

EVENTUS

PRO COLLEGIS



DEVADESATKY
TED BUNDY
OTEVRENA VEZNICE
SZONDIHO TEST
STÁTŇICE
KRATOM



„UNIVERSITAS“ JAKO JEDNOTNÉ PŮSOBENÍ

PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D.

Se společenským pochopením důležitosti výuky a studia humanitních a sociálních disciplín to bývá problematické. Snad hlavním důvodem nepochopení jejich užitečnosti je technokratický přístup k řešení celospolečenských záležitostí, u kterých převládají problematiky hospodářské a sociální. Aby bylo dobře rozuměno, řešit uvedené záležitosti je důležité a nutné. K tomu však, aby jejich řešení bylo komplexní a přijímáno rozhodující částí společnosti, je správné neodsouvat lidství (tedy situaci člověka jako jednotlivce a součást společenských skupin) na vedlejší kolej zájmu. Dnešní doba je charakteristická znovu nastolováním témat, která již v minulosti rezonovala, ovládala prostor a měnila poměry, avšak (jak se ukazuje) jejich tehdejší řešení a přijatá opatření již dnes neobstojí. Jako příklady můžeme uvést postavení žen, vztah k etnickým, náboženským a např. LGBTQ komunitám, problematiku genderu. Je zřejmé, že uvedená témata souvisí spíše s filosofií a dalšími humanitními disciplínami a vědními obory než s vědou tak, jak je obecně vnímána. Pokud se vztahujeme k situaci člověka v dnešním světě dotýkáme se otázek bytí a s ním spojených otázek po organizaci společnosti, vztahu moci k občanským svobodám, ke svobodě člověka obecně. Všechna společenská témata jsme v demokratických společnostech zvyklí řešit diskusí. K této diskusi slouží různé společenské instituce. Já se zaměřím na jednu z nich – na universitu.

30. 5. 2023 byla pozvána do Oxfordu britská filozofka Kathleen Stocková, aby přednesla svůj názor na genderovou identitu, která se staví kriticky k závěru, že ženou jsou osoby, které se jako ženy narodí, ale rovněž ty, které se ženami stávají v průběhu života, tedy trans ženy. Analogicky to platí pro muže. Za svůj postoj byla napadána, hlavně studenty, a nařčena z transfobie. Při přednášce musela zasahovat ochranka: jedna studentka se přilepila na pódium a další studenti dávali najevo hlasitý nesouhlas. ¹Tento příklad použiji k zamyšlení nad

vnímáním obsahu akademických svobod v našem, západním světě. Wikipedie v jednom ze svých příspěvků akademickou svobodu definuje takto: *“Akademická svoboda je princip akademické činnosti, podle kterého je pro univerzitu zásadní svoboda bádát, vyučovat a studovat. Akademičtí učitelé by měli mít možnost svobodně si zvolit svůj obsah a metody; Akademická svoboda je podobná svobodě projevu.”*²¹ I přesto, že pojetí akademické svobody má také svá omezení, lze konstatovat, že akademická půda má poskytovat prostor pro bezpečné a věcné diskuse na témata, která společenský život přináší, a na která hledá odpovědi. I proto si společnosti university zřizují.

Co nám tedy o akademickém prostředí říká příklad z Oxfordu? Naznačuje, že se na univerzitách skutečně učitelé zabývají „žhavými“ tématy dneška. Ukazuje se, že university jsou schopny vytvářet prostor pro bádání a také, že díky tomu, rostou osobnosti, které poskytují východiska k jejich řešení. Na straně druhé, z nepřátelské reakce studentů (vedeného příkladu) je zřejmé, že společnost ztrácí ze zřetele původní koncept university jako do jisté míry ochraňovaného prostředí, které umožňuje vhléd do společenských témat bez rušivých zásahů dejme tomu různých zájmových skupin. Studenti tak namísto, aby chránili prostředí nezávislé debaty, aby profitovali z různých názorových hledisek, aby tříbili své kritické myšlení, dávají prostor těm, kterým nezávislé a pravdu hledající myšlení narušuje jejich zploštělou představu o světě.

Studenti však (a nutno podotknout, že i řada akademiků) jsou zasaženi trendem, který bourá tisíciletý koncept universitas. Tento trend velmi výstižně (a pro mnohé zřejmě drsně) popisuje Konrad Liessmann: „Zatímco její tradiční význam (rozuměj školy) ustupuje, posouvá se do popředí jiný. Vyniká nutnost předimenzované opatrovny, v níž se budou vytvářet sice stále ještě produkčně zdatní audiovizuální debilové, ale zároveň se budou muset na dlouhou dobu zabývat něčím co je zdržívá od myšlení. Tvrdé slovo o audiovizuálních debilech nám sice nemusí být po chuti ve věku chytrých digitálních technologií i zde – navzdory mnohými diagnostikované „digitální demenci“ mladistvých – může vládnout netušená dialektika, ale že školy – právě z perspektivy že už jde jen o kompetence, ne o vědění, už jen o aplikovatelnost, ne o porozumění – mutují na opatrovny, je zjevné. Doklad o tomto vývoji podává stále znovu vyžadovaná změna učitele z odborně vědecky vzdělaného experta na sociálně pedagogicky školeného kouče a průvodce.“³

Přísná slova Konrada Liessmanna nutně vedou k opětovnému přehodnocování našich pozic ve vztahu k učení i učení se. K uvažování o tom, do jaké míry se vystavíme (učitelé i studenti) odvaze diskutovat a výsledky diskusí nabízet do pestrého společenského koše návrhů a řešení.

ZDROJE:

¹Viz. Matějčková, T. (2023) *Bůh je mrtev, nic není dovoleno*. Echo Media a.s.

²https://sl.wikipedia.org/wiki/Akademska_svoboda

³Liessmann, K. P. (2018) *Vzdělání jako provokace*. Praha: Akademia.

DIVOKÉ DEVADESÁTKY	6
MŮJ PŘÍTEL SÉRIOVÝ VRAH: RECENZE NA KNIHU	10
OTEVŘENÁ VĚZNICE?	13
SZONDIHO OBRÁZKOVÝ TEST	16
JAK NA STÁTNICE A BAKALÁŘKU?	20
NĚCO MÁLO O KRATOMU ROZHOVOR	24
POEZIE	29
KONTAKTY	33

OBSAH

DIVOKÉ DEVADESÁTKY

Anna Bublová

Po pádu komunistického režimu v listopadu 1989 prošla Česká republika velkými a rozsáhlými změnami. Devadesátky byly jakýmsi obdobím přechodu od ekonomiky, která byla centrálně plánována k ekonomice tržní, charakteristickou pro demokracii. Najednou se nemuselo čekat ve frontě na mandarinky, nebo stát před Tuzexem, protože zrovna přivezli nové zboží. Na první pohled se může zdát, že toto období byla procházka růžovou zahradou. Vidiny lepší budoucnosti a radost ale začal protínat černý mrak divokých devadesátek, coby období, které jak se říká, bylo pro kriminalitu jako dělané. V tomto článku se na některé známé kauzy a jména podíváme a alespoň na chvíli se do tohoto období jakési sociální anomie přeneseme.

IVAN JONÁK, BOSS Z DISCOLANDU



Období devadesátek, a hlavně část polosvěta, nebo jak se vyjadřuje novinář Josef Klíma, podsvětí, byla charakterizována takzvanými kmotry. Kmotr byl někdo, kdo měl v podsvětí prošítem všemožnými intrikami, podvody a nekalými plány opravdu velkou moc (Klíma, Miklica, 2020, podcast). A právě takovou osobou byl i Ivan Jonák. Ve dne podnikatel, v noci discolandový boss s medvědem. Už podruhé je skloňováno slovo Discoland, ale co to vlastně bylo?

