

Teen Challenge

Účinná pomoc závislým



Úvodník:

Kam směřuje naše země?

Mělo by se za to, že závislých v naší zemi ubude, ale opak je pravdou. Počet závislých na drogách užívajících nitrožilně vzrostl z 30 tisíc v devadesátých letech na 45 tisíc, počet alkoholiků (denních pijáků) je odhadem 100 tisíc, dalších 500 tisíc je ve vysokém riziku a milion v rizikovém užívání, počet závislých patologických hráčů se odhaduje na 100 tisíc a dalších 500 tisíc stojí před branami závislosti, 120 tisíc lidí má velké problémy s užíváním marihuany, 900 tisíc lidí zneužívá sedativa a hypnotika. Toto je jen výčet potíží, které má tato země z pohledu naší služby. Závislí jsou v každé komunitě, sociální skupině, jsou v našich pracovních kolektivech, na školách, mezi přáteli, spolužáky, v našich rodinách. Někdy více „na ráně“, někdy spíše vzdáleni, ale jsou tu. V minulosti vždy vyšla změna ze spojení lidí, kteří na problém začali působit ve svých nejbližších komunitách. My jako služba máme nástroje, jak závislým pomoci, ale nemáme schopnost být v každé domácnosti, škole, práci...

Naším snem je, aby se do změny lidských životů zapojil každý z nás, a to jen tím, že pomůže lidem ve svém bezprostředním okolí dovědět se, kam se obrátit se svými problémy.

„Propojená generace“

Z čísel výše vyplývá, že se zvyšují počty těch, kteří jsou závislí. Měli byste ale vědět, že je to jen špička ledovce, kterou vidíme. Problém je mnohem větší a vlastně ani nikdo nedokáže změřit, jak velký je. Mluvíme o velkém počtu lidí, kteří jsou závislí na alkoholu, gamblingu, lécích nebo drogách, ale nejsou vedeni v žádných statistikách. Mohou to být naši sousedé, přátelé, spolužáci, děti, kolegové v práci nebo členové naší rodiny. Možná se dostali do pastí závislosti a stydí se o tom mluvit, nebo neví kudy ven, kde a jak vlastně hledat pomoc.

„Chceme dát každému možnost, aby pomohl někomu, koho má rád. Zapoj se, protože dělat dobré věci je snadné.“

Právě proto vzniká kampaň Propojené generace. Jejím cílem je, aby se mohl každý velmi snadným způsobem zapojit a zároveň aby se dobrá zpráva o tom, že existuje účinná

pomoc, dostala ke každému závislému. Dělat dobré věci je snadné. Být prospěšný našim blízkým nás nemusí stát až tak moc, jak si možná myslíme.

Vizitku Propojené generace si jednoduše můžete stáhnout do svého telefonu. Vizitku máte vždy u sebe a v pravý čas na správném místě ji může poslat tomu, kdo potřebuje pomoc. Člověk, který dostane vizitku, může zavolat do takzvaného infocentra, kde si ho proškolený pracovník vyslechne a propojí ho s tou nejlepší pomocí v jeho problémech.

Nechceme vytvořit hnutí, které bude stát na ulicích a rozhazovat vizitky. Chceme vytvořit hnutí lidí, kterým záleží na jejich blízkých.

Tonda Tipan
propojenagenerace@gmail.com
734 369 120



Výzvy a změny v TCI ČR

Letos v dubnu je to 25 let od oficiálního vzniku služby TCI v ČR. Za tuto dobu jsme mohli oslovit tisíce lidí evangeliem, mnoho z nich na něj reagovalo pozitivně. Každá doba měla své výzvy, na počátku to bylo hledání služebníků, formování principů služby. Dnes jsou naše výzvy spojené se změnou společnosti, zákony a financemi. Je stále složitější získat prostředky na financování platů služebníků, a to především s ohledem na růst platů v byznys sféře, také naši studenti/klienti v programech ztrácejí sociální podporu, takže stále častěji nemohou na svůj pobyt v našich střediscích přispívat. Hledáme nové zdroje, snažíme se podnikat, a to i přesto, že to není naším hlavním posláním. Mnozí z vás víte, že jsme v minulosti měli „palet byznys“, kde jsme se dostali do ztráty a následně jsme museli vyplatit firmu, které jsme dlužili nemalé prostředky. Musím na tomto místě poděkovat především vedení Apoštolské církve za pomoc ve formě půjčky. Stále hledáme partnery, pro které bychom mohli vykonávat především manuální a údržbářské práce, ideálně v okolí Prahy.

