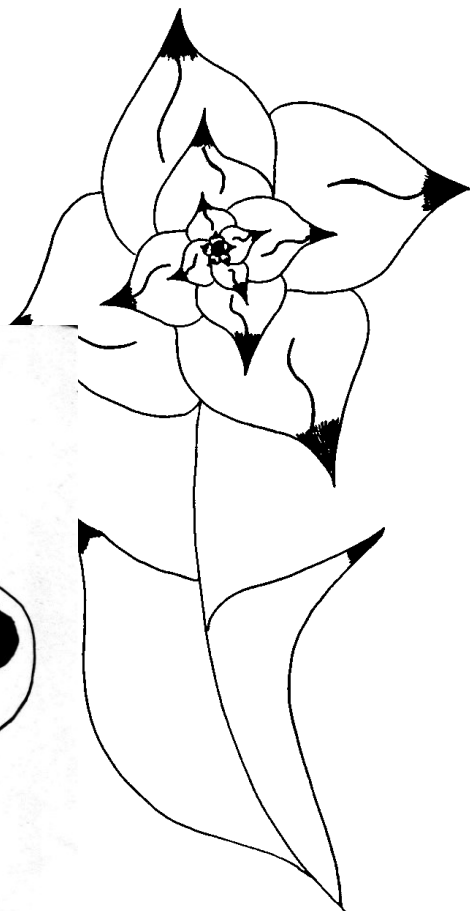
25. 9. 2017

1. Příčiny + 
2. Cile +
3. příčiny násilného chování +
4. obětí násilného činu +
5. sele divnosti +
6. heane řízení +
7. číslo chování +
8. volní čas +
9. mládežní agese +
10. komunikace +
11. soadln dorědnosti +
12. hodnoty +

Denisa
+
Pancířek



SOKOLOV





I Love My Hots

Příloha 32

Přepis deníku mladistvého odsouzeného

21. 9. 2016

Tento deník má sloužit k tomu, abych se měl z čeho vyzpovídat. Je to něco i styl kněze.

(...) je to spravedlivější trest za to, co jsem všechno venku prováděl (...) jediný co mě sere je to, že tím trpí moje rodina. Bylo to X.X. 2016 co mi umřela babička. Moje skvělá babička, co se o mně starala, měla ze srdce ráda a já ji. (...) Jsem ale v klidu, protože jestli existuje nebe, tak ona tam měla rezervu v pětihvězdičkovém hotelu. Vzpomínám na tebe babi a mám tě rád.

Vězení ale není nic hezkého pro normální žití. Taky mi nikdo neradil, abych páchal. Jsem prostě idiot a budu se snažit napravit.

22. 9.

Je čtvrtek a M. šel dnes k dospělým. Strašně moc bych s ním chtěl pokecat, ale nejde to, nemůžeme se teď vidět. To mě teď moc sere.

Další věc je návštěva... Mám ji v neděli a měl bych vidět po 10 měsících i mámu. Když si vezmu, že už je to skoro rok, co jsem ji neviděl, tak mě bolí u srdce. Už se moc těším a snad dojde i bráška.

Jinak jsem začal i cvičit. Mám časopis o bodybuildingu a mám sepsané i tréninky podle něj. Jsem hodně vyřazený a vše mě bolí, takže se cítím jinak. Je to lepší, aspoň pro sebe něco dělám v tom zasraném kriminále. Tady se pořádně nic jiného dělat nedá.

23. 9.

Ráno jsem hned po budíčku vstal, vyčistil zuby, uklidil si na cimře a zacvičil. Stihl jsem to celkem rychle všechno a cítím se vážně líp, když cvičím a mám všechno uklizeno podle svého! Konečně už ale nejsem sám na cimře. Je se mnou T., dobrý kluk. Je tu se mnou asi od čtyř od odpoledne a do teď se pořád bavíme a smějeme.

24. 9.

T. mi ukazoval několik dopisů a i jeden od jeho sestřence. Vypadá na normální chytrou holčinu na střední v prváku. Hned jsem otevřel dopis a napsal jí, tak jsem zvědav, jestli odepíše. Bylo by to fajn, aspoň bych si s někým psal a líp to utíká, když ti někdo píše. Mně píšou akorát naši a A. Aspoň to a jsem za to rád, ale čím víc, tím líp.

Kecali jsme do jedné do rána o všem možným. O fetu, o tom, co jsme venku dělali za pičoviny, o jídle, o tom, co si plánujeme do budoucnosti a taky o holkách.

25. 9.

Dnes mi přišli na návštěvu moje rodiče. Moje pocity? Pecka, ale máma ze mně byla zklamaná, protože sedím takovou dobu a žádná pořádná změna neproběhla. Když mě viděla naposledy před deseti měsíci, tak jsem říkal, jak budu cvičit a do teď jsem na to sral. Celkem jsem se tam styděl, když mi to řekla, ale měla pravdu.

26. 9.

Píšu rekapitulaci svého dne. Ono toho zase tak moc není, protože se dnes hodně spalo. Probudil jsem se asi kolem druhé odpoledne a i tak jsem byl unavený. (...) Když se dneska pilo, tak se i zpívalo. Byla sup atmosféra i nálada. My jsme ti cigáni, my to máme v krvi.

něžná seay s gyceninyma subama a s
kocicim olam. Je to celé zernoblé, jen
to je jen unadit do je modré a nty
červení, jen dy hluy josa neobovale.
Co doh bylo verna? Videt jsem se s kocoo,
ale nebylo to ono. Nemu, sobi se ni nejshaj
jmeji, jako by se citil ne, koby je u dopetich
nam v pici. Uidme jakaj buče a jastli
to doctsi do, co stiboval. Kocra se uic
jinjko nastab. A co dnes? Dneska jsem
mel odpocivkovej den, to znamena bez
civiceni. Jitra do ale dozenu, protoze
moum hochu nabizej program. Celj den
jsem hral, kouril, jedl a spal. Nemou
nejal nalada vubec na nic. Chci zavolat,
nebo kopsat venuce. Moa na ni uoglu a
je to mozna. Am, ze se ni nic uschoe.
Nobo je to mozna, jen objejnej stereozyp.
Ja se ale doleisal kedycky nejol zabavit,
zabse vnu optic davam proni masnasti
Jsem s tim asi trapnej, ale vobse na tu
holku porad myslim. Peronita Klechovd,

28.9.

Viděl jsem se s M., ale nebylo to ono. Mám v piči. Včera se mi nic jiného nestalo. Celý den jsem ležel, kouřil, jedl a spal. Nemám nějak náladu vůbec na nic.

29.9.

Až ten můj velký den přijde, tak to budu brát, jako kdybych se podruhé narodil. Budu určitě šťastnej, ale už teď mě v hlavě vrtá, jak si dám ten život dokupy. Jsem zvědavěj, jestli mi to, že nebudu dělat pičoviny vydrží a nebo jestli budu ještě horší. Musím se ovládat. Hlavní věc, čeho se bojím, je perník. Ono je to jako čokoláda. Když venku máte rádi čokoládu, pak si ji tři roky nedáte a potom dostanete možnost si ji dát, kolik chcete, nevěřím, že byste si nedali. Já to ale budu muset zvládnout. Jen se bojím, že nebudu mít takový odhodlání a že to jednou prostě poruším.

Potom mě čeká práce, starání se o nějakou svoji budoucnost, chtěl bych si udělat střední školu a pak pořád makat a makat a makat a makat. Z toho, co vydělám, budu muset platit svoje dluhy, který taky nejsou až tak malý. Uvidíme, já to nechám tak a až to přijde, tak se k tomu postavím jako chlap.

2.10.

Dneska byla celkem nuda, ale uteklo to dost rychle, takže pohoda. No co, já se vždycky nějak zabavím, ale moc se mi do ničeho nechce. Jsem linej...

3.10.

Přemýšlím, že se časem napíšu zpátky do školy. Půjdu na zámečníka, protože tam je i posilovna, takže každý den cvičit s činkama a s osou je lepší, než s kýblama a vodou. Navíc i ty přídavky... víc jídla. Tak proč toho nevyužít? Uvidíme ještě co a jak.

4.10.

No a z T. mám snad už i šedivý vlasy! Ten kluk pořád provokuje, furt se za něco hádá a neumí se normálně bavit. Mám z toho kluka dost! K večeru jsem mu dal takovou menší přednášku o tom, jak se má chovat, co se mi líbí, co mi vadí. Občas k tomu něco málo řekl, ale většinu času jsem ho ani nepustil ke slovu a tak jen poslouchal, co mu říkám. Proč to řeším je to, že když mi pokazí náladu, tak zbytek dne mám už jen nervy a náladu pod psa.

6.10.

Pocity z dnešního dne? Celkem fajn. Ráno začalo dobře. Dopoledne za mnou přišla terapeutka na aktivitu, tak jsme asi hodinu debatovali. Předal jsem jí i ten obrázek, co jsem maloval. Byla ráda, prý si ho zařadí do kalendáře na rok 2017. Hned co skončila aktivita jsem se odhodlal i přes veškerou únavu ke cvičení. Z dnešního bušení mám radost, protože jsem dal do toho vše. Vzpomněl jsem si na Verunku a představil si, že stojí naproti mě. Musím se jí líbit a ohromit ji změnou, až mě pustí.

8.10.

Zítra je neděle a v neděli se nedělá, takže se chystám odpočívat celý den u knížky a kávy.

9.10.