Discoland Sylvie, jak ho Ivan Jonák se svojí manželkou Ludvikou Jonákovou pojmenovali, byl noční klub na Praze 5. Ivan ale nebyl jediným majitelem tohoto klubu, dělil se o něj s již zmiňovanou manželkou a Němcem Helmutem Hugerem. Podle Josefa Klímy, jak v podcastu České podsvětí (2020) avizuje, se jednalo o místo, kde se setkávaly všechny sféry tehdejší společnosti – umělci, politici, kriminálníci a

policie. Jedním z návštěvníků nočního klubu byl i Karel Gott, či Lucie Bílá (Hruška, 2020, podcast). Discoland Sylvie dal mimo jiné kolébku pro svůj vznik i známému Berdychova gangu, který svou trestnou činností do už tak krušných devadesátých let nejednou v negativním slova smyslu přispěl. Ale sám Ivan Jonák nebyl svatý ani před Sametovou revolucí. Už za komunistického režimu byl odsouzen k odnětí svobody na celých 6 let, tenkrát ještě nejspíš netušil, že se tam jednou vrátí s konečnou sazbou jednou tak vysokou. Že partnerské podnikání vede ke zkaže a v tomto případě i ke konci životů Jonák poznal velice brzy, kdy se jeho manželství s Ludvikou rozpadlo. On sám se k tomu přičinil, když se netajil tím, že udržuje paralelní vztahy se striptérkami, které v Discolandu zaměstnával. Vše vedlo k jedné velké obavě – ztráta Discolandu. Tuto obavu takzvaně „příkrmila“ i samotná Ludvika, když se společně se spolujednatel Helmutem Hugerem rozhodli, že svůj podíl prodají. Ivan Jonák se uchýlil k něčemu, co v devadesátých letech kmotrům a jiným zločincům nebylo ani trochu cizí. Zaplatil si vraždu svojí bývalé manželky. Když bude mrtvá, už nic neprodá, nebo ne? Ovšem i na něj venku ne málokdy čekal někdo, kdo se s ním nejspíš nechtěl s alkoholovým nápojem v ruce kochat nad živým medvědem v Discolandu. Celkem třikrát se stal obětí pokusu o vraždu. Byť se Jonákovým kauzám soudy věnovaly už od roku 1996, pravomocně odsouzen byl až v roce 2002 a celkem ve vězení strávil 12 let. Propuštěn byl v roce 2014 a ještě v téhle době své přičinění na smrti Ludviky Jonákové popíral. Na svobodě si ale užil pouhé dva roky. V roce 2016 zemřel. Sám, bez peněz, jen se svým vlastním svědomím (Klíma, Miklica, 2020, podcast).

“POMÁHAT A CHRÁNIT“ – JAK TO BYLO S BERDYCHOVÝM GANGEM?

Sousloví Berdychův gang už napovídá, kdo v této zločinecké organizaci byl ten, kdo měl celé řízení pod palcem. Ale bylo tomu opravdu tak? Berdychův gang bylo označení pro okruh lidí, který se pohyboval okolo Davida Berdycha, a který ve zlaté éře Discolandu Ivana Jonáka stál u dveří slavného klubu a dělal vyhazovače.

Právě v Discolandu se začala kolem Davida Berdycha tvořit skupina, která se stala podhoubím pro organizovaný zločin, a to jeden z největších ve své době. Berdych, Trumpeš, Puchar, Korbel a Prokop si podali ruce. Později se ale dozvíme, že ti, co stáli za tvrdými údery gangu byli z vyšších míst, a že sám Berdych byl jen loutka, která s ostatními odváděla tu “špinavou práci”. Motivem pro páčání trestné činnosti byl jak jinak než zisk a vidina rychlého



a snadného vydělání peněz, ale jak už to bývá, vždycky je tu někdo, kdo se stane nepohodlným, protože má až moc informací. A tak kromě loupeží, přepadávání a vyděraček má Berdychův gang na svědomí i vraždy.

Řádění gangu samozřejmě neuniklo pozornosti Odboru pro boj s organizovaným zločinem Policie České republiky a ten začal rozplétat pavučinu vztahů a kontaktů, která byly na Berdycha a skupinu kolem něj navázaná. Dostáváme se k důležitým jménům – major Josef Opava, poručík Petr Koňářik, Helena Kahnová, Tomáš Gregor.

Právě Helena Kahnová a Tomáš Gregor, jakožto pracovníci odboru se do vyšetřování ponořili tak hluboko, až se dostali k zjištěním, které je vyvedly z míry. Že by Berdych nebyl nejvýše postavená postavička gangu? Když ne on, tak kdo? Všechny stopy vedly k jejich vlastním kolegům, lidem, kteří sedí vedle v kanceláři. Lidem, kteří se až moc zajímají o to, jak daleko Gregor a Kahnová s vyšetřováním vlastně jsou. Loupeže v policejních uniformách, s

policejními auty, s policejní výzbrojí a pravými dokumenty, byly stopy, které vyšetřovatele dovedly ke dvěma jménům, a to k majorovi Josefovi Opavovi a poručíkovi Petru Koňářkovi. Heleně a Tomášovi došlo, že jsou na to sami. Na oko pracovali na jiných případech a po nocích doma rozplétali organizovanou zločineckou skupinu, která jako chapadla chobotnice sahala až k jejich kolegům. Nebo spíše ona chobotnice sahala svými chapadly až k Berdychovu gangu a z poklidu policejní kanceláře s ním hýbala tak, aby se neprozradila a přišla k co největšímu výtěžku. Když už Opava s Koňářkem věděli, že Helena s Tomášem něco tuší, neostýchali se nabídnout úplatek za protislužbu toho, že s vyšetřováním přestanou. Odmítli. Berdychův gang je kromě jiného zodpovědný za mučení a smrt zlatníka Václava Tomana, za smrt podnikatele Skaly a nespočet loupežných přepadení. Po rozmotání pavučiny a rozkrytí celého případu nikoho trest neminul. David Berdych si ve vězení, byť posléze s vyšetřovateli spolupracoval, odpykal nejdelší trest, a to 11 let. Opava s Koňářkem byli po odpykání poloviny výměry trestu propuštěni na svobodu pro dobré chování, odseděli si tak 4 a 6 let (Klíma, Miklica, 2020, podcast).

ZDROJE:

HRUŠKA, Stanislav. Standashow: JOSEF KLÍMA: Do Discolandu chodil i Karel Gott, byl tam striptýz a koukali na medvěda [podcast]. Podcast 15. 12. 2020. Dostupné z: <https://www.talktv.cz/>.

KLÍMA, Josef a MIKLICA, Adam. České podsvětí: Ve službách policie [podcast]. Podcast, 17. 8. 2020. Dostupné z: <https://podcasty.seznam.cz/podcast/ceske-podsveti/epizoda-sedma-ve-sluzbach-policie-107407>.

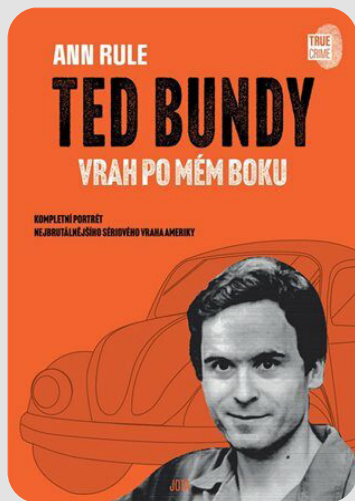
KLÍMA, Josef a MIKLICA, Adam. České podsvětí: Začalo to v Discolandu [podcast]. Podcast, 6. 7. 2020. Dostupné z: <https://podcasty.seznam.cz/podcast/ceske-podsveti/epizoda-prvni-zacalo-to-v-discolandu-107401>.

