

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra pedagogiky

Diplomová práce

Gamblersví jako nemoc

**The gambling like an
illness**

Vedoucí práce: Mgr. Michal Kaplánek, Th. D.

Autor práce: Alena Tůmová

Studijní obor: pedagog volného času

Forma studia: prezenční

Ročník: čtvrtý

2006

Prohlašuji, že diplomovou práci jsem zpracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

Alena Těmová

**Děkuji vedoucímu práce Mgr. Michalu Kaplánkovi, Th. D. za cenné rady,
připomínky a metodické vedení práce.**

Obsah

Úvod	5
1 Podoby hráčství.....	7
1.1 Definice hlavních pojmů.....	8
1.2 Charakteristika chorobného hráče	10
1.2.1 Psychologická charakteristika dětského hráče.....	12
2 Formy hazardních her.....	13
2.1 Hazardní automaty.....	13
2.2 Nehazardní automaty	18
2.3 Kasina	18
2.4 Sportovní sázky.....	19
2.5 Karetní hry	20
2.6 Hra v kostky.....	21
2.7 „Skořápkáři" a ostatní.....	21
3 Patologické závislosti na hře	22
3.1 Příčiny gamblersství	23
3.1.1 Zdravotní rizika gamblersství.....	28
3.2 Motivace chorobného hráčství.....	29
3.3 Ohrožené skupiny	31
3.4 Sociální důsledky závislosti na hře.....	34
4 Gamblersství jako nemoc	36
4.1 Vývoj patologického hráčství jako nemoci	39
4.1.1 Stadium výher	39
4.1.2 Stadium prohrávání	40
4.1.3 Stadium zoufalství	41
5 Diagnostika patologické hráčství.....	43
6 Rozšíření hráčství a sázkařství v ČR	47
7 Obrana proti patologickému hráčství a jeho léčba.....	51
7.1 Prevence patologického hráčství, prostředky a.....	52
formy prevence.....	52
7.2 Streetwork.....	60
7.3 Fáze procesu uzdravování.....	63
7.3.1 Stadium kritičnosti.....	63
7.3.2 Stadium znovuvytvoření.....	63
7.3.3 Fáze růstu.....	64
7.4 Léčba patologického hráčství	65
Závěr	72
ABSTRAKT	74
Abstract.....	75
Seznam literatury.....	76
Seznam zkratk.....	81
Seznam příloh.....	82

Úvod

Naše současná společnost se vyznačuje především ztrátou důvěry v oficiálně uznávaný a proklamovaný hodnotový systém, kdy dochází k posunu od hodnot povinnosti k hodnotám seberealizačním. V návaznosti na tento posun dochází i ke změnám životního stylu, kde největší počet vyznavačů spatřují smysl svého života v hromadění materiálních statků. Vlivem závislosti na hře dochází k narušení mezilidských vztahů. Nedostatečně vyvinutá osobní odpovědnost za všechno konání, nedovoluje mnohým, aby úspěšně zvládli pravidla této společnosti. Hledají únik před samotou, rodinnými problémy, uvolňují svou tenzi a nespokojenost náhradními řešeními. Peníze jsou chápány jako prostředek posílení nebo náhražka vlastních kompetencí.

Někteří z nich vstupují do světa hry, výherních automatů, heren a magické iluze, neboť se v reálných postojích ke světu domnívají, že smyslem našeho konání je úspěch. Těm, kteří tomuto světu podlehnou je odměnou cesta do závislosti. Většina hráčů hraje z toho důvodu, že má peníze, ale závislý hráč hraje i proto, že peníze nemá a chce je hrou vyhrát. Hra je jakýsi rozhovor s prostředím, ve kterém je obsaženo experimentování s lidmi a se svými schopnostmi. Každá hra nabízející možnost hmotné nebo finanční výhry může vést k patologickému hráčství. Hra má svou logiku a svůj model, ale závislý hráč ji přestává vnímat a věnuje se modelovému chování, které ho začíná pohlcovat. Tímto dochází k tomu, že hráč si neuvědomuje ztráty. Toto platí zejména pro hru na výherních automatech.

S narůstajícím výskytem gamblerství zákonitě přibývá souvisejících následků. Vzhledem k tomu, že na chorobného hráčství nedoplácí pouze postižený a jeho rodina, je v zájmu každého o tomto společenském negativním jevu vědět co nejvíce a umět mu předcházet. Problematika chorobného hráčství může oslovit každého v různých sociálních rolích. V první řadě ohrožuje právě jednotlivce. Dosavadní poměrně nedostatečná či zkreslená informovanost veřejnosti o příčinách, projevech, důsledcích a především o možnostech léčby a prevence této závažné nemoci přitom často vede k přehlížení časných vývojových stadií i k rezignaci nad stadii pokročilými, a tím ke zbytečným individuálním a společenským škodám. Tento stav mě přiměl k tomu, abych se pokusila nabídnout pohled na problematiku hráčské závislosti.

Cílem mé práce je obecný pohled na osobnost hráče, různé formy hráčství, na příčiny patologického hráčství jako sociálně patologického jevu u současné mládeže a dospělých, zvláště pak na vývoj patologického hráčství jako nemoci, přiblížit diagnostická kritéria patologického hráčství, zamyšlení se nad otázkami preventivního působení a možnostmi léčby.

Má práce je rozdělena do šesti kapitol, kde se seznámíte s podobami hráčství, stručnou definicí hlavních pojmů, charakteristikou chorobného hráčství, formami hazardních her, kde jsem se pokusila o popis nejčastějších forem hazardu provozovaného v České republice (dále jen ČR). Zaměřila jsem se na patologické závislosti na hře, zejména na příčiny jejich vzniku, jaká vznikají zdravotní rizika, motivace. Dále jsem se pokusila popsat skupiny lidí, kteří jsou nejvíce ohroženi a sociální důsledky závislosti na hře. Najdete zde kapitolu věnovanou gamblerství jako nemoci s jeho stádií a diagnostickými kritérii. Soustředila jsem se především na problematiku patologického hráčství, jeho prevencí a následnou léčbou. Prevence má mnoho společného s protidrogovou prevencí a někdy je do ní přímo začleňována. Musí zahrnovat působení rodiny, školy, zaměstnavatelů, sdělovacích prostředků a dalších společenských institucí. V této oblasti je důležité rozdělení prevence na primární, sekundární a terciální. Velmi významné místo zde má i sociální práce, která vytváří podmínky pro zdravý rozvoj jednotlivců, skupin i celého společenství. Práci uzavírá pohled na léčbu patologického hráčství, ve které se využívají podobné postupy známé z léčby závislosti na alkoholu a léčebné postupy, jejichž prostřednictvím se může pacient dopracovat k uzdravení. Fáze úplného uzdravení dosáhnou bohužel jen někteří, neboť zde záleží na osobnosti a pevné vůli jedince.

Celý problém gamblerství je velice složitý, neboť vyžaduje kromě pochopení sociálních aspektů problému i znalosti z oblasti psychologie, psychopatologie či psychoterapie. Proto je předložená práce jen pokusem o nástin gamblerství, obeznámení se s definicí hlavních pojmů, patologickými závislostmi na hře, gamblerstvím jako nemocí, stádií, sociálními důsledky, diagnostikou, obranou proti patologickému hráčství a jeho léčbou.

1 Podoby hráčství

V posledním desetiletí, se změnou sociálních a ekonomických poměrů a s mohutným celosvětovým nástupem nové techniky (počítače a hrací automaty), se změnila forma her a nebývalou měrou vzrostl i počet lidí závislých na hraní. Také u nás, s příchodem demokracie a celkovým uvolněním atmosféry, vyrostly desítky heren a hrací automaty můžeme nalézt prakticky všude.

Existují různé podoby hráčství, od kterých by se mělo patologické hráčství rozlišovat:

- a) ~~hráčství~~ a sázkařství (Z72.6), které se projevuje častým hraním pro vzrušení nebo jako pokus vyhrát peníze. Lidé této kategorie svůj zvyk většinou ovládají, když musí čelit těžkým ztrátám nebo jiným nepříznivým životním okolnostem.
- b) ~~h~~ nadměrné hráčství u manických pacientů (F30).
- c) ~~h~~ hráčství u sociopatických osobností (F60.2). U těchto lidí se vyskytuje širší trvalá porucha sociálního chování, která se projevuje agresivními činy nebo jinak výraznými projevy nedostatku zájmu o blaho a city jiných lidí. Typický patologický hráč, pokud se dopustí trestné činnosti, dopustí se jí až po té, co se stal patologickým hráčem. Sociopatická osobnost se trestné činnosti zpravidla dopouští ještě před tím, než začne intenzívně hazardně hrát.¹

Jeden z výzkumů, zabývajících se patologickým hráčstvím (tzv. gambling), od dr. Gerhard Meyer z Psychologického institutu na univerzitě v Brémách, zjišťoval na 10 dobrovolnících, náhodně vybraných v kasinu, vyvolává-li hráčství fyziologickou odezvu v organizmu. Výzkum probíhal v kasinu, kde hráči hráli karetní hru Black Jack jednak o peníze, jednak „jen tak, pro radost“. Měřen byl tep každého hráče a odebírány byly rovněž vzorky slin, které byly později laboratorně analyzovány. Ukázalo se, že u každého z gamblerů došlo během hry k zrychlení srdečního tepu ve vyšší míře, hrálo-li se o peníze. Analýzou vzorků slin bylo zjištěno, že během hry dochází k uvolňování hormonů (opět více, hrálo-li se o peníze), jejichž spektrum je podobné, jako při stresu. Reakce přetrvávají i po hře a vyvolávají stav euforie. Problémem gamblerů je však doba, strávená hraním. Hráči tráví v kasinech či u hracích automatů v restauracích často dlouhé hodiny po mnoho

¹ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislosti*. Praha. Psychiatrické centrum, 1996. s. 146-147.

dní v týdnu. Neodvratným výsledkem je podle Meyerse postupný vznik fyzické závislosti, zcela shodné s tou, která vzniká při alkoholizmu nebo braní tvrdých drog.²

1.1 Definice hlavních pojmů

Nejprve bych uvedla stručnou definici hlavních pojmů týkajících se chorobného hráčství. **Hazardní hra** je definována jako taková hra, kdy výsledek nezávisí na schopnostech hráče. Odlišujeme tak hru, která je přirozenou součástí lidské kultury a lidského chování, od hry hazardní, v níž je skryta manipulace s jedincem.

Gambler: „*Je to hazardní hráč; osoba chorobně se zabývající hrou v automatech, stále víc toužící po vyšších výhrách a hrající dále, i když prohrává velké částky, někdy všechno.*“³

Lidem, kteří tráví svůj čas v blikavé společnosti hracích automatů se neoficiálně říká „gambleři“ a hráčství je nazýváno „gambling“. Hra je v lidské společnosti známá od nepaměti, je stará tak jako lidstvo samo.

