

ČÍTANKA



Obsah

1	Úvod a pravidla	4
2	Skupiny a program	5
2.1	Denní program.....	8
2.2	Pracovní terapie.....	9
2.3	Další položky harmonogramu	13
3	Pravidla a režim komunity	16
3.1	Program speciál	18
4	Další pravidla	18
4.1	Výjezdy a opouštění komunity	20
4.2	Pravidla telefonování a dopisování	22
5	Práce s garantem	23
7	Fáze	24
	Nultá fáze (1 - 2 měsíce)	24
	Životopisná (autobiografická) skupina	25
	První fáze (3 měsíce, v ojedinělých případech max 5 měsíců).....	26
	Druhá fáze (4 – 5 měsíců)	27
	Třetí fáze (1 – 2 měsíce).....	28
	Struktura rekapitulační skupiny	28
	Ukončení pobytu	29
	Odchod z léčby v komunitě před řádným termínem	29
8	Spolupráce s rodinou	30
9	Posilovací léčba a stabilizační léčba	31
10	Práva a povinnosti klienta TK	32
10.1	Listina práv klientů	32
10.2	Platby za poskytované služby	34
10.3	Přijímání darů od tebe či tvých blízkých.....	34
11	Podávání stížností.....	35

1 Úvod a pravidla



Milá klientko, milý kliente, vítáme tě v terapeutické komunitě Magdalena. Tento dokument obsahuje nejdůležitější informace, které potřebuješ vědět. Prosím, dávej pozor a nezapomeň si vše čas od času připomínat...

K tomu, abychom v naší komunitě udrželi zdravou a léčivou atmosféru, je potřeba, abychom všichni respektovali kardinální komunitní pravidla.

Kardinální komunitní pravidla

- **Pravidlo abstinence**
 - tj. abstinence od drog (včetně manipulace s nimi), alkoholu, hazardních her a distanc od lidí pod vlivem.
 - pro dodržování abstinence je nezbytné, abys nekonzumoval žádné potraviny ani sladkosti s příchutí alkoholu ani s alkoholovou trestí (Margotka, pralinky apod.), potraviny s makovou náplní, nealkoholické pivo (př. Birell) ani energetické nápoje. Suchý barák a čisté prostředí je naprosto nezbytné, rovněž čisticí prostředky či vlhčené ubrousky s alkoholem nejsou povoleny. Informuj o tom rodinu, aby nevozili nic s příchutí alkoholu (bábovka, cukroví, marmeláda).
- **Pravidlo nenásilí**, tj. zdržení se fyzického a psychického násilí vůči druhým i sobě v jakékoli formě.
- **Pravidlo zdrženlivosti**, tj. zdržení se sexuálního kontaktu a navazování

milostných
a výjimečných vztahů mezi sebou navzájem.

- **Pravidlo rozhodování**, tj. akceptování společného rozhodnutí komunity.
- **Pravidlo účasti**, tj. povinná účast na veškerém programu TK Magdalena.

2 Skupiny a program

Terapeutická skupina je jedna ze základních technik, která k léčebným účelům využívá skupinovou dynamiku, tj. „vztahy a interakce jak mezi členy skupiny a terapeutkou/terapeutem, tak mezi členy navzájem“. Slouží přitom k dosažení náhledu a pochopení tvých postojů, změně starých a nezdravých vzorců chování, zprostředkování znalostí o interpersonálních procesech, podpoře zrání tvé osobnosti a k odstranění některých symptomů onemocnění (ať už nácvikem nebo vyřešením interpersonálních či intrapsychických konfliktů).

Denní program v komunitě se řídí podle denního harmonogramu, který je na další stránce.

Terapeutické skupiny jsou následující:

- **interakční skupina** – slouží k průběžnému ošetření skupinových vztahů, napětí, nevyříkaných informací, nejasností, přenosů atd.
- **dynamická skupina** – skupina sloužící k řešení aktuálních situací nebo osobních témat důležitých pro jednotlivce
- **hodnotící skupina** – probíhá v pátek a v neděli, kde členové komunity hodnotí předešlé dny (výjezd, individuál, volný čas atd.), v pátek se přednáší měsíční plán

Také zaměřené skupiny:

- **ranní komunita** – Ranní komunita je hlavním a (s výjimkou neděle) každodenním fórem, na němž se setkávají všichni členové komunity. Je řízena šéfem baráku. Slouží hlavně k vyjádření a případnému ošetření aktuálních nálad, jak u jedinců, tak v celé skupině, k pravidelnému reflektování průběhu léčby, drobných úspěchů či neúspěchů (tj. *hodnocení*) a k řešení technických a provozních záležitostí.
- **arteterapie, keramika** – skupiny zaměřené na výtvarné vyjádření, a to různými způsoby tvorby
- **drama terapie**
- **prevence relapsu** – skupina zaměřená na osvojení základních dovedností souvisejících se zvládnutím krizových situací
- **tematická skupina** – připravuje vždy jeden člověk na vybrané téma, o kterém hovoří po dobu skupiny
- **samořídící skupina** – je program vedený druhými fázemi léčby v čele s šéfkou/šéfem domu. Na tomto programu se v pátek po Hodnotící skupině domlouvá podoba a náplň příštího týdne (funkce a jejich obsazení, výjezdy, doprovody, práce, výlet, večerní program – tematické skupiny atd.). Dále si klienti/klientky sami vyhodnocují naplňování svých měsíčních plánů (co už mají, co ne, proč?). Zbývající čas je možné využít pro jakoukoliv jinou aktivitu (vztahy, řešení problémů, napětí, nejasnosti...), která pomáhá skupině a jejímu fungování.



A v neposlední řadě máme:

Mimořádná skupina – právo svolat mimořádnou skupinu má každý člen/členka komunity v případě, že cítí potřebu neodkladně řešit osobně naléhavou situaci (ohrožení sebe, komunity či jejích společných zájmů). Obvykle by měla být kratší než 15 min a měla by sloužit jen k ošetření krizové situace a k případnému domluvení se, kdy se téma bude řešit dále řádně. Pokud je to možné, měla by být dopředu oznámena službukonající terapeutce/terapeutovi.

Velká komunita (VK) – koná se vždy první pondělí v měsíci. Jedná se o významný rituál, na kterém se sejdou všichni členové komunity a zhodnotí se předcházející měsíc. Na velké komunitě je možné přestoupit do vyšších fází léčby či léčbu řádně ve 3. fázi ukončit tzv. „odchodovým rituálem“. Je pojmána jako slavnost celé komunity a všichni se náležitě obléknou. Poté následuje společná večeře.

Výroční komunita – koná se 1x do roka, velká slavnostní akce, na kterou přijíždí bývalí klienti komunity

Životopisná (autobiografická skupina) – skupina pro klienta v 0.F jejíž úkolem je seznámit skupinu se svým životním příběhem. Na vypracování si můžeš vybrat 2 možnosti ztvárnění – malování „řeky života“ nebo „osy života“, kde popíšeš 8 nejdůležitějších oblastí ve tvém životě. Přípravu na životopisnou skupinu (ztvárnění řeky, či osy života) můžeš vypracovávat ve svém volném čase nebo místo interakční skupiny či páteční hodnotící skupiny po zažádání na ranní komunitě. Podrobněji je příprava na životopisnou skupinu popsána na stránce o 0.F.

Rekapitulační skupina – pro klienty ve 3.F před odchodem z komunity, může být místo tematické skupiny. Žádost o rekapitulační skupinu musíš přednést na ranní komunitě ve

čtvrtek, týden před plánovanou skupinou. Před skupinou vypracovááš zadané otázky, podrobněji je příprava na rekapitulační skupinu popsána na stránce o 3.F.

Za tvoji snahu a práci na sobě můžeš získat speciální odměny:

SKOKAN MĚSÍCE – za největší posun/změna v terapii za daný měsíc.

- na velké komunitě dostaneš malý dárek
- Vyhlášení proběhne na Velké komunitě před hodnocením daného měsíce. Hlasování proběhne formou hlasovacích lístků do neděle před VK. Na jednu stranu lístku napíšeš, koho vybíráš a na druhou stranu proč a svůj podpis, lístek vhodíš do schránky na stížnosti a nápady.
- Můžeš být odměněn i opakovaně.