MŮJ PŘÍTEL SÉRIOVÝ VRAH

RECENZE NA KNIHU

Pavla Kaprová

Ted Bundy, vrah po mém boku



Autor: Ann Rule

Rok vydání: 2022

Žánr: Detektivky, krimi, biografie

Počet stran: 568

Překlad: Helena Hartlová

Ačkoliv to pro nikoho z nás není příjemné, během života se nevyhnutelně dostáváme do složitých a bolestivých situací. Může to být například rozchod, ztráta milované osoby či domácího mazlíčka, dlouhodobá nezaměstnanost nebo onemocnění. Pevně doufám, že v takových situacích máte alespoň jednoho člověka, který vám pomáhá vše zvládat – možná rodiče, sourozence, partnera, či kamaráda. Někoho, komu svěříte i věci, které byste se nikomu jinému sdělit neodvážili. Jak byste takového blízkého přítele popsali? Mnohé asi napadají charakteristiky jako přátelský, milý, upřímný, trpělivý, empatický, člověk se skutečným zájmem o Vaši osobu, člověk, který umí naslouchat.

Podobnými slovy popsala Ann Rule svého někdejšího kolegu a poměrně dobrého přítele z krizové kliniky Theodora Roberta, známého spíše jako Teda Bundyho. Tehdy jí ani v tom nejpodivnějším snu nemohlo napadnout, že tento milý, inteligentní mladík, usilující o studium práv, brutálně zavraždí tolik mladých žen a bude odsouzen ke třem trestům smrti.

V době, kdy Rule podepisovala smlouvu na knihu o tajemném "Tedovi" (v jisté chvíli bylo odhaleno křestní jméno hledaného), který ukončil život mnoha dívek a žen, rozhodně nepočítala s tím, že bude psát o svém blízkém příteli. V policejní skice, vytvořené dle popisu svědků kontaktu Bundyho s jednou z obětí, spolu s jistými dalšími pojiťky nabude podezření či minimálně shledá podobnosti nejen ona, ale i Bundyho tehdejší partnerka Liz. I přes všechny takové myšlenky a další dvě nahlášení jména Ted Bundy, obě věří a doufají, že svému blízkému křivdí. Sama autorka mnohokrát uvádí pocity viny a výčitky vůči Bundymu způsobené tímto oznámením.

Kniha Ted Bundy, vrah po mém boku je jistým unikátem na poli true crime literatury. Přináší pohled autorky, která má nejen bohaté profesní zkušenosti, mimo jiné i z práce u policie, ale také něco, co by jiný autor nabídnout nemohl. Pohled kamarádky Ann, která "znala" přátelského čtyřicetiletého mladého muže leckdy zachraňujícího životy volajících na krizovou linku. Kromě jednotlivě rozebraných případů známých obětí a soudních procesů s Tedem Bundym kniha poskytuje i méně známé aspekty Bundyho života. Například roky na krizové klinice, kdy Ann Rule zvažovala rozvázání svazku s manželem, který však byl v tu chvíli vážně nemocný. Dialogy, ve kterých mladý Ted zdánlivě srdečně a s nejlepšími úmysly radí své o něco starší kolegyni a kamarádce snad ani nemůže být ten samý člověk, který o více než patnáct let později zemře na elektrickém křesle ve státě Florida. Není divu, že Bundyho zcela přesvědčivá tvář milujícího přítele v autorce vyvolala doživotní rozpor. V knize tento velice specifický vztah skvěle popisuje následujících několik řádků, psaných již po Tedově odsouzení: *"Pochybuj, že Ted pochopí hloubku mých citů k němu. Vědomí, že se nepochybně provinil těmi hroznými zločiny, jež jsou mu připisovány, je pro mě stejně bolestné, jako kdyby byl můj syn, můj bratr, jehož jsem ztratila, člověk, který mi byl v mnoha ohledech tak blízký jako nikdo další, koho jsem kdy poznala. V mém životě nikdy nepřijde čas, kdy bych na něj přestala myslet."* (Rule, 2022, s. 446)

O několik let později pak popisuje své pocity těsně před jeho popravou: *"... Pětadevadesát procent mé mozkové kapacity si Teda a to, co představoval, hnusilo. Moje zbylá část si přesto říkala: .Panebože, půjde tou chodbou, oni ho posadí do elektrického křesla a pustí do něj proud, po kterém mu na spáncích, rukou a nohou zůstanou popáleniny."* (Rule, 2022, s. 545)

Kromě výše zmíněných v knize můžete nalézt ještě další, za mě asi nejzajímavější pasáže. Rule popis Bundyho života, jednání, zatčení, útěků, soudních procesů a pobytů ve vězení prokládá ukázkami vzájemné letité korespondence a telefonátů. Poskytuje to další, poměrně nezvyklý pohled na tolikrát zpracovaný příběh. Ukazuje nejen Bundyho vlivný styl komunikace, ale také protikladné množství lží, manipulace a sebestředného chování, jež tohoto člověka vystihují.

O případu Teda Bundyho alespoň jednou slyšely miliony lidí po celém světě a spousta takových jistě je i v České republice. I já jsem příběh znala už dříve, proto jsem na jednu stranu byla možná lehce skeptická. Kniha je velmi obsáhlá a já jsem si ve chvíli, kdy stále zbývalo přes dvě stovky stran, říkala: o čem ještě hodlá psát, když se zdá, že už je příběh u konce? Příběh Teda Bundyho však zdaleka neskončil v momentě, kdy byl odsouzen, a stejně tak kniha mnohonásobně předčila množství informací, které jsem o něm věděla. Ann Rule je nepochybně tím správným člověkem pro napsání této knihy. Měla k dispozici fascinující množství informací a zkušeností a já zejména oceňuji, spíše až obdivuji spousty času, energie a úsilí, které za svého života případu věnovala v jeho průběhu, ale i dlouho po Bundyho smrti.

Knihu bych rozhodně doporučila fanouškům žánru true crime. Nejspíš to není kniha, po které sáhnete na odreagování po těžkém dni v práci, pokud vás ale zajímá buď tato tematika, průběh vyšetřování nebo třeba případ jako takový, kniha určitě stojí za přečtení. Výše zmíněnými fakty je dílo v jistém ohledu opravdu výjimečné, kromě toho je ale i autorčin styl psaní pěkný. Místy je sice lehce náročná či zmatečná, což připisuji zejména odborné terminologii, množství osob, jakkoliv zapojených do případu nebo samotnými místy až bizarním procesem. Samotnou délkou se jedná o slušnou dávku čtení, osobně si však myslím, že čtení kvalitního.

ZDROJE:

RULE, Ann. Ted Bundy: vrah po mém boku. Brno: Jota, 2x022. 568 s. ISBN 978-80-7565-031-3.

OTEVŘENÁ VĚZNICE?

Bc. Lenka Červenáková

Pojem otevřená věznice se Vám na první dojem může zdát jako protichůdné spojení slov. Ale má to své opodstatnění, které se v mezinárodní vězeňské praxi stává skutečností. Asi se ptáte, jak může být věznice vůbec otevřená? V tomto článku bych Vám proto ráda představila tento projekt, jež si našel cestu i do našeho českého vězeňství.