Zákonitě se objevili lidé, kteří hrací vášni propadli. Víme, že jejich počet stoupá a jejich životní problémy nabývají na závažnosti. Nemůžeme přesně určit, jak velké je procento gamblerů v současné populaci, po pomoci volají obvykle lidé až v krizových situacích, což zřejmě představuje jen vrchol ledovce. Existují úvahy, že asi 0,2 % populace u nás trpí tímto chorobným návykem, ale je jisté, že počet postižených narůstá. V Americké populaci je to 2 – 3 % gamblerů.⁴

Zatím je závislost na hracích automatech doménou mužů, obvyčně se začnou projevovat již v adolescenci nebo mladé dospělosti, až na mizivé výjimky neexistují ženy – hráčky, bohužel i v této oblasti však dochází k emancipaci. Věk gamblerů se pohybuje od školáků až po šedesátileté.

²New York/Reuters, 8.12.2000, dostupné na WWW: <<http://www.novinky.cz>>.

³ KLIMEŠ, L. *Slovník cizích slov*. Praha: SPN, 1998, s.218.

⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 1999, s.310.

Celková bilance hry je prakticky vždy negativní, tzn. převažují prohry nad výhrami, velikost proher je od několika tisíc až po statisíce, výhry jsou občasně. S tímto celospolečenským problémem velmi úzce souvisí alkoholová toxikomanie a zejména páchání trestné činnosti a to jak majetkového, tak i násilného charakteru.

Mnohé lidské činnosti jsou považovány za zcela běžné či dokonce sociálně žádoucí, to ale jen tehdy, pokud je člověk vykonává v té očekávané míře. Vymknou-li se kontrole, mohou se změnit v patologickou variantu. Pak nejde tolik o obsah činnosti, jako o její přiměřenost schopnost jí určitým způsobem ovládat. Každý z nás chodí nakupovat, pracuje a občas si zahraje nějakou hru např. karty atd.

Definice **patologického hráčství** dle Mezinárodní klasifikace nemocí, kde má označení F 63.0. „*Porucha spočívá v častých opakovaných epizodách hráčství, které převládají na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a závazků.*“⁵ Patologické hráčství uznala Americká psychiatrická asociace v roce 1980 jako nemoc. Pojem patologické hráčství se stal psychiatrickou diagnózou. U nás se diagnóza patologického hráčství oficiálně používá od 1.1.1994, kdy vstoupila v platnost výše zmíněná verze Mezinárodní klasifikace nemocí.⁶

„*Sázkařství je označeno jako časté hraní pro vzrušení nebo jako pokus vyhrát peníze.*“⁷

Jako poslední uvádím pojem **výherní hrací přístroj** (dále jen VHP). V květnu 1990 schválila Česká národní rada (dále jen ČNR) zákon č. 202/1990 Sb. O loteriích a jiných podobných hrách, ve znění pozdějších změn a doplňků se podle citovaného zákona dle §17 výherním hracím přístrojem rozumí kompaktní, funkčně nedělitelné a programově řízené technické zařízení s ovládáním určeným pouze pro jednoho hráče.

Zákon hlavně:

- upravil nové druhy a formy provozování her (hry v kasinech, kurzové sázky apod.)
- uvolnil některé hry ke komerčnímu využití, ke kterým patří i sázkové hry realizované za pomoci hracích přístrojů

⁵ NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: <<http://www.mujiweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s.16.

⁶ Srov. tamtéž, s. 16.

⁷ Tamtéž, s. 16.

- posílil pravomoci orgánů místní samosprávy při povolování a řízení těchto her
- stanovil postihy za provozování her, které byly v rozporu s tímto zákonem nebo v rozporu s podmínkami uvedenými v předmětném povolení
- stanovil, kdo může sázkové hry podle zákona provozovat
- definoval dominantní úlohu státu v této oblasti, kterou zastupuje Ministerstvo financí (dále jen MF)

1.2 Charakteristika chorobného hráče

Pokud se zamyslíme nad typy lidí, kteří se zabývají hrou, pak lze hovořit o tzv. lidech hravých a nehravých. Nehraví lidé, pokud se dostanou náhodně k automatu, pokusí štěstí jednou, dvakrát. Většinou se nevracejí ke hře, ať již vyhrají či prohrají. Hraví lidé tvoří pravý opak. Začínají často již od mládí, většinou spoléhají na své štěstí, každá výhra je utvrzuje v naději na další. Takový *typ* se často stane závislý a sami majitelé her či přístrojů mu říkají pacient nebo psychopat. Tento typ lidí podléhá myšlence, že jednou udělá terno, vyhraje maximum, potom se mu vše vrátí. Neumí od hry odejít, má na mysli, že musí získat alespoň vložené peníze zpět. Většinou jako extrémně závislý typ hraje na stejném místě, stejném automatu, stejnou hru.

Často je možné u tohoto typu vypořádat i klasický průběh jeho hry. Typický hráč přichází do herny či kasina brzy po otevření spíše schoulený, zdravý letmo, k automatu přichází jakoby nechtěl, s lidmi se moc nebaví. Většinou tyká majiteli či krupiérovi, často požaduje natočení hry na obnos 500-2000,- Kč. Krupiér potom od něj vybere peníze a navolí číselný údaj na hře. Hráč pak intenzivně sleduje údaje, které informují o hrách, prohrách a výhrách. Když hráč prohraje nebo je blízko nuly, dává do hry další peníze a pokračuje. Situace se opakuje do vyčerpání finančních zásob a hráč potichu odchází z herny. U lidí tohoto typu se objevují charakteristiky. Často se dívají na hodinky a říkají, že už musí jít, že mají málo času. Nabádají okolí, aby to někdo také zkusil. Často pro jiné vyhledávají hry, které jsou údajně lákavé, jisté. Ostatním lidem často říkají, že určitě sami nevyhrají, ač ve výhru pevně věří. Bez zjevných výčitek prohraje i 10.000,- Kč a odchází.

Pokud se zabýváme otázkou, kde berou tito lidé na hru peníze, pak je možné usuzovat, že nejdříve utrácí peníze své, posléze rodiny a příbuzných.⁸

Později se vybírají peníze firemní, či si půjčují od známých pod záminkou koupě auta, domu, nábytku atd. Zejména u intelektově lépe disponovaných hráčů se objevují výmluvy, že hrají pro zábavu, zpestření života, vzrušení. Jsou k tomuto sdělení vnitřně nuceni společenskými ohledy. Nedovolí si přiznat, že hrají, protože jsou závislí. Navíc nastupuje proces racionalizace, který nakonec vede k tomu, že oni sami této pseudopravdě uvěří.⁹

Co tolik láká člověka na hazardní hře? Je to touha po zábavě nebo představa vysoké výhry? Na tyto otázky je odpověď zvláště v době, kdy se u nás razantně změnilo pořadí hodnot, téměř jednoznačné. Ve většině případů to bude vidina bezpracného získání peněz nebo jiných hmotných statků. Losem, tiketem, sázkou, vhozením mince do automatu si kupujeme sen o tom, že když to vyjde, nejenže vyřešíme vlastní problémy, ale zařadíme se ze dne na den mezi ty, kteří se k získání určitého bohatství dopracovali často až za mnoho let svojí usilovnou prací, plnou starostí. Kdo by nechtěl za pár korun vkladu získat drahý zahraniční automobil, jezdit si po celém světě, žít na „vysoké noze“. Drtivá většina hráčů samozřejmě ví, jakou má pravděpodobnost výhry, že na jednoho výherce musí být mnoho těch, kteří prohrají. Proč bych ale tím vyvoleným nemohl být právě já?

Závěrem této kapitoly uvádím některé známky chorobného hráčství. Jsou to:

- vzrušení před hrou a během ní
- zvyšování sázek, častější hra, delší čas věnovaný hře
- neodůvodněný optimismus
- osamělé hraní
- chvástání výhrou
- nedokáže přestat s hrou
- půjčování peněz v rostoucí míře
- skrývání hry a lhaní
- bezohlednost vůči rodině
- nepřítomnost ve škole či práci

⁸ Srov. CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 31-32.

⁹ Srov. CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 32-33.

- odkládání splátek dluhů
- podrážděnost, neklid, uzavřenost
- neschopnost splácet dluhy
- zanedbává zdraví
- poškození pověsti
- odcizení od rodiny a přátel
- více prohrává
- obviňuje druhé, výčitky svědomí, panika
- trestné činy (krádeže doma, podvody, zpronevěry)
- beznaděj, myšlenky na sebevraždu nebo sebevražedné pokusy
- vyšší riziko rozvoje závislosti na alkoholu a drogách¹⁰

1.2.1 Psychologická charakteristika dětského hráče

Jednou ze zvláštních skupin hráčů jsou dětské hráči. Děti a mládež mohou hrát zejména na hracích automatech. Děti by neměly být připuštěny majitelem k výherním automatům. Z finančního hlediska se pohybují na nižší hladině, mají většinou k dispozici částky 10-100,- Kč na hru.

Toto kapesné jim ale brzy přestane stačit na hru, přestávají si kupovat občerstvení či svačiny, stírají jen na zábavu. Hřeší zejména na to, že téměř nikdo z rodičů nikdy přesně neví, jaké drobné peníze má právě v peněžence či po kapsách a jejich ztrátu neregistruje.

Později děti berou i větší částky, najmou si kamaráda, který vykrade vlastní byt. Pokud se tyto sklony včas nediagnostikují, mohou přerůst i do nebezpečných rozměrů. V této fázi je třeba vyhledat specialistu psychiatra či psychologa. Nestačí rozumná domluva mezi rodiči ani proklamování dobré rodinné pověsti. Mnoho nespraví ani tělesné tresty, ty odcizují dítě od rodiny ještě více a většinou jsou užity stejně až dlouho po přestupku.

V průběhu nárůstu závislosti se mění i osobnostní charakteristiky dítěte. Stává se uzavřenější, často méně dbá na svůj zevnějšek a školní prospěch. Většinou se děti vzdalují

¹⁰ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Alkohol, drogy a vaše děti*. Praha: Sportpropag, 1994, s.70.

od domova, nedodržuje dříve ustálené domácí návyky. Ve vztahu k rodičům začíná být dítě vzpurnější, drzejší, lhavé.¹¹

2 Formy hazardních her

Pro názornost je potřeba uvést, jakými prostředky se hazardní hráč nejčastěji dopravuje až na úplné dno. Jednou ze základních charakteristik hazardní hry je, aby výběr výherce byl zcela nahodilý a neovlivnitelný. Zda vstoupí do hry je svobodné rozhodnutí každého hráče. Nejčastěji se tak děje přímo penězi, ale může to být také jiná forma, např. koupě nějakého výrobku. Hra má své účastníky. Je to většinou její provozovatel (organizátor) hry a potom její účastníci (hráči).

Lze hrát o malé částky nebo také o velké tzv. jackpoty. Hra ze začátku přináší jejímu provozovateli investiční náklady, které se však při zapojení potřebného počtu hráčů mění v nemalé zisky. Nejčastěji jsou do léčeben přijímáni pacienti, kteří svou hru provozovali na VHP. Ty jsou dnes téměř v každé restauraci. Důvod, že jsou VHP dnes prakticky všude, je velice jednoduchý. Přinášejí zisk, jak svému majiteli, což bývají velké společnosti zabývající tímto druhem podnikání, tak majiteli restaurace, který pobírá procenta ze zisku VHP. Chorobný návyk se ovšem dá vytvořit i na karetní hry, hru v kasinech, sportovní sázky. Automaty se dělí do dvou skupin: na výherní a zábavní.