Už se budu snažit, abych zpátky do basy nešel. Motivaci mám. Mám skvělou rodinu a super kamaráda, který je teď momentálně taky ve vězení, ale jen na pár měsíců. Je to jedinej kamarád, kterýho mám. Píšeme si celý trest a držíme se vzájemně.

je a možná i roztržití. Jalek ale
hra s pěti míčky granda pokopí, bude
to začít rovnou v mém životě.
Když jsem si to předtím pokopil jsem
mysl. Lohoto přirovnání, ale vidit
je podle toho že jen venka za
léma mriéma. Dobrot najdu svojí
osobní rovnováhu, Lal bude frýer a
je to jedm s nich obkudobek
okt.

13.9.2017

Další den se mnou a ne jak jest -
jest dalším předemnou. Ráno jsem
hned po budleto utal, vydržit svůj,
uklidit si na cívce a zacítit.
Stít jsem to celkem rychle všechno a
cítím se rozně lip, když cucím a
mám všechno utáeno podle svého.
Konečně se ale nejsem sám na cívce.
Je se mnou Tomáš Graber... dobřej
kluk. Je to se mnou a: od čtyř
od odpoledne a do sed se poradí

5

Příloha 33

Dopis mladistvého odsouzeného

Jaro 14. 11. 2016

Dobry den vas pani Leno!
 Jsem velmi rád že jste se
 vrátila domů a že vám bylo
 vše dobře. Já jsem se také
 vrátil a všechno je v pořádku.
 Děkuji vám za všechny
 obavy a lásku. Mám rád
 všechny lidi kolem sebe a
 zejména vás. Budu se snažit
 být lepší člověk a ne
 přivádět vás k obavám.
 S láskou
 Petr

Mám rád všechny lidi
 kolem sebe a zejména
 vás. Děkuji vám za
 všechny obavy a lásku.
 Mám rád všechny lidi
 kolem sebe a zejména
 vás. Děkuji vám za
 všechny obavy a lásku.
 Mám rád všechny lidi
 kolem sebe a zejména
 vás. Děkuji vám za
 všechny obavy a lásku.
 Mám rád všechny lidi
 kolem sebe a zejména
 vás. Děkuji vám za
 všechny obavy a lásku.

Jako křepky se objevily každý jednou pravě pásove
a jednou pravě činně. Jestli má rozumět a neboť každý
je člověk neodolatelný po své vůli je po katolické formě.
a lidé když jedou s námi každý nemá nám nikoho
když každě máme nikdy rozpravíme si s tím lidem
a kvůli nále postojá katovci. Neč. se ani napomínat
mohu. Glečno máme násť jak chci ale to
mim. říkat se po bylo křepky ož. má. složitý
a ještě lidé musí být křepky a by. má.
přidělují je 31 let má po nám má přidělují ale
kde byla ani jedine. rozumí. žena le
může se k tomu má článek 7 celý a jak se
má pochopit se katovci říkat? Z Z Z se
má. sám počítá ale nám má příděl. Obrátí
Glečno máme být lidé pravě křepky

Jako máš každý každý
je a také každý každý
Jako máš každý každý
pochopit se katovci říkat
sám bylo i máš křepky ož nám se článek
článek máš se křepky

D podroben

10

Dopis mladé dospělé odsouzené

9. 1. 2014

HEZKÝ DOBÝ DEN PANI MONIKO,

CHĚLA BYCH VÁM POPŘÁT DO NOVÉHO ROKU HODNĚ ZDRAVÍ,
ŠTĚSTÍ, LÁSKY A ABY SE VÁM JEDNOU VŠE CO A. VY A
VAŠI BLÍZCI PŘEJÍ.

JAK ČAS TO NA VÁS MYSLÍM. VIDĚLI JÁME SE POUZE
JEDNOU, ALE UVNITŘ MĚ JATE ZANECHALA ZILÁTNÍ
KRAJNÝ POCIT.

KDYŽ JÁME SE VIDĚLI NEMĚLA JSEM VŮBEC ČAUŤ ŽIT
TO JSEM VÁM I ŘÍKALA, ALE TEĎ, UŽ JE NA TO DÍVAT
JINAK. POCHOPILA JSEM DÍKY SVOJÍ RODINĚ A VĚNOVÍ,
ŽE TOHLE NENÍ NAVŽDY A PAK BUDE ZÁME DOBRĚ.

MAJĚ SPOLEČNÁ KAMARÁDKA KLÁRKA ŘÍKÁ „TAHLE
ČAUJÍE JEDNOU KONČÍ A PAK, UŽ BUDE DOBRĚ A
MÁ V PONDĚTĚ PRAVDU.

HODNĚ MOC JSEM VŮM BOJOVALA, ALE I DÍKY ROZHOVORŮ
S VÁMI JSEM SPOUKTY MYŠLENEK TĚCH OVLIVNÝCH
ZAVRHLA. MOC ZA TO DEKUYU.

VÍM, ŽE MÁM PRO KOHO ŽÍT A TO JE DŮLEŽITÉ.

ŠKODA, ŽE NEDOCHÁZÍTE I JSEM DO PŘÍLEPŮ.

CHODÍM TADY K PANU KAPLANOVÍ A JE TAKY MOC
FAJH. A LIDIČKY ŽE SPOLEČENSTVÍ VĚZŇŮ TAKY.

PO JETKÁNÍ S NIMI JE MI VŽDY O NĚCO LIP.

TŘEDA JE JEDNOU JEŠTĚ NĚJDY POTRAME.

MOC VÁM DEKUYU JATE UŽASNÝ ČLOVEK.

☺ POXDRAHEM

Ukázka z dopisu dospělého odsouzeného

23. Můj život s Bohem spočívá v každodenních modlitbách a v rozmlouvách s živým Bohem. Snažím se, abych žil ve všech oblastech svého života čistým a zbožným životem dodržováním Desatera Božích přikázání. Věřím si, že výsledky bytí křesťanem a mít své tělo jako chrám Ducha svatého. Snažím se být stále naplňován Duchem svatým a božstvím. Můj život je naplněn Božím slovem a Duchem. Vyžívám své tělo Duchem svatým a chválím Boha za jeho moudrost, lásku a moc. Přijal jsem svátost křtu, svátost smíření, pravidelně přijímám svátost oltářní a eucharistii a svátost přijímání. Studuji Boží slovo, duchovní literatury, navštěvuji pravidelně společenství křesťanů.
24. Život věřícího má mnoho výhod. Uvědomil jsem si důležitost víry. Nalézám svůj smysl svého života. Uvěřil jsem v Ježíše Krista a přijímám jsem ho do svého života a srdce jako svého spasitele a Pánem svého života. Kristus žije, aby i mě vyvolal z mých hříchů. Pán Ježíš zemřel na golgothském kříži, aby také mě vyvolal od svých hříchů. Celý svůj život jsem se připravuji na nebe a na setkání s Ježíšem. Člověk je první záložník v Božích zásadách, čtením Božího písma, pravidelnou účastí na mši svaté a na pravidelných přijímáních svátosti. Člověk je duchovně veden svým farářem při zpovědi a rozhovorech a to člověk pomáhá jít po své správné cestě života a zvládnout těžké životní zkušební. Další podporou jsou pro věřícího pravidelné setkání křesťanů ve společenstvích a věřící je tak spojen s církví, která mu je velkou oporou. Věřící čerpe moudrost z modliteb a z rozmluv s živým Bohem a je veden Duchem svatým, který je stále naplňován při vedení zbožného a duchovního života, pravidelnými návštěvami mše svaté, svatým přijímáním a přijímáním svátosti. Věřící se setkává ve společenství a také v rámci svých blízkých s lidmi, kterým může věřit, v případě nouze je může požádat o pomoc, příp. pomoc od nich nabídnout, což jsou hodnoty, které se v současném světě už moc nenacházejí.

25. Nevýhody jsou snad někdy v tom, že se vřelá ve svém životě setkává s nepochopením nevěřících lidí.
26. Boží odpuštění jsem přijmul ve svatosti smířem' při méj' celoživotní zpovědi. Jsem svobodný a snažím se o to, aby můj život měl před Bohem opravdovou cenu. Pevně si umínuji, že už nechci hřešit a budu se chraňt' zájde' příležitosti' k hříchu. Snažím se žít v souladu s Boží vůlí a s Božím smýšlením.
27. Chtěl bych tento rok podat přihlášku k studiu na katolické teologické fakultě Univerzity Karlovy v Praze s umístěním ve Vázební věznicí Praha - Žitná v rámci vysočšolského vzdělávání odkouzlených. Budu se snažit o podmíněné propuštění, abych se mohl postarat o méj' maminku, které je 80 let. To případněm podmíněnému propuštění si budu hledat zaměstnání a životní partnerku.
28. Kousátkami štěstí, kterými mluhu přispět k naplnění svých plánu' jsou záhodnané přípravy na přijímací zkoušky na KTF UK Praha, samostudium. Vzorů se chovat ve výkonu trestu, abych splnil všechny požadavky pro podmíněné propuštění. Podporovat a být oporou pro svoji maminku. Průmyslně a uhlédávat zaměstnání, které bych vykonával na svobodě uť užívat. Zdobronalovat se v angličtině a práci na PC. Být stále v kontaktu s živým Bohem, s církví, se společenstvem šťastanů a za vše se modlit k Pánu Bohu.
29. Kdyby mi bylo znovu 15-18 let udělal bych mnoho věcí jinak. Především bych si stanovil jiné priority, jiné zábrice' hodnot. Na první místo by byla účta k rodinnému zázetu', pomoc doma s domácími pracemi, velký důraz bych klal na vzdělání, na intenzivní studium cizích jazyků, určitě bych pokračoval ve studiu na vysoč škole. Nevýhledával bych toh' společenost Samaritánů.

a nadával bych s nimi tolik času. Začal bych si hledat už životní partnerku. A naplněn' užho život bych hledal v Paňu Bohu a Círvi, abych měl nejlepšího vědom' životem.