Během posledních let proběhla obměna týmu ve středisku v Poštovicích, kde nastoupil nový vedoucí Jirka Zavadzký. On sám vnímá jako hlavní výzvu stabilizaci týmu, pro mužské i ženské středisko by potřeboval zralé vzdělané křesťany, může být i pár, ideálně ve věku 40+. Obrovskou výzvou jsou

závislé ženy. Ačkoli máme 8 míst v programu, nedaří se nám tuto kapacitu naplnit. Dnes mohou být v programu i ženy s dětmi, pro které jsme vybudovali dobré zázemí.

Stále hledáme další dobrovolníky, kteří by se připojili k již stávajícím týmům kontaktních center nebo založili tuto práci ve svých městech. Především v Praze a Brně je velká potřeba dobrovolníků i někoho, kdo by organizoval práci svépomocných skupin Bodu obratu. Od ledna tohoto roku také proběhla změna v roli ředitele TCI ČR, tuto roli převzal Petr Král, který je spojen s TCI od počátku. V roce 1986, poté co s P.M. chodili mezi závislé na ulici Havířova, absolvoval první seminář TC v Polsku, během let pak mnoho dalších specializovaných na poradenství, vedení organizace. V roce 1994 pomáhal zakládat jedno z prvních center pro závislé v ČR. V roce 1995 se stal vedoucím práce TC ve středisku v Tyři, které se v roce 1997 přesunulo do Šluknova, kde se svou ženou žije dodnes. Petr má dvě dospělé děti a pět vnuků. Vystudoval sociální práci a pastorační poradenství, v rámci služby TCI pomáhal vyškolit mnoho dobrovolníků a pracovníků, kteří dnes slouží nejen v TCI. Jeho služba je inspirována dopisem Ef 4, 11-17 (bible): Pomáhat druhým stát se dokonalými ve službě a zralými v osobním životě.

Stalo se

Od ledna do března přišlo do programů v Poštovicích a Šluknově celkem 31 nových studentů, budeme rádi, když se za ně budete modlit, často to jsou lidé přímo z ulice, nemají žádné vztahy s rodinou, peníze na program. Modlete se za jejich motivaci setrvat. V programech je 26 studentů, 6 program ukončilo. Ani oni nemají vyhráno, prosím modlete se za ně, aby zvládli nároky života a nevrátili se ke „starému“.



V Poštovicích i Šluknově proběhly křty studentů, kteří do svého života pozvali Ježíše Krista. Podle našich statistik více než polovina studentů přichází z ulice, bez víry.



Pracovní tým složený ze studentů a služebníků ze Šluknova vyjel pomáhat s rekonstrukcí do Teen Challenge v Holandsku.

TCI v Evropě oslavilo 50 let existence. Přijelo více než 400 služebníků z celé Evropy, mezi nimi mnoho průkopníků zakladatelů jako David Betty, který stál vedle Davida Wilkersona ve službě TCI již od počátku a měl vliv na to, jak TCI ve světě vypadá.



Ve Šluknově jsme opět slavili Velikonoční hod beránka. Pozvali jsme přátele a lidi z okolí, předávali jsme osvědčení studentům, kteří dokončili program před více než dvěma lety. Sešlo se nás přes sto. Byl to skvělý čas plný svědeckví a příjemných chvil s lidmi, které nevidáme každý den. Slovem nám sloužil František Novotný, který před několika lety sám dokončil program TC.



Plánujeme

V červnu spolu se Staškem Bockem a týmem studentů a pracovníků TCI pojedeme na pracovní výjezd do Moldávie. Skvělou zprávou je, že jsme díky zahraničním sponzorům mohli získat více než 10.000 Eur na opravu střechy střediska v Moldávii, kde pomáháme již mnoho let.

15. 6. od 10:00 v Poštovicích bude opět setkání všech pracovníků, dobrovolníků a přátel TCI, přijet může kdokoli, kdo má zájem o službu mezi závislými.

Další setkání pak bude **21. 9. opět v 10:00 v Poštovicích**.

Naleznete nás také sloužit na www.kristfest.cz a www.festivalunited.cz

Kristfest

Zamyšlení

„Milovat a každý den ukazovat vděčnost“

Pavel v říká ve 3. kapitole Koloským křesťanům, aby měli soucitné srdce, laskavost, pokoru a trpělivost. Podstatná složka, která drží všechny tyto atributy dohromady, je však láska (verš 14). Stejně jako při vaření působí vejce jako pojivo, tak i láska v lidské interakci a vztahu. Neboť bez lásky jsou naše slova a činy zbytečné (viz 1. Korintským 13).