2.1 Denní program

	pondělí	úterý	středa	čtvrtek	pátek	sobota	neděle
6.30	budíček	budíček	budíček	budíček	budíček	budíček 7.30	-
6.40	rozsvička	rozsvička	rozsvička	rozsvička	rozsvička	Rozsvička 7.40	-
7.00	snídaně	snídaně	snídaně	snídaně	snídaně	snídaně 8.00	snídaně 9.00
7.30 – 8.30	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	-	-
8.45 – 9.45	ranní komunita	ranní komunita	ranní komunita	ranní komunita	ranní komunita	ranní komunita	-
10.00 – 11.00	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	10.00 - 17.00 výlet	-
11.15 – 12.30	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	pracovní blok	-	-
12.45	oběd	oběd	oběd	oběd	oběd	oběd	oběd
13.00	-	-	-	-	-	-	kontrola úklidu
14.00 – 15.30	program šéfa domu	skupina dynamická	sport / keramika	arteterapie	páteční hodnotící skupina	-	13.30 dávkování léků
16.00 – 17.30	interakční skupina	drama- terapie	keramika / sport	Skupina dynamická	16.00-17.00 samořídící skupina	-	14.00 -17.00 návštěvy
18.00	večeře	večeře	večeře	večeře	večeře	večeře	večeře
18.30 - 20.00	telefony	telefony	telefony	telefony	telefony	telefony	telefony 9.00 – 19.00
19.30	-	kontrola úklidu	-	kontrola úklidu	-	-	-
20.00 – 21.00	od 21.30 předávání funkcí	prevence relapsu	pastorace / AA, NA /volno	tematická skupina	-	-	19.00 -20.30 nedělní skupina
22.00	psaní deníků / hygiena	psaní deníků / hygiena	psaní deníků / hygiena	psaní deníků / hygiena	psaní deníků / hygiena	psaní deníků / hygiena	psaní deníků / hygiena
22.30	večerka	večerka	večerka	večerka	večerka 24.00	večerka 24.00	večerka

2.2 Pracovní terapie

A teď k té pracovní terapii, ta totiž také léčí, učí tě nejenom novým dovednostem a znalostem, ale také zodpovědnosti, soběstačnosti, preciznosti, pečlivosti, dochvilnosti a mnohým jiným důležitým vlastnostem a zkušenostem.

Pracovní pozice se rozdělují na Samořídící skupině s platností od úterý do pondělí. Všechny funkce jsou vždy po ukončení řádně předány novému nástupci za přítomnosti šéfa/šéfky domu a terapeuta/terapeutky ve službě. Při svém výjezdu předáváš svou funkci svému zástupci, se kterým jsi předem domluvený. Ve všem jsou ti samozřejmě k dispozici pracovní terapeuti, ale některé kompetence prostě chceme nechat na tobě. Velmi důležité je si vyzkoušet nejen funkce, kdy pracuješ pod někým, ale také šéfovské pozice, kdy řídíš a organizuješ své podřízené i svoji práci, abys věděl, jak ti v tom je a jak to zvládáš...

Klienti ve 2.fázi zpravidla dostávají šéfovské funkce a plní je jeden měsíc.

PŘEHLED FUNKCÍ

Šéf/šéfka domu

- Vede první část Ranní komunity, Samořídící skupinu a pondělní Program šéfa baráku.
- Organizuje, řídí a kontroluje pracovní činnosti v komunitě.
- Spolu s pracovními terapeuty a terapeutickým týmem plánuje práci na ranní technické poradě před Ranní komunitou.
- Zodpovídá za dodržování režimu, kontroluje kvalitu práce, pořádek v domě a na pracovištích a dle možnosti se zapojuje do prací.
- Dbá na úklid pokojů a společných prostor nejen v době k tomu určené.
- Při zjištění nedostatků navrhuje body a konzultuje je s týmem, udělené body eviduje.
- Během svého funkčního období připraví program jednoho výletu a pondělních programů, které vede.
- V úterý jezdí nakupovat, vyúčtování provádí službukonajícímu terapeutovi/terapeutce. Bouchá na gong večerku, obchází a kontroluje areál a dům, zhasíná světla, zavírá okna a zamyká dveře ve společných prostorách a kontroluje, jestli je na pokojích vše v pořádku.
- Má na starosti kancelářské potřeby klientů, ručí za jejich stav, doplňování a předávání.
- Domlouvá s terapeuty porady 2. fází tzv. „dvojkovky“.
- Stará se o komunitní kroniku, pořizuje do ní záznamy o všech důležitých akcích, kterých se komunita zúčastnila.
- Režim volna a práce si řídí podle vlastních potřeb.
- Můžeš se na něj obracet, když si nebudeš vědět rady, a měl by ti dokázat poradit či nasměrovat.

Šéfkuchařka/šéfkuchař

po dobu jednoho měsíce:

- Plánuje jídelníček.
- Samostatně se stará o provoz kuchyně ve spolupráci s pracovními terapeuty.
- Vaří jídla, s čímž předkuchyňský/předkuchyňská pomáhají.
- Neúčastní se rozcvíček, režim volna a práce si řídí podle vlastních potřeb.
- Dbá na kulturu a hygienu přípravy jídel a stolování.
- Zodpovídá za pořádek v kuchyni.
- Jednou týdně doplňuje společně s pracovním terapeutem/terapeutkou jídlo do kuchyně.
- Gongem svolává k jídelní tabuli, vydává jídlo.
- Jídlo si nabírá až poslední. Pokud je někdo na výjezdu (např. u lékaře), schovává mu porci jídla.
- V pátek připravuje vegetariánské jídlo.
- Do kuchyně nikdo krom něj, kuchtíka, pekaře, pracovních terapeutů a terapeutického týmu nesmí.
- Zodpovídá za lékárníčku v kuchyni, zajišťuje doplnění potřebného materiálu a pomůcek v lékárníčce.



Šéf farmy/šéfka farmy

po dobu jednoho měsíce:

- Zodpovídá za prosperitu zvířat, živočišnou produkci a pořádek ve chlévech, kotcích a výběžích
- Konzultuje s pracovními terapeuty situace, se kterými nemá zkušenost.
- O víkendu zabezpečuje běžný chod farmy.



Šéfka/šéf úklidu

- Má na starosti péči o pořádek v domě a jeho okolí.
- Pořizuje zápis z ranní komunity a z páteční a nedělní hodnotící skupiny.
- Dbá na pořádek, čistotu a kulturu vnitřních i vnějších prostor komunity.
- Dle svých časových možností se samozřejmě zapojuje do úklidu a pomoci v komunitě.
- Dbá na stav a chod posilovny, její údržbu a úklid. Každý, kdo jde do posilovny, si ale uklízí sám po sobě.
- Stará se o kočky.
- Stará se o květiny v domě, ale pouze v zimním období. V létě je to dělá zahrádkář.



Další pracovní pozice:

- **Rozcvičkář/rozcvičkářka** – vede ráno desetiminutovou rozcvičku (funkce je na týden).
- **Předkuchyňský/předkuchyňská** – oznamuje gongem začátek všech programů a přípravu na ně (v letním čase není potřeba bouchat na komunitě začátek sportu), pomáhá s vařením, myje nádobí, vytírá kuchyň a jídelnu, prostírá stůl ke společným jídlům a ve všem se zodpovídá šéfkuchařovi/šéfkuchařce (funkce je na týden).
- **Pekař/pekařka** – na nedělní snídani peče buchtu, peče dort k narozeninám členům komunity, terapeutickému týmu i pro Chrpu a zaměstnancům komunity a Chrpy (funkce je na 14 dnů).
- **Úklidář/úklidářka** – pod vedením šéfa/šéfky úklidu uklízí kuárnu, dům a dbá na dodržování pořádku, dohlíží na to, aby po sobě ostatní nenechávali nepořádek, uklízí, co je potřeba, eviduje a doplňuje stav hygienických potřeb v koupelnách, na WC atd. Stará se o likvidaci odpadu, jeho třídění a čistotu prostor kolem popelnic a kontejnerů (funkce je na týden).
- **Prádelník/prádelna** – stará se o pračku, pere a suší prádlo, žehlí, dbá na distribuci vypraného prádla, udržuje v čistotě prádelnu a sušárnu, nejméně jednou za dva týdny pere lůžkoviny. Má u sebe prací prášek a distribuuje ho ostatním (funkce je na týden).
- **Pomocník/pomocnice na farmě** – pomáhá u zvířat, sbližuje se s nimi, zodpovídá se šéfovi/šéfce farmy (funkce je na týden).
- **Zahradník/zahradnice** – stará se o zahradu dle pokynů pracovních terapeutů (funkce je na 14 dnů).
- **Kotelník** – vstává vždy první, budí ostatní, stará se o teplo v domě, dbá na čistotu a pořádek v kotelně a okolí, zajišťuje si palivo vlastními silami či s ostatními (funkce je na 14 dnů).
- **Mlíkař/mlíkařka** – spadá pod ŠÚ, vykonává 1.F a 2.F, mlíkař slije mléko do plastových nádob, zapíše do sešitu, kolik se nadojilo, odebírá usazenou smetanu a přelévá ji do čisté nádoby, zkyslé mléko přelije do hrnce a vyrobí z něj např. tvaroh, hořké dává slepicím, vyrábí mléčné výrobky, čistí nádoby uklízí, myje a vrací potřebné pomůcky na své místo bez pomoci kuchyňského týmu (funkce je na 14 dnů). Nemá u sebe klíče od kuchyně, ty si vyžádá v naléhavém případě mimořádnou skupinou.