30. Mladistvím ve VTOS bych chtěl užívat. Vzpomínajte se dočud je čas. Oco toho času, který máte nyní tolik, jak si myslíte a jak se vám zdá. Jestli máte rádi na život na svobodu, škola je to nejmenší co v životě máte. Potud se dostanete do začarovaného kruhu soustavného vracení se do výhonu trestu, tak o tu užlou svobodu přijdete a promárníte svůj celý život. On ten kruh není ani tak začarovaný, ale je to hlavne na vás samotných. Když všem samotných, ušliim hlou opravdu na tvém a pouze tvém osobním rozhodnutí, nemoch se ovlivnit partou svých samaradli ani svým nejlepšíim jediným samaradlem, když přijde nebo bude stále přicházet s nejvyššími stupidními nápady, jak přijít někde snadno s největším šrůčkem, přepadem apod. A potud více podobného napadne tebe, tak tyhle myšlenky rychle začni. Když už jsi se dostali do vězení, vauk si z toho poučíte a nepoučíte stejnou chybu podruhé, oco potud totiž po tom podruhé ještě dleje potřeba, porturka a bude vám padesát a čtyřik, že jsi celý svůj život strávili v šriminále. Je už jedno, jestli dostanete dlouholetý trest nebo to bude trestu několik v řadě šratkách. Život si zničíte tak jako tak. A zničíte život nejenom sebe, ale i svým rodičům a blízkým, rodičům, škola vás vychová, starali se o vás, milují vás a obětují vám svoje životy, aby život pokračoval dál ve vás a ve vašich dětech. Potud promárníte svůj život ve vězení, tak si nikdy neoplňte svoje sny nejenom ty z mládí, ale vůbec žádné, škola budou přiblížit dál, a škola budou dležitější. Nedosáhnete v životě vůbec nic, ani toho čeho dosáhli vaši rodiče a čím jsi možná ve své mládí neovůzňnosti opouřovali. Nebude vám nikdy věřit, samaradli vás opustí, jenom maminky a někdy takřkovi mají s vámi tu špetivost. Takových lidí jsou

plu' věznic. Stále se vrací a podobu tedy narážejí, jak tomu
byl osud a naše justice nepravdělivá. Vyhýžejí se pohledy,
co všechno vnuce dostali a co měli na velké peníze, drahd'
auta opod. a přitom nadobřeli vůbec nic a také nic neměli.
Nadávají na špatné jídlo, špatné cely, na spalovny dlu' na cele,
hádnjí se, navzájem se dráždí a rvou se. Docházi i ke
suicidálním úpadem. Samozřejmě se vše zhoršuje od lehcího
typu věznic s to težší, která je plu' zhoršuje soudnictví
a vybijejí si zlost na slabších. Věznic jsou soustavu přeplov'
a věří, že to není vůbec dobré místo s životem, snad jen
s přežíváním. A drogy vše jenom zhoršují, ničí životy lidem
vnuce na svobodě i lidem ve vězení. Je mnoho důvodů proč si
ze života neodítat poško a uzavřít si ho. Hledjte je dohod jak
mladí a uvidíte, že je budete nacházet, třeba ve sportu
v restauracích, ve svých zálibách, v partnerských vztazích, ve vzdělávání
se o volbě a hledání dobrého zaměstnání, aby si mohli ty svoje
sny oprávně splnit a nejenom o nich žvatlat v kriminále...

JAK SI ZJEDNODUŠIT ŽIVOT

1. Dělej jednu věc po druhé

Když neděláme tu jedinou věc, kterou bychom dělat měli, nemáme čas na nic jiného a jsme ti nejzanedbnější lidé na světě.

Eric Hoffer

2. Buďte spokojeni s tím, co máte

Spokojenost není naplnění toho, co chcete, ale uvědomění si toho, co už máte.

anonym

3. Pusťte se věcí, které jsou minulostí

Stavějte na svých prohrách. Využijte je jako odrazový můstek. Zavřete za minulostí dveře. Nesnažte se na své chyby zapomenout, ale nezůstávejte u nich. Nepřítvejte na ně svou energii, nevěnujte jim ani trošku času, nedávejte jim žádný prostor.

Johnny Cash

4. Naučte se říkat NE

Umění vedoucího je ve schopnosti říct ne, ne říkat ano. Říkat ano je velmi snadné.

Tony Blair

5. Buďte sami sebou

Být sám sebou ve světě, který se z vás neustále snaží udělat něco jiného, je největším úspěchem.

R. W. Emerson

6. Vyberte si kvalitu před kvantitou

Důležitá je kvalita, ne délka života.

Martin L. King, Jr.

7. Nezačínejte to, co nemůžete dokončit

Schopnosti člověka posuzujeme podle toho, co dokončí, ne podle toho, o co se pokusí.

anonym

Náměty k diskusi: Kdy, čím a jak si zbytečně komplikujete život?

Napište konkrétní případ, situaci. Navrhněte jiné, lepší řešení.

Komplikujete si vztahy v rodině? Čím? Jak? Proč?

Komplikuje vztahy v rodině někdo jiný? Můžete s tím něco udělat? Co?

Co pro Vás rodina znamená? Co znamená Vy pro rodinu?

Máte děti? Jaký jste otec? Co to znamená být zodpovědným otcem?

8. Nedělejte si starosti se zítřkem

Každá starost, která je příliš malá na to, aby ses za ni modlil, je příliš malá na to, aby se ti stala břemenem.

Corie ten Boom

9. Ať je Bůh na prvním místě

Život člověka je od Boha a ne z jeho majetku, ať je jakkoli obrovský.

Henry Alford

10. Žijte tak, aby to oslavovalo Boha

Vypadá to tak, že většina lidí žije sama pro sebe, aniž by přemýšlela o Boží slávě nebo o dobru ostatních.

Brainerd

Přemýšlel jste někdy o duchovním rozměru života?

Jak vnímáte sám sebe uprostřed dění a světa?

Co je to život? Jak byste život charakterizoval?

Jaký je smysl Vaší pozemské existence?

Jaký je Váš cíl? Co Vám chybí?

Joyce Meyer: 100 kroků jak si zjednodušit život

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Rodina

Nakreslete svoji rodinu v současnosti.

Potom nakreslete, jak bude vypadat rodina, kterou založíte, pokud si to přejete.

Marian Liebmann: Skupinová arteterapie

DECHOVÁ CVIČENÍ PROTI STRESU

Plný dech

Sed na židli, chodidla na zemi, narovnaná páteř, ramena dole, hlava vzpřímená. Začněte plným vydechnutím všeho vzduchu z plic. Při nádechu se nejprve zvedá břicho, rozšiřuje a zvedá střední část hrudi a nakonec horní část hrudníku s klíční kostí. Výdech jde v opačném pořadí. Dech je pomalý, rytmický, harmonický a plynulý. Lze nacvičovat v mírně rozkročeném stoji nebo při chůzi.

Dech kontrolujte především ve chvílích duševního napětí.

Ján Praško, Jana Prašková: Proti stresu krok za krokem



Napište vše, co vás napadne v souvislosti s obrázkem.



1

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Představte si někoho, koho máte rád.
Nakreslete obrázek jen pro něj a pošlete mu ho.
Může to být přání k narozeninám, pozdrav
k Vánocům nebo něco jen tak pro radost.

Marian Liebmann: Skupinová arteterapie

MUŽSKÝ A ŽENSKÝ MOZEK

Zajímá Vás, jak funguje mužský a ženský mozek?
Na co se soustředí muži, na co ženy a proč?
Proč Vám někdy Vaše přítelkyně nerozumí,
nebo Vy nechápete, co říká?
V každém je do jisté míry zastoupen mužský
i ženský princip. Zjednodušeně lze říci, že

Ženy hovoří nepřímě, muži hovoří přímo

Mluví-li žena, vyjadřuje se nepřímě, což znamená, že dělá narážky na to, co by chtěla. Nepřímá řeč je ženskou specialitou, která utváří vazby k ostatním lidem, neboť není agresivní a vyhýbá se konfrontaci a neshodám. Mozek žen je orientován na proces komunikace, ženy si hovor užívají.

Mužům připadá nedostatek strukturovanosti a cílevědomosti velmi znepokojivý a vyčítají ženám, že nevědí, o čem vlastně hovoří. Muži hovoří v krátkých větách přímo k věci. Svě výroky orientují na řešení problémů a prokládají je fakty. Tento způsob vyjadřování napomáhá rychle a účinně uzavírat obchodní a pracovní jednání a uplatňovat autoritu (např. vůči dětem).

Allan a Barbara Peasovi: Proč muži neposlouchají a ženy se neorientují v mapách.

Náměty k diskusi: Dokážete se s ostatními domluvit? Jaká je Vaše role ve skupině, v rodině, ve vztazích?
Podporujete bezpečné vztahy? Jak? Dokážete ostatní přijímat a podporovat? Jak se to projevuje?
Ovlivňuje Vaše vztahy závislost? Jaká, čím a proč?
Souvisí sex se vztahem? Jak a proč? Souvisí Váš sexuální život s užíváním drog? Je Váš sexuální život bezpečný?