A jak to tedy začalo? Otevřené věznice jako nástroj trestní politiky se v praxi objevují v zahraničí. V rámci přípravy tohoto pilotního projektu Ministerstvo spravedlnosti České republiky a Vězeňská služba České republiky našly inspiraci ve Finsku, Německu a Norsku. První fáze projektu začala 16.10.2017 v areálu Věznice Jiřice, kdy byly postaveny 4 budovy pro pobyt vězňů a 1 budova určena personálu a aktivitám programů zacházení. V takovémto rozsahu pojala otevřená věznice 32 odsouzených. (Ministerstvo spravedlnosti České republiky, 2024, online)

Dotyčné vězeňské zařízení je určeno pro vězně ve výkonu trestu odnětí svobody, kteří jsou zařazeni na oddělení s nízkým stupněm zabezpečení. Při jeho přijetí do otevřené věznice musí splnit kritéria daná nařízením generálního ředitele Vězeňské služby ČR č. 13/2019, dle nichž vězeň má být



zdravotně způsobilý k pracovní činnosti, zbývá mu do konce trestu 6 až 18 měsíců, před podáním žádosti do otevřené věznice v posledních 6 měsících nedostal žádný kázeňský trest, je motivován se zapojit do programu zacházení v dané věznici, v posledních 6 měsících nebyl pozitivní na přítomnost omamných a psychotropních látek či alkoholu a v neposlední řadě připouští spáchání trestných činů, za které byl odsouzen. (Vězeňská služba České republiky, 2019, online)

Celkové uspořádání otevřené věznice je založeno na vzájemném respektu a důvěře mezi odsouzenými a zaměstnanci. Její prostředí je vybaveno minimálními prvky střežení, která by mohly bránit v útěku. Pobyt v tomto zařízení rozvíjí autonomii v rámci sebeobslužných činnostech a nakládání s financemi. Taktéž klade nároky na sebedisciplínu vězňů, a to v podobě dobrovolného dodržování řádu. Odsouzení mohou opustit věznici po určitou dobu s předem stanoveným účelem, například kvůli práci. I ve věznici samotné pak mohou najít prostory pro práci a terapii, k čemuž slouží okrasná zahrada, chovatelská a pěstitelská zóna. (Kříž, 2022) Co se chovatelské zóny týče, vězni zde chovají králíky, pávy i klokany. A dokonce od roku 2019 se též podílejí na výchově psů pro nevidomé. (Veselá, 2023, online)



Pobyt odsouzených v takovémto typu zařízení tedy zahrnuje práci v zaměstnání, úkony vycházející z běžného chodu domácnosti, péči o zahradu a zvířata a volnočasové aktivity. (Česká justice, 2022) Zaměstnanci následně pracují s vězni na základě individuálního zacházení v podobě case managementu. Dle Mezinárodní asociace sociálních pracovníků z USA se jedná o proces plánování, vyhledávání, prosazování a monitorování služeb z různých sociálních a zdravotních organizací ve prospěch klienta. (Hubíková, 2018, online)

Cílem realizace otevřené věznice je snížit míru recidivy propuštěných osob, a to pomocí postupné a kontrolované přípravy odsouzeného na život na svobodě. V tomto ohledu je nutné zmínit, že za 5 let fungování věznice ubytovala 195 odsouzených. Propuštěno na svobodu bylo 137 z nich a 15 propuštěných se vrátilo za mříže, což jsou pro české vězeňství pozitivní výsledky. Není tak divu, že se tento projekt v roce 2022 též úspěšně umístil v první pětici vězeňských zahraničních projektů v rámci mezinárodní soutěže Prison Achievement Award. Danou soutěž vyhlásila Evropská asociace vězeňských služeb EuroPris. (Česká justice, 2022, online)

Z důvodu současných nadějných výsledků provozu otevřené věznice by chtěla Vězeňská služba České republiky do budoucna postavit i další. Následující podobné zařízení pro muže by mělo vzniknout v Rapoticích na Vysočině a jako první otevřená věznice pro ženy se plánuje ve Velkých Přílepech. (Veselá, 2023, online) Je však otázkou, kdy se dotyčné plány stanou skutečností. Lze ale konstatovat, že prostřednictvím podobných projektů dochází k rozvoji penitenciární péče a jejích nástrojů. A jsou také důkazem, že české vězeňství je otevřeno novým a moderním prostředkům, které mají potenciál zefektivnit metody práce s pachateli trestných činů.

ZDROJE:

ČESKÁ JUSTICE. Otevřená věznice Jirice, kde mají odsouzení volný režim, uspěla na evropské soutěži. In: Česká justice [online]. Praha: MediaNetwork, 2022 [cit. 2024-03-28]. Dostupné z: <https://www.ceska-justice.cz/2022/07/otevrena-veznice-jirice-kde-maji-odsouzeni-volny-rezim-uspela-na-evropske-soutezi/>.

HUBÍKOVÁ, Olga. Možnosti a podmínky uplatňování Case managementu v sociální práci na obecních úřadech zaměřené na klienty v životních situacích dlouhodobé péče [online]. Brno: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2018. 102 s. [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: https://secure.mpsvcz.cz/documents/20142/756919/Projekt_VUPSV-S2-5_Hlavni_vystup.pdf/6ce2ac29-eeeb-f64c-4fdf-1f0126fe81f4.

KŘÍŽ, Jaroslav. Využití informálního učení při resocializaci odsouzených v podmínkách otevřené věznice. Lifelong Learning – celoživotní vzdělávání [online]. 2022, roč. 12, č. 2, s. 147-178 [cit. 2024-03-27]. ISSN 1805-8868. Dostupné z: <https://lifelonglearning.mendelu.cz/12/2/>.

MINISTERSTVO SPRAVEDLNOSTI ČESKÉ REPUBLIKY. Otevřené věznice. Justice.cz [online]. Praha: Ministerstvo spravedlnosti České republiky, 2024 [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: <https://justice.cz/web/msp/otevrene-veznice>.

VESELÁ, Marie. V Česku vznikne otevřená věznice pro ženy. Vězeňská služba ji postaví kousek od Prahy. In: iROZHLAS [online]. Praha: Český rozhlas, 2023 [cit. 2024-03-28]. Dostupné z: https://www.irozhlas.cz/zpravy-domov/otevrena-veznice-vezeni-vezen-velke-prilepy-jirice_2302041615_gut.

VĚZEŇSKÁ SLUŽBA ČESKÉ REPUBLIKY. Sbírka nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky: nařízení č. 13, kterým se stanoví minimální standardy pro tvorbu a realizaci standardizovaných programů ve výkonu trestu odnětí svobody. In: Vězeňská služba České republiky [online]. Praha: Vězeňská služba České republiky, 2019 [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: <https://www.vscr.cz/media/organizacni-jednotky/generalni-reditelstvi/odbor-spravni/zakon-106/poskytnute-informace/2022/web-ngr-1.pdf>.

SZONDIHO OBRÁZKOVÝ TEST

EXPERIMENTÁLNÍ DIAGNOSTIKA PUDŮ

Natálie Nývltová

Leopold Szondi byl maďarský psychopatolog, psychiatr a profesor psychologie. Patří mezi představitele hlubinné psychologie a je zakladatelem psychologie osudu. Problematikou nevědomé síly psychologie osudu se zabývá i ve své knize „Člověk a osud“ z roku 2009 (Fiala, 2024, online).

Tento test je inspirován testem od L. Szondiho, který chtěl odhalovat skryté sklony osobnosti podle sympatií a antipatií, jež v lidech vyvolávaly fotografie psychopatů. Vycházel z principu „svůj k svému“ a z poznatku, že na druhých většinou nejvíce nesnášíme přesně to, co se nám nelíbí na nás samých a co se snažíme potlačit. Před sebou vidíte celkem osm portrétů více či méně sympatických lidí. Dobře si je prohlédněte a vyberte mezi nimi jednoho člověka, kterého byste opravdu neradi potkali v noci v podzemním parkovišti a kterého byste podezřivali z nejhoršího. Tudíž vyberte osobu, která ve vás vyvolává odpor nebo strach (Franče, 2007, online).



