

Ex-user nebo profesionál?

V tomto sdělení se chci pokusit přiblížit pohled na práci se závislými jedinci očima člověka, který sám závislostí prošel, tedy **ex-usera**. Nejčastějším motivem těchto lidí pro tuto práci bývá potřeba pomáhat druhým a být **konečně** nějak užitečný. Zůstat v oblasti závislostí je pro ně vzhledem ke vzdělání a profesním zkušenostem nejněsnější. Přestože se rozhodli opustit drogu, nedokáží od ní často ještě úplně odejít, jsou s ní stále nějak spojeni. Stejně jako brání drog a s ním spojené návykové chování jim přinášelo nějaké zisky, nacházejí je i v této práci. Postupně se však tyto zisky mění, ztrácí charakter drogového prostředí a chování v něm. V terapii se pak mohou potkávat sami se sebou, což může přitahovat podobně jako setkání s drogou. Obě tato poznání bývají často velmi bolestným procesem, ten jim však tentokrát dodává vnitřní jistotu, která se pak odráží jak v jejich životě, tak v práci s klienty. Pojďme se tedy podívat na to, co může ex-user vytěžít z terapeutické práce, jak to ovlivňuje jeho postoje ke kolegům v týmu, vlastní přístup ke klientům a jak to celé často může prožívat.

Když se ex-user dostává prostřednictvím této profese do kontaktu s lidmi, nemá většinou žádnou jinou výbavu než vlastní zkušenost. Ta se pro něj stává nosným kamenem na kterém staví a těžší z něj. Prezentace vlastní zkušenosti mu přináší určitou vnitřní jistotu což se hodně odráží v samotné práci. Nejinak tomu bylo i v mém případě, když jsem svou praxi začínal v nízkoprahových zařízeních.

V počátku u mě bylo enormní nasazení a odhodlání pro tuto práci, bral jsem jako automatické dělat něco navíc. Velmi často jsem se setkával s tím, že jsem nedokázal odmítnat klienty, úkoly a přání kolegů. Nakládal jsem si na sebe víc a víc a trávil delší čas v práci. Nedokázal jsem si představit, že bych měl odkládat věci a povinnosti na jindy, byť třeba jen do druhého dne. Často mě tyto situace připomínaly dřívější návykové chování tím, že opět něco odkládám, nedokončím prostě odfláknou. Jelikož jsem neuměl pracovat systematicky tak jsem nabýval dojmu, že dělám daleko víc práce než ostatní. A co víc, že smetanu pak slíznou kolegové. Např. Když se mi podařilo nakontaktovat „člověka z ulice“ do K-centra, udržet ho v programu Harm reduction nebo případně jej motivovat k léčbě, moje role tím skončila. Připadal jsem si často, že jsem tam jen na černou práci a vnímal to tak, že ostatní kolegové jen vyčkávali se založenýma rukama až jim zas někoho „dohodím“. Přišlo mi, že vytočit číslo a domluvit detox zvládne přece úplně každý, ale pro mě to byl příliš hlídáný a vysoký práh. Proto, když jsem se setkával u kolegů s asertivitou a menším nasazením než jsem viděl u sebe, vyvolávalo to ve mě pochybnosti a zlost. Často jsem si říkal: „**Tihle lenoši chtějí pomáhat lidem?**“ nebo „**Jak mohou toho klienta odmítnout, když to ted' tolik potřebuje?**“ To mě utvrzovalo v přesvědčení, že jen člověk který závislostí prošel, může dělat tuto práci dobře, správně a svědomitě, **tedy Já!**. Často se pak dělo to, že klienti odmítali blíže komunikovat s kolegy a obraceli se převážně na mě. To vyvolávalo pochyby a určitou žárlivost u kolegů, u mě pak bezmoc. Cítil jsem se v týmu osamocený a hledal automaticky uznání v klientele, což mi narušovalo obtížně budované hranice k nim. Ze vzájemných konfrontací na poradách či supervizích, jsem často odcházel frustrovaný. Odnášel jsem si z nich většinou to, že sice dělám hodně, dobře, ale nemám vzdělání. Proto mě nemůžou ocenit a někdy tím mohu klientům i ublížit. Přišlo mi zvláštní, že většina kolegů si pod pojmem ocenění vybavili vždy materiální hodnotu. To, že bych mohl kvůli nedostatečnému vzdělání klienta poškodit mě pěkně naštvalo. Bral jsem to tak, že si jen obhajují svoji lenost. Říkal jsem si, že: „**Kdo nic nedělá, nic nezkaží**“ a kladl otázku kdy pro ně budu dostatečný? Ocenění se mi přece jen dostalo a to formou besed a přednášek v oblasti primární prevence, kde jsem měl vyprávět

svůj příběh. Tedy další práce navíc, kterou jsem zase neuměl odmítnout. Po druhé takové akci jsem toho nechal, netoužil jsem být mediální hvězdou a navíc mě byl tento způsob prostituce proti srsti. Nakonec to pro mě byla dobrá zkušenost, uvědomil jsem si, že není nejlepší sdělovat svou minulost na počkání. Přišlo mi, že v tom musím ubrat. „*Ale mám se zbavit něčeho co mi dává sílu a odvahu v této práci?*“