Úžasná svatba

O svatbě jsme začali přemýšlet v době, kdy na nás naše rodiny naléhaly, ať se rozejdeme. Já šel za přítelem Martinem, který mi navrhol nejdrív projít programem Teen Challenge. Jitka z toho byla zoufalá, že ji vlastně na rok opustím. Šli jsme za bratrem Valešem a ten rozhodně řekl: Ne, vy dva se musíte vzít! Tehdy jsme spolu s Jitkou žili intimně a dozvěděli se, že je to před Bohem cizoložství, pokud dva nejsou manželé. Do svatby jsme spolu přestali intimně žít. Tehdy nám Valešovi a celý sbor udělali 21. září 2009 ve sboru krásnou svatbu. Každý něco napekl nebo připravil, takže jsme měli bohatou hostinu. Mně šel za svědka právě Martin z Apoštolské cirkve, Jitku vedl k oltáři bratr Valeš. My bychom na takovou svatbu finančně neměli a proto jsme všem velice vděční. Řekli jsme si své „ANO“ před Bohem i před lidmi a slibili si věrnost až do konce života. Je pravda, že v průběhu let jsem po hádce s Jitkou několikrát volal bratru Valešovi, že s ní nebudu, ale nakonec s Boží pomocí a s pomocí bratra Valeše jdeme spolu životem dál.

Pavel Kadaši: Cesta z pekla, str. 94-95

Narození Aničky

27. srpna 2010 jsem prožíval jednu z nejkrásnějších chvil v mém životě. Narodila se nám dcera Anna Marie. Beru to jako Boží zázrak, neboť celé Jitčino těhotenství bylo rizikové, často krvácela a musela do nemocnice. Nejednou jsme si mysleli, že jsme o dítě přišli, ale Pán Bůh stál při nás a Anička se držela jako klíště. Při vstupu Aničky do mého života se ve mně také něco změnilo. Jako by do mně vlila něhu a já se stal citlivějším. Dává mi do života obrovskou radost a přináší světlo, když prožívám tmou. Přesně tímto světlem se pro mě stal Jitčin syn David. Byl mi povzbuzením v těžkých chvílích, když jsem vyšel z vězení. Jeho blízkost byla pro mně radostí, když jsem ve vězení ještě byl. Jsem vděčný Bohu, že se jako sourozenci mají rádi, že je Ježíš Kristus součástí jejich života. Kéž by naše selhání ve výchově nebylo překážkou v cestě za Bohem. Vidíme, že jedině Pán Ježíš je zárukou jejich šťastného života.

Pavel Kadaši: Cesta z pekla, str. 94-95

2

UVOLŇOVACÍ CVIČENÍ

Dřepy. Mírný stoj rozkročený, nádech, rozpažit. Dřep na plných chodidlech s výdechem, předpažit. 10x - 50x

Pata-špička. Ve stoji spatněm se stavte střídavě na paty a špičky. Na špičkách nádech, vzpažit, na patách výdech, zapažit.

Kleště. Sed s nataženými nohama, špičky přitáhnout k tělu, s výdechem předklon. Uvolněte trup a sledujte dech. Rukama uchopt prsty nohou, narovnaný trup přitahuje k nataženým nohám.

Ján Praško, Jana Prašková: *Proti stresu krok za krokem*

KARTIČKA KAMARÁD

Vyrobte si kartičku z tvrdého papíru, kterou budete nosit stále u sebe. Na jednu stranu si napište, jaký chcete být: pozitivní vlastnosti, návyky, vědomosti, dovednosti. Pokud máte závislost, napište si výhody střízlivosti. Na druhou stranu si napište, čeho se chcete zbavit: nežádoucí vlastnosti, nevýhody návykového chování.

Zdroj: www.drnespor.eu

Karel Nešpor: *Návykové chování a závislost*

SEBEOVLÁDÁNÍ

Zvládání stresu, negativních pocitů a bažení.

Co komplikuje sebeovládání:

momentální indispozice: únava, vyčerpání, nedostatek spánku, dehydratace, nedostatek pohybu
momentální nebo dlouhodobý stres
silné emoce (včetně divoké radosti)
bažení (závislosti)

Vnější spouštěče

velké množství lidí
problematičtí lidé
neklid v okolí
fyzické nebezpečí
ohrožující prostředí
zprávy z médií
debaty o ničem

Nepřátelé klidu

mnoho úkolů najednou
návykové látky
spánková deprivace
nedostatek tekutin
nepravidelné stravování
nadměrná ctižádost
nedostatečné dovednosti
nedostatek pohybu

Vnitřní spouštěče

únava
spánková deprivace
hlad
nuda
dehydratace
nespokojenost

Co dělat?

vyhnout se nebo omezit vnější a vnitřní spouštěče
mikropřestávky po 10-15 minutách práce; stačí 1-2 minuty jiné činnosti
dbát na dostatečný přísun tekutin
chůze zpevňuje svaly kolem páteře; denně byste měl ujít cca 4 km

Co nebo kdo Vás znervózňuje? Kde? Kdy? Jak? Čím?

Kdo nebo co Vás dokáže vytočit?

Rozčilujete se? Vztekáte se? Proč?

Jak můžete tenhle zdroj stresu eliminovat?

Kdy se cítíte unavený?

Jak únavu zvládáte? Jak odpočíváte?

Kolik hodin denně spíte?

Kolik hodin denně věnujete sledování TV? Proč?

Kolik hodin denně strávíte na sociálních sítích? Proč?

Kolik hodin denně věnujete pohybu? Proč?

Jak často a na jak dlouho chodíte do přírody? Proč?

Náměty k diskusi: Drogy, dlouhodobý vliv užívání drog na zdravotní stav, psychotické stavy, závislost, fyziologická a patologická závislost, typy drogové závislosti (cannabis, opiáty, amfetaminy, léčiva s centrálně tlumivými účinky, kokain, halucinogeny), abstinenční syndrom, sociální dopad závislosti.

Síla modlitby

Když mě podmíněně propustili z vězení, čekal mě jeden dealer. Už cestou domů jsem si pichnul pervitin a tím můj zrychlený život na drogách začal. (...) Dostal jsem se do stavu, kdy jsem všem přestal věřit a podezíral je, že na mně něco hrají. Přestal jsem se zajímat, kde budu bydlet, kde budu spát, co budu jíst. Přestal jsem si věřit, ztratil jsem sebedůvěru. Byl jsem tak mimo, že ode mně všichni dávali ruce pryč. Byly situace, kdy jsem ve rvačce někoho pobodal a oni na mně přišli s brokovnicí. Chodil jsem špinavý a mou jedinou starostí byla droga. Začal jsem z hladu krást v obchodech. Nebyl jsem schopný nic dělat, měl jsem ze všeho strach. Nutně jsem potřeboval drogy, bylo mi hrozně špatně. Kolikrát jsem kvůli tomu vytrhl kolemjdoucím telefon, abych si mohl zavolat. Jednou mě ve dvě ráno kontrolovali policajti, našli u mně nádobíčko s injekční stříkačkou a vatičkami. Začal jsem se s nimi prát, nadávat. Nakonec mi nasadili pouta a odvezli mě na služebnu. Vztekly jsem narážel hlavou do zdi. Byl tam jeden plešatý policajt a pořád na mně koukal. Mě to hrozně provokovalo. Když mě vyváděli ven, zeptal se, jestli se za mně může pomodlit. Byl jsem překvapený, ale souhlasil jsem. On na mně položil ruku a začal se modlit. Pamatuji si, jak mě v tu chvíli vztek opustil, najednou jsem zkrotl jako beránek. Když se na celou situaci dívám zpětně, skutečně jsem vyšíloval jako pomínutý, nedokázalo mě zklidnit deset policajtů naráz. Muselo to být i pro ně obrovské svědectví, jak mě najednou přemohla síla modlitby. Nakonec mě propustili.

Pavel Kadaší: *Cesta z pekla*, str. 57-58

3

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Nakreslete si chytrou rybu abstinentku

Ryba brázdí oceán, vidí lákavou žížalu.
Nechápně po ní ale hned bez rozmyšlení. Spustí
červené světlo semaforu a obezřetně zkoumá:
Není v té žížale nějaký háček?
Pokud háček uvidí, plave pryč a rybáři se vysměje:
Nebezpečí rozpoznám, spouštěči se vyhýbám.

Zdroj: www.drnespor.eu

BAŽENÍ PO NÁVYKOVÉ LÁTCE

Bažení je silná těžko zvladatelná touha po hazardu nebo návykové látce.
Čím se liší od obyčejné myšlenky?

Bažení provází **stres**, je nutkavé, oslabuje paměť, soustředění a schopnost správně se rozhodovat. Provází ho nepravdivé a deformované myšlenky, jako např. *Pro jednou se nic nestane*. Zhoršuje sebeovládání (patrně nejdůležitější příznak závislosti). Platí to i opačně: člověk, který se špatně ovládá spíše udělá chybu a dostane se do stresu nebo rizikové situace.

Jak zmírňovat bažení a zlepšovat sebeovládání

- uvědomte si rizika a důsledky závislosti a výhody abstinence
- pomoc druhých lidí přináší klid a bezpečí, zmírňuje stres
- přiznejte si návykový problém jako dlouhodobý stav
- odhalte a změňte nebezpečné automatické vzorce myšlení a chování
- ve vypjatých chvílích se zastavte a zpomalte, použijte metodu semaforu
- při bažení opusťte rizikové prostředí a i jindy se mu pokud možno vyhýbejte
- relaxujte, relaxace mírní stres a tím i bažení, odstraňuje únavu a zlepšuje sebeovládání
- uvědomujte si dech, dýchejte klidně do břicha, zhluboka, s prodlouženým výdechem
- dobře vnímejte sám sebe i okolí, zlepšuje to sebeovládání a pomáhá zvládat rizikové duševní stavy
- odložte rozhodnutí, předejdete tak chybám v myšlení a získáte čas, bažení trvá krátce
- udržujte rovnováhu mezi prací a odpočinkem, povinnostmi a zábavou, tělesnou a duševní aktivitou
- cvičení, sport nebo tělesná práce mírní se stres i bažení, následně se dostavuje relaxace a klid
- odveďte pozornost k něčemu bezpečnému, můžete se soustředit na každodenní záležitosti, povinnosti atd.
- při bažení se napijte vody, pomáhá to zvláště při závislosti na alkoholu



ZASTAV! Nic nedělej, zjisti, co se děje kolem, ve tvé hlavě.
PŘIPRAV SE! V klidu přemýšlej, co můžeš udělat.
JEĎ! Udělej to, co sis vybral.