2.1 Hazardní automaty

U výherních (přesnější název je hazardních nebo „proherních“) automatů si zákazník kupuje možnost výhry. Jde tedy jasně o hazardní hru. *„Výherní automaty se ještě někdy dělí na ‚lehké‘ a ‚těžké‘ podle výše vkladu a podle toho, jak vysoký obnos může hráč vyhrát. Toto dělení je z mnoha důvodů nejasné. To, co je pro jednoho malá prohra, může*

¹¹ Srov. CHALUPOVÁ, R., LUKÉŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 33-34.

*být pro jiného katastrofa. Navíc konstrukce některých automatů umožňuje vyměnit program, takže se z ,lehkého ‘může stát obratem ruky ,těžký‘.*¹²

Výherní automat je vlastně počítač, mající ve svém programu matematický model hry. Grafické prvky na obrazovce nebo na kotoučích jsou jen jakýmsi ukazatelem stavu, ve kterém se počítač nachází. V jaké poloze se kotouče zastaví tedy nezáleží na náhodě, ale na úvaze počítače. Každý výherní stroj prochází zkušebnou, garantující formou osvědčení, že přístroj vyhovuje zákonům o hrách a loteriích. Tento zákon má podmínky: cena jedné hry nesmí být vyšší než dvě koruny a maximální možná výhra z jedné hry může být nejvýše 300,- Kč. (to ale neplatí pro kasinové stroje). Přitom výherní podíl musí být nastaven mezi šedesáti až osmdesáti procenty. Na hazardní hru se může vytvořit závislost podobná závislosti na kokainu (silná touha hrát, nepřítomnost tělesné závislosti, silná psychická závislost).¹³

Na hracích automatech výherního typu mohou hrát jen osoby starší 18-ti let. Majitel by měl jejich věk kontrolovat nahlédnutím do občanského průkazu. Nikdo to však nedělá, protože by si sám sobě odrazilo zákazníky. Na hracích automatech lunaparků či přívěsech , pak hrají i děti nezletilé, někdy i předškolního věku.¹⁴

Automaty jsou v ČR velmi problémovou a obecně diskutovanou záležitostí především z toho důvodu, že jejich provoz není vhodně usměrňován. Tento základní fakt má potom za následek příliš častou hru mladistvých a psychicky zranitelných osob, který nezřídká vede až k patologickým závislostem.¹⁵

Při samotné hře se projevuje gamblerova ambivalence k penězům, chce si potvrdit to, co si přeje. Velmi sugestivně a přesně postihuje vliv hracího automatu na člověka, na lidskou psychiku, MUDr. Jiří Presl z pražského Střediska drogových závislostí. Droga musí lidem něco přinášet, jinak by se do závislosti nedostávali. V tomto případě příjemně šimrá nervy, udržuje člověka ve stavu jakéhosi napětí, aktivity a podobně. Stejně jako

¹² NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999. Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 10.

¹³ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Alkohol, drogy a vaše děti*. 3. rozšíř. vyd., Praha: Sportpropag, 1995, s. 69.

¹⁴ Srov. CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 31.

¹⁵ Srov. TUČEK, J., DOLINOVÁ, M. *Kasina aneb co nevíte o nejrychlejším hazardu*. Praha: Euromedia Group, 2001, s. 221.

u klasické drogy, i v tomto případě se postupně zvyšuje tolerance, člověk musí brát stále vyšší a vyšší dávku se stejným efektem. Nervový systém se vůči působení ‚drogy‘, v tomto případě nějakého hracího mechanismu, otupuje. Hráč postupně se ztrátou kontroly přechází do skutečné závislosti. Šance obehřát naprogramovaný automat jsou totiž mizivé. Matematicové je vyčíslili na pouhých 0,054%! Lidské možnosti za naprogramovaným strojem viditelně pokulhávají.

V neposlední řadě je třeba i říci, že patologický hráč má silnou vůli, vždyť vydržet hrát bez přestávky třeba i mnoho hodin, hrát navzdory přáním mnoha lidí, známých, příbuzných, přátel i rodiny, hrát, i když hra působí utrpení, které postupně roste, to vyžaduje silnou vůli, jenže tato slouží špatné věci. Vůle je silná i z důvodu očekávání od hry, co chce hráč získat, ale skutečnost je jiná. Samotné hraní na automatech není protiprávní, nezákonné mohou být související činnosti, které se na hráče nabalují, nebo hraní pod 18 let.

„Potíž je však v tom, že výherní automaty mají prakticky vždy dvě herní úrovně. Základní hra striktně dodržuje zákon. Ale gambler má možnost již jednou vyhrané body ponechat ve hře a znovu si je ‚přisadit‘ do hry tzv. rizikové. Kam vstupuje na vlastní žádost a v níž se zvyšuje možnost výhry.“¹⁶

Pro přehled výsledků výherních hracích přístrojů uvádím tabulku 1.

Tabulka 1¹⁷

Počet provozovaných VHP, vybrané hodnoty správních a místních poplatků za roky 2002 - 2005

Kalendářní roky	2002	2003	2004	2005	z toho v kasinech			
					2002	2003	2004	2005
Počet provozovaných VHP (ks)	42 937	46 230	49 747	52 185	1 550	2 093	2 504	2 543
Hodnota správních poplatků (mil. Kč)	1 404	1 516	1 644	1 709	50	67	81	83
Hodnota místních poplatků (mil. Kč)	830	875	930	990	29	41	47	48

¹⁶ MARHOUNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, feťáci a gambleři*. Praha: Empatie, 1995, s. 85.

¹⁷ Srov. *Přehled výsledků výherních hracích přístrojů*. [online]. Praha: Ministerstvo financí ČR, 2005. [cit. 2006-04-03]. Dostupné na: <http://www.mfcr.cz/cps/rde/xchg/mfcr/hs.xml/loterie_25228.html>, s. 1.

Podle způsobu vkládání a vypláčení finančních částek se dělí VHP na:

- a) mincovní - hráč vhadzuje mince (nebo i žetony) přímo do vhadzovacího ústrojí, které prověřuje jejich hodnotu a pravost, výplata mincí se uskutečňuje prostřednictvím hopperu (odsypávání) výplatních trubíc
- b) kreditové - obsluha inkasuje finanční prostředky v hotovosti, jejich výši pak prostřednictvím klíčku nebo centrálním ovládním z pokladny zanesse do paměti přístroje, opačným postupem je prováděna výplata

Podle způsobu zobrazování průběhu hry na:

- a) elektronické - hra je zprostředkována prostřednictvím různých typů zobrazovačů, nejčastěji pomocí obrazovky
- b) elektronicko-mechanické - hra zprostředkovává komunikaci mezi hráčem a mikropočítačem pomocí elektronicko-mechanického zařízení (otočného válce, listové karetní symboly atd.).¹⁸

Vzhledem k tomu, že největší procento hráčů své vášni propadá právě u výherních automatů uvádím dále zákonná pravidla, kterými se provoz VHP řídí. Není pochyb o tom, že aktivity spojené s VHP je nutno stejně jako ostatní hazard regulovat zákonnými normami. Otázkou však zůstává, do jaké míry je věc regulace předmětem zájmu státu na ochraně hráče, či spíše potřeby odvodu nemalé daně z peněz vložených do hry. Zda peníze získané tímto způsobem nejsou jen forma parazitování na neštěstí cizích, či spíše slabých a nemocných.

Obce a města se řídí vyhláškou MF č. 223/1993 Sb. O hracích přístrojích (v textu jen vyhláška). Cílem této vyhlášky je zpřesnit některé základní pojmy v oblasti hracích přístrojů, zejména definici jedné hry, vymezení podmínek pro určování stáří přístrojů atd. Dále bylo potřeba přesněji vymežit náležitosti osvědčování provozuschopnosti hracích přístrojů. Praxe si vyžádala i zjednodušení identifikace povolených hracích přístrojů pomocí jedné sdružené známky, která obsahuje všechny údaje pro následnou kontrolní činnost.

Vyhláška sjednocuje i dosud nejednotnou praxi místních správních orgánů v postupu při povolování účelného přemístování přístrojů v rámci územního obvodu, včetně vybírání správních poplatků za tento výkon. Zavádí též způsob evidence tržeb, která je nutným

¹⁸ Srov. CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 38-39.

podkladem pro vyúčtování provozu hracích přístrojů. V neposlední řadě předmětná vyhláška upravuje i režim provozování hracích přístrojů za tuzemskou měnu v kasinech apod.

Profesionální regulace průmyslu výherních automatů ve světě spočívá především ve vymezení místa provozu těchto přístrojů. Ve většině vyspělých západních zemích se hraje na výherních automatech ve větší míře v dobře kontrolovaných kasinech. Ta zajišťují jejich patřičný legální provoz, který má ve své podstatě za následek i regulaci počtu charakteru jejich uživatelů.¹⁹

Lze očekávat další nárůst případů patologického hráčství, jak ukazuje tabulka 2.

Tabulka 2²⁰

Dostupnost hazardních her na automatech pro mládež

	Chlapci	Dívky
Zkušenost s hazardní hrou na automatech	15 %	7%
Na automatech hrají jedenkrát týdně nebo častěji	2,4%	0,6%

¹⁹ Srov. TUČEK, J., DOLINOVÁ, M. *Kasina aneb co nevíte o nejrychlejším hazardu*. Praha: Euromedia Group, 2001, s. 221.

²⁰ Srov. DVOŘÁK, V. *Patologickému hráči by měl umět poradit nejen lékař*. Zpravodajství ČTK, poslední aktualizace 19.3.2005. [2006-04-01]. Dostupné na: <http://www.prevcentrum.cz/display_aut.php?href=575>.

W. K. K. K. K.

2.2 Nehazardní automaty

U zábavních automatů si hráč kupuje čas. O hazardní hru se tedy vlastně nejedná. *„Zábavní automaty, které známe z videoheren sice neumožňují hazardní hru, ale i ony mají svá rizika. Dítě, které u nich bude trávit dlouhé hodiny, nebude mít čas na školu, nezíská potřebné dovednosti v mezilidských vztazích, může zaostávat za svými vrstevníky i v jiných směrech a trpí jeho pohybový systém.“*²¹

2.3 Kasina

Kasino si dokáže představit asi každý. Kdo nebyl v kasinu, určitě jej viděl alespoň ve filmu. V kasinu je průběh her monitorován. Odpovědné osoby přímo přerozdělují vklady a výhry podle pravidel. Výhra bývá úměrná výši vkladu. Nejznámějšími hrami, které jsou provozovány v kasinech jsou rulety, black jack, bacarat a poker. Ke hře jsou používána mechanická zařízení, zejména hrací stoly. Kasina jsou pro širší vrstvy méně přitažlivá, avšak téměř všude se hovoří o tom, že jsou mimořádně nebezpečná. Velká výhra může rychle nastartovat chorobný návyk. Velká prohra, i když se nemusí jednat o chorobné hráčství, může způsobit mnoho životních problémů a duševních krizí.