Začal jsem tedy odkrývat svou minulost před klienty postupně. Setkával jsem se s jejich nářky, že jim nemůžu pomoci, protože jsem to sám neprožil. Tento experiment mě dal novou zkušenost, že jim mám co nabídnout i jako v jejich očích „*obyčejný*“ člověk. Zároveň jsem si opět začínal uvědomovat absenci vzdělání a profesních dovedností, tentokrát to ale nebylo díky impulsům z venčí. O to víc jsem to kompenzoval přesvědčením, že jen já mohu klientům nejlépe porozumět v jejich prožívání a chování. Více jsem aplikoval, **že to co pomohlo mě, bude nejlepší i pro ně**. Když jsem pak procházel vlastním terapeutickým procesem, tak jsem se setkával i s bolestí lidí, kteří závislostí neprošli. Poznal jsem, že mi jde sdílet jejich bolest a že to funguje i naopak, prostě a obyčejně, že si máme vzájemně co dát. Bylo pro mě příjemným zjištěním, že můžu nabídnout více než „jen“ svou zkušenost. I když mě tato opakovaná zkušenost narušila právě onen mýtus mé jedinečnosti nebral jsem to už tak tragicky. Vše se nejprve začalo odrážet v mém postoji ke kolegům, začal jsem je brát rovnocenně a přestal nosit nos nahoru. O to více však pak pro mě bylo obtížné vnímat určitý distanc od kolegů. Přišlo mi, že tím distancem jsou vlastně jakési hranice, ne tolik odlišné těm, které si držely ke klientům. Zjišťoval jsem, že vzájemně rovnocenný postoj s kolegy mi přinášel daleko větší jistoty v držení hranic s klienty, což fungovalo ale i naopak. Při samotné práci se ukazovalo (nebo jsem si toho začal víc všítat), že klienty posouvají v léčbě i jiné „recepty“ než podle kterých jsem dříve vařil sám. Stávalo se tak pro mě obtížnějším, když po mě klient onen recept vyžadoval s nadějí, že jemu také zaručeně pomůže. Byly to první momenty kdy mě došlo, že už na své minulosti nemůžu stavět celou svou práci. Opět se tak dostavily další pocity frustrace, které však začala zmírňovat motivace učit se „novému“. Sbíral jsem nové zkušenosti z vlastní terapie, jiných typů zařízení a způsobů práce často nesouvisejících s drogovou problematikou. Tyto znalosti a dovednosti mě přiváděly k dalším blízkým poznáním nejen sebe, ale vůbec všech lidí se kterými jsem touto cestou setkal.

Ze zpětného pohledu na tyto řádky vyplývá, že nyní už je pro mě minulá zkušenost s drogou méně hodnotnou, téměř nedůležitou. Po několikaleté praxi, tak přichází zkušenost zcela nová. Oproštění se od lpění na vlastní výjimečnosti a jedinečnosti pro tuto práci mě umožnilo vidět onu výjimečnost i v jiných lidech. To platí nejen pro spolupracovníky, ale i klienty. Už si z této práce neodnáším pouze hřejivý pocit, že jsem někomu pomohl. Mohu si odnést i zážitek se „*setkání*“ s lidmi, od kterých se lze i mnohé naučit. Potom lze porozumět i problémům a bolestem, které jsem nikdy nezažil a prožít je s nimi. Mohu je doprovázet po cestě, kterou nemusím dopředu znát.

Na všech těchto cestách jsem potkal různé lidi s podobně bolavou zkušeností, kterou pak stejně jako já využívají při své práci. Tato setkání ve mně vyvolávají řadu otázek.

- ◆ Nazýváme oběti domácího násilí, které pak pracují se stejnou klientelou nějakým přídomkem?
- ◆ Dáváme jména pracovníkům v rodinných poradnách, kteří mají sami často neuspokojivé partnerské vztahy?
- ◆ Jaké přízvisko dáme terapeutce, která vede skupiny na klinice pro léčbu neplodnosti, když sama nemůže otěhotnět?
- ◆ Je třeba tyto lidi nějak nazývat?
- ◆ Nestačí vzít prostě fakt, že jsou?