Další funkce na delší období, bez rozdílu fáze:

- **Bazénář** – stará se o bazén dle pokynů pracovních terapeutů.
- **Cyklosprávce** – zodpovídá za dobrý technický stav kol, dbá na jejich řádné vypůjčování, čistotu, zařizuje jejich opravy anebo i sám opravuje.
- **Sportsman** – pečuje o sklad sportovního náčiní.
- **Havěťář/havěťářka** – stará se o rybičky a jinou havěť v domě.
- **Keramička/keramik** – dbá na chod, údržbu a úklid keramické dílny, obsluhuje pec dle pokynů artherapeuta/tky.
- **Správkyně/správce arte skladu** – má na starost pořádek ve skříni s výtvarnými pomůckami a doplňování chybějících náčiní, pomůcek a dalších věcí.

- **Správkyňe/správce divadelního skladu** – zodpovídá za pořádek a přehlednost ve skladu divadelních rekvizit, domlouvá doplnění chybějících věcí.

Před výjezdem je nutné, aby ses domluvil s jiným členem komunity o předání své funkce a toto oznámil na Ranní komunitě. Pokud máš výjezd ale jen např. na 2 hodiny, tak nepředáváš funkce, které není nutno v době tvého výjezdu obstarávat: havěťář, keramika (pokud není zrovna v programu), rozcvička...

Za tvoji snahu můžeš získat ocenění:

PRACANT MĚSÍCE – Za nadstandardní snahu při plnění funkce:

Měsíční šéfování: šéf/šéfka kuchyně, baráku, úklidu, farmy – pracovní terapeut předkládá na poradě týmu svou volbu. Oznamuje se na čtvrtěční RK před VK. Vybere se jeden z šéfů.

- a) Návštěva navíc, nebo výjezd navíc.
- b) Právo na den volna.

2.3 Další položky harmonogramu

Léky – držení a užívání jakýchkoli léčiv i vitamínů je možné pouze s vědomím týmu. Schvaluje a posuzuje ti je zdravotník v týmu. Léky jsou uloženy v kanceláři a vydává ti je lékárník (pověřený člen komunity). Psychiatrické léky konzultuješ s naší psychiatrickou/psychiatrem. Lékárník je klient ve 2.F a nesmí mít lékovou závislost. Za lékárníčku v kuchyni zodpovídá šéf kuchyně.

Výdej léků: ranní Po-Pá 7.25, So 8.25, Ne 9.25, odpolední: ihned po obědě, večerní 18.25, noční 21.00.

Kouření – je možné pouze na kuřárně nebo mimo areál (týká se vyšších fází, 0. fáze nesmí opustit areál, ani se pohybovat sami bez vyšší fáze v areálu). Během programu a počínaje večerky se až do snídaně nekouří. Cigareta je přípustná až po snídani: Nesnídáš-li, nekouříš! A nechceš-li kouřit, můžeš toto téma řešit se svým garantem.

Večerka – po večerce jsi na svém pokoji a dodržuješ noční klid

Psychiatr – během léčby máš možnost spolupracovat s naší psychiatrickou, která k nám do komunity pravidelně dochází na konzultace.

Sobotní výlet

- Kdo bude mít na starosti výlet se přiděluje v pátek dva týdny před výletem na samořídící skupině.
- Týden předem na páteční samořídící skupině by se měl nahlásit záměr kam vyrazíme.

- Plán sobotního výletu představuje klient, který má výlet na starost ve středu na ranní komunitě. Pokud nebude výlet představen nebo dostatečně připraven, ruší se a v sobotu probíhá pracovní terapie.



Zážitkové programy

Přibližně pětkrát do roka jezdíme společně na tzv. zážitkový program. Ten se skládá z týdenního pobytu v přírodě nebo v chatě, dle ročního období a poznávání přírody, získávání zážitků a překonávání vlastních psychických i fyzických hranic. Rozložení zážitkáčů na rok může být následující:

- únor – týdenní pobyt na horské chatě s výlety na běžkách
- duben – pěší zátěžák, přespávání ve stanech
- červen – cyklistické putování
- srpen – týdenní vysokohorská turistika
- říjen – týdenní pěší výlet s přespáváním v chatě

Program a forma zátěžáku se může měnit. Během zážitkového programu se nekonají terapie, pouze v případě potřeby lze svolat mimořádné skupiny. Návštěvy, které se budou konat po návratu ze zážitkového programu, se hlásí ve čtvrtek před odjezdem na zážitkáč, analýzy a hodnocení klientů se posouvají na sobotu, kdy není po návratu ze zážitkáče plánovaný žádný výlet. Analýzy je možné číst i v sobotu před zážitkovým programem. Pokud jsi v pádu, je možné se v průběhu zážitkáče vrátit zpátky do původní fáze. Mobilní telefon na zážitkáč nepatří.

Na zátěžáku je zakázáno používání sprostých slov, za každé použití sprostého slova platíš malou finanční částku, tzv. **kanální daň**. Před zážitkáčem musíš se zálohou na „kanál“ počítat do finančního plánu.



Den volna – v případě tvé vážné osobní krize s momentální neschopností pokračovat v programu tě může komunita uvolnit z programu na nejnutnější dobu (zpravidla max. 1 den). Po uplynutí dohodnutého času následuje mimořádná společná skupina.

3 Pravidla a režim komunity

Body jsou udělovány jako důsledek porušení či neplnění řádu, např. tvých běžných povinností v pracovních funkcích, pozdní příchody atd. a postupně se sčítají. V komunitě je přesně stanovený bodový systém, co a po kolika bodech následuje (upozornění, práce navíc, řetězová analýza atd.) Bod ti může navrhnout kdokoli a hlásí to šéfovi/šéfce domu. Schvalování bodů probíhá na ranní společné poradě před Ranní komunitou. Ale nemusíš se bát, první týden jsi hájený absolutně (řeší se jen upozorněním) a v celé nulté fázi Ti s body pomáhá Tvůj patron, který je za tebe odpracovává.

Nejčastější situace, za které můžeš získat body:

- Zapomenuté věci (hrnek, oblečení, ručník, tabák...).
- Vynášení hrnků a sklenic, které k tomu nejsou určené, z kuchyně.
- Příchod na komunitu v botách, bez ponožek, s jídlem, pitím, žvýkačkou...
- Pozdní příchod na program.
- Nepřezutí obuvi po příchodu z farmy.
- Ponechané prádlo v pračce přes noc.
- Pozdní bouchání programu.
- Nesklizená snídaně, oběd, večeře.
- Neustlaná postel.
- Nenapsaný deník nebo nevyplněný finanční deník.
- Odchod z programu.
- Telefonáty mimo vyhrazený čas.
- atd.

Systém bodů pro standardní program:

1 – práce navíc

2 – práce navíc

3 – řetězová analýza (bez práce)

4 – práce navíc

5 – práce navíc

6 – mimořádná skupina – pád o fázi níž na týden

Návrh skupiny, co má klient udělat (možnosti: druhá řetězová analýza, elaborát na vybrané téma, zkoušení z pravidel, monitorovací karty, organizér povinností, případně jiný terapeutický nástroj) – bez práce navíc

7 – práce navíc

8 – práce navíc

9 – mimořádná skupina – pád na 14 dní a návrh terapeutického týmu, co má klient

udělat (možnosti: podobně jako u 6. Bodu, v tuto chvíli nelze přestoupit do vyšší fáze, možnost přeřazení do „speciálního programu“. Bez práce navíc).

10 – práce navíc

11 – poslední šance tzn. klient sám navrhne, co by mohl dělat jinak a jak, nebo práce navíc.

O výběru z těchto dvou možností rozhoduje skupina.

12 – tým uvažuje o vyloučení klienta z programu, sesazení do 0. fáze, odloučení klienta na odchodovou klauzuru, individuál s rodinou...

Upozornění – na komunitě jsi jen upozorněný, že danou věc máš dělat jinak.

Práce navíc je obvykle pracovní (úkolově či časově ohraničená) činnost pro komunitu vykonávaná mimo pracovní bloky při určitém počtu bodů. Práci navíc zadává pracovní terapeut/terapeutka. Začátek a konec práce navíc oznamuješ šéfovi/šéfce domu.