Kasino je bezkonkurenčně nejrychlejším hazardem. Během několika desítek vteřin se v něm mohou vyhrát desetitisíce nebo naopak mít prázdné kapsy. Aby člověka neožebračilo, je třeba se na sázení v něm dívat pouze jako na určitý druh zábavy, který může něco stát a obvykle také něco stojí. Pokud se chápe pouze jako zdroj obohacení, může velmi brzo přijít o všechno. Snílkové o velkých kasinových výhrách byli často velmi brzy a rychle přivedeni do reality těžkým finančním deficitem. Schopní a zkušení kasinovní profesionálové sice mohou obírat kasina o peníze, ale existuje jich velmi málo a jejich úsilí je stojí minimálně tolik námahy a času jako normální zaměstnání. Základní podmínkou pro úspěšnost hry v kasinu je aplikace příležitostného hraní. Pokud se nehraje příliš často, zbyde dostatek financí ke hře, a bude-li hra systematická se správnou strategií, je slušná naděje na finanční profit. Výhoda kasin pro sázející je ovšem relativní. Čím déle totiž člověk hraje, tím více peněz může ztratit. Je zajímavé, že ačkoli největší část peněz

²¹ NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 8.

vracejí sázejícím na výhrách kasina, podívá se průměrný Čech do kasinové hry asi tak často jako do Japonska. O co méně jsou kasina pro širší vrstvy přitažlivá, o to více mohou být nebezpečná. Velká výhra v nich totiž může „nastartovat“ u mnoha lidí chorobný návyk – patologickou závislost na hře, která může začít nenápadně.²²

Kasinové hry o peníze se dnes legálně i nelegálně hrají leckde. Kasina běžně operují na zaoceánských lodích v Americe, již dávno proběhl zkušební provoz kasinových vlaků a stále se nějakým způsobem „koketuje“ s kasiny v letadlech. To ovšem není nic proti tomu, co nám zřejmě připravila nejmodernější komunikační technika. O co jde? Počítačové experti vymysleli, že na celoplanetární síť INTERNET umístí gigantický kasinový byznys s mnohamiliardovým obratem. Není divu, že v současné době je na síti možná kolem 300 kasinových operátorů. Je častou otázkou, zda je pro uživatele internetu bydličního v místě, kde je hazard zakázán, zákonné hrát pomocí sítě v kasinu, jehož server je v zemi, kde je naopak hazard povolen.²³

„Jeden známý mi vyprávěl následující historku. Při návštěvě Las Vegas se dal do řeči s majitelem kasina. Takové kasino zaměstnává spoustu lidí: ostrahu, toho, kdo dohlíží na dodržování pravidel, krupiéry a dokonce i lidi, kteří hrají jen na oko, aby svedli ke hře návštěvníky. Onen známý se tedy zeptal majitele: ‚Kolik musí přijít hráčů, abyste všechen personál zaplatil a ještě vydělal?‘ Majiteli zasvitily oči a krátce odpověděl: Stačí jeden.“²⁴

2.4 Sportovní sázky

Jedná se o kurzové sázky, u kterých je předem stanoven kurz násobku eventuální výhry vzhledem k výši vkladu. V současné době je v ČR celá řada sázkových kanceláří. Mezi nejznámější patří Fortuna, TIP SPORT a Chance. V pobočkách těchto kanceláří se dá vsadit prakticky na vše, především však na výsledky sportovních utkání. Není však výjimkou, že jsou vypsané kursy na to, kdo vyhraje volby. Např. po neúspěchu

²² Srov. TUČEK, J., DOLINOVÁ, M. *Kasina aneb co nevíte o nejrychlejším hazardu*. Praha: Euromedia Group, 2001, s. 124.

²³ Srov. tamtéž, s.290-291.

²⁴ NEŠPOR, K. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislosti*. Praha: Psychiatrické centrum, 1996. s. 8.

kvalifikace našich fotbalistů na mistrovství světa v kopané v r. 2002 byl odvolán hlavní trenér fotbalové reprezentace a na tři kandidáty uvolněného postu byly vypsány kursy.

*„Jako první daleko největší bookmakerskou kanceláří v České republice je Fortuna a.s., která svou první pobočku otevřela 1.5.1990 a v současné době jich má více než 200. Denně svými kursy láká desetitisíce klientů, kteří uzavřou sázky za několik milionů korun.“*²⁵ V současné době jí objemem sázek a počtem poboček konkuruje sázková kancelář TIP SPORT. Na rozdíl od hráče, který se věnuje VHP, není sázení na výsledky sportovních utkání časově náročné. Hráč navštíví sázkovou kancelář, vsadí si u okénka svou částku a odchází. Výsledky svých sázek může sledovat v klidu doma, např. na TELETEXTU ČT s. 750-759. U VHP může hráč sedět dlouhé hodiny, než prohraje svou částku. Později také často sleduje hru dalších hráčů, vyčkává, až někdo ve VHP prohraje větší obnos, aby pak on měl větší teoretickou šanci na výhru, a čas dále plyne.

Do kategorie sportovních sázek patří i sázky na koně, které také můžeme zařadit do oblasti hazardu. Na dostihovém závodišti v Praze Velké Chuchli má licenci na provozování sázek pouze jedna sázková kancelář - Sears tip. Na základě povolení MF ČR je kancelář oprávněná přijímat sázky na dostihy také v celé ČR. Jednou z podmínek MF je to, že 90% výtěžku ze sázek bude použito na chov dostihových plemen koní.²⁶

2.5 Karetní hry

Málokdo ví, že karetní hry mají svůj původ ve dvanáctém století, a že pocházejí z Číny. Ne každá karetní hra je hazardní, ale hazardní karetní hry jsou rozšířeny. O tom jak lživé je přísloví „komu karty v ruce šustí, toho štěstí neopustí“ by mohly vyprávět celé generace hazardních hráčů v Čechách na Moravě a hlavně jejich rodiny. Velmi nebezpečná je kombinace karetní hry a alkoholu. Karty k hospodě u nás odjakživa patřily. V mariáši nebo tzv. bulce se hraje pouze o „drobné“ a pivo či jiný alkohol ke kartám přece patří. Holým faktem však zůstává, že alkohol může u hráče otupit zbytky zdravého rozumu.

²⁵ VALÁŠEK, J. Rozkvétající říše. *Black Jack*, 1997, roč. 4, č. 15, s. 23.

²⁶ Srov. VOLEK, T. Dostihové sázky v Čechách. *Black Jack*, 1997, roč. 4, č. 15, s. 31.

Problémy se hrou ho přivedou k dalšímu pití. Výsledkem bývá kombinovaná závislost. Důležité je, aby takoví hráči přestali s obojím - i s pitím.²⁷

2.6 Hra v kostky

Je to další starobylá forma hazardu. V knize povídek ze staré Indie „Oceán příběhů“ najdete vyprávění o člověku, kterého podvodně obehráli v kostky. Když nemohl zaplatit, zbili ho a majitel herny ho nechal vhodit do vyschlé studny.

2.7 „Skořápkáři“ a ostatní

Jedná se o dobře organizované party, které jsou většinou řízené ze zahraničí. Skořáčky řadí trestní zákon mezi nepoctivé hry, stejně jako bylo tzv. letadlo a další řetězové hry. Ze zahraničí se k nám dostaly i další hry jako bylo např. „bingo“, v nedávné době i „milionář“ a mnoho dalších nově vzniklých her.

Mezi ostatní mohu jmenovat mimo jiné „šťastných deset“, „Sportku“, která může být též značně nebezpečná, a tuto nebezpečnost právě snižuje okolnost, že sázky jsou poměrně malé a možnost vsadit mají hráči několikrát týdně.²⁸

Nebezpečné jsou i stírací losy, kde sázející zjistí výsledek svého štěstí velmi rychle a vzápětí mohou sázku hned opakovat tím, že si koupí nový los. V této souvislosti je nutné upozornit na skutečnost, že se nejedná o úplný výčet hazardních her a také na to, že hranice mezi hazardní hrou a nehazardní hrou je značně neostrá. Tatáž hra může být hazardní, hraje-li se o peníze a nehazardní, hraná „jen tak“.

Každá hra nabízející možnost hmotné nebo finanční výhry může vést k patologickému hráčství. Uvedený výčet různých forem hazardní her, které jsem popsala, není zdaleka

²⁷ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 10.

²⁸ Srov. CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 6.

úplný. Jde však o nejčastější formy hazardu provozované u nás a jejich výčet považuji za postačující, neboť jak jsem zjistila, jsou právě uvedené hry nejčastější příčinou vyhledání odborné pomoci gamblerů.

3 Patologické závislosti na hře

„Závislosti chápeme jako specifickou formu vzájemného vztahu mezi jevy, kdy změna jednoho jevu (objektu) má za následek změnu jiných jevů (objektů), které jsou s ním ve vztahu. Každá závislost zbavuje člověka svobody, přičemž závislost a svoboda jsou vůči sobě ve vztahu nepřímém: subjekt, který se dostal do područí objektu své závislosti pozbývá svobody v míře, jež odpovídá míře jeho závislosti. Větší závislost ztrácí větší část své svobody, totální závislost znamená totální ztrátu svobody.“²⁹

Porovnání definic patologického hráčství a závislosti uvádím v tabulce 3 .

Tabulka 3³⁰

Patologické hráčství	Závislost na návykových látkách
Časté opakované epizody hráčství dominují v životě na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a závazků	Postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů ve prospěch užívání psychoaktivní látky a zvýšené množství času k získání nebo užívání látky, nebo zotavení se z jejího účinku
Postižení popisují intenzivní puzení ke hře, které lze těžko ovládnout, spolu se zaujetím myšlenkami a představami hraní a okolností, které tuto činnost doprovázejí	Silná touha nebo pocit puzení užívat látku; potíže v kontrole užívání látky, a to pokud jde o začátek a ukončení nebo množství látky
Trvale se opakující hráčství, které pokračuje a často i vzrůstá přes nepříznivé	Pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků

²⁹ SPOUSTA, V. Hráčství jako patologický jev. *UNIVERSITAS*, 1998, č. 2, s. 22.

³⁰ Srov. NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál, 2000, s. 31.

sociální důsledky, jako je zchudnutí, narušené rodinné vztahy a rozpad osobního života	
--	--

3.1 Příčiny gamblerství

Příčiny vzniku patologické závislosti na hře jsou různé. Jsou spojovány s příčinami, které jsou společné všem formám závislostí. Jednou z možných příčin vzniku chorobného hráčství je nedostatek endorfinů v mozku. Jsou to látky, které si tělo vyrábí samo a které navozují pocit libosti. Svě tělo můžeme přimět přirozeným způsobem vylučovat endorfiny tělesným pohybem a přiměřeným cvičením. Jinou příčinou vzniku chorobného hráčství může být nižší aktivita serotoninového systému v mozku. Chemie mozku však není rozhodně jedinou příčinou. Mozky lidí se za posledních pár let nezměnily, ale chorobných hráčů přibýlo, protože se neobyčejně zvýšila dostupnost hazardních her.

