



RECOVERY KOUČINK V ČR
TEREZA RYZÁKOVÁ, SPR O.P.S.
PAVLA PAVKOVÁ, SPR O.P.S.

KDO JE RECOVERY KOUČ?

- Recovery kouč (průvodce zotavením) je velmi důležitou postavou v procesu zotavení, protože přináší osobní a autentickou zkušenost; obvykle sám prošel procesem uzdravení od závislosti nebo jiných obtíží. Tento individuální přístup umožňuje koučům navázat s klienty hlubší a empatický vztah, který je klíčovým pro úspěšné zotavení.
- Motivují a inspirují své klienty k převzetí odpovědnosti za vlastní zotavení, což je nezbytné.

Zotavení už není chápáno jako vymizení symptomů onemocnění (v případě závislosti zejména konzumace psychoaktivních látek) skrze osvědčenou léčbu, ale jako **proces změny vedoucí k lepšímu zdraví a životní pohodě, k sebeurčení a k plnému využití vlastního potenciálu**

ROZDÍL MEZI RK A ODBORNÍKEM

Recovery koučové by neměli být vnímáni jako konkurence, ale spíše jako důležitý prvek v komplexním systému podporujícím jednotlivce na cestě k zotavení.

Odborník

- Obvykle má vysokoškolské vzdělání v oboru adiktologie, psychologie, sociální práce nebo podobných oborech.
- Často se zaměřuje na diagnostiku, terapeutické intervence a léčbu závislostí. Může používat psychoterapeutické metody.
- Pracuje v týmu s dalšími specialisty (lékaři, psychologové, sociální pracovníci) v rámci komplexní péče o klienta.
- Zaměřuje se na léčbu a zvládání symptomů závislosti, obnovu duševního zdraví a prevenci relapsu.
- Vztah terapeut / klient.
- Otevření se ze strany terapeuta omezené.

Recovery kouč

- Recovery kouč nabízí podpůrný přístup, který se zaměřuje na cíle klienta v procesu zotavení. Není terapeutem, ale facilitátorem změny.
- Má různá školení a certifikace v oboru koučování a závislostí, ale obvykle není držitelem terapeutického stupně, nemusí mít vysokoškolské vzdělání.
- Soustředí se na rozvoj dovedností a mechanismů, které klientovi pomáhají dosáhnout jeho osobních cílů v zotavení.
- Pomáhá klientovi najít vlastní cesty ke zotavení, identifikovat překážky a posilovat jeho schopnosti a sebedůvěru.
- Rovnocenné a vzájemně kreativní partnerství.
- Kouč sdílí osobní příběh a žitou zkušenost s klientem.

VÝCVIK V RECOVERY KOUČOVÁNÍ

- Společnost Podané ruce se aktivně podílí na rozvoji a školení nových recovery koučů v České republice prostřednictvím Základního výcviku v recovery koučování.
- Kurz zahrnuje teoretické znalosti, praktické dovednosti a metodiku zaměřenou na efektivní podporu jednotlivců na jejich cestě k uzdravení.
- Důležitou součástí lektorského týmu RK nyní tvoří odborníci Zuzana Fialová, Pavel Nepustil, Robin Štoček a Martin Boxan, kteří mají bohaté zkušenosti v oblasti závislostí a návykového chování.

VÝVOJ RECOVERY KOUČOVÁNÍ V ČR

2017:

- workshop „Průvodci zotavením“ organizovaný **Spolkem Narativ** a FHS UK (lektor: Peter Sheath, Manchester)
- Vznik skupiny **Zotavení Brno**
- Stáž členů Spolku Narativ v organizaci Emerging Futures (Manchester + Birmingham)

2018:

- Příprava výcviku v recovery koučování ve spolupráci **Zotavení Brno + Společnost Podané ruce**
- Seminář o recovery koučování: Peter Sheath + Damian Grainer

2019:

- 1. běh Základního výcviku v recovery koučování
- Stáže účastníků výcviku v Manchesteru a Birminghamu

2020:

- 1. setkání absolventů a vznikající síť recovery koučů
- 2. běh Základního výcviku v recovery koučování

2021- 2022:

- Setkání absolventů z předchozích dvou běhů
- 3. běh recovery koučů

2022- 2024:

- založena také unie lidí se zkušeností se závislostí www.unielzz.cz
- 4. běh výcviku recovery koučů

Nyní máme za sebou 4 běhy RK a určitě budou realizovány další běhy. Unie LZZ se dále rozvíjí.