Po 6. a 9. bodu v jednom měsíci je třeba svolat **mimořádnou skupinu**, také to znamená pád do nižší fáze (neboť právě nezvládáš komunitní zátěž) a nutnost probrat, co se s tebou děje a mohou Ti být zadány některé z dalších terapeutických nástrojů:

řetězová analýza, elaborát, kontrakt, upravený individuální plán - Jedná se o specifické a individuálně stanovené doplňky léčebného programu či pravidel. Jsou přidělovány týmem či celou komunitou a pro Tebe jsou tímto závazné. Konkrétní použití záleží na individuálním posouzení nejlépe celou komunitou a smyslem by mělo být ti pomoci zvládat lépe své povinnosti.

Pád do nižší fáze

- k sesazení do nižší fáze může dojít na základě bodového hodnocení anebo mimořádně jako terapeutická intervence v případě neprospívání nebo ohrožení tvého působení v léčbě. Délka sesazení je dle bodového systému nebo návrhu komunity
- všechny tvoje povinnosti ti zůstávají, pokud si v pádu přicházíš ale o práva dané fáze
- pokud jsi sesazen do 0. fáze nemůžeš pohybovat sám v areálu, ani mimo areál, nemáš návštěvy, nemůžeš telefonovat a nemůžeš na výjezd.
- V mimořádné situaci se může komunita dohodnout, že klient nebude vykonávat některé povinnosti vzhledem k jeho psychickému rozpoložení (silné chutě, odchodové tendence, psych. dekompenzace apod.)
- návrat zpět do původní fáze není automatický, musíš vykazovat známky ponaučení a splnit podmínky, které ti komunita při sesazení určila

Povinnosti a práva klienta ve 2. fázi při sesazení do 1. fáze

Povinnosti:

- a) doprovody na soc. zdrav. výjezdy
- b) psaní jako šéf úklidu zápisů
- c) samostatné soc. a zdrav. výjezdy
- d) nákupy klientům jako šéf domu
- e) vedení jednotlivých pracovišť v roli šéfa
- f) nakládání s financemi (2.F může mít u sebe peníze nebo vyzvednout složenku svou/ostatních, po baráku/poštu...)
- g) můžeš samostatně vejít do obchodu a nebo doprovázet 1. fáze (na zážitkáč apod.)

Práva:

- a) možnost mít u sebe mobilní telefon, PC či jinou IT techniku.
- b) osobní výjezdy o víkendu mimo TK
- c) opuštění areálu TK ve volném čase (sám nebo jako doprovod s někým).

3.1 Program speciál

Pro klienty, kteří mají kromě syndromu závislosti ještě další psychiatrické či kognitivní potíže, je náš program často příliš náročný, a proto jsme vytvořili speciální podprogram, **tzv. SPECIÁL**. Ten má mírnější bodový systém, speciální DBT skupinu každou středu odpoledne a celkově je zaměřený více individuálně, aby i přes dané potíže klient v léčbě prosperoval. Vstup do tohoto programu vždy posuzuje náš psychiatr společně s terapeutickým týmem.

Bodové hodnocení pro klienty ve speciálním programu je téměř bez pracovních sankcí. Ukazuje se, že práce navíc generuje klientům s duální diagnózou jen větší únavu, neschopnost se koncentrovat, a díky tomu dělá více chyb, je více unavený a točí se v kruhu. Ve speciálním programu klient mapuje více své limity a hledá způsoby, jak se s nimi v životě vypořádat, jak přijmout své onemocnění, naučit se o něm mluvit s okolím, dokázat seznámit své blízké, v čem jeho limity jsou a kde je jejich původ...

1 – upozornění

2 – upozornění

3 – analýza

4 – 5 – upozornění

6 – Analýza a práce navíc

7 – upozornění

8 – upozornění

9 – Mimořádka a pád na 1 týden a analýza

10. – 11. – upozornění

12 – Mimořádka a pád na 14 dní a práce navíc a analýza

13. – 14. – upozornění

15 – tým uvažuje o vyloučení klienta z programu, sesazení do 0. fáze, odloučení klienta na odchodovou klauzuru, individuál s rodinou...

4 Další pravidla

Nemoc – pokud jsi nemocný/nemocná, tak se žádných společných aktivit neúčastníš, ležíš v posteli, a nekouříš! O nemoci i zdraví rozhoduje obvodní lékař. Při krátkodobém onemocnění může rozhodnout o podobě tvého režimu zdravotnice/zdravotník či službukonající terapeut. Po dobu nemoci u sebe nemáš mobilní telefon.

Soukromí – nejsou povoleny vzájemné návštěvy na pokojích mezi muži a ženami.

Posilovna – Do posilovny mají přístup pouze muži a ženy odděleně.

Toxické řeči – hovory o drogách a drogové minulosti si nech na skupinu, nebav se o nich mimo ni. Pokud takové řeči zaslechneš, upozorni ostatní a zastav je, hrozí riziko chutí.

Peníze – veškeré tvoje peníze jsou uloženy v trezoru v kanceláři, vydávány ti mohou být v případě potřeby po dohodě s terapeutkou/terapeutem (a to dvakrát denně v 11.00-11.15hod. a v 18.15-18.45 hod.), evidence financí je kdykoli k nahlédnutí. Od 2. fáze je můžeš mít u sebe.

Oběh peněz a tabáku v komunitě – půjčování peněz, tabáku a obchodování ze strany klientů mezi sebou považujeme v léčbě za nežádoucí a v komunitě ho neakceptujeme. Takové jednání, kdy by si klienti měli být navzájem jeden druhému něco dlužní či zavázání vnímáme jako rizikové a v léčbě nevhodné. Pokud ti dojde tabák a neobjednal sis ho včas při nákupu, je potřeba to řešit mimořádnou skupinou, v žádném případě není možné toto obcházet. Není ani možné, aby ti rodiče dovezli při návštěvě tabák, neinformoval jsi o tom terapeuta ve službě, tajně ho pronesl z výjezdu a pak ho neměl zanesený ve finančním plánu a obcházel takto pravidla komunity.

TV, hudba atp. – pouze v době osobního volna (vyjma kuchaře), hlasitost v intenzitě, která neruší okolí. Na farmu reprodukováná hudba nepatří. Sluchátka lze používat pouze mimo program, a to na pokoji, při běhu, ne však při práci navíc nebo jízdě na kole, kdy je potřeba dodržovat bezpečnostní předpisy.

Výstřední účes, piercing – Je vhodné, aby ses zbavil atributů, které ti připomínají minulost. Během pobytu není možné nechat si udělat nové tetování, piercing, roztahováký apod. ani si je od nikoho půjčovat či brát.

4.1 Výjezdy a opouštění komunity

Pravidla pro vycházky a výjezdy se liší dle dané fáze. Viz tabulka.

	VYCHÁZKY	VÝJEZDY
0. fáze	Nelze chodit na samostatné vycházky po areálu, natož mimo areál. Po areálu či v případě výletů, zážitkáče atd. se pohybuješ s vyšší fází. Opustit komunitu můžeš jen v doprovodu terapeuta.	Bez výjezdů
1. fáze	Na vycházky mimo areál můžeš jenom v doprovodu vyšší fáze	Bez výjezdů
2. fáze	Samostatné vycházky do blízkého okolí ve volném čase - hlásíš na Ranní komunitě, pokud jdeš někam dál, píšeš Plán výjezdu	První samostatný jednodenní výjezd je v neděli od 6.00 hod do 18.00 hod po přestupu do 2. fáze, druhý (již celovíkendový) je za 14 dní, další výjezdy můžeš jednou za 14 dní, minimálně však 1x měsíčně. Ke každému výjezdu je třeba vypracovat Plán výjezdu, který představuješ na střední Ranní komunitě a musí být schválen komunitou. V neděli se musíš vrátit do 18 hod. V pátek odjíždíš po Samořídící skupině. V neděli můžeš celý den na výlet, povinnost účasti na obědě odpadá. V sobotu se klienti 2. fáze, kteří nemají výjezd, normálně účastní komunitního programu.
3. fáze	Můžeš se volně pohybovat	Výjezdy dle individuálního léčebného plánu, pokud nemáš výjezd, jsi o víkendu s komunitou. Výjezdy jsou 3 v měsíci a měl by ses setkat i s jinými nerizikovými osobami než jen s rodinou.