Chorobné hráčství vychází jako závislost ze systémové teorie, že nemoc nemá jedinou příčinu. Vzniká a udržuje se při nepřetržitém vzájemném a často i zpětném působení různých systémů. Pro zjednodušení budeme uvažovat o příkladu čtyř základních systémů:

1. Systém psychický

- někteří lidé jsou zranitelnější v obtížných situacích
- vznik psychické či fyzické závislosti na objektu závislosti (na alkoholu, na milované osobě atd.).
- intenzivní pocit bezmocnosti a bezvýchodnosti při řešení problému závislosti
- oslabení fyziologických a psychických dispozic
- zvýšený pocit osobní nedostačivosti/výjimečnosti
- ztráta plné výkonnosti ve všech druzích aktivit
- vznik tzv. abstinčního syndromu provázeného nesnesitelně nepříjemnými pocity
- narůstání potíží, zvýšený pocit nepohody a rozladěnosti
- gradace problémů spojených se závislostí

- zvýšená tendence svoji závislost popírat nebo provokativně demonstrovat
- časté poruchy vnímání a koncentrace pozornosti
- zvýšená úzkostnost a náchylnost podléhat stresu a depresím
- zvýšený neklid, impulzivita a podrážděnost
- snížená schopnost orientace v čase/v prostoru
- snížená schopnost sebekontroly a autokorekce (obtížné ovládání chování a jednání)

2. Systém fyzický

- chorobné hráčství ovlivňuje úroveň zdraví a kondici, nepůsobí však silné tělesné odvykací příznaky jako některé drogy

3. Systém rodinný

- rodina může hráče před vlivem patologického hráčství chránit, ale může také vzniku choroby napomáhat

4. Systém sociální

- společnost se na vzniku a prevenci chorobného hráčství podílí tak, že povoluje nebo nepovoluje určité formy hazardní hry.³¹

Budeme-li chtít specifikovat příčiny psychické závislosti gamblera, nalezneme některá specifika a následující faktory.

1. Stresové situace, které zvyšují riziko únikové aktivity (v tomto případě hraní).
2. Nabídka hry jako spouštěcího podnětu, např. ve formě hracích automatů, hráčských part, apod. Takovým způsobem může fungovat i sociální učení (znalost hráčů, kteří byli v jeho rodině apod.).
3. Osobnostní vlastnosti, které představují obecnou predispozici k hráčství: extroverze, menší zábrany, narcistické rysy, nedostatek spolehlivého vztahu, nedostatek empatie a nedůvěra.
4. Osobnostní rysy hráče - jedná se o osoby, které jsou k hraní určitým způsobem předurčené. Vyznačují se společnou potřebou, ale i schopností riskovat, touhou po

³¹ Srov. MARHOUNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, feťáci a gambleři*. Praha: Empatie, 1995, s.97.

vzrušení ze hry, z osobnosti často vyzařuje víra v osudovost výhry, do popředí vstupuje jejich já. Mají schopnost dlouho si udržet vlastní osobnost, zůstává většinou zachováno jejich specifikum, kouzlo, přitažlivost (nározdíl od alkoholiků a drogově závislých, jejichž osobnost „upadá“, degraduje). Původní motivací je téměř vždy naděje na velkou výhru, poté následuje potřeba vyhrát prohrané peníze zpět. Dalším motivem bývá často „únik ze skutečného světa“, únik do klamného světa fantazií a průvodní atmosféry hry, hrací automat je pak ten prostředek, podstatná a hlavní je však atmosféra a vzrušení kolem hry.³²

Příčinou totální dezorientace jedinců i celé společnosti je především ztráta důvěry v oficiálně uznávaný a proklamovaný hodnotový systém. V souvislosti s proměnou systému hodnot dochází k posunu od hodnot povinnosti k hodnotám seberealizačním. Tento vývojový trend můžeme pozorovat již od poloviny 20. století. S expanzí seberealizačních a kreativních hodnot jsou diskreditovány hodnoty, které ještě donedávna stály v hodnotovém systému na prvních místech (tedy povinnost a práce). Na sklonku druhého tisíciletí dochází však k evidentnímu vzestupu hodnot rozvoje sebe sama, přičemž práce jako centrální kategorie lidské existence je vnímána pouze jako prostředek svobodné seberealizace.³³

V návaznosti na tento posun dochází i ke změnám životního stylu. Stále více lidí opouští svět povinnosti a nutnosti, vrhá se do rajske náruče volnosti a nevázanosti. Souběžně s těmito proměnami (ve shodě s očekáváním sociologů a kriminologů) sílí projevy sociální nesnášenlivosti, sobeckosti a bezohlednosti. Na základě komparace příznačných rysů hodnotových proměn je „grupujeme“ do tří typů hodnotových orientací. Jako kritérium volíme druh dominantní hodnoty, na níž je jedinec závislý. Na jedné straně se ocitají konzumenti smyslových požitků, na straně druhé vyznavači duchovních statků a „uprostřed“ předpokládaného statistického rozložení (s nejvyšším počtem vyznavačů) jsou ti, kdo smysl svého života spatřují v hromadění statků materiálních.

³² Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 1999, s.311.

³³ Srov. SPOUSTA, V. *Gamblerství a narkomanie*. [online]. [cit.2006-04-03]. Dostupné na: <<http://www.kpedagogika.unas.cz/2002gamblerstvi.htm>>, s. 4.

Tabulka 4³⁴

Typ konzumenti	Smyslové požitky	Materiálních statků	Duchovních statků
Charakteristický rys	Uspokojení smyslů (smyslnosti)	Mít, vlastnit	Být, realizovat se
		Pasivita	
	Intelektuálně nenáročné	Egoismus	
Zaměření na	Požitkářství (carpe diem), obžerství	Materiální blahobyt	Vyžaduje intelektuální angažovanost, aktivitu
		Komfort	
Rizika	Závislost na návykových látkách	Ztráta duchovní identity	Ztráta realistického náhledu

Ve vztahu závislosti se může člověk ocitnout z mnoha příčin: např. podlehně-li touze dosáhnout něčeho příjemného, nezvyklého nebo chce poznat neznámé, dosud nepoznané. Přitom není vůbec důležité, na co nebo na koho se upíná. Závislost může být vyprovokována nejrůznějšími podněty a může mít nejrůznější podobu. Objektem, vůči němuž se dostane do vztahu závislosti, může být cokoli, jakákoli věc či osoba: nejen některá z psychotropních látek, hra, práce nebo surfování po internetu, ale též milovaná osoba. Je lhostejné, je-li narkoman závislý na mariuahaně proto, že mu navozuje pocit pohody, konzument pervitinu proto, že ho aktivizuje, nebo gambler proto, že se opájí pocitem vítězství.

Peníze mají mnohdy pouze význam prostředku k uspokojení nějaké jiné potřeby. Může jít o sociální prestiž, kterou by bylo možno tímto způsobem podpořit, potřebu osamostatnění, úniku od rodiny, získání chybějícího vztahu apod. Peníze jsou chápány jako prostředek posílení nebo náhražka vlastních kompetencí.

³⁴ Srov. SPOUSTA, V. *Gamblerství a narkomanie*. [online]. [cit.2006-04-03]. Dostupné na: <<http://www.kpedagogika.unas.cz/2002gamblerstvi.htm>>, s. 2.

Milý narkoman l. l. l. l. l.

Rizikovým faktorem je tendence vytvářet si fantazijní představy o dostupnosti velké výhry, převaha emotivního hodnocení pravděpodobnosti vyhrát a popření signálů o nereálnosti takových představ. Hodnocení skutečnosti bývá pod vlivem fixace na výhru značně nepřesné. Gamblerství je individuální aktivita, lidé závislí na hře o společnost spoluhráčů nestojí. Cílem je pro ně výhra a ostatní hráči, pokud je logika hry zahrnuje, jsou konkurencí. Jakmile začne jedinec hrát, velmi rychle se dostává do fáze, kdy nedokáže přestat. Potřeba hry a anticipované výhry se stává osobní dominantou.³⁵

Závislost se začne projevovat těžko ovládnutelným puzením ke hře a stále častějšími myšlenkami na hru. V této době se objevují první potíže, které vyplývají většinou z nedostatku peněz. Hráč si je půjčuje, ale nemůže vrátet, a proto lže, vymlouvá se. V situaci tísně začne porušovat jinak respektované sociální normy (podvádět a krást).

V závislosti se lidé ocitají např. i ze snahy projevit odpor či nesouhlas - tedy revoltovat. Odborná literatura užívá pro tuto formu závislosti sousloví „čtvrtý rozměr závislosti“. Na základě čeho můžeme identifikovat patologický vztah závislosti? Na základě zjištění, zda se prvotní příjemné pocity pramenící ze setrvání ve vztahu závislosti mění v době nepřítomnosti objektu, na němž je jedinec závislý, v pocity nepříjemné, které provázejí příznaky abstinenčního syndromu.³⁶

"Léčebný postup" je prostý, nikoli však snadný. Proces odstraňování následků závislosti na hracích automatech nebo na psychotropních látkách je nekonečný. Není pochyb, že efektivní může být jen tehdy, podaří-li se objasnit společenské příčiny vzniku závislosti a pozitivně ovlivnit hodnotový systém a hodnotovou orientaci.

³⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 1999, s.311.

³⁶ Srov. SPOUSTA, V. *Gamblerství a narkomanie*. [online]. [cit.2006-04-03]. Dostupné na WWW: <<http://www.kpedagogika.unas.cz/2002gamblerstvi.htm>>, s. 2.

Vrub a druzi...

3.1.1 Zdravotní rizika gamblerství

Rozvoj psychické závislosti není jediným negativním důsledkem gamblerství. Vedle psychické závislosti se rozvíjí i zdravotní rizika tohoto způsobu závislostního chování.

Na jedné straně je naděje na velkou výhru a na druhé straně se dostavuje úpadek tělesného zdraví. Mohou vzniknout následující zdravotní rizika :

- Je ohroženo srdce. Totiž většina patologických hráčů jsou muži, u nichž riziko srdečních chorob je i za normálních okolností větší než u žen a právě patologické hráčství toto riziko ještě zvětšuje. Může za to stres ze hry a často chaotický způsob života.
- Zhoršovat se mohou i další nemoci související se stresem a to hlavně vysoký krevní tlak, vředové choroby, střevní nemoci, cukrovka atd.
- K bolestivým potížím krční a bederní páteře může vést stres, který působí nepříznivě a mnoho hodin strávených vysedáváním u hracích automatů.
- Hrou může docházet k zanedbávání základních hygienických pravidel. U hráčů se tedy můžeme setkat s opomíjenými a neléčenými nemocemi např. chrupu. Zanedbávání výživy, která je často jednostranná, chudá a nezdravá.
- Zvyšuje se riziko tělesných problémů působených alkoholem, tabákem a jinými návykovými látkami.³⁷

Rizikovým faktorem je tendence vytvářet si fantazijní představy o dostupnosti velké výhry, převaha emočního hodnocení pravděpodobnosti výhry, chybou pak je popření těchto nereálných představ. Hodnocení skutečnosti bývá pod vlivem přesvědčení o výhře dosti nepřesné. Gamblerství je individuální aktivita, gambleři nestojí o společnost spoluhráčů. Cílem je výhra a ostatní hráči jsou konkurencí. A pokud začne člověk takto hrát, začíná se dostávat do stadia, kdy nedokáže přestat. Potřeba hry je osobní dominantou. Závislost se začne projevovat těžko ovládnutým puzením ke hře a stále častějšími myšlenkami na hru.