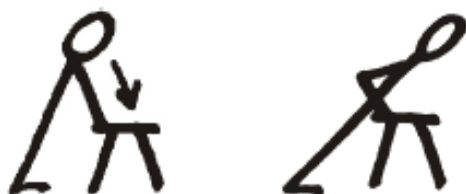
Náměty k diskusi: **Harm Reduction** (substituce, užívání po výstupu), **abstinence** (důvody selhávání), **léčba**, infekční choroby, sdílení závislosti, užívání o samotě, způsob aplikace, prevence, tolerance, míchání různých drog, míchání drog a alkoholu, nahromadění drog v těle, metadonová a buprenorfinová terapie, kvalita a potence drog, známky předávkování (stimulancia, tlumivé drogy, opioidy), pomoc při předávkování, předvídání následků, proces (kolo) změny, vůle ke změně, způsoby odmítání (rychlá, zdvořilá, důrazná, královská odmítnutí), výhody abstinence, autosugesce, zásady abstinence, návyk, recidiva, vliv prostředí, ambulantní léčba, psychiatrická léčebna, substituční léčba, terapeutická komunita, Teen Challenge, doléčovací centra. Přenos a projevy: pohlavní nemoci, žloutenka typu A, B, C, HIV/AIDS.

*Neboť to, co s vámi zamýšlím, znám jen já sám,
je výrok Hospodinův, jsou to myšlenky o pokoji, nikoli o zlu:
chci vám dát naději do budoucnosti.
Budete mě volat a chodit ke mně, modlit se ke mně a já vás
vyslyším. Budete mě hledat a naleznete mě, když se mne budete
dotazovat celým srdcem.*

Jeremjáš 29.11

TRÉNINK VĚZNĚ

Kliky začátečník 1x10, pokročilý 2x25, expert 3x50



Paul "Coach" Wade: *Trénink vězně*, str. 51-88

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Nakreslete nebo namalujte **reklamu na svou vlastní osobu**. Zaměřte se na své úspěchy. Koho chcete reklamou upoutat? Proč? Jakou roli své osobnosti propagujete? (partner, rodič...)
Dejte někomu prostor, aby doplnil, na co jste zapomněl.
Můžete udělat reklamu nebo inzerát také někomu jinému.

Marian Liebmann: *Skupinová arteterapie*

ZDRAVÉ SEBEVĚDOMÍ mění pohled na svět i mezilidské vztahy

Je důležité mít dobrý vztah nejen s lidmi, ale také sám se sebou.

Často o sobě uvažujeme negativně a porovnáváme se s ostatními. Nevěříme v sebe, spoléháme na názory a myšlenky druhých, raději přijmeme stanovisko někoho jiného, než bychom sami učinili rozhodnutí.

Kvůli závislosti na druhých pak zapomínáme na sebe.

Je dobré moudře se o sebe starat, posílit vztah sám se sebou. Neotáčet se příliš za minulostí, ujasnit si hodnoty, co je pro Vás opravdu důležité.

Řiďte své myšlenky, pocity, emoce, které přináší každodenní život.

Věřte v sebe. Správnou odpověď nosíte sami v sobě.

Jakmile začnete naslouchat svému srdci a věřit si, pocítíte sílicí a rostoucí sebedůvěru.

Pokud najdete cestu ke svému já, budete mít rádi vše, co děláte, i to, čím jste. Přijmete svá omezení i nedostatky a přijдете na to, že kvůli nim nemáte menší hodnotu, než ti ostatní.

Pokud změníte přístup sami k sobě, projdou proměnou i vztahy s vaším okolím. Kolik lásky máte sami k sobě, tolik lásky budete schopni dávat i přijímat.

Sarah Bogdanskiová, vztahová expertka a koučka

Jak vnímáte sám sebe? Převažuje negativní, nebo pozitivní hodnocení?

Dokážete být k sobě upřímný? Jste pyšný?

Jak vnímáte lidi kolem sebe? Na jaké úrovni vůči nim stojíte?

Vyhovuje Vám Vaše postavení? Jak a čím můžete přispět ke změně?

Náměty k diskusi: sebevědomí, sebeprojev, sebereflexe, potenciál, projevy zdravé a narušené sebeúcty, faktory ohrožující sebeúctu, podpora sebeúcty

Pokání a návrat k Bohu

Když mi přišel termín nástupu do vězení, nenastoupil jsem. Bránil mi v tom strach, že přijdu o Jitku. Asi za měsíc mě chytili a předali do výkonu trestu. Po zavření mě začalo hrozně moc obviňovat svědomí ze způsobu, kterým jsem žil, jak jsem ubližoval Jitce, jak jsem ublížil Bohu. Měl jsem strach otevřít Bibli, neboť jsem věděl, že mě bude usvědčovat ze zla, které jsem páchal. Žil jsem s pocitem, že mě tohle nemůže Bůh nikdy odpustit. Měl jsem hrozně stavy úzkosti, kdy jsem nemohl dýchat. Báł jsem se probudit, že zase budu prožívat utrpení a bolest.

Nechtělo se mi žít a neustále jsem si kladl otázku, co je teď s Jitkou. Byl jsem přesvědčen, že za to, co jsem udělal, se mnou nebude. Věděl jsem, že bych si to i zasloužil. V tomto zoufalství jsem napsal vězeňské kaplance, které jsem svěřoval své pocity, že se cítím, jako by ve mně něco zemřelo. Řekl jsem jí, že mám strach i o Jitku. Slibila mi, že zavolá bratru Valešovi a zeptá se. Po krátkém rozhovoru řekla, že mě všichni pozdravují, Jitka je v pořádku a byla na bohoslužbě. Bůh mi skrze kaplanku dal sílu znovu se nadechnout. Obdržel jsem novou naději. Byl jsem ujištěný, že jsem pořád Boží dítě. Dostal jsem odvahu znovu otevřít Bibli, litoval a vyznával jsem hříchy upřímně ze srdce. Zažíval jsem to, co David v Žalmu 51, kde říká:

Smiluj se nade mnou, Bože, pro milosrdenství svoje, pro své velké slitování zahlad' moje nevěrnosti, moji nepravost smyč ze mne dokonale, očist' mě od mého hříchu!

Zkroušený duch, to je oběť Bohu. Srdcem zkroušeným a zdeptaným ty, Bože, nepohrdáš!

Pavel Kadaší: *Cesta z pekla*, str. 78-79

5

TRÉNINK VĚZNĚ

dřep s oporou (dlaně položit na stůl)
začátečník 1x10, pokročilý 2x25, expert 3x50



Paul "Coach" Wade: *Trénink vězně*, str. 89-126

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Spiritualita

Nakreslete nebo namalujte svou spiritualitu nebo věci, které uctíváte.

Marian Liebmann, *Skupinová arteterapie*

SEBEPOZNÁNÍ

Závazky a jejich význam pro duševní zdraví

Text k zamyšlení a diskusi: *Všechno, o čem právě „nyní“ rozhodujeme, se „později“ stane věčnou pravdou o nás samých. A máme jen jeden život, v němž tuto pravdu spoluvytváříme.*

Nezáleží na tom, zda o tom příští generace bude nebo nebude vědět, neboť veškeré vzpomínky jednou zavane pisek měnicích se časů. Žádný životní příběh člověka, ať už probíhal jakkoli, neváží na svém konci nic.

A přesto každý spolu s ostatními utváří svým jedinečným způsobem nepopíratelnou pravdu o dějinách světa.

Lidé, kteří jsou si takového významu své existence vědomí, žijí duševně zdravěji. Jsou si vědomí především významu svých závazků, do nichž dobrovolně vstupují. S čím a s kým?

Elisabeth Lukasová: *Logoterapie ve výchově*

Viktor Emanuel Frankl, rakouský psychiatr židovského původu, autor psychoterapeutického směru *Logoterapie*, tedy terapie SMYSLEM, definoval tři opěrné pilíře lidského života:

1. Rozvíjejte **talenty** a realizujte potenciál, který do Vás byl vložen.
2. Syťte svou duši **krásou** a dobrem (příroda, kultura, umění, vztahy).
3. Rozhodujte se moudře, rozumně a **morálně správně** v mezních vyhocených rozhodujících situacích.

Viktor Emanuel Frankl, *A přesto říci životu ano.*

Jaké je Vaše vnitřní obdarování? V čem jste dobrý? K čemu máte dispozice talent? Co Vás baví?

Jak svoje talenty rozvíjíte? K čemu tím směřujete? Co očekáváte?

Kdy jste se ocitl v hraniční životní situaci? Jak jste se rozhodl ji vyřešit? Co Vás vedlo? Strach? Emoce?

Podlehl jste nátlaku nebo manipulaci někoho jiného?

Náměty k diskusi: potřeby, hodnoty (změny, individualistické, stability, sebetranscendentní), skupinové hodnoty, sounáležitost s vrstevnickou skupinou, oblékání jako součást sebevyjádření, vlastní rozhodnutí, svědomí, morálka, zodpovědnost, věrnost slibu, statečnost

Důležité kroky

Poznal jsem, že bez společenství věřících lidí se člověk v tomto světě znovu ztratí a sám neobstojí.