Návštěvy – 0.fáze bez návštěv, 1.fáze návštěvy (tzn. příbuzní ev. partner/ka) v neděli od 14 do 17.00 hod., 1x za 14 dní. Návštěvu je třeba mít schválenou komunitou a je o ní třeba informovat všechny na čtvrteční komunitě. Pokud návštěva nebude ve čtvrtek nahlášena, nebude. S návštěvou není možné opouštět areál. 2. fáze návštěvy také v neděli, kdokoli je schválen komunitou.

Pravidla pro opouštění komunity

Výlet do Mníšku a okolí (např. i Kytín)

- Oznamuje se na Ranní komunitě v daný den, kdy výlet plánuješ (nebo v nejbližší den před plánovaným výletem, pokud Ranní komunita ten den není) přes tzv. „technickou“ v technickém bloku.
- V okamžiku oznámení na Ranní komunitě musíš mít již domluveno předání funkcí, jinak není možné na výlet vyrazit, nepíšeš plán výjezdu.
- Platí pouze pro 2. fáze, pro 1. fáze s doprovodem.

Výjezd Praha, Dobříš, Příbram

- 3 druhy výjezdů: vícedenní (víkendový), jednodenní (12hod), výjezd v osobním volnu
- Oznamuje se ve středu na Ranní komunitě a představí se napsaný plán výjezdu, který schvaluje terapeutický tým a komunita.

Sociálně-zdravotní výjezd

- Hlásí se na Samořídící skupině (v případě urgentní potřeby přes technickou nebo mimořádku).
- Změna se hlásí formou mimořádku s udáním pádného důvodu.
- Plán výjezdu musí předat šéfovi/šéfce baráku podepsaný, nejpozději den předem, ŠD předá podepsaný plán poté terapeutickému týmu.



4.2 Pravidla telefonování a dopisování

	Telefony	Pošta
0. fáze	<p>Prvních 14 dní ti není dovolen kontakt s ostatními, pouze neodkladné situace (tj. soud, důležité lékařské vyšetření atp.) je možno řešit z telefonu v kanceláři.</p> <p>Po 14 dnech můžeš telefonovat PO-SO mezi 18:30-20:00 z komunitního telefonu, v neděli již od rána.</p>	Stejně jako telefonování, po 14 dnech můžeš přijímat dopisy od rodiny.
1. fáze	<p>PO-SO mezi 18:30-20:00 z komunitního telefonu, v neděli již od rána</p> <p>Komunikovat můžeš jenom s rodinou a dlouhodobými nerizikovými partnery.</p>	Poštu můžeš přijímat od rodiny a dlouhodobých nerizikových partnerů. Je-li podezření, že nějaký dopis je pro tebe ohrožující, tj. spojený s tvou drogovou minulostí apod., hlasuje komunita o tom, má-li být vůbec přijat a kdy a kde si ho přečteš. Někdy je nejvhodnější veřejné přečtení před skupinou.
2. fáze	Můžeš užívat také svůj vlastní mobilní telefon, ale pouze v době mimo komunitní program od 6.30 do 22.30 hod. Osoby, se kterými komunikuješ představuješ na skupině prevence relapsu.	Můžeš přijímat dopisy od osob. O tom, s kým komunikuješ seznamuješ skupinu.
3. fáze	Můžeš telefonovat.	Můžeš přijímat dopisy.

5 Práce s garantem

Po přestupu do 1.F na velké komunitě dostáváš přiděleného garanta, tj. jednoho terapeuta z terapeutického týmu. Garant tě bude doprovázet pomáhat ti v postupu komunitou dle stanovených cílů. Společně s garantem vypracováváš malý, velký a finanční plán ale můžeš se s ním bavit o všem potřebném.

Měsíční hodnocení (velký plán)

Slouží k postupnému a strukturovanému naplňování či přehodnocování tvé zakázky, s níž jsi do komunity přišel. Plán probíráš každý měsíc s garantem/garantkou a jeho naplňování hodnotíš jedenkrát za měsíc na páteční hodnotící skupině spolu s tvým celkovým pokrokem v léčbě (šablonu lze nalézt na nástěnce).

Malý plán

Vypracováváš s garantem, stanovuješ si malé cíle na měsíc.

Finanční plán

Vyplňuješ na každý měsíc předpokládané příjmy a výdaje. Probíráš s garantem. A na konci období finanční plán vyhodnocuješ.

Při splnění plánu dostáváš na páteční hodnotící skupině malou odměnu.

Za splnění 3 plánů po sobě (malý plán i finanční plán) dostáváš **OCENĚNÍ GARANTA**, kde garant může vybrat z následujících odměn:

- a) Zázitek s garantem.
- b) Privilegium – výběr, jaký bude sobotní výlet, jaký bude nedělní oběd, nepůjde na rozcvičku.
- c) Zázitek pro klienta – „zavěšené kafe“, voucher na kulturu nebo sport.

Nesplnění plánu jednoho nebo více za měsíc je postiženo bodem. Pokud nesplníš jakékoliv plány 3 měsíce po sobě následuje pád do nižší fáze na 14 dní. Pokud znovu 3x nesplníš, hovoříme o tvém setrvání v komunitě. Za nesplnění jednoho či dvou plánů v jednom měsíci je sankce 1 bod.

7 Fáze

V komunitní léčbě postupně stoupáš, začneš na nejnižším stupni a postupně dosahuješ vyšších úrovní, v nichž nabýváš nové schopnosti a kvality. Těmto stupňům u nás říkáme fáze...

Nultá fáze (1 - 2 měsíce)

Fáze IZOLACE, MOTIVACE, AKLIMATIZACE
I. Orientace Základně se orientuji v řádu a v pravidlech
II. Sdílení mých pocitů Mluvím o sobě i k druhým
III. Spolupráce Spolupracuji s Patronem
IV. Chutě Záměrně nebažím

- Je určena k tvému seznámení se s komunitou a jejím programem, aby ses mohl rozhodnout, zda chceš do komunity vstoupit a pokračovat zde v práci na sobě.
- Stejně tak je na druhou stranu pro skupinu a terapeutický tým tato fáze prostředkem k seznámení se s tebou a ke zvážení, zda pobyt v komunitě pro tebe může být přínosem nebo by pro tebe byl vhodnější jiný druh léčby.
- Časově je tato fáze ohraničena tvým příjezdem do komunity a přestupem do 1. fáze na nejbližší možné Velké komunitě (ale k přestupu musíš být v komunitě alespoň 14 dní).

Během nulté fáze je třeba:

- Do 3 dnů od nástupu namalovat obraz, který tě vystihuje.
- Vypracovat do 14 dnů od nástupu nejméně 4 stránkový **životopis**.
- Absolvovat všechna potřebná vstupní lékařská vyšetření či odběry a zaregistrovat se u obvodního lékaře v Mníšku.
- Ukázat, že jsi schopen obstát v režimu komunity a zodpovědně pracovat v terapeutickém procesu, a že jsi tedy připraven podepsat standardní kontrakt o léčbě.
- Prokázat znalost pravidel komunity.
- Vypracovat Individuální pracovní plán.
- Tvým průvodcem komunitou a jejím programem je po dobu 0. fáze tvůj **patron/patronka**, tj. služebně starší klient/klientka buďto první či druhé fáze, a po dobu cca 1 měsíce (než přestoupíš do 1.F, za tebe přebírá body).
- Za pochybení v režimu nejsi bodován, body si za tebe odpracovává tvůj patron/patronka, který/á je za tebe zodpovědný/á.
- Kontakt s okolím je ti v prvních 14 dnech důvodu tvé ochrany omezen, pouze neodkladné situace (tj. soud, důležité lékařské vyšetření atp.) je možno řešit, v této fázi jsi tedy bez možnosti mít návštěvy ani nelze chodit na samostatné vycházky po areálu, natož mimo areál. Po areálu či v případě výletů, zážitkáče atd. se pohybuješ s vyšší fází. **Opustit komunitu můžeš jen v doprovodu terapeuta.** V tuto chvíli je nejdůležitější, abys byl jen v komunitě, co nejvíce času trávil

- se skupinou a aklimatizoval se v ní.
- Seznámit skupinu se svým životem při **autobiografické skupině** (časová osa, řeka života).

Životopisná (autobiografická) skupina

Sepíšeš 4 stránkový životopis. Když ho odevzdáváš na ranní komunitě už bys měl přemýšlet, kdy budeš žádat o autobiografickou skupinu. Tvoje rozhodnutí bys měl konzultovat s terapeutem ve službě, aby sis stanovil prostor na přípravu. Můžeš využít místnost na to určenou, a to je „krbovna“, abys měl čas a klid přemýšlet. Vybereš si dle svého uvážení 2 možnosti ztvárnění – „řeka života“ nebo „osa života“, kde znázorníš 8 nejdůležitějších událostí ve tvém životě. Výsledný náčrt prezentuješ na autobiografické skupině, kde jednotlivé události na místě doplníš i o obrázkové karty.