VÝHODY A NEVÝHODY KOUČOVÁNÍ V ČR

Výhody:

1. **Recovery pracovníci:** koučové mají osobní zkušenost s životní zkušeností se závislostí a zotavením, což jim umožňuje navázat důvěrný a empatický vztah s klientem, který je v procesu zotavení klíčový
2. **Podpora:** Díky svému pozadí může být přirozeným a účinným způsobem podpory pro klienty, kouč má rovnocenný vztah (je spojenec klienta) v dané problematice
3. **Zkušenost:** Kvalifikovaní koučové zotavení, kteří prošli vlastním procesem zotavení, mohou poskytnout cenné rady, tipy a strategie, které mohou pomoci klientům v těžkých situacích

Nevýhody:

- 1. Nezakotvená pozice:** V České republice se recovery koučové často potýkají s nedostačujícím zařazením do pracovních pozic a nejasnými kritérii pro jejich výběr, často není ani zpracována metodika práce pro RK v organizaci (nepřipravenost)
- 2. Odbornost:** ve většině případů musí mít recovery kouč pro výkon pracovní pozice kvalifikační (rekvalifikační) kurz pro pracovníky v sociálních službách je akreditovaný v souladu se zákonem č. 108/2006 Sb. a dle vyhlášky č. 505/2006 Sb. + může být na něho naléháno na dostudování nebo další studium
- 3. Platové ohodnocení:** souvisí často s dosažením studia- ohodnocení na nízké úrovni v platových tabulkách, kouč má malý příjem
- 4. Stigmatizace a nedůvěra:** Přetrvávající stigmatizace a nedůvěra, nemusí být bráni vážně v odborné komunitě

ORGANIZACE A SLUŽBY SPOLUPRACUJÍCÍ S RECOVERY KOUČI

- Společnost Podané ruce o.p.s., Renadi, Progressive o.p.s., Armáda spásy Šumperk, Výjezdní tým – Zotavení Brno, Spolek Absolvent & Recovery koučové, Sananim, PL Horní Beřkovice, PL Červený Dvůr, RUBIKON centrum, PRÁH jižní Moravy z.ú. A DALŠÍ

OTEVŘENÝ DIALOG & KOLABORATIVNĚ DIALOGICKÁ PRAXE V PRÁCI RECOVERY KOUČŮ

- Postmoderní přístup navazující na systemickou a rodinnou terapii.
- Neexpertní, vztahový a rovnocenný způsob spolubytí v dialogu.
- Odmítá vnímat „klienta“ skrze optiku jakékoliv teorie.
- Využívá facilitaci & reflexy: základní myšlenkou je oddělení mluvení a poslouchání. Umožnit lidem, aby mohli nerušeně poslouchat, a zároveň umožnit těm, co mluví, aby se jim dostalo postřehů od někoho, kdo pozorně poslouchal.
- Tento způsob práce si osvojují různí pracovníci, od sociálních pracovníků, přes učitele až po námi zmiňované kouče.
- Otevřeným dialogem u nás pracuje např. **Výjezdní tým Zotavení Brno** nebo Terénní tým včasné podpory PRÁH jižní Moravy z.ú.

ZPĚTNÉ VAZBY OD KLIENTŮ

„Práce s Recovery koučkou mi pomohla změnit můj život. Po dobu tří let jsem procházel zotavením ze závislosti na návykových látkách a podařilo se mi dojít k vysněným cílům spojených nejen s abstinencí, ale i se stabilizací mých depresivních propadů“

„ Mohla jsem všechno a nemusela nic, cítila jsem obrovské pochopení“

„ Neodsouzení, bezpodmínečné přijetí“

Celkově klienti považují spolupráci s recovery kouči za podpůrné a chápací partnerství, které hrálo klíčovou roli na jejich cestách k zotavení ze závislostí.