



OBSAH

Úvod (PhDr. Jiří Kabele)	5
Předmluva	10
Část první	
SVĚPOMOC: NOVÉ OBZORY V PÉČI O ZDRAVÍ	
1. Ohlédnutí	15
1.1. Teoretický odkaz	15
1.2. Praktické zkušenosti se skupinovou vzájemnou pomocí	18
2. Zdravotnický kontext svépomoci	22
3. Terminologické upřesnění: od laické péče ke svépomocnému hnutí	28
4. Obsahové upřesnění: znaky, definice, typologie a činnost svépomocných skupin	37
4.1. Znaky a definice	38
4.2. Typologie	43
4.3. Co se děje ve svépomocné skupině?	49
5. Pozadí rozvoje a přínos svépomoci	55
5.1. Změny v oblasti zdraví a zdravotnictví	55
5.2. Zklamání z výkonu péče o zdraví	56
5.3. Sociokulturní trendy	58
5.4. Naděje a potenciální přínos svépomoci	60
6. Příklady činnosti svépomocných skupin a patientských klubů ve světě	68
7. Některá úskalí svépomoci	88
7.1. Vnější (společenská) rizika svépomoci	89
7.2. Rizika a dilemata svépomoci při spolupráci s oficiálními službami	91
7.3. Vnitřní rizika a nebezpečí svépomoci	94
8. Svépomoc a profesionální zdravotnické služby	99
9. Z domácí dílny svépomoci	107
Část druhá	
PŘEKROČIT SVŮJ STÍN	
(Kluby abstinujících)	
10. Abstinents nežíje ve vzduchoprázdnu	123
11. Hledání svého dne: zrod motivace	134
12. Stadia uzdravování	146



12. 1. Bílá místa na terapeutické mapě rehabilitace	147
12. 2. Etapy uzdravování	153
13. Klubový kompas na cestě k uzdravování	159
13.1. Začátky	159
13.2. První odměny. Metoda „drobných cílů“	164
13.3. Prohlédnutí	166
13.4. Dohánění zameškaného	168
13.5. Abstinence	169
13.6. „Starý svět“	172
13.7. Zveřejnění abstinence	175
13.8. Abstinence terapeutů	176
13.9. Klikaté cesty k uzdravení	180
13.10. Rodinné vztahy	183
13.11. Recidivy	189
13.12. Místo klubu v uzdravování: nalezení „vlastního kódu“ abstinence	196
14. Tradice protialkoholního sdružování: od spolků zdrženlivosti ke klubům postižených	200
14.1. Spolky zdrženlivosti (střízlivosti) a sdružení abonentů	200
14.2. Klub vyléčených pijáků a „netušené kolonie“	203
15. Československé kluby abstinujících v číslech a faktech	205
15.1. Počet klubů: zaostávání za okolním světem	207
15.2. Intenzita práce	209
15.3. Členstvo	211
15.4. Způsob práce	213
15.5. Terapeutická efektivnost	214
15.6. Hlavní problémy klubů. Etapy vývoje	217
Místo závěru: svépomoc potřebuje pomoc	227
Vybraná literatura	231