Zvlášť lidé s těžkou minulostí jsou bez Boha ztraceni. Já sám jsem všechny staré známé opustil a nahradil je přáteli v církvi. Někdo by řekl, že je hrozné všechny opustit, ale pokud chce člověk začít nový život v Kristu, je potřeba, aby začalo všechno nově. Držel jsem se hesla, že je lepší mít kolem sebe pár dobrých přátel než stádo beranů.

Největší riziko pro lidi opouštějící věznic je návrat ke starým kamarádům nebo známým. Ti je znovu stáhnou do starého způsobu života. Člověk je po propuštění jakoby otevřený, náchylnější, slabší, méně odolný vůči špatným vlivům, tlakům a svodům.

Přestože jsem všechny opustil, cestou do Jablonce jsem potkal starého známého. Doslova se na mně přilepil a pořád se mnou chtěl něco řešit. Jitka nastartovala auto a já musel normálně utéct a naskočit do auta.

Jenom prohodil s úšklebkem, že mě dostala ženská, že mě má pod pantoflem. Neřešil jsem to, byl jsem rád, že mám Pána Ježíše a sbor.

Další výhrou bylo přestat navštěvovat restaurace, hospody a herny, úplně jsem přestal pít alkohol.

Uvědomoval jsem si, že mám sklony k závislostem, a nechtěl jsem, aby ďábel přes alkohol našel skulinku do mého srdce. Drogová závislost se totiž lehce může změnit v závislost na alkoholu. Hodně lidí dělá chybu, že nebude fetovat, ale občas si skočí na pivo. Buď to časem přeroste v alkoholismus, nebo se napije a bude mít nižší schopnost sebeovládání. Když potká dealera, otupen alkoholem si myslí, že pro jednou se nic nestane a vrátí se ke starému životu. Protože jsem byl závislý i na automatech, myšlenky podívat se do herny byly nabídkou od ďábla. Modlil jsem se, abych měl sílu odolat. Přecházel jsem na druhý chodník, abych nešel kolem té herny. Skoro po šesti letech mohu říci, že jsem díky Bohu do herny už nikdy nevstoupil, nepiji, nedal jsem si drogu.

Pavel Kadaší: *Cesta z pekla*, str. 85-86

6

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Okno

Představte si svou budoucnost.
Nakreslete okno a pohled ven.
Co vidíte?

Marian Liebmann: *Skupinová arteterapie*

TRÉNINK VĚZNĚ

horizontální shyb (úchop za desku stolu)
začátečník 1x10, pokročilý 2x25, expert 3x50



Paul "Coach" Wade: *Trénink vězně*, str. 127-162

ZAVÁDĚNÍ ZMĚNY

Jak mohu prosadit žádoucí změnu ve vztahu, v rodině, v kolektivu, na pracovišti? Je zapotřebí:

Mít jasnou **VIZI**. Čeho chci dosáhnout? Proč?

Jasně **KOMUNIKOVAT**. Vyjednávat. Nepoužívat manipulaci, nepřiměřený nátlak, násilí.

ZDŮVODŇOVAT změnu. Co když ostatní změnu nepotřebují a nevyžadují? Potřebují znát důvod.

VYSVĚTLOVAT přínosy změny. Stručně a jasně vysvětlit, co navrhovaná změna ostatním přinese .

Najít **ZASTÁNCE** změny, získávat pro změnu lidi.

Udržovat **JISTOTU**, že když nastanou změny, ostatní ani vás to v ničem neohrozí.

Dodávat **ODVAHU**.

Volit **PŘIMĚŘENÉ TEMPO** změny.

Publikovat **ÚSPĚCH**. Úspěch nás velmi motivuje pokračovat v započaté cestě.

ZAKOTVIT ZMĚNU ve vztahu, v rodině, ve firemní kultuře. Praktikovat nové přístupy, jednání, chování.

R. Lukášová , I. Nový: *Organizační kultura a její změna*

V jaké oblasti svého života nejste spokojený? Jaká změna by prospěla?

Představte si, že vše je záračným mávnutím kouzelného proutku skvělé. Jaký je rozdíl mezi dnešní realitou a situací po zázraku? Co se změnilo? Co děláte jinak? Co dělají jinak ostatní?

Sepište si seznam změn, které byste rádi udělali.

Náměty k diskusi: změna chování (kritické myšlení, násilné chování), úspěch, neúspěch, omyl, změna vztahového rámce, převedení emoce na problém, aktivita, pasivita, příčiny a následky prohry

Radikální změna

V prvních třech letech společného života jsme odstranili všechny rušivé vlivy jako televize, počítač a internet. Soustředili jsme se na vnitřní obnovu mysli a srdce. Neustále jsme četli Boží Slovo, křesťanskou literaturu, přestali jsme poslouchat jakoukoli hudbu kromě křesťanských písní a chval. Při práci, na procházce nebo cestou do práce i při usínání jsem neustále poslouchal kázání, oblíbil jsem si zvláště Alexandra Barkociho ze Slovenska. Navštěvovali jsme biblické hodiny a dodnes je navštěvuje minimálně jeden z nás. Zavedli jsme doma rodinné večerní bohoslužby s dětmi, které se staly tradicí. Obrovské působení Božího slova mělo vliv na náš rychlejší duchovní růst, docházelo k uzdravení v mnoha oblastech. Po dvou letech přestala Jitka mít těžké deprese. Jako nevěřící skončila až desetkrát na psychiatrii. Pamatuji si začátky, kdy svoje deprese řešila alkoholem a úplnou izolací od okolního světa. Poté, co uvěřila a vzala to s Bohem vážně, jsem ji obdivoval. Klečela na kolenou a volala k Bohu a Bůh ji uzdravoval. I u mně docházelo k uzdravení psychiky a myšlení. Pán prodlužoval doby mezi mými výbuchy hněvu. Nejdříve každý třetí den, pak jednou za týden, za dva týdny, za měsíc a po pěti letech jsem ve fázi jednou za půl roku. Jsem rád, že je Jitka se mnou trpělivá a mrzí mě, když ji nebo dětem naženu strach. Modlím se za to, abych se dokázal ovládat. Všude jinde se mi to daří, ale doma mám ještě občas problém.

Pavel Kadaši: *Cesta z pekla*, str. 96-97

Ovoce Božího Ducha je láska, radost, pokoj, trpělivost, laskavost, dobrotu, věrnost, tichost a sebeovládání. (Galatským 5,22-23)

7

DECHOVÉ CVIČENÍ PROTI STRESU

Buddhistická metoda zvládnání špatných myšlenek

1. uvědomte si špatné myšlenky z odstupu
2. vyvolejte myšlenky opačné
3. uvědomte si negativní následky špatných myšlenek
4. hledejte kořeny těchto myšlenek
5. Zatněte zuby, přitlačte jazyk k dásním a špatné myšlenky tak překonejte

- nacvičujte vědomou práci s myslí
- soustřeďte se na konkrétní činnost
- nereagujte hned, emocionálně, bez rozmyslu
- buďte připraven kdykoli na cokoli
- ukotvujte se, odpoutejte se od příliš abstraktních myšlenek
- zvládejte vědomě myšlenky, stres a silné emoce dokud jsou slabé
- odvádějte pozornost k něčemu jinému, konkrétnímu, pozitivnímu
- poraďte se s někým důvěryhodným
- využívejte vlastní schopnosti, talenty a dovednosti
- nehrabejte zběsile, když jste „na dně“ propadl byste níž
- čekejte, nespěchejte, uklidněte se, hledejte řešení
- lehce se usmívejte, tím povolí se zařátá čelist; povolená čelist
- signalizuje, že situace je bezpečná (není třeba nikoho kousnout)
- pěstujte a používejte HUMOR!!!
- těšte se na něco
- pěstujte zdravé pozitivní emoce (laskavost, klid, pohoda)
- opatřujte si pravdivé informace v dostatečném množství
- používejte autosugesce: *Žiji zdravě, žiji moudře, ovládám se za všech okolností.*

Náměty k diskusi: emoce, strach, násilí, agrese, zdravá míra agresivity, asertivita, zvládnání agresivity, rizikové situace a rizikovní lidé, styly myšlení, změna a volba

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Emoce jako bytosti

Představte si, že by se emoce (strach, deprese, radost, zlost) proměnily v kladné nebo záporné bytosti. Pokud by deprese byla postava, jak by vypadala? Nakreslete tyto bytosti a přemýšlejte, co dělají a jak mluví s Vámi a mezi sebou.