Obrázek 1 Szondiho test (Secláčková, 2024, online)

VÝSLEDKY

1. SADISTA

Podřizujete se, jste schopni se obětovat a vždy připraveni pomáhat svým bližním, ale vašimi potlačenými sklony jsou autoritářství, potřeba ovládat a zlomyslnost. Jestli jste si vybrali tento portrét inkvizitorského profesora, tak zřejmě před druhými i před sebou pečlivě skrýváte silné sklony ke krutému, agresivnímu nebo ponižujícímu chování k ostatním. Své potlačené pudy můžete dobře uplatnit v profesích jako řezník, chirurg, policista, zubař či jako vyšetřující soudce.

2. ZUŘIVEC

Navenek se zdáte být mírumilovně založen a překypujete extrémní laskavostí, ale vaše potlačené sklony k impulzivité a násilí vám nedají spát. Jestli jste dostali strach z tohoto chlapíka s hlavou pitbulla, znamená to, že jste v sobě potlačili a udusili silnou agresivitu. Svou impulzivitu můžete pozitivně využít při sportu. Díky své časté vnitřní explozi emocí se snažíte, abyste měli co možná nejvíce aktivní život. Občas ale tento vnitřní výbuch se projeví i zvenčí.

3. KATATONIK

Upínáte se k jistotám a máte rádi řád a kontrolu, avšak vaše potlačené sklony jsou blouznění, hyperaktivita v oblasti fantazie a intelektu. Pokud vás znepokojil ten usměvavý, špatně oholený typ, věřte ve vás síly, které vás mohou zcela odtrhnout od reality, jestliže s nimi něco neuděláte. Velmi dobře se uplatníte v různých tvůrčích činnostech a profesích jako například grafik, novinář, fotograf, stylistka.

4. SCHIZOFRENIČKA

Chodíte hodně mezi lidmi, ale Vaše potlačené sklony naznačují izolovanost, špatné vnímání tělesných hranic a nedostatečné ovládnutí těla. Zježily se vám vlasy při pohledu na ženu bez výrazu? Poznáváte v nich totiž své vlastní demony – nezáměr o sociální vztahy a omezený rejstřík citů. Skvěle se můžete realizovat ve všem, co souvisí s intelektem, nebo v individualistických činnostech, jako je hudba, čtení či meditace.

5. HYSTERIČKA

Působíte dojmem rezervovaného a uzavřeného člověka, ale vašimi potlačenými sklony jsou nestabilita, narcismus, exhibicionismus. Zdálo se vám, že se od této podivné ženy s těžkými víčky můžete dočkat leccjakých hanebností? To znamená, že ona ztělesňuje všechno, co na sobě hluboce nenávidíte – frenetickou chuť svádět, zálibu v okázalosti, touhu po uznání i sexuální přitažlivost. Vynikáte neobvyklou specializací nebo i originálním životním stylem, ve kterém se cítíte přirozeně.

6. ŽENA V DEPRESI

Působíte uvolněně a bezstarostně a jste typ extravertní osobnosti. Někdy umíte být opravdu veselá kopa, avšak za tím vším jsou potlačené sklony k pochybnosti o vlastní hodnotě, pocity méněcennosti a viny. Je-li pro vás tato neškodná bytost ztělesněním toho nejhoršího, znamená to, že jste v podstatě hluboce smutní a pesimističtí, ale nedáváte to na sobě znát. Svého duševního utrpení se zbavujete tím, že se staráte o utrpení druhých a uplatníte se v profesích jako ošetřovatel, psycholog, v náboženství či v boji za dobrou věc.

7. MANIAK

Nesnášíte hluk, výstřelky, nevázanost a máte strach ze skandálu. Jste vzorem pro diskrétnost, rezervovanost a zdrženlivost, ale máte v sobě potlačené sklony ve smyslu extravertze, vzrušení, sebepřeceňování, marnotratnost. Vzbuzuje ve vás tento dobrák nenávist a odpor? Asi v sobě skrýváte nadšení, které by z vás snadno mohlo udělat blouznivce a fanatika, v každém případě někoho, s kým se absolutně nedá žít. Když budete své potlačené pudy směřovat správným směrem, mohou z vás být odborníci na vztahy s veřejností a tvůrci reklam.

8. ZVRHLÍK

Až přehnaně projevujete své biologické pohlaví. Vaše postoje, vzhled i chování přímo křičí, že jste „opravdový“ muž nebo „opravdová“ žena, avšak máte potlačené sklony k homosexualitě a transvestitismu. Zdá se vám, že by ten mladík mohl být nebezpečným pederastem? Není pochyb o tom, že máte potíže s vlastní identitou, a to především v sexuální oblasti. Můžete mít talent v činnosti tradičně vyhrazené druhému pohlaví – v případě mužů např. móda, péče o vlasy, líčení a u žen zase motorky, pilotování stíhaček a podobné činnosti (Franče, 2007, online).

ZDROJE:

FIALA, Daniel. Leopold Szondi. Databáze knih [online]. Praha: Databáze knih. 2024. [cit. 2024-04-02]. Dostupné z: <https://www.databazeknih.cz/zivotopis/leopold-szondi-107530>.

FRANČE, Vojtěch. Test: Poznejte svou skrytou tvář. Grafologie a psychologie [online]. Praha: Vojtěch Franče, 2007. [cit. 2024-04-02]. Dostupné z: <http://ografologii.blogspot.com/2007/11/online-test-poznejte-svou-skrytou-tvar.html>.

Obrázek 1: SEDLÁČKOVÁ, Eliška. Szondiho test ukáže, jaké jsou vaše skryté vlastnosti. Stačí vybrat osobu, které se nejvíce bojíte. In: JIV GROUP, s.r.o. Svět Kreativity [online]. Praha: Eliška Sedláčková, 2024. [cit. 2024-04-02] Dostupné z: <https://svetkreativity.cz/szondiho-test-ukaze-jake-jsou-vase-skryte-vlastnosti-staci-vybrat-osobu-ktere-se-nejvice-bojite/>.

JAK NA STÁTNICE A BAKALÁŘKU?

Bc. Veronika Řeháková

Letní semestr je momentálně v plném proudu. Pro všechny je to jistě již běžný postup: chození do školy, psaní prací a pak jít na zkouškové, ale před třetíky na bakaláři a druháky na magisterském studiu stojí výzva v podobě úspěšného dokončení bakalářské či diplomové práce a složení státnic.

Musím asi zklamat ty, které to čeká teď, protože většina už by měla pomalu dokončovat. Ovšem štěstí pro všechny ostatní, neboť Vám mohu předat alespoň pár nápadů, jak nejjednodušeji práci napsat. Rovnou říkám, že tady spíše budu hovořit ke studentům bakalářského studia, protože budoucí magistři už mají tohle za sebou a už alespoň trochu ví co a jak. Rozhodně první, co mohu doporučit je včasné psaní. Pokud se něco nezměnilo, tak nepochybně ve druháku si vybíráte téma práce. To, že téma je fajn si alespoň trochu promyslet a že je taky fajn se podívat, zda k tomu existuje dostatek literatury ani zmiňovat nebudu. Včasným psaním myslím to, že si k tomu o prázdninách sednete a napíšete minimálně teorii. Sice to asi není představa ideálních prázdnin, ale když třeba každý den (nebo tak jak si to nastavíte) napíšete alespoň něco, tak věřte, že potom budete v zimním semestru šťastně dodělávat jen praktickou část

a tohle Vás už nemusí trápit. Určitě se dá s vedoucím práce dohodnout, že mu to budete průběžně posílat i přes prázdniny a on Vás nasměruje správným směrem.