³⁷ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: <<http://www.mujsweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 18.

3.2 Motivace chorobného hráčství

Motivace chorobného hráčství vychází z hráčova sebepojetí. Nejčastěji položená otázka, která zazní v okolí chorobného hráče je, proč vlastně hraješ? Co vede hráče k tomu, aby hrál? Většina jich hraje dlouhou dobu, prohrává velké částky, a přesto se ke hře opět vrací. Proč se někdo chová takovým způsobem a jiného podobná věc nikdy v životě nenapadne? Kdy vlastně hráč začal hrát a kde se vzal ten impuls, který ho přivedl ke hře? Narodil se s tím, nebo to je výchovou? Na uvedené otázky jsem se snažila najít odpověď za pomoci fyziologického, psychologického a sociologického výkladu.

Závislost na hracích automatech definovaná jako nemoc je nejmladšího data. O mechanismech jejího vzniku se diskutuje. **Pro fyziologický výklad** onemocnění s mozkovými mediátory svědčí situace, v níž se gambler poutá ke hře za blikotu světel a zpravidla za charakteristického hudebního doprovodu, což vše stoprocentně dráždí mysl. Tento výklad nevyklučuje, ale spíše doplňuje **výklady psychologické**. Jeden z nich předpokládá u gamblerů sebedestruktivní životní scénář, podle kterého již není cílem vyhrávat, nýbrž prohrávat. Podle něho gambler strach z životního úspěchu hatí hazardní hrou.

V reálných postojích ke světu se domníváme, že smyslem našeho konání je úspěch. To je jen první zdání. Motivace našeho jednání je složitější, což by se dalo vysvětlit sebepojetím. Naučili jsme se pokládat za lidi jistého druhu, oceňovat se na základě odezev, kterých se nám dostalo. Výchova může způsobit, že rodiče sice vedou dítě k poslušnosti a mravnosti, ale i tak, aby si nevážilo samo sebe a pokládalo se za neúspěšné. Aby ve všem co začne, potřebovalo vedení.

Potom takové sebepojetí zůstává a podmiňuje jednání. Takto vychovaný jedinec se pak chová tak, aby byl v souladu se svým sebepojetím. **Sociální zrcadlo** jeho života mu přináší rozpor, který nemusí unést. Tady se narazilo na typologii osobnosti, na typ, který je k závislosti disponován, protože mezi postiženými jsou také úspěšní a tvořiví lidé. Na hazardní hru se může vytvořit závislost podobná závislosti na kokainu. Projevuje se silná touha hrát, nepřítomnost tělesné závislosti a naopak silná psychická závislost.

Je vůbec možno hodnotovou orientaci člověka změnit? A jak? Promyslíme-li možné a účinné výchovné aktivity, které by byly s to pomoci těmto proměnám, zřetelně si uvědomujeme, že musí být provázeny osobním příkladem všech protagonistů připravujících takové projekty. Ty by měly zřetelně vymezit a pojmenovat prostředky, kterými bude možno:

1. V reakci na konzumní a materiální orientaci části společnosti kultivovat schopnost (zvláště mladých lidí) neposuzovat hodnotu všeho, co jejich úsilím vzniká, pouze a jen ekonomickými parametry. Znamená to například rozvíjet schopnost dávat a nečekat na odměnu - tedy vychovávat smysl pro hodnoty neměřitelné a kompatibilní především s pojmem být (a ne mít).
2. Nabídnout lidem paletu takových činností, které jsou s to odhalit smysl jejich života, které mohou odpovědět na otázku "proč", a motivovat je např. ke službě nejpotřebnějším. S tím úzce souvisí kultivace schopnosti sebeovládání, sebeobětování a potlačování jáství a egoistických zájmů.
3. Všechny sociální aktivity iniciovat vždy na principu dobrovolnosti, ochoty a lásky, s cílem učinit z člověka sociální bytost, která bude schopna své prosociální citění orientovat altruisticky tak, že pomáhat jiným se stane její potřebou.
4. Citlivost, laskavost a srdečnost povýšit na úroveň nejvýše oceňovaných hodnot. Vést k toleranci, úctě, vstřícnosti a odpuštění a učinit člověka schopným zřít se autoteolatrického přeceňování významu své osoby.

Společnost 21. století se jen těžko obejde bez restaurace "starých" osvědčených a staletími ověřených etických hodnot. Půjde o náročný proces prosazování demokratické obrody způsobu života společnosti. Kde můžeme hledat záruku invenčního potenciálu pro budoucnost? Prognostikové se ve svých krátkodobých výhledech shodují v tom, že určité možnosti žádoucích změn závisí na mravní obrodě národního konsenzu, ve kterém rozhodující roli sehraje svobodný rozvoj tvůrčích sil člověka. Hlavním zdrojem se tak stane vnitřní kultivace tvořivých potenci osobnosti.³⁸

³⁸ Srov. SPOUSTA, V. *Gamblerství a narkomanie*. [online].[cit.2006-04-03]. Dostupné na WWW: <<http://www.kpedagogika.unas.cz/2002gamblerstvi.htm>>, s. 5.

Miloslav Štěpánek

3.3 Ohrožené skupiny

Ohrožení v oblasti gamblerství se může dotýkat téměř veškeré populace. Ani osobní životní zkušenosti gamblera, ani úroveň dosaženého vzdělání podstatně neovlivňují jeho rozhodnutí věnovat se hazardní hře. Mezi ohrožené skupiny patří úzkostní lidé, kteří často hledají ve hře uvolnění, a hyperaktivní děti, které se dokáží při hře podivuhodně soustředit. Mezi patologickými hráči najdeme i staré lidi a ženy. Rizikem jsou i některé sociální události (nezaměstnanost, neúspěch ve škole, nemoc) a některá povolání (majitelé a zaměstnanci restaurací, heren). Rizikovým faktorem je zde osobnost hráče.³⁹

Z hlediska sociologického a psychologického není bez zajímavosti, že věk a vzdělání hráčů jsou staticky irelevantní, což je velmi důležité zjištění, které bezpochyby ovlivní každé rozhodnutí týkající se možných způsobů prevence tohoto druhu závislosti. Je zřejmé, že zde neplatí, jak bychom očekávali, nepřímá úměrnost mezi zvyšujícím se věkem (nebo vyšším vzděláním) a nižším počtem patologických hráčů. Nicméně jako alarmující se jeví skutečnost, že každým rokem klesá věková hranice těch, kdo se ocitli v zajetí nějaké formy hazardní hry. Jsou si vědomi, že jejich aktivity budou jejich blízkými odsuzovány, umlčují své svědomí drogami a alkoholem.⁴⁰

Zvýšené riziko vzniku patologického hráčství představují i některé další skutečnosti – s popisovanou diagnózou se lze setkat u lidí, kteří ve svém dětství a mládí trpěli psychickou supdeprivací, resp. psychickou deprivací, u lidí, kteří se nacházejí v těžkých životních situacích, u lidí, kteří jsou silně extrovertně zaměřeni, a to především do materiální oblasti, u lidí, kteří nadměrně konzumují alkohol. Alkoholový průmysl šíří nebezpečnou pověru: *Alkoholismus* je vrozený a kdo není dědičně zatížený, může pít kolik chce, a nic se mu nemůže stát. Je to nesmysl a lež, na kterou každý den mnoho lidí tvrdě doplácí. Ani problémy s alkoholem ani chorobné hráčství nejsou vrozené. Některí lidé však jsou ohroženi nejvíce a měli by proto být opatrnější.⁴¹

U dětí a mladistvých vzniká závislost všeho druhu mnohem rychleji, neboť je typické pro mladé lidi, zejména pro mladé muže vyhledávání rizika. Jsou nejvíce ohroženou

³⁹ Srov. DOČKAL, J. *Člověk a drogy*. Praha: Éthum 2000, s. 75.

⁴⁰ Srov. SPOUSTA, V. *Hráčství jako patologický jev*. UNIVERSITAS, 1998, č. 2, s. 24.

⁴¹ Srov. POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. 2. vyd.. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r.s., 2002, s.124.

populační skupinou a to nejen proto, že jsou psychicky a somaticky nejzranitelnější, ale především proto, že závislost na hracích automatech rozvrací hodnotový systém mladého člověka v době jeho osobního zrání, kdy se začíná ve světě orientovat a hledá v něm místo. Gamblerství je tak s to negativně poznamenat člověka na celý život.⁴²

Nebezpečí spočívá především v nenápadnosti, se kterou závislost vzniká, a také v neinformovanosti veřejnosti. V důsledku hraní dochází u dítěte ke ztrátě schopnosti komunikace s okolím. Dalším nebezpečím je ztráta vnímání reality.

Žáci a studenti v poměrně značném počtu hrají na nevýherních automatech v době, kdy by měli být ve škole. Ke hře využívají především času vymezeného pro přesuny ze tříd, návštěvy lékaře a častěji záškoláctví. V hernách s nevýherními přístroji jsou v době vyučování nejčastějšími zákazníky mladiství (ve věku 15-18 let), studenti středních škol a odborných učilišť. Vysloveně rizikový je pro děti a dospívající také prvek násilí a riskování v mnoha počítačových hrách. Nejčastěji uváděným důvodem ke hraní her je zábava. Hra je považována většinou za osvědčený prostředek proti nudě. Někteří hrají hru, protože ji považují za určitou výzvu. Výzvou může být v tomto případě přemožení počítače nebo překonání vlastních rekordů. Přátelé jsou prvními osobami, které zprostředkují první kontakt s hrou, ovšem pro další kontakt nejsou důležití.⁴³

Mezi gamblery převažují **muži**, jsou tedy chorobným hráčstvím ohroženi mnohem více. Jak jsem již uvedla, jednoznačná odpověď, proč právě muži, neexistuje. Faktem je, že např. v restauracích, kde jsou umístěny výherní hrací automaty vidíme hlavně muže. Potom je logické, že právě muži na nich hrají. Staticky je prokázáno, patologickému hráčství propadají častěji více muži, které žene do hry nutková potřeba být v akci a opakovaně zažít pocit vzrušení.⁴⁴

Patologické hráčství existuje i u **žen**. Ženy bývají většinou motivovány potřebou úniku z reality – útěku od subjektivně neřešitelných osobních nebo rodinných problémů. Na

⁴² Srov. SPOUSTA, V. Hráčství jako patologický jev. *UNIVERSITAS*, 1998, č. 2, s. 25.

⁴³ Srov. VACULÍK, M. Charakteristika hráčů počítačových her v adolescenci. *Československá psychologie*, 1999, roč. 43, č. 2, s. 177.