Marian Liebmann, Skupinová arteterapie

ZVLÁDÁNÍ EMOCÍ

Karel Nešpor: *Návykové chování a závislost*

President Roosevelt řekl: *Strach můžeme mít jenom ze strachu samotného.*

Co na to **CHUCK NORRIS**? *Neměj strach ze strachu. Jen ti lže. A snaží se tě rozhodit a ochromit. Nemyslím si, že strachy jsou samy o sobě špatné. Jenom když jim dovolíme, aby nám ovládaly život. Je potřeba, abychom se svým strachům postavili - opakovaně, i kdyby jen dětskými krůčky, dokud se nevymaníme z jejich sevření. Strach je uznaná nepřítomnost Boha. Je to přímý protiklad víry znamenající i důvěru.*

Jaký je doopravdy Chuck Norris

Duchovní podstata strachu

Text k zamyšlení a diskusi: Svazující strach je více než negativní emoce. Nejde jenom o představu či rodinný rys předávaný z generace na generaci. *Strach je duch.* Zlí duchové jsou živé inteligentní bytosti, působí v duchovním světě. Jejich cílem je útočit a věznit nás v nás samých. Svůj vliv pak rozšiřují z jedné generace na další, posilují naše strachy, okrádají nás o pokoj a fyzicky i duchovně nás ničí. Takto jedná pod vedením svého podlého vůdce, Satana (Děbel). Satan má k dispozici nespočetné množství legií zlých duchů (démonů), kteří uskutečňují jeho ničivé dílo mezi lidmi. Duchové pracují ve skupinách či klanech. Čím větší je uskupení duchů stejného druhu, tím větší sílu v dané oblasti mají. Tyto pevnosti se nacházejí v duši člověka - v jeho mysli, emocích a vůli, stejně jako v těle. Duch člověka, který není křesťan, může být démony obsazen. V křesťanech přebývá Boží Duch, démoni na něj útočí v oblastech duše a těla. Strach jsou duchové. Je tak dobré, když rozpoznáme, že se z jejich pout můžeme vymanit! Musíme však pochopit, že vysvobození od strachu potřebujeme a že nás duchové strachu spoutávají.

Bible hovoří o božení pevností či opevnění pomocí duchovních zbraní:

Graham Powell: *Už se nebojím*

Zbraně našeho boje nejsou světské, nýbrž mají od Boha sílu bořit hradby. (2Kor 10.4)

Sám Hospodin půjde před tebou, bude s tebou, nenechá tě klesnout a neopustí tě; neboj se a neděs. (Deut 31.8)

TRÉNINK VĚZNĚ

přednožení pokrčených nohou v lehu
začátečník 1x10, pokročilý 2x25, expert 3x50



Paul "Coach" Wade: *Trénink vězně*, str. 163-199

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Zahrada mého srdce

Nakreslete svou ideální zahradu nebo krajinu.
Můžete rovněž nakreslit své oblíbené místo, nebo naopak místo, které nemáte rád.

Marian Liebmann: *Skupinová arteterapie*

S ČÍM SE KAŽDODENNĚ POTÝKÁME?

Strach a nejistota, obavy

Běžná reakce: zaměřím se na sebe, na já a moje. Snažím se o nezávislost.

Funkční strategie: Žijeme ve světě *vzájemnosti*, nejdůležitější věci o které usilujeme vyžadují spolupráci.

Chci to hned. Předpokladem úspěchu je *dlouhodobý rozvoj a růst* potenciálu, který zajistí úspěch v budoucnu.

Obviňování a svádění viny

Běžná reakce: ze svých problémů obviňujeme někoho nebo něco.

Funkční strategie: přijmout *odpovědnost* za situaci vyžaduje *odvahu a pokoru iniciativně* a tvořivě situaci řešit.

Beznaděj

Běžná reakce: obviňování plodí cynismus a beznaděj. Pokud uvěříme, že okolnosti a prostředí určují náš život, ztratíme naději a životní elán, rezignujeme a stagnujeme; tento stav vyvolává zábrany a deprese.

Funkční strategie: princip *růstu a naděje:* tím, kdo formuje můj život jsem já sám.

Nedostatek rovnováhy

Běžná reakce: snaha přizpůsobit se rychlým změnám ve společnosti, vyhovět celospolečenskému tlaku udělat a dosáhnout víc, dostat se dál, jednat efektivněji.

Funkční strategie: *rovnováha, duševní klid a vyrovnaná mysl*, jasně si uvědomovat svoje *nejvýznamnější priority*, zaměřit se na ně a žít *důsledně v souladu s nimi*

Co mi to přinese?

Běžná reakce: sami sebe stavíme na první místo; ostatní bereme jako konkurenty.

Funkční strategie: myšlení *prochnuté mentalitou hojnosti*, nesobecké myšlení na základě *vzájemného respektu* zaměřené na *vzájemný prospěch*.

Touha být chápán

Běžná reakce: toužíme po porozumění a pochopení, být vyslyšen, respektován a vážen, mít vliv.

Funkční strategie: vliv získám, pokud druhý vycítí, že ho chápu, pozorně mu naslouchám, přijímám jeho názory.

Kde není důvěra (pokrytectví, neupřímnost), **chybí základ trvalého úspěchu**. **Chceme-li uspět, musíme být v prvé řadě dobrými lidmi.** Lidské vztahy jsou přirozeným systémem který podléhá zákonu zasévání a sklizně.

Velkých dalekosáhlých změn docílíme pouze tehdy, **přestaneme-li se zabývat svými chybnými postoji a chováním** a začneme se **zabývat kořeny** z nichž tyto postoje a chování vyrůstají.

Stephen R. Covey, *7 návyků skutečně efektivních lidí*

Zrovna když jsem si dělal starosti, že nemáme peníze, potřeboval jsem nutně na léky pro Jitku. Dostal jsem za úkol sbírat papírky podél silnice s chňapkou v ruce. Pořád jsem přitom přemýšlel, kde vezmu peníze. Začal jsem se propadat do beznaděje a modlil se, aby mi Pán Bůh nějak pomohl. V tu chvíli jsem za svodidly u silnice viděl papírky, ale nechťelo se mi tam. Byl jsem unavený z neustálého shánění peněz, ale řekl jsem: *Pane Bože, kvůli tobě budu pracovat poctivě a půjdu tam*. Přešel jsem svodidlo a chňapl po tom papírku. Koukám, že je nějaký zvláštní, podíval jsem se blíž a čtu 10 Euro. Jelikož jsem v životě žádná Eura neviděl, nebyl jsem si jistý. Odpoledne jsem navštívil psychiatra, ke kterému Jitka chodila a mezi řečí jsem řekl: *Pane doktore, dneska jsem něco našel, ale nevím, jestli jsou to peníze*. Podíval se a řekl mi: *Pane Kadaši, našel jste dobře*. A já chválil Boha, že se o nás stará. Nakoupil jsem a ještě mi zbylo na léky.

Pavel Kadaší: *Cesta z pekla*, str. 92

9

TRÉNINK VĚZNĚ

přímý most (sed, natažené nohy, vzpor na rukou, záklon)
začátečník 1x10, pokročilý 2x25, expert 3x50



Paul "Coach" Wade: *Trénink vězně*, str. 201-236

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Nakreslete tři svoje přání.
Přemýšlejte, jak souvisí s vašimi
vztahy a komunikací s ostatními?

Marian Liebmann: *Skupinová arteterapie*

KOMUNIKACE

ČASTÉ CHYBY V KOMUNIKACI

Strach ze sebeprojevení

Sebepředstavení a sebeskrytí: zdroj nemluví za sebe, skrývá se za obecné *ono se, my, to*.

„Poselství o tobě“: *Musíš mi pořád skákat do řeči?* (chybně) X *Vadí mi, když mi skáčeš do řeči* (správně)
V těhle kalhotách vypadáš fakt blbě (chybně) X *Ty kalhoty jsou blbě, nemáš lepší?* (Správně)

Demonstrativní sebesnižování (skryté volání po ocenění): *Já jsem prostě úplně nemožná*.

Chyby ve vnímání druhého

Projekce: duševní pochody, které probíhají ve mně vidím (chybně) na druhém

Přenos: do osoby druhého přenáším špatnou zkušenost, kterou mám s někým třetím

Rozpor ve výrazu a sdělení



Chyby v příjmu

Chybné sebepojetí příjemce: přijímá poselství, jako by potvrdzovalo jeho negativní sebeobraz. Vzniká začarovaný kruh negativního sebepotvrzování, ustaluje se jeho negativní sebehodnocení.

Chybný obraz, který má příjemce o zdroji: příjemce si myslí, že ví, jak to ten druhý myslí.

Korelovaná poselství: příjemce si dosazuje nevyslaná pokárání.

CO MŮŽE KOMUNIKACI ZLEPŠIT

Věcnost

To sem nepatří (držet se tématu).

Problémy mají přednost (převést emoci na problém)

Rozlišit věcnou a vztahovou rovinu (mám tě rád, ale nelíbí se mi, když se chováš tak a tak, když děláš to a to)

Zveřejněné téma a skutečný problém (jsi příšerná X moc utrácíš)

Naslouchání čtyřma ušima



F. Schulz von Thun: *Jak spolu komunikujeme*

Témata k diskusi: sociální a komunikační dovednosti (neverbální komunikace, konflikt, asertivita); vztahy, partnerství, rodičovství, konflikt, předcházení konfliktům, řešení výhra/výhra, verbální a neverbální komunikace

Poslušnost a důvěra

Bylo hrozně důležité, že jsem měl k bratru Valešovi (kazatel CB Jablonec n. Nisou, který pravidelně v roli duchovního dochází do věznice Rýnovice) důvěru, dokázal mu otevřít své srdce, byl mu poslušný, že jsem dal na jeho rady. Na začátku jsem byl jako mrzák, který potřebuje pomoc se životem.

Pokud nemá vážně postižený člověk pomoc, jeho život je o mnoho těžší a dříve nebo později se stane, že kvůli postižení nějaké věci v životě nezvládne. Většina lidí, kteří uvěří ve vězení, dělá velkou chybu, že se nechtějí nechat vést a málokdy poslechnou rady od zkušených bratrů. Nechtějí si připustit, že jsou postižení a potřebují pomoc. Hodně vězňů je ve vězení nadšených vírou, mají dobrou předsevzetí na ven, ale pak je starosti a pokušení převálcují. Většinou tehdy, když nemají vedle sebe zkušenějšího bratra, který by jim pomohl, nejsou otevření radám nebo jestliže to nevezmou s Bohem opravdu vážně.