Co taky mohu doporučit je buď se domluvit s Vaší/m učitelem/učitelkou češtiny z předchozích studií nebo se domluvit s někým, kdo perfektně ovládá český jazyk. I když si myslíte, že to zvládnete bez pomoci, tak věřte, že až ten text budete číst po stě, tak už uvidíte jen kupu písmenek, a toť vše. Proto je dobré mít někoho, kdo práci ještě neviděl a může najít překlepy, chyby nebo může pomoci i s opravou vět, které absolutně nedávají smysl. Nebála bych se za to si i zaplatit a zajistit si kvalitu. Někteří oponenti nebo i učitelé u státnic pochopitelně koukají i na tuto problematiku a můžou Vám dát patřičně najevo, že tolik chyb se opravdu nesluší u studenta vysoké školy. Další, co mi pomohlo bylo okamžité sepsání zdrojů. Jednoduše hned jak jsem napsala parafrázi nebo citaci, tak jsem ten zdroj okamžitě napsala do seznamu použité literatury. Je to dobré, protože budete mít jistotu, že na to nezapomenete a pak Vám to opět ulehčí práci se stylistikou. Já jsem to z počátku takhle také dělala, ale pak jsem pro svoji lenost přestala. Před odevzdáním jsem zdroje zoufale dohledávala a u nějakých citací jsem musela i umazávat text, protože jsem je nemohla najít. Takže opravdu si to pištel. Myslím, že tohle jsou takové rady, které jsem se snažila dodržovat a relativně mi to pomohlo. Ono je prostě tohle období, kdy Váš život odsunete „na druhou kolej“, musíte se zakousnout a psát co to jde. Když už jste v posledním ročníku, tak to stojí za tu snahu to dodělat a nevykašlat se na to. V nejhorším případě si posunete stánice až na leden. Nic horšího se stát nemůže. Ale pevně doufám, že to zvládnete a budete rádi, že máte titul a klid.

A teď ke státnicím

Když jsem měla jít je státnicím já, tak jsem byla dost nervózní, protože nám nikdo neřekl, co se tam děje, jak to tam vypadá a jak to celkově funguje. Můžu říct, že státní zkouška je obdobná té maturitní. Na samém počátku je učení se na ně. Doporučuji si každý den vyhradit alespoň trochu času na učení nebo minimálně na pročtení a opravdu to zkusit dodržovat. Já jsem to například moc nedodržovala a než jsem šla ke komisi, tak jsem ještě rychle dočítala poslední dvě otázky, které jsem neviděla (a pak jsem si jednu z ní vytáhla). Nemusíte u toho sedět několik

hodin, od rána do večera. Mozek stejně ani není schopen se tak dlouho soustředit. Každopádně když si každý den pročtete alespoň jednu nebo dvě otázky (s dobrým časovým předstihem – mluvím třeba o 2 měsících před státnicemi), tak je velká šance, že to zvládnete.

Další point, kterého jsem se už držela je neučit se všechno. U té komise fakt sedíte v řádu minut, takže je super si ke každé otázce třeba vypsát to úplně nejdůležitější. Zkusit to pochopit a provázat si to s jinou otázkou. Tak si myslím, že odejdete v klidu s titulem. Neříkám, že to tak je vždycky. Můžete dostat komisi, která Vám nesedne, můžete být fakt nervózní, že ze sebe nedostanete nic a tak dále. Proto je fajn si to co nejvíce zjednodušit.

A teď teda jak to vypadá u státnic? Ráno se sejdete všichni, co se ten den přihlásili ke zkoušce. Nachystáte pohoštění pro komisi a čekáte na povel od pověřené osoby. Poté je slavnostní zahájení zkoušky. Čekáte seřazení až do třídy přijde právě Vaše komise, o které se dozvíte buď den předem nebo až v ten den. Hlavní předseda pronese úvodní slova a pak se zeptají, kdo chce začít. U nás to bylo tak, že dva si chystali otázku z práva a jeden šel obhajovat bakalářku. Já byla ta, co šla obhajovat jako první, tak tím začnu. Na samý začátek se tam teda posadíte, uklidníte se a vyčkáte na pokyn od komise. Ta zpravidla požádá, abyste zběžně představili svoji práci. Když říkám zběžně, tak opravdu myslím v pár minutách představit, co píšete v teorii, jak probíhal výzkum a proč jste si třeba tohle téma vybrali. Co si pamatuji, tak se pak více ptali na to, co jsem právě řekla, ale nepředstavujte si sáhodlouhou konverzaci. Poté totiž následuje asi nejtěžší část, a to je odpovídání na otázky, které Vám položil vedoucí a oponent práce v posudcích a celkově reakce na ně. Pokud máte dobré posudky, tak se opravdu nemusíte bát. Dokonce i pokud nemáte nějak silné posudky, tak pořád tam je slušná šance se z toho „vykecat“. Důležité totiž je, že oba posudky dostanete mnohem dřív, než budete sedět před komisí, takže se na ně dá dobře připravit. I tohle odpovídání (teda

pokud Vás někdo nezačne chytat za slovo a až moc zkoumat vaši práci), trvá v řádu minut. Dohromady jsem obhajovala tak 15 minut. A věřte mi, že to uteče jako voda.

Další část jsou odborné předměty. Zde jsem zaznamenala dva možné postupy: buď jdete postupně na každý předmět zvlášť a připravujete si jednu otázku, nebo naopak si vylosujete ze všech předmětů otázky najednou a na potítku si tedy připravujete úplně vše a pak se jen střídáte u komise. Já jsem zažila variantu první, takže jsem nejdříve šla na jeden předmět, vylosovala jsem otázku, na potítku jsem si ji po prvním návalu stresu vypsala a čekala, než dojdu na řadu a pak zase: další předmět, další psaní, další povídání. Zde mohu jen říct, že pokud za sebou máte maturitní zkoušku, tak je to úplně stejný, jen více odborné (alespoň myslím). Sedíte tam tak 15 minut. Stává se, že to trvá i 40 minut, ale to je v případě humanitních oborů zcela běžná věc a ostatní z komise se snaží to utínat, protože není dostatek času. Když řeknete alespoň něco a nesesedíte tam jen v slzách, tak se Vám učitelé snaží pomoci a navést Vás. Teď mluvím z vlastní zkušenosti, kdy jsem se jednoho učitele z komise celý 3 roky bála, a tak jsem měla i docela strach, že ho tam mám. Nakonec to byl on, kdo mi tam pomáhal a uklidňoval mě. Podle mě dost učitelů si uvědomuje, že když už jste došli tak daleko, tak Vám nebudou dělat zbytečné „zle“ v tenhle poslední den. Pokud by se někdo takový našel, tak od toho tam jsou i ostatní členové, kteří na to reagují. Z našeho ročníku na první pokus nesložili státnice maximálně 4 lidi. Takže si myslím, že to zvládnete levou zadní a kdyby náhodou ne, tak jeden předmět už se nezboří. Věřte, že hned po zkoušce budete rádi, že budete mít za sebou tu obří vlnu stresu, ať to dopadne jakkoliv.