Celková struktura autobiografické skupiny je 5 minut zahájení, 35 minut prezentace, 10 minut následné dotazy k prezentaci, 30 minut otázky zvědavých krabiček a 10 minut závěr.

Instrukce pro malování řeky života/osy života

1. krok: S pomůckami jdi do „krbovny“, kam si přineseš velký papír a pomůcky na kreslení. Můžeš také požádat o zapůjčení rádia s relaxační hudbou.
2. krok: Pohodlně se usad' a na chvíli zavři oči, pokud je ti to příjemné. Udělej tři nádechy a výdechy a soustřeď se na svůj dech. A pak se pomalu zkus ponořit do vzpomínek ze svého života.
3. krok: představ si svůj život jako řeku, ve které plují tvoje vzpomínky – z malého potůčku v dětství do široké řeky dospělosti, možná s dalšími různými prameny, tvary apod. co řeka přináší.
4. krok: Začni zapisovat tužkou v bodech své důležité životní události s rokem a tvým tehdejším věkem.
5. krok: Budeš asi vzpomínat nahodile, ale zkus události do papíru zanést přehledně za sebou, jak šly v čase.
6. krok: připoj i osobní psychické prožitky (smutek, radost)
7. krok: nakonec si vezmi pastelky nebo barvy a řeku vybarvi.
8. krok: vyber si minimálně 8 událostí ve tvém životě, o kterých budeš mluvit na skupině a přiřadíš k nim jednu obrázkovou kartu.

Přestup do 1. fáze

Úmysl přestoupit oznamuješ nejpozději 3 všední dny před Velkou komunitou na Ranní komunitě, po absolvování autobiografické skupiny a sepsání 4 stránkového životopisu. Probíráš pracovní individuální plán s pracovními terapeuty. K přestupu se musíš naučit větu terapeutické smlouvy, který předneseš na VK.

„Já svým podpisem stvrzuji svou vůli stát se řádným členem Terapeutické komunity Magdaléna, o jejíž fungování budu nadále pečovat, a taktéž odhodlání vyvinout maximální úsilí o změnu sebe sama, abych se vymanil/a z pout závislosti, lépe se vyznal/a v sobě, vzal/a za své rozhodnutí žít čistý a konečně tak uchopil/a život do svých rukou.“

První fáze (3 měsíce, v ojedinělých případech max 5 měsíců)

Fáze MAPOVÁNÍ
Uvědomuji si témata a řeším je se skupinou.
Pravidelně plánuji každý měsíc, aktivita je z mé strany.
Procházím rodinnou terapií (minulost, vztahy, dluhy), výjezdy
Jsem srozuměn s pravidly a dodržuji je.
Umím rozpoznat chutě a pracovat s nimi.
V práci, terapii, prosazování řádu jsem aktivní, iniciativní.
V individuální a skupinové terapii je těžiště na minulosti a zmapování základních problémů

- Společně se svým garantem/garantkou zpracováváš průběžně **individuální plán léčby**, řešíš **finanční plán, velký plán a malý plán**, spolupracuješ také v ideálním případě s rodinou formou setkávání se, tzv. rodinné terapie.
- Pracuješ na zmapování sociálních a právních problémů.
- V rámci rodinné terapie absolvuješ skupinu o rodinných vztazích. S rodiči je probrána problematika výjezdů stran pravidel, rizik, plánování, chutí, krizových scénářů atp.

Přestup do 2. fáze

Před blížícím se přestupem do 2F si s předstihem domluvíš **individuální pohovor** s pracovními terapeuty **do týdne po předchozí Velké komunitě** a dostaneš instrukce k vypracování/plnění pracovního plánu. Před přestupem s garantem kontroluješ kontakty v telefonu a mažeš ty, které by pro tebe mohly být rizikové.

Svůj úmysl přestoupit oznamuješ týden před Velkou komunitou – resp. žádáš o něj skupinu a terapeutický tým na Ranní komunitě.

Celý týden před přestupem s sebou nosíš **věc symbolizující tvou změnu** něco, čeho se chceš zbavit, zanechat v 1. fázi nebo něco co chceš naopak nabýt. Může to být i abstraktní věc, které se potřebuješ zbavit (vlastnost, vzpomínka) přetvořená ve fyzický symbol. Kreativitě se meze nekladou. Na VK se můžeš rozhodnout, co s danou věcí uděláš (rozbiješ, spálíš, necháš si).

Posledních 24 hodin před přestupem absolvuješ **klausuru**, tj. jsi jen sám se sebou, bez kontaktu s okolím, někde v areálu komunity a vypracováváš týmem uložená přestupová témata ve formě dvou úkolů či otázek. Od nástupu na klauzuru až do VK nesmíš mluvit.

Druhá fáze (4 – 5 měsíců)

Fáze STABILIZACE, ZODPOVĚDNOST
Umím naplnit svůj volný čas
Jdu příkladem v řešení problémů
Zodpovědně pečuji o skupinu
Mám reálnou představu o budoucnosti (probráno se skupinou)
Jsem aktivní, zodpovědný v práci, terapii a v prosazování řádu

- **Povinnosti:** Projít všechny šéfovské funkce, minimálně 3 výjezdy, maximálně 1x návštěva NA, AA a DC, vypracovat individuální pracovní plán
- Prokazuješ dlouhodobou schopnost iniciativního a zodpovědného přístupu k práci na sobě.
- Zvládáš významné odpovědnostní šéfovské funkce (tj. šéf/šéfka domu, kuchyně, farmy, úklidu), spolupodílíš se na řízení chodu komunity.
- Zvládáš výjezdy mimo komunitu.
- Společně se svým garantem/garantkou zpracováváš průběžně individuální plán a plníš Malý plán.
- Připravuješ si plán hledání zaměstnání a bydlení.
- Řešíš se sociální pracovníci občansko-právní záležitosti (doklady, pojištění, dluhy atp.).
- Absolvuješ sezení Anonymních alkoholiků, narkomanů či gamblerů.
-

Přestup do 3. fáze

Před blížícím se přestupem do 3F si s předstihem domluvíš individuální pohovor s pracovními terapeuty do týdne po předchozí Velké komunitě a dostaneš instrukce k vypracování/plnění pracovního plánu.

Podmínkou pro přestup do třetí fáze léčby je vypracování plánu třetích fází, který musí být odsouhlasen celou skupinou i týmem. Plán vypracováváš se svým garantem/garantkou. Čteš ho na skupině, kde je přítomný terapeut. Plán ti podepíše všichni členové komunity a tým.

Třetí fáze (1 – 2 měsíce)

Fáze **PRÁCE A LEGRACE**

Probíhá podle individuálního plánu

- **Povinnosti:** Jobcoaching (profesní životopis), mám domluvený pobyt na doléčovacím centru, 1x
- týdně volnočasová aktivita mimo TK, 1x návštěva NA nebo AA
- V čase Ranní komunity, dopoledních pracovních bloků a prvního odpoledního terapeutického bloku chodíš pracovat na zahradu či farmu a řídíš se pokyny pracovního terapeuta/terapeutky, který/á se stávají tvým vedoucím.
- Po dohodě s garantem/garantkou a pracovním terapeutem/terapeutkou si v čase práce či mimo něj můžeš shánět zaměstnání a případně bydlení.
- Ve **čtvrtek** chodíš na Ranní komunitu a odpolední skupinu s komunitou, v úterý na
Prevenici relapsu a v neděli na Nedělní hodnotící skupinu.
- Bydlíš na pokoji pro 3. fáze.
- Absolvuješ další návštěvu Anonymních alkoholiků, narkomanů či gamblerů.
- Všechny tvoje činnosti jsou zaneseny do **Týdenního plánu**, který vždy před započatým týdnem vypracováváš s garantem/garantkou a po uplynutí týdne ho spolu vyhodnocujete. Formulář Týdenního plánu je součástí Plánu 3. fází. Plán visí na nástěnce vedle kanceláře.
- týden dopředu žádáš na ranní komunitě o **rekapitulační skupinu** (strukturu si připravíš podle šablony), rekapitulační skupinu máš ve čtvrtek místo skupiny tematické

Struktura rekapitulační skupiny

Před skupinou se připrav a odpověz si na otázky dle následující osnovy:

1. S čím jsi do léčby přicházel/a? Jaká byla tvoje motivace a jaká byla témata na kterých jsi chtěl/a pracovat? Co jsi na sobě chtěl/a změnit?
2. Jak jsi svůj plán léčby naplnil/a?
3. Jaká pro tebe léčba byla? (vztahy, zážitky, terapie, osobní krize, vzestupy i pády)
4. Čeho jsi dosáhl/a? (sebepoznání, změny v chování a vnímání, nově nabyté zkušenosti, dovednosti atd...) Zrekapituluj si své úspěchy a vše co jsi zvládl/a
5. Co jsi nezpracoval/a? Témata, která jsi možná neřešil/a, nezpracoval/a, nebo jsi se jim vyhýbal/a a jsou pro tebe důležitá? Na čem potřebuješ dále pracovat? V čem se potřebuješ v budoucnu zlepšit?
6. Co tě po léčbě čeká? Ne vše se během léčby podařilo nebo bylo možné změnit. Projdi si kroky, které je nezbytné v následujícím období udělat, čemu se vyhnout a na co si dát pozor (praktické věci, jako je práce, ale také oblast prožívání a subjektivní spokojenosti s novým životem, hledání partnera, přátel, zdravotní stav atd.).