Je velice důležité, aby se člověk naučil podřizovat starším a zkušenějším. Kdo se dokáže takto podřídít, podřídí se snáz i Bohu. Je důležité, aby byl Bůh skutečně Pánem v našich životech.

Pavel Kadaší: *Cesta z pekla*, str. 78

10

TRÉNINK VĚZNĚ

stoj na rukou u zdi
začátečník 1x10, pokročilý 2x25, expert 3x50



Paul "Coach" Wade: *Trénink vězně*, str. 237-272

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Čára života

Nakreslete svůj život jako čáru nebo řeku. Na ni zaznamenejte jednotlivé důležité výjevy a události. Svou minulost, přítomnost a budoucnost, ve kterou doufáte.

Marian Liebmann: *Skupinová arteterapie*

PLÁNOVÁNÍ, CÍLE

Cíle se týkají nejen toho, čeho chcete dosáhnout, ale i toho, kým chcete být.

Cíle mohou být **krátkodobé** (dívat se na televizi) nebo **dlouhodobé** (vystudovat, postavit dům) **mělké** (jít na diskotéku) nebo **hluboké** (něco vyzkoumat) **úzké** (vlastní zájmy) nebo **široké** (skloubit profesi a rodinu, být prospěšný ostatním) **realistické** (něco vyrobit nebo opravit) nebo **iluzorní** (být všemohoucí, vyhrát milion)

Jaro Křivohlavý: *Psychologie smysluplnosti existence*

Navrhněte alespoň 30 osobních cílů pro svůj život.

Pokud se Vám podaří, navrhněte jich 100.

Nenechte se odradit momentální situací, zdravotním stavem, množstvím financí, rodinnou situací.

Prostě ničím. Zkuste snít a přát si bez jakýchkoli omezení.

Seznam si napište. Kolik přání jste si napsali? Týkají se několika málo oblastí, nebo jsou různorodá?

Co Vám brání snít a přát si něco víc?

Až se Vám podaří některé přání splnit, označte si ho.

Náměty k diskusi: budoucnost, plánování změny, SMART cíle, sebeřízení, time management, pravidla plánování času (důležité/nedůležité, naléhavé nenaléhavé), potřeby, hodnoty, síly, zdroje, strategie

Dluhový kříž

Další věci, ve které nás Pán Bůh měnil, bylo stavět se zodpovědně vůči svým dluhům a závazkům. Začali jsme obvolávat soudy a různé firmy, u kterých jsem si vzpomněl, že mám dluh. Dluhy jsou jako chobotnice, musíte utínat chapadlo jedno po druhém. Začali jsme všude rozesílat aspoň dvě stovky měsíčně, i když jsme věděli, že to sotva pokryje penále. Dluhy nám berou dodnes mnoho energie. Praktiky a nenasytnost některých společností vezmou sílu zdravému člověku, natož nemocnému nebo vězni, který chce začít nový život. Mnoho lidí dělá chybu, že to vzdá a přestanou pracovat, když jim exekutor sáhne na plat. Také jsem měl donedávna exekuce, ale pracoval jsem dál s nadějí, že jednou se dluhy zaplatí. Víím, že je těžké přijmout fakt, že vám seberou většinu těžce vydřených peněz. Zvláště když původní dluh pět set korun vyroste na osmnáct tisíc. Je pravda, že první dva roky jsme jen těžce hledali naději, že to skončí. Vzdali jsme se pohodlí auta, jehož prodejem jsme pokryli také nějaký dluh. Až po pěti letech jsme si koupili první jídelní stůl. Celou dobu jsme používali nábytek pronajímatele a dodnes používáme například jeho skříně. Ale Bůh se o své děti stará. Neměli jsme přebytek, ale vždycky se postaral o základní potřeby. Do současné doby žijeme na hranici životního minima. Kvůli dluhům nás čeká ještě asi pět let splácení. Někdy je to těžké, protože máme větší výdaje na léky nebo na školní potřeby. Mnohokrát nás svíraly úzkosti, co s námi bude, ale opírali jsme se o Boží ujištění: Proto vám pravím: Nemějte starost o svůj život, co budete jíst, ani o tělo, co budete mít na sebe. Což není život víc než pokrm a tělo víc než oděv? Pohleďte na nebeské ptactvo: neseje, nežne, nesklízí do stodol, a přece je váš nebeský Otec živí. Což vy nejste o mnoho cennější? Kdo z vás může o jedinou píď prodloužit svůj život, bude-li se znepokojovat? (Matouš 6,25-27)

Pavel Kadaší: *Cesta z pekla*, str. 90-91

11

DECHOVÁ CVIČENÍ PROTI STRESU

Pomalé dýchání přispívá k celkovému zklidnění. Pomalu, klidně, plynule a soustředěně dýchejte nosem. Dbejte na uvolněnou polohu těla s narovnanou páteří. Procvičujte hlavně prodloužený výdech nosem, aby trval dvakrát déle než nádech. Na konci výdechu dech zadržte. Cvičte alespoň 10, lépe 15-30 pomalých dechů.

Ján Praško, Jana Prašková: *Protí stresu krok za krokem*

ARTETERAPEUTICKÉ CVIČENÍ

Ostrov

Nakreslete ideální ostrov, na kterém byste chtěl žít. Navštivte ostrovy ostatních, diskutujte o tom, co na svých ostrovech mají a proč.

Marian Liebmann: *Skupinová arteterapie*

Anonymní narkomani

Videňská 225/3 (K-centrum), Brno
731 172 953, 775 981 868
anonymni.narkomani@gmail.com,
anonymni-narkomani.webnode.cz

Bílý kruh bezpečí

Bezplatná linka pomoci 116 006
www.bkb.cz/kontakt/ceska-republika

Charita

Vladislavova 12, 110 00, Praha 1
296 243 330
sekretariat@charita.cz
www.charita.cz

Institut Krista Velekněze

059 73 Žakovce 30, Slovensko
052/4313912
ikv@ikv.sk
www.ikv.sk

Laxus z.ú.

Krunertova 425, 500 04 Hradec Kr.
495 401 565
laxus@laxus.cz
www.laxus.cz

Maltéžská pomoc

Lázeňská 2, 118 00 Praha 1
257 534 935
info@maltezskapomoc.cz
www.maltezskapomoc.cz

Mezinárodní vězeňské společenství

Balbínova 550/10, 120 00 Praha 2
602 308 210
info@prisonfellowship.cz
prisonfellowship.cz

Most k naději o.s.

P. Jilemnického 1929, 434 01 Most 1
linka duševní tísně 476 701 444
www.mostknadeji.eu

Naděje

K Brance 11/19e, 155 00 Praha 5
420 222 521 110
nadeje@nadeje.cz
www.nadeje.cz

Nová šance

Stará cesta 121/6, Hrušov, 711 00 Ostrava
731 265 982
nova.sance@koblov.cz
www.koblov.cz/tp://www.koblov.cz

Podané ruce

Videňská 225/3, 639 00 Brno
777 916 285
info@podaneruce.cz
www.podaneruce.cz

Rubikon Centrum, z.ú.

Korunní 101, 130 00 Praha 3
739 470 408
info@rubikoncentrum.cz
www.rubikoncentrum.cz

KONTAKTY

Sananim

283 872 186
office@sananim.cz,
www.sananim.cz/o-nas/kontakty.html

Sdružení azylových domů

Kollárova 450/16, 709 00 Ostrava
info@azylovedomy.cz
www.azylovedomy.cz

Teen Challenge

Na Bendovce 103/24, 181 00, Praha 8
733 788 788
teczech@gmail.com
www.teenchallenge.cz

Terapeutická komunita Bílá Voda

Ves Bílá Voda 1, 790 69 Bílá Voda
588 517 555, 584 413 208
kontakt@olu.cz
www.pnmo.cz/20345/kontakty

Vězeňská duchovenská péče

Soudní 1a, 140 67 Praha 4
244 024 435
vdp@dpct.eu
www.vdpcr.eu

Za branou, z.s.

Krakovská 21, Praha 1
775 722 784
zabranou@gmail.com
www.zabranou.cz

Chales Colson byl kriminálník a ateista. Ve vězení našel víru v Boha a obrátil se ke Kristu. Založil mezinárodní organizaci **PFI, Prison Fellowship Organisation**. V ČR působí pod názvem **MVS, Mezinárodní Vězeňské Společenství** a věnuje se odsouzeným, propuštěným a obětem trestných činů.

David se seznámil i s muži, které obrácení ke Kristu zcela změnilo. Jeden z nich, Louis Lincoln, obrovitý černoch s účesem na pankáče, byl zavřený za vraždu, ale David by jej nyní bez váhání doporučil jako pěstounku k miminku. Přestože Louis vyfasoval doživotí bez možnosti odvolat se, dokázal se radovat ze života způsobem, který Davida doháněl až k pláči nad vlastním nedostatkem vděčnosti vůči Bohu.

Rick vychovávali dědeček s babičkou. Potom, co byl vyloučen ze střední školy, pracoval rok u pumpy a teď seděl kvůli vloupačkám. David mluvil s Rickem týden co týden a postupně se mu podařilo přivést hocha k tomu, aby si dodělal střední školu a aby se ve vězeňské dílně snažil co nejvíce naučit truhlářskému umění. Rick skutečně pokroky pomalu, ale ve skutečnosti prožil během devíti měsíců pozoruhodnou změnu.

Lidé těla myslí na věci těla, ale lidé Ducha na věci Ducha.

Tělesné smýšlení vede ke smrti, ale smýšlení Ducha k životu a pokoji. (Řím 8.5-6)

Charles Colson: *Jak milovat Boha*

12