V každodenním životě by naše slova a činy měly odrážet Kristovu lásku, i když musíme udělat tvrdá rozhodnutí nebo těžké úkoly. Pavel říká, že Kristův pokoj by měl ovládat naše srdce, uznávajíc, že jsme všichni v něm jedním tělem (verš 15). Pak přidá tři malá slova: „A buď vděčný.“ Naše životy by měly být naplněny uznáním, že Bůh věčnosti dal svého jediného syna ve smrti a vzkříšení, abychom mohli být skrze něho spaseni. Měli bychom žít každý den s vděčností našemu Pánu a ostatním lidem kolem nás. Proč? Protože jeho láska je závazná a jeho pokoj je náš základ.

Jak to můžeme prakticky aplikovat? Láska je v naší společnosti nadužívaným termínem, ale její význam je bezkonkurenční. Existuje mnoho způsobů, jak každý den ukázat lásku, pokoj a vděčnost. Naslouchejme vnímavěji a hlouběji, dokončeme práci jménem někoho jiného, napišme si, za co jsme vděční konkrétním lidem, modleme se za ty, se kterými každý den přicházíme do styku. Modleme se za růst v projevech lásky a za to, jak můžeme projevit uznání. Modleme se, aby ostatní byli požehnáni láskou a pokojem našeho Pána. Požádejme Pána o moudrost, jak můžeme ve své práci nebo službě lépe projevovat lásku a vděčnost.



Gary Blackard

President/CEO Adult and Teen Challenge USA

Služba církvím

Naše týmy stále jezdí s povzbuzením, příběhy studentů a prezentací práce TC do mnoha sborů různých denominací v naší zemi. Jsme vděční těmto sborům za příležitost. Mnozí z vás, kteří jste měli možnost slyšet naše pracovníky a studenty, jste se stali našimi pravidelnými podporovateli, za což jsme vděční.

Pokud máte zájem o týmy, které by ve vašem sboru posloužily, kontaktujte nás na číslech:

středisko Šluknov 775 556 636,
středisko Poštovice 739 524 827
tcczech@gmail.com



Byla závislá na alkoholu

„Jmenuji se Petra a na kavárnu Teen Challenge v Českých Budějovicích jsem přišla před devíti lety, protože jsem potřebovala pomoc. Byla jsem závislá na alkoholu a měla jsem bulimii. S alkoholem jsem začala mít problém už v dospívání, se spolužáky jsem chodila do hospod a na diskotéky a opíjela jsem se.

Byla jsem spíše introvert s malým sebevědomím. A alkohol ze mě dělal pravý opak. Bylo to dáno i přísnou výchovou, měla jsem pocit, že pořád něco musím, ale nikdo se mě nezeptal, co chci já. I když jsem se vdala a měla dvě děti, nedokázala jsem s tím přestat, pila jsem doma potají. Dokonce jsem byla dvakrát na záchytce. Po rozhodnutí s pitím skoncovat jsem se začala soustředit na jídlo, až se to vyvinulo v bulimii.

Od své věřící sestry jsem se dozvěděla o kavárně Teen Challenge. Setkala jsem se tam s Vladkou, která se mnou začala řešit mé problémy. Normálně bych šla do programu Teen Challenge, ale protože jsem měla dvě malé děti, řešily jsme to poradenstvím. Viděla jsem u Vladky velký zájem o mě, nic jsem neplatila, dělala to zadarmo. To mi bylo divné. Až časem jsem pochopila, že to mi Bůh skrze Vladku ukazoval svou lásku. Vidím, jak moc Bohu na mě záleží, jak mě bezpodmínečně miluje, jak mi odpustí, když Ho poprosím o odpuštění. A tak jsem uvěřila Bohu, dala mu svůj život a vyléčila se s Boží pomocí ze všech závislostí. Od té doby na kavárně sloužím.

Uvěřily mé děti i manžel a všichni společně chodíme do církve, za což jsem Bohu vděčná.“

Vladka Marková dlouhá léta sloužila v Českých Budějovicích, kde vedla poradenské svépomocné skupiny Bodu obratu. Za její práci jsme vděční, ale především je ukázkou, jak je možné i těm závislým, kteří nemohou z nějakého důvodu nastoupit do programu, prakticky sloužit ke změně a podpoře vedoucí k abstinenci.