Ukončení pobytu

Po úspěšném projití všech fází (cca 14 měsících) ukončuješ léčbu v komunitě. Dobu pobytu lze zkrátit či prodloužit po dohodě s garantem a terapeutickým týmem. Bez větších problémů již zvládáš pobyt mimo komunitu, máš s týmem projednaný a komunitou schválený plán doléčování a máš naplněný svůj individuální plán, s nímž jsi do léčby přišel a na kterém jsi celou dobu pracoval, máš domluvenou práci či si ji hledáš a jsi na život venku připraven. Tvá léčba končí závěrečným slavnostním rituálem na VK.

Odchod z léčby v komunitě před řádným termínem

Svůj úmysl opustit komunitu bys měl ohlásit alespoň jeden den předem. Tento jednodenní odklad (24 hodinový) slouží k nezbytnému zvážení takového kroku. Poté jsi odkázán na tzv. „čtyřadvacítku odchodovku“, kdy se neúčastníš žádných programů, jsi jen sám se sebou a zvažuješ svůj úmysl odejít.

8 Spolupráce s rodinou

Důležitá je pro nás i spolupráce s tvou rodinou a tvými blízkými...

Rodinná konzultace – obvykle probíhá pod vedením tvého garanta/garantky a je možno sjednat ji na nedělní odpoledne či jiný čas, doporučená frekvence je cca 1x měsíčně. Lze mít rodinnou konzultaci také online, v případě, že jsi z daleka nebo je pro tvé blízké nemožné k nám dorazit osobně.

Rodinná skupina v Podolí – probíhá dvakrát do měsíce, tvoji rodiče a blízcí mají na těchto skupinách možnost sdílet své zkušenosti, prožitky, obavy atd. spolu s ostatními rodiči našich klientů.

Víkendové pobyty blízkých – dle dohody s terapeutickým týmem je možno absolvovat prodlouženou návštěvu v komunitě s účastí na společném programu s klienty, a to od pátečního večera do nedělního odpoledne. Ideální součástí pobytu je rodinná terapie (konzultace s garantem/kou). Na víkend by neměla připadat více než jedna návštěva.

Rodinná sobota – setkání všech rodin a blízkých našich klientů v rámci společného programu několikrát do roka.

Dárky od rodiny – Dárky je možno od rodiny převzít jen po dohodě s garantem/garantkou, např. spodní prádlo, ponožky apod. Pohorky či bundy a další potřeby na zážitkáč je potřeba probrat předem s garantem a zanést tyto položky do Finančního plánu. Pokud rodina doveze buchty, sladkosti, kávu a trvá na tom, že to nechce zpátky, rozdělíš se s celou komunitou. Tabák ani cigarety, elektronka jako dárek nejsou povoleny.



9 Posilovací léčba a stabilizační léčba

Posilovací léčba (14 dní až 3 měsíce)

- Posilovací léčbu může podstoupit bývalý klient, od jeho odchodu uplynul minimálně 6 měsíců.
- Klient se nachází v krizi, po relapsu, recidivující nebo v propadu
- Klient musí mít domluven postup po komunitě (zařízený doléčová, atd.)
- domluven kontrakt posilovací léčby (délka fází, skupiny, výjezdy, zajištění následné péče – ambulance, DC apod.)

Opakovaná léčba (v rozsahu kompletní léčby TK)

- Klient, který v komunitě již byl a nastupuje znovu na kompletní léčbu.
- Opakovaná léčba může proběhnout nejdříve 1 rok po odchodu z TK a obměně původní skupiny.



10 Práva a povinnosti klienta TK

Etický kodex personálu TK Magdalena

Prvořadou povinností všech zaměstnanců terapeutické komunity (dále jen TK) je zabezpečit kvalitu služeb poskytovaných všem klientům po dobu jejich léčby. Vztah mezi členy týmu a klienty je jedinečný. Je proto nezbytné, aby personál zacházel uvážlivě a zodpovědně s důvěrou, jež mu byla svěřena.

Každý člen týmu si musí být vědom skutečnosti, že ho jeho profese zavazuje k pečlivému sledování svého vlastního jednání, stejně jako jednání klientů. Tento Etický kodex se vztahuje na všechny členy týmu za všech okolností, tedy i mimo jejich pracoviště.

Členové týmu jsou ve vztahu ke klientům povinni

1. Chovat se a jednat jako dospělé a pozitivní vzory.
2. Udržovat všechny informace o klientech v přísné důvěrnosti za dodržení všech existujících zákonů a pravidel zařízení.
3. Poskytnout každému klientovi kopii Listiny práv klienta a zabezpečit, aby klient všechna práva pochopil, a aby tato práva byla zachována jak členy týmu, tak klienty.
4. Respektovat všechny klienty, udržovat s nimi nesobecký, netrestající a především profesionální vztah.
5. Poskytovat služby bez ohledu na původ, rasu, vyznání, náboženství, národnost, sexuální orientaci, věk, politické přesvědčení, předešlou kriminální kariéru nebo ekonomický status. Za výjimečných okolností je rozhodnutí týmu plně respektováno.
6. Uznat, že v nejlepším zájmu klienta může být ho referovat nebo předat jinému zařízení nebo dalšímu odborníkovi či specialistovi.
7. Zamezit jakémukoli sexuálnímu vztahu s jakýmkoli klientem.
8. Předejít vykořisťování klienta pro osobní prospěch.

10.1 Listina práv klientů

Všichni klienti rezidenčních léčebných programů mají bezvýhradné právo na:

1. Podpůrné prostředí bez drog.
2. Léčbu bez ohledu na původ rasu, národnost, vyznání, politické přesvědčení, sexuální orientaci, předchozí kriminální kariéru či socioekonomický status.
3. Důstojnost, respekt, zdraví a bezpečnost kdykoli.
4. Znalost filosofie a metod programu.
5. Jasně a včasné informování o všech stávajících pravidlech a nařízeních (omezeních) daných programem, stejně jako o bodech, disciplinárních opatřeních nebo modifikacích práv.
6. Dostupnost orgánu registrujícího a projednávajícího stížnosti a rozhodujícího o všech pravidlech a nařízeních, bodech, disciplinárních opatřeních nebo modifikacích práv.
7. Vymezení všech poplatků a nákladů, jež má hradit, způsoby a termíny jejich uhrazení, dostupnost peněz a osobního majetku během programu a při odchodu z něj.
8. Zachování důvěrnosti informací týkajících se účastníka programu, stejně jako všech léčebných záznamů v souladu se zákony státu.
9. Možnost přezkoumání osobních záznamů odpovídajícím orgánem a nárok na obdržení písemného stanoviska vysvětlujícího vyvrácení rozporovaných zaznamenaných

informací.

10. Vystoupení z programu kdykoli na základě vlastního rozhodnutí bez fyzického nebo psychického nátlaku.

11. Osobní komunikaci s příbuznými nebo přáteli kdekoli při a nebo po vstupu do programu

v souladu s pravidly zařízení (programu). Výjimku k tomuto ustanovení mohou činit zákazy osobního kontaktu v případech, v nichž se jedná o zdokumentovanou část léčebného plánu.

12. Ochranu před reálným nebo hrozícím tělesným trestem, před fyzickým, emočním a sexuálním zneužíváním a před nedobrovolným zavíráním v klauzuře.

13. Poskytování nutričně hodnotné stravy, bezpečí a příslušný spánek, fyzické cvičení a odpovídající uspokojování osobních hygienických potřeb.