NĚCO MÁLO O KRATOMU

František Kollert

Dnes se chci bavit o látce jménem Kratom. Jedná se o fenomén, který v Česku zaznamenal boom v době covidu, kdy jej mnoho influencerů propagovalo jako skvělý doplněk stravy, který dokáže potlačovat bolesti po cvičení, zbavovat úzkostí a také zajistí lepší koncentraci v práci či škole. To vše zní přeci strašně dobře ne? Nasypete si zhruba 2 čajové lžičky do libovolného slazeného nápoje a je vám fajn. Bohužel. Ano i ne. Nechte mě vám tuto zázračnou rostlinu představit. (Policie ČR, 2023, online)

Kratom, neboli také Mitragyna Speciosa je strom primárně vyskytující se v jihovýchodní Asii, kde se již po staletí pěstuje a užívá pro své účinky. Listy tohoto stromu se sklízí a poté továrně zpracují do podoby nám známého prášku. Populární volbu u lidí z něj dělají alkaloidy v listech obsažené. To jsou přírodní dusíkaté látky, které mohou mít rozdílné vlastnosti i struktury. Nejhojnějšími a nejaktivnějšími alkaloidy v kratomu jsou Mitragynin a 7-hydroxymitragynin. Díky alkaloidům má kratom až narkotické vlastnosti a podobné účinky jako psychostimulanty a opiáty. (Policie ČR, 2023, online)



DÁVKA DĚLÁ JED

V malé dávce (do 5g) má kratom stimulační účinky, zpravidla zvýšený pocit energie, euforie a lepší koncentrace. Z toho důvodu je kratom tak populární u studentů, kteří si jím snaží zpříjemnit náročné učící se večery. Ve vyšších dávkách má spíše analgetický a sedativní efekt podobný opiátům, který vyhledávají osoby s různými chronickými bolestmi. Obecně se vysokým dávkám doporučuje vyhýbat, protože mohou mít vedlejší účinky jako například ospalost, nevolnost, zácpu. Zároveň zvyšování dávek vede k postupně

vyšší toleranci a to znamená, že napomáhá vzniku závislosti. Kratom se stejně jako opiáty váže na opioidní receptory, kvůli čemuž je mnohdy srovnáván s daleko tvrdšími drogami jako heroin či opium. Dle výzkumů je to ale stejné jako přirovnávat kokain k cukru kvůli tomu, že se oba vážou na stejné receptory. K otázce dávkování bych doplnil, že americký úřad pro kontrolu potravin a léčiv letos dokončil studii o dávkování kratomu. Došlo se k závěru, že ani při vysokých dávkách (12g) se nedostávají žádné významné nežádoucí účinky. Ve spojitosti s tímto objevem bych také rád upozornil na dnes již průlomovou studii Severity of Kratom od Darshana Singha, který zkoumal psychologické dopady abstinence na kratomu. Studie byla provedena v Malajsii s 150 pravidelnými uživateli vysokých dávek. Dostal se k závěru, že užívání a vysazení kratomu se jeví jako zvládnutelné. Na kratomu může vzniknout silná závislost a při abstinenci se dostávají nepříjemné příznaky. Zároveň ale studie vyvrací srovnávání závislostního potenciálu kratomu s ostatními opiáty. (Singh, 2018, online)

PROBLÉMY KRATOMU

Největším problémem je dle mého jeho neregulovaný trh. V ČR neexistuje žádný zákon na regulaci kratomu, což znamená, že kratom nepodléhá omezení věku, kontrole jeho zavadnosti a prakticky je možné pod jeho vlivem bez problému řídit auto. A ačkoliv se uživatelé v čele s Česko – Slovenskou Asociací za Kratom několik let snaží o smysluplnou regulaci. Ta do dnešního dne nenastala. Neregulovaný kratom může napáchat velké škody českému obyvatelstvu, jelikož není prověřen odborníky a často se stává, že obsahuje toxické látky, těžké kovy, které vznikají v průběhu výroby a skladování. Nejčastěji se tyto látky uvolňují ze starých strojů, které produkt zpracovávají. Dalším rizikem pro společnost jsou samozřejmě i automaty, které neetičtí prodejci zřizují v obchodních domech a vedle škol s tím, že volně koupit si to mnohdy mohou i děti, protože většina automatů postrádá ověření občanského průkazu. Právě proto nechápu, že regulace nenastala už dříve. Jsem přesvědčený, že po zregulování by se kratom mohl zařadit na seznam legálních drog stejně jako alkohol a nikotin.

ROZHOVOR S UŽIVATELEM

V souvislosti s výše zmíněnými problémy jsem kontaktoval člověka, který je dlouhodobým uživatelem tohoto zeleného prášku, a který mi zodpoví určité otázky týkající se závislosti, účinků a celkově každodenního fungování.

Mohu tě poprosit, aby ses čtenářům představil a popsal, kdy a jak jsi kratom poprvé objevil?

Jsem momentálně student 2. ročníku vysoké školy v Praze. Kratom jsem poprvé zaregistroval na konci roku 2019. Jeden youtube tvůrce publikoval video o naprosto nové látce podobné matche. Říkal, že to má potenciál pro léčbu bolesti, zvyšuje energii a lépe se na tom učí. Po tomto videu jsem si provedl menší průzkum, ale dostupné informace se často opakovali. Na základě pár článků a právě tohoto videa jsem se rozhodl koupit si přes nějaký e-shop starter pack, který obsahoval 5 druhů kratomu. Nechtěl jsem to tehdy ani tak pro sebe, ale spíš pro člena rodiny, kterému jsem chtěl v té době ulevit od bolesti.

Kdy jsi to poprvé vyzkoušel a jaké to bylo?

Když přišel ten starter pack, tak jsem si to pro jistotu prvně namíchal do pití já sám. Tenkrát nebyly moje vyhledávací dovednosti na takové úrovni jako dnes a celkově informací ke kratomu moc nebylo. Někde jsem přečetl, že stačí 2 lžice. Milně jsem si myslel, že se tím myslí polívkové lžice. Takže jsem se hned při prvním pokusu defacto přiotrávil. Bylo mi zle, vypil jsem asi 10 gramů červeného kratomu. Byl jsem naprosto utlumenej a chtělo se mi spát. Nemohl jsem uvěřit, že látka s takovým efektem je v Česku legální. Po té zkušenosti jsem to raději zavřel do šuplíku a na půl roku úspěšně zapomněl.

Proč ses poté vrátil k užívání? A jak to máš teď?

Na kratom vznikalo čím dál víc videí a článků, tak jsem se rozhodl dát mu druhou šanci. Na druhý pokus to fungovalo, jak má. Procházel jsem se po venku a vše mi připadalo tak krásný. Taky jsem v tu chvíli necítil žádný stres ani úzkost, kterou jsem trpěl. Vše, co jsem dělal mi najednou šlo 2x rychleji, a ještě jsem se k tomu cítil dobře. Spalo se mi suprově. První měsíce, možná celý první rok byl s kratomem skvělejší. Hlavním důvodem bylo určitě to, že jsem to objednával z e-shopu, a jelikož byl drahejší, nezneužíval jsem ho tak často jako teď. Dával jsem si ho sice i na dlouhé chvíle, ale primárně ho šetřil na učení a práci. Po nějaké době poklidného užívání začala maturita a já začal sypat víc. Do toho si můj kamarád nechal kratom levně dovážet přímo z farem v Indonésii. V nejvíce stresovém období jsem užíval okolo 20-30g denně. Po maturitě jsme oba bez problému přestali kratom na chvíli užívat. Zajímavé bylo, že jsme neměli žádný abstinenční příznak. Byl jsem přesvědčenější, že na kratomu nevzniká tak silná závislost. Tohle střídání se opakovalo vícekrát, ale pak jsem jednou po delší pauze začal kratom brát denně a už se toho nezbavil.

A jak se teď cítíš? Jsi spokojený s tím, jak na tvé tělo působí?

Popravdě spokojený nejsem. Cítím, že mě to začíná ovládat a často mám pocit dát si toho víc. Daří se mi to sice držet povětšinou v rozumném množství. Z patnácti gramů na den jsem to zvládl omezit na 8-10. S nižšími dávkami jsem ale taky přišel o ten pocit a necítím se tak dobře. Kratom mi fungoval jako sociální lubrikant. Bez jeho působení mám pocit, že na nic sám nestačím a mám chuť si ho dávat více. Po všech těch letech jsem přesvědčený, že jsem závislý a při vysazení prožívám silný příznak. Psychicky jsem vyčerpanější, úzkostlivější a podrážděný. Fyzicky mě bolí tělo, klouby a břicho. Pomalu začínám po malých krůčcích snižovat dávky, ale čeká mě ještě dlouhá cesta. Závislost na kratomu vzniká pomalu, ale jakmile se zaháčkujete. Jentak vás nepustí.