Pro více informací o službě Kontaktních center nebo Bodu obratu zde: **www.livingfree.cz**
nebo u **Petra Krále 777 180 549.**

„Zoufalství spoluzávislých“



„Utišení bolesti je prvním krokem k nalezení nové cesty.“

Vzhledem k tomu, že již více než 25 let pracuji se závislými na drogách, alkoholu, s lidmi propadlými hazardu, vím, že jejich blízcí prožívají obrovskou míru bolesti, která se dá přirovnat pocitům člověka, kterému někdo umírá. I on prochází stádií od popírání a zavírání očí před realitou až po zoufalství. A pokud zoufalství nepřekoná, často to má vliv na něj samotného, může sám propadnout do deprese nebo začít užívat návykové látky, mnoho z těchto lidí řeší svou situaci rozchodem s partnerem. Zoufalství je přímý důsledek zjištění, že cesta končí, že to “něco” v našem životě nejsme schopni ovlivnit, nemám žádné strategie, jak zachránit to, co v životě považuji za jeho nezbytnou součást. Zoufalství je pocit opírající se o zjištění, že jsem sám.

Pravděpodobně každý z nás se někdy dostal do úzkých, kdy si s něčím nevěděly rady, na něco mu nestačily síly, dovednosti atp. Zoufalství se často váže i k málo závažným problémům, které vyjadřujeme slovně: „Jsem z tebe zoufalý, jsem zoufalý z finanční, politické a jiné situace...“ Osobně si ale myslím, že opravdové zoufalství vyjadřuje jinou rovinu emocionálního stavu, více podobnou topícímu se, který vyzkoušel všechno, aby se zachránil, ale už nevidí žádnou pomoc nablízku. Zoufalství je emocionální stav podobný

přímému setkání se zmarem, smrtí. V tomto kontextu mě napadá příběh Lazara. Marta i Marie své zoufalství vyjádřily takto: „Pane, kdybys tady byl, Lazar by nezemřel!“ Na první pohled u obou vidíme, že prožívaly vnitřní bolest, možná za jejich slovy byla dokonce výčitka. Každá se snažila se svým zoufalstvím vypořádat jinak, ale obě měly společné, že nevěděly jak. Prostě byly na konci cesty, ztrácely svého milovaného bratra, věřily, že se najde řešení, že neumře, že přijde někdo a vyřeší to. Lazar nakonec umřel a uvnitř zůstala jen prázdnota – bolest, ale zároveň potřeba se s novou situací nějak srovnat. Jejich vyjádření „kdybys“ ukazuje na bezradnost, že i ta možnost, kterou měly v zásobě, selhala (obě si pravděpodobně říkaly, že Ježíš o tom ví, přijde). Je konec, s tím končí i náš život takový, jak jsme jej doposud žili.

Ano, zoufalství vyjadřuje také míru hodnoty, kterou pro nás ztracené věci mají. Proto jsou někdy lidé zoufalí z „malých“ věcí. Měly pro ně hodnotu, bez které si nedokázali představit svůj život. Najednou tato hodnota umírá nebo je ohrožena stejně jako v případech, kdy naše děti, partneři postupně umírají v drogách, alkoholu a jiných věcech. Tak jako mohou umírat naše vztahy, manželství. Přestávají být s námi. Velmi často tento stav prožívají rodiče, kteří svoji hodnotu vložili do dětí. Děti se staly jejich životem, když pak chtějí odejít za svým, založit rodiny, studovat, najdou si partnery, rodiče to prožívají jako vlastní smrt. Pokoušejí se ji zvrátit tím, že dětem brání různými prostředky realizovat vlastní životy. Často se to stává i v případech, kdy děti začnou vyznávat jiné hodnoty než rodiče. Místo aby rodiče dali dětem svobodu nést důsledky svých rozhodnutí, přizpůsobují ze zoufalství své hodnoty dospívajícím dětem.