14. Lékařskou péči nabízenou kvalifikovaným lékařem a právo nabízenou lékařskou péči odmítnout.

15. Dostupnost právního poradenství nebo zastoupení právníkem, kde je to třeba.

16. Umožnit klientovi pravidelný kontakt s jeho dítětem/děťmi.

18. Vedení a pomoc při odchodu z programu z jakéhokoli důvodu, při odchodu do jiného zařízení

a při hledání služeb, stejně jako při hledání zdrojů finanční pomoci a rezidenčních míst.

19. Ochranu před vykořisťováním (včetně rodičů a rodiny) ve prospěch zařízení či jeho personálu.

Standardy a cíle pro TK

TK představuje způsob léčby, jehož prvořadým cílem je zotavení osob od zneužívání drog prostřednictvím jejich osobnostního růstu za současného vyžadování abstinence od látek ovlivňujících vědomí s jedinou výjimkou lékařem přiměřeně předepsaných léků, jež mají napomoci dosažení specifických medicínských výsledků.

Od členů EFTC (European Federation of Therapeutic Communities) je vyžadováno:

a) Uznat lidská a občanská práva všech osob spojených s jejich TK a jasné stanovení práv, privilegií a odpovědnosti klientů a personálu.

b) Zabezpečit každému jedinci v TK právo svobody před hrozbou zneužívání moci jakýmkoli jedincem či skupinou.

c) Vytvořit písemnou prezentaci filosofie a cílů programu.

d) Přijmout pro jejich TK opatření, která umožní ochranu před potencionálním nebo skutečným zneužitím místních nebo národních práv.

e) Zabezpečení prostředí, které nabízí maximální příležitosti pro fyzický, spirituální, emoční

a estetický rozvoj a které zajistí bezpečnost pro každého.

f) Vytvořit strukturu komunity založené na optimální integraci zásadovosti a úplnosti, dobré vůle a lidskosti všech členů, kde základní hodnotou je lidská důstojnost.

g) Vzdělávat a provádět adekvátní supervizi týmu.

h) Být pod účetním dozorem externího výkonného nebo komunitního orgánu (dozorčí rady), který se setkává v pravidelných a předem určených intervalech v průběhu roku za

účelem kontroly a supervize dodržování odpovědností za aktivity programu u každého zařízení.

i) Zpracovávat výroční zprávu o hospodaření s auditem, autorizovanou členy dozorčí nebo výkonné rady.

Povinnosti klienta služeb léčby závislostí vůči jejich poskytovateli zahrnují:

a) Dodržování pravidel domu a chování podle pravidel stanovených poskytovatelským zařízením (např. zákaz užívání drog v zařízení, jednání s respektem a důstojností s členy týmu, nepoužívat násilné praktiky, ani vulgarismy, dodržování zákazu kouření v určených prostorách a dalších omezení platných pro všechny členy komunity).

b) Specifické odpovědnosti za dodržování plánu péče a individuální léčebné (terapeutické) smlouvy (např. dodržování času dohodnutých termínů a dodržování léčebně-resocializačního režimu).

Všichni zaměstnanci zařízení jsou v okamžiku podpisu pracovní smlouvy seznámeni s etickým kodexem zařízení, který upravuje nejrizikovější oblasti interakce mezi zaměstnancem a tebou z hlediska tvých práv. Za dodržování tvých práv zodpovídá vedoucí programu a průběžně tyto otázky se zaměstnanci diskutuje.

Za zvláště významné oblasti, v kterých by mohlo docházet k porušování tvých práv, považujeme:

10.2 Platby za poskytované služby

Tvá finanční spoluúčast na léčbě je vnímána jako dodatečný motivující faktor a slouží u rezidenční pobytů k hrazení části nákladů na ubytování a stravu, v případě ambulantních programů slouží k úhradě režie zařízení (např. nájem prostor). Její výše je stanovena s ohledem na tvé aktuálně platné životní minimum a schopnost dosáhnout na zdroje finančních prostředků. Tvá finanční situace ovšem nesmí ohrozit průběh tvé léčby. Jsi-li v tíživé sociální situaci s prokazatelnou neschopností úhrady plateb, jsi přijat do programu bez poplatku. V případě tvé momentální platební neschopnosti lze dohodnout s organizací slevu, prominutí poplatku či event. splátkový kalendář. O slevách, prominutí poplatku atp. rozhoduje na základě písemné žádosti vedoucí daného programu.

10.3 Přijímání darů od tebe či tvých blízkých

Finanční a věcné dary mohou být přijímány až po 33 tvé léčby v zařízení, s cílem předejít podezření na zvýhodnění tvé pozice v léčbě. O daru je sepsána darovací smlouva, seznam dárců a sponzorů se každoročně zveřejňuje (s výjimkou dárce, který si přeje zůstat anonymní) ve výroční zprávě organizace.

Definování hranic vztahu mezi zaměstnancem a tebou

Případné tvé přijetí (pokud máš nějaký vztah k zaměstnanci TK) do programu TK je diskutováno v rámci porady týmu. Okolnosti tohoto vztahu jsou v okamžiku přijetí do rezidenčního programu oznámeny ostatním klientům programu.

Vztah mezi zaměstnancem a tebou nesmí přesahovat rámec pracovního / terapeutického

vztahu. Zaměstnanec se např. nemůže stýkat s tebou mimo rámec své pracovní doby a je povinen dbát na udržení profesního odstupu. Pokud dojde k překročení této hranice, je vzájemný vztah diskutován v rámci týmové porady nebo supervize a přijaté závěry je povinen zaměstnanec respektovat. Tyto zásady platí i po ukončení tvé účasti v programu.

Využití tebe ve prospěch organizace či zaměstnance

Nelze využívat tvých služeb či práce tvých blízkých ve prospěch komunity za finanční úhradu. Toto pravidlo se nevztahuje na tvou činnost prováděnou v rámci terapeutického programu (např. pracovní terapie, účast na náboru klientely, účast na potravinových sbírkách, vystoupeních apod).

Omezení tvých práv během programu

O případných omezeních tvých práv v rámci programu jsi informován srozumitelnou formou před nástupem do programu. Pokud dochází k úpravě léčebného plánu s dalším event. omezením práv, děje se tak vzájemnou dohodou a písemnou formou s podpisy zainteresovaných stran (léčebný kontrakt).

11 Podávání stížností

Podání stížnosti

Stížnosti či připomínky vztahující se k chodu TK Magdaléna, včetně postupu jejich zaměstnanců, můžeš podat:

- a) Ústně – v tomto případě přednášíš stížnost sám, resp. tebou zvolení zástupci – např. patron, šéf domu atd.
- b) Písemně – stížnost vhodíš do schránky důvěry. Zde je ti zaručena anonymita.

První instancí pro podání stížnosti je obvykle služba konající terapeut, event. schránka důvěry. **Schránka stížností a nápadů** je umístěna naproti komunitní místnosti a je otevírána každý den ráno službu konajícím terapeutem. Je-li z nějakého důvodu nutné nebo vhodné postoupit stížnost či připomínku vyšší instanci (např. není-li na nižší instanci včasné či vhodně řešena), lze postupovat v následujících krocích:

1. Službu konající terapeut
2. vedoucí terapie
3. ředitel o.p.s.
4. správní rada o.p.s. (pouze písemně, adresa je uvedena v Adresáři, který je klientům k dispozici)
5. sekce TK A.N.O. (pouze písemně), adresa je uvedena v Adresáři, který je klientům k dispozici)

Můžeš samozřejmě dát také podnět k šetření i přímo polici ČR nebo ombudsmanovi.

Řešení stížnosti

Všechny podané stížnosti nebo připomínky jsou s tebou či tvým zástupcem, pokud možno, řešeny okamžitě. Anonymní stížnosti se řeší, nevyžaduje-li řešení intimnější přístup, s celou skupinou či jejími zástupci – šéfem domu, vedoucími jednotlivých úseků, druhými fázemi apod. O způsobu jejich řešení je v případě ústního podání proveden zápis do žurnálu.

V případě písemného podání stížnosti jsou navíc stížnost i způsob jejího řešení archivovány zvlášť, přičemž obdržíš písemnou odpověď. Je-li stížnost anonymní a ty chceš v anonymitě zůstat, musí řešitel stížnosti samozřejmě zvolit odpovídající způsob odpovědi. Anonymní stížnosti či připomínky jsou řešeny obdobně a taktéž archivovány. O způsobu jejich řešení je informován šéf domu.

Pokud není možno stížnost či připomínku vyřešit okamžitě pro tebe uspokojivým způsobem, postoupí ji zaměstnanec bezodkladně svým přímým nadřízeným.



...a jsme na konci, přejeme ti hodně sil, vůle a odvahy léčbu v TK zvládnout, protože abstinence a vzít konečně život do svých rukou stojí za to!