⁴⁴ Srov. SPOUSTA, V. Hráčství jako patologický jev. *UNIVERSITAS*, 1998, č. 2, s. 23.

rodinu a výchovu dětí to působí ještě hůře nežli patologické hráčství mužů. Další fakt je, že ženy jsou pod daleko větší společenskou kontrolou okolí. Pokud by žena prohrávala, trávila čas v herně, byla by odsuzována asi více než muž. Je také pravděpodobné, že ženy jsou zodpovědnější ke své rodině. Ale měli bychom si dávat pozor, protože v padesátých letech byla žena závislá na alkoholu u nás vzácností. Dnes žen, s tímto problémem velmi přibylo.⁴⁵

Rizikovým faktorem jsou i některá **povolání**. Jedná se především o taková povolání, při kterých člověk přichází do styku s hazardní hrou - číšníci a kuchaři pracující v pohostinských zařízeních, kde jsou umístěny zábavní automaty. Dále povolání s velkými a nepravidelnými příjmy, povolání kde se pracuje s velkou finanční hotovostí.

„Nebezpečná povolání jsou ta, při kterých přichází člověk do styku s hazardní hrou. Léčil jsem větší počet lidí, kteří pracovali jako číšníci. K postiženým patřil i majitel restaurace, který dovolil, aby mu do ní za poplatek instalovali automat. Netrvalo dlouho a začal na něm prohrávat tržby. Nebezpečná jsou i povolání s velkými a nepravidelnými příjmy a ta, kde se pracuje s velkými finančními prostředky v hotovosti. Léčení však byli i lidé, kteří v životě v rizikové profesi nepracovali.“⁴⁶

Profesionální hazardní hráč, který se naučil různé triky, podvůdky a dovednosti je schopen na hazardní hře nějaký čas vydělávat (typické pro karbaníky). Riziko, že propadnou patologické hráčské vášni je však u profesionálů značné. Existují lidé, kteří si skutečně dokáží hazardní hrou vydělávat. Jenže, když se z nich stanou patologičtí hráči, jakoby na všechny zkušenosti, finty a poučky zapomněli. Začnou hrát nesmyslným způsobem, nad kterým jeho dříve chladně uvažující rozum, zůstával stát. Většina pacientů začíná s hazardní hrou z nudy nebo z jiných důvodů.

Hyperaktivní (nadměrně živé) děti s poruchami pozornosti jsou více ohroženy. Je zvláštní, že přestože někdy nevydrží klidně sedět ani jednu vyučovací hodinu, dokáží u automatu trávit bez přerušení mnoho hodin. I když je většinou lákají jen tak zvané „zábavní“ automaty, tyto děti si zvykají na herny, mají před očima negativní vzory

⁴⁵ Srov. SPOUSTA, V. Hráčství jako patologický jev. *UNIVERSITAS*, 1998, č. 2, s. 23.

⁴⁶ NEŠPOR, K. *Hazardní hra jako nemoc*. Praha-Havířov: Nakladatelství Aleny Kutilové, 1994, s. 20.

hazardních hráčů, mohou se vzdalovat reálnému světu a trpí jejich páteř a pohybový systém.

Je pravdou, že řada patologických hráčů byla v dětství zcela bezproblémová a problém se u nich vytvořil až v dospělosti.

Nezaměstnaní a ti, kteří selhali ve škole nebo v učení: „Zahálka plodí neřest“, říká latinské přísloví. Co dělat jestliže se někdo ocitl bez práce. Často se stává příčinou hazardní hry nezaměstnanost. Bývá tomu častěji než v případě, kdy se člověk stává nezaměstnaným v důsledku svého hráčství. Není to ale pravidlem,

Někteří další jako např. děti citově strádající, na které neměli rodiče čas, ti, kdo mají problémy s alkoholem, lidé v obtížné životní situaci, ti, kdo přeceňují význam peněz ... a tak bychom mohli pokračovat. Ohroženi jsou v určité míře téměř všichni.⁴⁷

3.4 Sociální důsledky závislosti na hře

Závislost ve všech svých podobách je pouze jedním z důsledků ztráty záchytného orientačního bodu. Na konci druhého tisíciletí představuje celosvětově nejohroženější sociální problém. A to nejen proto, že každá forma závislosti vyvolává zdravotní a sociální potíže. Nemenší zlo spočívá i v tom, že jimi netrpí pouze závislý jedinec, ale v naprosté většině případů i všichni jeho nejbližší (rodiče, partneři, celá rodina).

Závislost na hazardní hře ohrožuje profesní roli člověka. Pro školu i pro zaměstnání má dva nepříznivé důsledky. Jedním z nich je ztráta motivace k práci a následné zhoršení výkonu. Druhým je změna chování, hráč ztrácí zábrany, přestává respektovat základní sociální normy a hodnoty. Je zde zvýšená pravděpodobnost, že přestane chodit do školy či do práce, což může vést i k vyloučení ze školy nebo propuštění ze zaměstnání. Vlivem závislosti na hře dochází k narušení mezilidských vztahů. Potřeba hrát se stala větší hodnotou než citové vztahy a rodina.

⁴⁷ Srov. NEŠPOR, K. *Hazardní hra jako nemoc*. Praha-Havířov: Nakladatelství Aleny Kutilové, 1994, s. 20-21.

Někdy může nastat situace v rodině taková, že hráč ke všem problémům s hraním přidá těžko ověřitelnou informaci, že je vydírán svými věřiteli, kteří mu vyhrožují zmrzačením nebo i zabitím. Rodina se skoro vždycky zmobilizuje, sežene peníze, on z nich vrátí jen část a zbytek dá do hraní. To se může několikrát opakovat až finančně „zruinuje“ celou rodinu. Pak se teprve někdo z blízkých začne zajímat o potřebu soustavného léčení.

První pomoc rodině spočívá v posilování její schopnosti bránit se manipulacím ze strany hráče a doporučení, aby rodina na sebe nepřebírala odpovědnost za závislého. Těchto doporučení je rodina obvykle schopna využít až tehdy, když se vyčerpaly všechny rezervy a rovněž se prosadil kritický náhled na závislého člověka.

Rodinní příslušníci gamblera by neměli podlehnout iluzi o možnosti spontánní nápravy. Hráč často slíbí nápravu, ale slib nedodrží. Patologický hráč potřebuje odbornou péči, nelze věřit jeho sugestivním slibům, že s hraním skončí sám, jenom až...

V tomto případě nemusí jít ani o vědomou lež. Gambler může být skutečně přesvědčen, že by to dokázal, ale opak je pravdou. U závislých patologických hráčů jde o poruchu v oblasti sebehodnocení a v oblasti autoregulace.

K diagnostickým vodítkům patří trvale se opakující hráčství, které pokračuje a často i vzrůstá přes nepříznivé sociální důsledky, jako je zchudnutí, narušené rodinné vztahy a rozkol osobního života.

Ve chvíli, kdy rozhodnutí o tom, zda a kdy se budu věnovat hře, přestane záviset na svobodném rozhodnutí a stane se neodbytným nutkáním, vnitřním imperativem, zákonitě dochází ke zvratu a zásadní proměně vztahu hra kontra hráč. Ze hry – dobrého (a pokorného) „partnera“ se stává zlý (a panovačný) diktátor, který postupně začne ovládat svého bývalého pána a činí z něho pokorného a poníženého otroka. Hra ztrácí většinu svých pozitivních atributů a funkcí, hráčství i hráč „nabalují“ na sebe rysy chorobného životního jevu.

4 Gamblerství jako nemoc

Jak jsem již uvedla definici dle Mezinárodní klasifikace nemocí jedná se o poruchu spočívající v častých opakovaných epizodách hráčství, které převládají na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a závazků.⁴⁸ Lidé trpící touto poruchou mohou riskovat své zaměstnání, velmi se zadlužit a lhát nebo porušovat zákon, aby získali peníze nebo unikli placení dluhů. Postižení popisují intenzivní puzení ke hře, které lze těžko ovládnout, spolu se zaujetím myšlenkami a představami hraní a okolností, které tuto činnost doprovázejí. Toto zaujetí a puzení se často zvyšuje v dobách, kdy je život stresující.⁴⁹

Mezinárodní klasifikace nemocí uvádí pro stanovení diagnózy F63.0 Patologické hráčství, tato diagnostická vodítka: „*Podstatné rysy: trvale se opakující hráčství, které pokračuje a často i vzrůstá přes nepříznivé sociální důsledky, jako je zchudnutí, narušené rodinné vztahy a rozkol osobního života.*“⁵⁰

Patologické hráčství se zpravidla vyvíjí na určitém osobnostním základě. Svou roli mohou hrát i určité povahové rysy, např. přítomnost tendence hledat vzrušení za každou cenu. Tak jako alkoholismus, tak i patologické hráčství nejsou vrozené. Dospělému člověku trvá zhruba 1- 3 roky, než se stane patologickým hráčem. U dětí a dospívajících, u nichž se obecně jakákoli závislost vytváří rychleji, je tato doba daleko kratší- stačí několik týdnů až měsíců. Muži jsou v porovnání se ženami rovněž patologickým hráčstvím ohroženi více. Podle odhadů odborných psychologů jsou na hracích automatech závislá 3% české populace.

Patologickým hráčstvím jsou také mnohem více ohroženi jedinci s poruchami aktivity a pozornosti. Způsob jejich života vede k tomu, že se prohlubují obtíže v interpersonálních vztazích a vzdalují se normálnímu způsobu života.

⁴⁸ Srov. NEŠPOR, K.: *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag 1999, s. 16

⁴⁹ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislosti*. 1. vydání. Praha: Psychiatrické centrum, 1996, s.146.

⁵⁰ Srov. POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r.s. 2002, s.122.

etree

6
A ✓

Zvýšené riziko vzniku patologického hráčství představují i některé další skutečnosti. S popisovanou diagnózou se lze setkat u lidí, kteří ve svém dětství a mládí trpěli psychickou deprivací, u lidí, kteří se aktuálně nacházejí v těžkých životních situacích, u lidí, kteří nadměrně konzumují alkohol nebo jsou silně extrovertně zaměřeni, a to především do materiální oblasti. Patologickému hráčství však často propadají hazardní hráči čili lidé, kteří získali určité dovednosti, naučili se různé triky a podvody a v důsledku jejich adekvátního používání jsou s to hazardní hrou vydělávat.

Existují však i četné případy patologických hráčů, kteří ve své anamnéze mají zdravý vývoj a bezproblémovou životní historii. Významným činitelem v případě vzniku a vývoje patologického hráčství je rodinný systém člověka. Rodina může člověka před vznikem této závislosti ochránit, ale může rovněž vzniku této choroby významně napomoci. Jedná se např. o to, že v člověku vyvolává svým působením vznik motivace, zpravidla se jedná o to, že finanční nedostatek je řešen hrou, je přítomna silná touha peníze vyhrát. Při hře se u gamblera projevuje jeho ambivalentní vztah k penězům, chce si potvrdit to, co si přeje. Je třeba uvést i to, že na vzniku i na vývoji patologického hráčství se podílí i společnost. Svým osvětovým působením, svými kulturními vzorci jako je morálka, právní normy, se významně podílí jak na jeho prevenci, tak i na přístupu k němu, a to nejen v rovině právní (povolení nebo zákaz určitých her), ale i medicínské, event. jiné.⁵¹

Kromě termínu patologické hráčství se neoficiálně užívá další označení, např. „hazardní hráčství“, „náruživé hráčství“, „sociální“, tj. „společenské hráčství“. V češtině se obsah vyjádření patologické hráčství kryje s označením „hráčská vášeň“.⁵² Patologické hráčství - není závislost v pravém slova smyslu. V 10.revizi Mezinárodní klasifikace nemocí se patologické hráčství řadí mezi návykové a impulzivní poruchy, kde závislosti patří mezi poruchy vyvolané účinky psychoaktivních látek. Je ovšem pravda, že patologické hráčství však má se závislostmi některé společné rysy a při léčbě těchto stavů lze úspěšně využívat řadu stejných nebo podobných postupů.