Je něco, co bys vzkázal našim čtenářům?

Zjišťujte si informace a zbytečně nevystavujte svoje tělo látkám, které vám prokazatelně mohou uškodit. Sám jsem si myslel, že je kratom neškodný doplněk stravy a pil ho po ránu jako kafe. Je to skvělý sluha, ale špatný pán. Každou podobnou látku je třeba brát s respektem a mít na paměti, že tak jak dokáže pomoci u náročné zkoušky. Dokáže také navodit nepříjemné pocity při jejím vysazení. Pokud tento článek čtou zájemci nebo uživatelé. Buďte opatrní a pijte to s mírou, dávejte si pauzy. Jeden hezký stav vám nestojí za závislost, se kterou se budete muset v budoucnu vypořádávat.

ZÁVĚR

Závěrem bych chtěl říct, že tímto článkem nikoho nenabádám k užívání. Nastínil jsem zde pozitiva i negativa a jsem rád, že mi bylo umožněno publikovat článek s podobným tématem zde v Eventu. Celkově tematika kratomu mi připadá zajímavá a mám pocit, že mnoho lidí neví o co jde. Rozhovor byl veden s uživatelem vysokých dávek, a proto ho berte jako extrémní příklad toho, co může člověk zažívat. Kratom je v české společnosti stále ožehavé téma a pravdivé prověřené informace se v tomto ohledu hledají obtížně. Nechci, aby tento článek působil ale ani proti kratomu. S dosavadními informacemi můžeme říct, že je méně nebezpečný a návykový než alkohol a nikotin, proto si myslím, že by všem 160 000 aktivním uživatelům prospělo kratom regulovat a ne jej přidat na seznam zakázaných látek. Jentak vás nepustí.

ZDROJE:

SINGH, Darshan. Severity of Kratom (*Mitragyna speciosa* Korth.): Psychological Withdrawal Symptoms. *J Psychoactive Drugs*, 2018.

KOCÍK, Milan. Kratom [online]. In: POLICIE ČR. [cit. 2024-04-18]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/kratom.aspx>

ČSA KRATOM. Česko - Slovenská Organizace za Kratom [online]. 2021 [cit. 2024-04-18]. Dostupné z: <https://www.csakratom.org/>

ÚTĚK

Nevím, co se děje ve mně.
Strach teď v sobě nosím spíše.
Už bezpečná nepřijde mi země,
po které běžně chodívám tiše.

Paranoia navždy součást mé krve.
Za každým otáčím se dále.
Když o svůj život bojíš se prve,
obavy provází tě napořád, stále.

Zakotvit v přístavu panických atak.
Lehce tam, však zpátky dostat se s těží.
Bloudíš dokola, nevíš kudy kam a tak,
jak laň postřelená z posledních běží.

Jak nekonečna ta cesta musí být?
Uvěznění v životě, v jednom kruhu.
Ze svých okovů vybudovat žaláři, byt
a ze slz svých vytvořit na obloze duhu.

A snad jednou dojít klidu,
kde svět bude tentýž sice,
ale zlo se schová tvému vidu.
Srdce zastaví se, stejně tak plíce.

Natálie Nývltová

ZAČÁTEK KONCE

Všechno se tak skvělé zdálo.
Těžko sepsat do pár vět.
Dosud nevěděla jsem jak málo
stačí, aby zničil se mi svět.

Jen smrt a msta jsou mými vládci.
Duši mou údolí bolesti.
Z milovaných stali se zrádci.
Já umlčím je ze zlosti.

Mezi dvěma rozhodnutí.
Ta moc mi v žilách proudí silně.
Rozhodnout o životě a smrti.
Soudit budu neomylně.

Proč pro vás jsem šilencem pouze?
Já břemeno těžké nesu si.
Už dále přestaň křičet z nouze,
nebo roubík dám ti do pusy.

Natálie Nývltová

SLAM POETRY Z ÚSTAVU SOCIÁLNÍCH STUDIÍCH

Čas určuje vše.

Mám čas na tohle? Máš čas na kino? Udělej to v čas! Máš na to mít čas.

Proč jsi neměl čas?

Vše určuje čas. Na všechno je potřeba.

Budeš tu včas? Přišel jsi pozdě? Proč chodiš brzy?

Žijeme, vytrácíme za sebou sekundy, minuty, hodiny, dny, týdny, měsíce, roky.

Čas je univerzální platidlo za život. Nadřazený a spravedlivý lord měřící všem stejným metrem.

Sekundy, minuty, hodiny jsou všechny stejně dlouhé, stejně krátké. Jedno ale platí nezávisle. My určujeme, jak čas strávíme.

Pracovat nebo milovat.

Pracovat a milovat.

Milovat pracování.

Žít.

Bc. Barbora Kořínková

A+b=c, ethen, Neruda, C ++, renesance, Sládek, serotonin, rasismus Krásnohorská, andragogika, koncepce času, metafyzika s polokružnicemi a ethanol.

Opakovat, memorovat. Naučit se všechno od autorů po černobílou praxi. Valit vědomosti do hlavy, dokud nevytopí celý mozek a nezajistí zkrat. Pak všechno vyzvracet na papír, černá písmenka, data, jména, čísla a vzorce. V hlavě nezůstane nic, jen prázdná místa s obtisky vědomostí, které byli násilně uvězněny.

Zapnout switch on lampu 230 V. Vodu H₂O vařit 100 stupňů Celsia. Hrnec s čajem tanin připravit. Zalít hrnek výměna tepla, promíchat difúze. Vzít jídlo tuky, sacharidy, proteiny. Zakousnout se ptyalin, premoláry, moláry, spolknout epiglottis a jít znovu opakovat, memorovat.

A jít znovu ztratit kousek dětské fantazie před světem racionálních zombii.

Bc. Barbora Kořínková

KONTAKTY

Redakční rada: (v abecedním pořadí)

PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D.

josef.kasal@uhk.cz

Bc. Helena Malířová

helena.malirova@uhk.cz

Anna Bublová

anna.bublova@uhk.cz

Bc. Lenka Červenáková

lenka.cervenakova@uhk.cz

Pavla Kaprová

pavla.kaprova@uhk.cz

František Kollert

frantisek.koller@uhk.cz

Bc. Barbora Kořínková

barbora.korinkova@uhk.cz

Natalie Nývltová

natalie.nyvltova@uhk.cz

Bc. Veronika Řeháková

rehakova85@seznam.cz

Robin Tomík

robin.tomiku@uhk.cz

Štěpán Vaněčka

stepan.vanecka@uhk.cz

Šéfredaktor:

Bc. Lenka Červenáková

Typografické zpracování:

František Kollert

Grafika:

František Kollert

Štěpán Vaněčka

**Milí čtenáři,
chceme vám upřímně poděkovat, že jste
věnovali svůj čas našemu časopisu.
Vaše podpora a zájem nás motivuje k dalšímu
úsilí a tvorbě obsahu, který vás zajímá a baví.
Přejeme vám všem hodně úspěchů a
štěstí ve zkouškovém období.
Věříme, že vaše tvrdá práce a příprava
budou odměněny skvělými výsledky.
Držíme vám palce a věříme, že svých
cílů dosáhnete s lehkostí a sebejistotou.**

eventus pro collegis



PŘIDEJ SE K NÁM NA INSTAGRAM!