Zoufalství jako emocionální stav je tak často poslední záchvěv naší psychiky, snaha se se ztrátou poprat. Nejsme již aktivní ve smyslu vlastních strategií, ale je to spíše signál druhým: „Už si nevím rady.“ Stejně jako Mariino i Martino „kdybys“ znamená přeneseně: „Co máme dělat?“ Následuje: „Ježíš zaplakal...“ Nevím, co se přesně za jeho pláčem skrývá, ale myslím si, že je to jednoduše soucit s bolestí a vším, co obě prožívaly. Nicméně můžeme vidět, že zde příběh nekončí. Ježíš povolává Lazara zpět k životu. To, co nemůžeme udělat my pro bolest a skutečnou neschopnost vlastními silami, udělá Ježíš. Nicméně potřebujeme mít ke komu plakat a také potřebujeme umět plakat s plačícími. Ježíš má být v každém z nás. Bolest dnešních vztahů, a to i v církvi, je, že „hrajeme pro formu“. A to nám zabraňuje své zoufalství sdílet s druhými. Očekáváme nepochopení, odmítnutí, laciné

rady, vyhýbavé pohledy. Ve skutečnosti lékem na zoufalství je utišení všech bolestí, které se zoufalstvím souvisí. Matka tiší své dítě v náručí tak dlouho, dokud nepřestane plakat, přestože si svou bolest zaviniho vlastní nešikovností. Až poté hledá řešení, jak pro příště zabránit podobné situaci. Výčitky ve chvílích bolesti nic nepomáhají!

Dítě se nestydí plakat, je to vyjádřením stavu, ve kterém se nachází. Je otázkou, proč nepláčeme my. Dokonce se domnívám, že kde bychom jako děti plakali, tam se jako dospělí smějeme, rozčilujeme nebo vyčítáme. Co na zoufalství zabírá u nás samotných? Naslouchání a pohazení k utišení, vzkříšená naděje a následná víra k novým skutkům. Naděje se rodí z náruče tišící matky a víra z jejího slova moudrosti.

Typické emoce vyjadřující zoufalství:

úzkost, panika, strach, odmítnutí, bezmocnost, hořkost, prázdnota, samota

Typické emoce vyjadřující naději:

pokoj, radost, jistota, důvěra, smysluplnost, přijetí

Co s důsledky stavu zoufalství?

- 1 Ztráta kontroly nad svými emocemi (nesnažme se tyto emoce u druhého kontrolovat, ujistěme ho, že jsme nablízku)
- 2 Ztráta životní perspektivy - budoucnosti (vyslechněme vše bez hodnocení, rad s maximální pozorností a podporou)
- 3 Ztráta kontroly nad situací (převzmeš kontrolu nad praktickými věcmi, na které osoba nemá ve svém zoufalství sílu a které by jí samotnou mohly ohrozit)
- 4 Ztráta schopnosti uvažovat celostně o možných řešeních a budoucnosti (pokuste se sestavit celý obraz situace a možných východisek, aby bylo možné najít konkrétní cesty ke zdravé budoucnosti)

A pokud je to možné, vždy se spolu modlete!!

Petr Král

Praktické informace, jak a proč začít se službou Bodu obratu (livingfree) ve svém městě

Ne všichni závislí jsou schopni nastoupit do léčebných programů. Ne všichni jsou v takovém stavu, aby program potřebovali. Mnoho z nich by proto využilo možnost se zapojit do nějaké podpůrné skupiny, kde by mohli na svém problému pracovat. Teen Challenge ve spolupráci s organizací Livingfree.org vytvořilo materiály, které je možné pro vedení takovýchto podpůrných skupin využít.

Více o nich se dozvíte zde: www.livingfree.cz.

Pokud vidíte ve vašem městě potřebu pomoci závislým, nebo jejich blízkým, můžete takovou skupinu nabízet. Livingfree vám poskytne zaškolení, materiály a pomoc. Tyto skupiny mohou vzniknout jako samostatná nad-denominační aktivita nebo jako aktivita konkrétního církevního společenství. Tyto skupiny nejsou nijak vázány na nutnost vedení Teen Challenge, ale stávají se autonomní.

Pro více informací pište na bodobratu@gmail.com



Odkazy na naše sociální média

Teen Challenge

Účinná pomoc závislým

Modli se.

Za ty, kteří v naší zemi spadli do pasti závislostí,
a ty, kteří jim pomáhají

Zapoj se.

Pokud se chceš jakkoli zapojit do práce TCI,
kontaktuj Národní kancelář

Daruj jedním klikem.

Rozhodni se pravidelným
nebo jednorázovým darem podporovat
práci TCI mezi závislými



tcczech@gmail.com, Bc. Petr Král 777 180 549
www.teenchallenge.cz, č.ú. 104 110 7327/5500

www.darujme.cz/projekt/960