⁵¹ Srov. POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r.s., 2002, s. 123-124.

⁵² MARHOŮNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, fetišáci a gambléři*. Praha: Empatie, 1995, s.84.

Patologické hráčství je sledovanou diagnózou v rámci drogové epidemiologické studie státu Hygienickou stanicí hlavního města Prahy. Postupně se gambling dostal na třetí pozici nejčastěji frekventované drogy, za amfetaminem a heroinem. Podobně, jako je tomu v případě závislosti na alkoholu a jiných látkách, hraje i v případě této závislosti značnou roli struktura osobnosti. V případě anxiousní poruchy můžeme patologické hráčství chápat jako záležitost adaptační -jde o způsob ventilování tenze.

Lidé trpící patologickým hráčstvím mohou riskovat své zaměstnání, velmi se zadlužit, lhát, porušovat zákon, aby získali peníze nebo unikli od placení dluhů. Postižení mají intenzivní puzení ke hře, které lze těžko ovládnout spolu se zaujetím myšlenkami a představami hraní a okolnosti, které tuto činnost doprovázejí. Toto zaujetí a puzení se často zvyšuje vlivem silné stresové zátěže, které jsou hráči díky svému životnímu stylu vystaveni.

Hlavní znaky patologického hráčství jsou:

1. Hráč nedokáže za žádných okolností odolat hře, i když ví, že mu přináší značné problémy a společnost tuto činnost odsuzuje. Není schopen přestat hrát nebo hrát s jistou mírou, potřebuje stále více peněz ke své hře. Čím více prohraje, tím více hraje, aby prohrané peníze získal zpět. V případě, že by se pokusil přestat hrát, mohl by se cítit velice nepříjemně, byl by neklidný, podrážděný a projevil by se u něho psychické abstinenční projevy.
2. Nutkání ke hře je spojeno s vnitřním napětím, pocit tenze se sníží až když začne hrát. Gambler přemýšlí o různých variantách hry.
3. Při hře pocítuje gambler příjemné vzrušení a uspokojení. Čím větší je riziko ztráty nebo naopak jde-li o možnost velké výhry, tím větší vzrušení prožívá. Po hře se pak cítí nepříjemně, lituje her, avšak ani příště nedokáže nutkání odolat.⁵³

⁵³ Srov. VÁGNEROVÁ, M. Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál, 1999, s. 310-311.

M. Vágnerová

✓

4.1 Vývoj patologického hráčství jako nemoci

Následující rozdělení dráhy chorobného hráče do stádií nemocí pochází ze Spojených států amerických, kde mají s touto problematikou dlouhodobé a rozsáhlé zkušenosti.⁵⁴

4.1.1 Stadium výher

Jako mnoho jiných problémů i patologická hra začíná nenápadně. Občasné hraní zprvu nepřináší větší problémy. Časté jsou fantazie o velké výhře. Neštěstím, které celý průběh podstatně urychluje, bývá velká výhra. Hráč touží výhru zopakovat, vyhrát ještě více. Má různé představy a hýří optimismem, pro který nejsou důvody. Zvyšuje sázky a hraje častěji.

Jestliže začínal hrát ve společnosti, přechází k osamělé hře. Často se chlubí se, že vyhrál, i když to nemusí být pravda.⁵⁵

Některá typická očekávání od hazardní hry shrnuje následující přehled.

Tabulka 5⁵⁶

Očekávání od hazardní hry

Očekávání od hazardní hry	Typická skutečnost
Bohatství	Nouze a dluhy
Zmírnění nervozity a úzkosti	Z dlouhodobého hlediska se tyto stavy jen prohlubují. Navíc vznikají problémy v různých oblastech života.
Mírnění smutku a depresí	Podobně se prohlubují i deprese.
Touha po štěstí a příjemných pocitech	Míra utrpení a bolesti roste a na tom nic nemění krátkodobé zaujetí hazardní hrou.
Společenská	Samota, vzdalování se normálním vrstevníkům i rodině.
Odreagování	Patologické hráčství vede k chudému a k únavnému životnímu stylu. Vznikají

⁵⁴ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: < <http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc> >, s. 1.

⁵⁵ Srov. NEŠPOR, K. *Hazardní hra jako nemoc*. Praha-Havířov: Nakladatelství Aleny Kutilové, 1994, s. 15-16.

⁵⁶ NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: < <http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc> >, s. 25.

	problémy různých oblastech v oblastech.
Zesílení příjemného stavu	Zbytečné problémy, krize a utrpení.
Zvědavost, hledání nových podnětů, únik před nudou	Jednotvárný život točící se kolem hazardní hry.
Únik před rodinnými problémy	Zhoršení rodinné situace, klesá prestiž a autorita.
Únik před samotou	Problémy s okolím a větší samota.
Vynahradit si domnělá nebo skutečná příkoří. Hazardní hra jako pomsta, hraní „najust“.	Člověk si tak zbytečně sám ubližuje a působí si problémy v různých oblastech života.

V tomto stadiu výher, hráč buď přestane hrát, začne se uzdravovat nebo pokračuje v hazardní hře a tím se dostává do dalšího stadia - stadia prohrávání.

Tabulka 6⁵⁷

	↔	
Pokračuje v hazardní hře		Přestane hrát → uzdravování
↓		

4.1.2 Stadium prohrávání

V této fázi už většinou jde o patologické hráčství. Postižený myslí hlavně na hraní a s hrou nedokáže přestat. Dlouhá období prohrávání mohou být střídána pokusy hru regulovat nebo s ní přestat. Hru už často financuje z půjčených peněz. Své hraní skrývá před rodinou a blízkými lidmi. Začíná se chovat ke druhým bezohledně. Splácení dluhů odkládá a vypůjčuje si znovu větší částky peněz. Trpí zaměstnání. Hráč má na svou práci čím dál tím méně času a energie. V rodině se objevují vážné problémy. Rodinný život v této fázi je nešťastný. Člověk, který dospěl až sem, se stává neklidný, podrážděný a uzavřený. Zanedbává své zdraví. Přestává být schopen splácet dluhy. Může se snažit získávat peníze nezákonně.

⁵⁷ NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: < <http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc> >, s. 12.

V tomto stadiu prohrávání - přestane-li hrát, začne se uzdravovat, pokračuje-li v hazardní hře, dostává se do stadia zoufalství.⁵⁸

Tabulka 7

	↔	
Pokračuje v hazardní hře		Přestane hrát → uzdravování
↓		

4.1.3 Stadium zoufalství

Pověst hráče je poškozena. Přichází soudní jednání, podmíněné nebo nepodmíněné tresty, odcizení od rodiny i přátel, osamělost. Stále více času tráví hráč hrou nebo fantaziemi o ní. Dále prohrává. Má tendenci obviňovat z odpovědnosti za své neštěstí druhé. Lituje se, propadá depresi a beznaději.

Výčitky svědomí, bez konkrétních kroků ke změně, mu nijak nepomáhají. Spíše jeho stav zhoršují a přichází panika. V této fázi se hráč může dopustit i závažnějších trestných činů. Typické jsou krádeže, zpronevěry, podvody. Rodiny se rozpadají. Většina hráčů v této fázi je už rozvedená. Někteří uvažují o sebevraždě nebo za sebou mají sebevražedné pokusy. Řada z nich se hroutí a někteří se snaží unikat k alkoholu nebo jiným návykovým látkám. To jejich situaci ještě zhoršuje. V době, kdy nehrají, sílí jejich neklid, podráždění. Jsou čím dál nešťastnější.⁵⁹ Každý se nemusí dostat ze stadia výher až do stadia zoufalství. Čím dříve si hráč uvědomí nebezpečí a rozhodne se přestat se hrou, tím je to snazší a tím větší má naději, že se mu to podaří. Profesionální léčba může poctivou snahu o překonání problému podpořit a cestu ke zdravému způsobu života usnadnit.⁶⁰

⁵⁸ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: < <http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 12.

⁵⁹ CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997, s. 7-8.

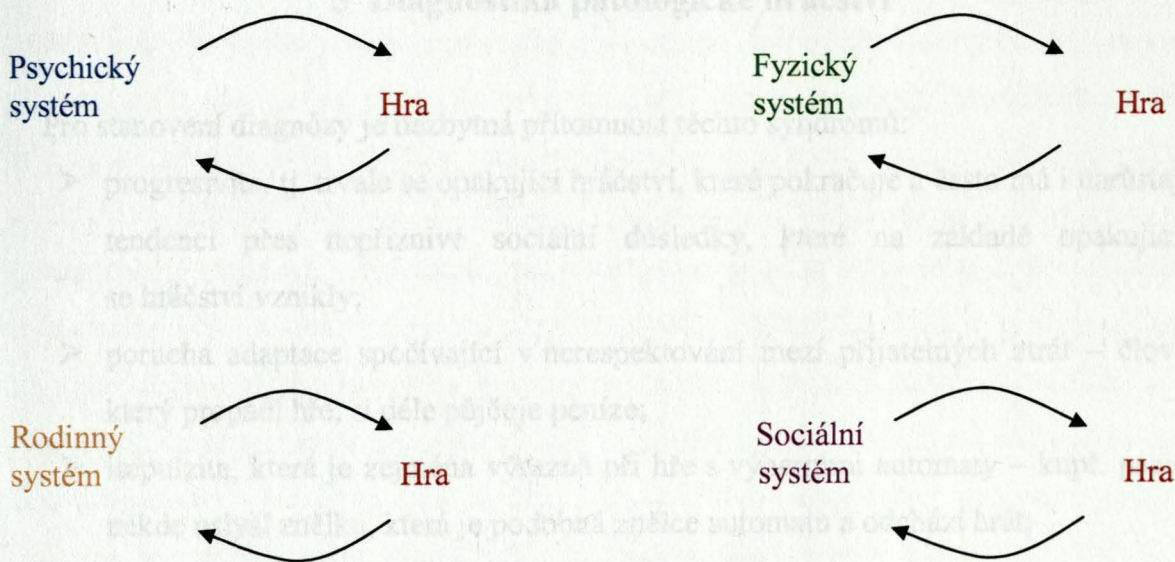
⁶⁰ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: < <http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 12-13.

Většina hráčů začala svou hazardní hru provozovat zcela nenápadně. Vsadili si, hodili si minci do automatu apod. Tady se potvrzuje, že největším neštěstím bývá v počátku výhra. Kdyby hráč hned zpočátku nevyhrál, je pravděpodobné, že by se ke hře již nevrátil.

Jak vzniká chorobné hráčství (nebo jiná závislost) si můžeme ukázat na příkladu:

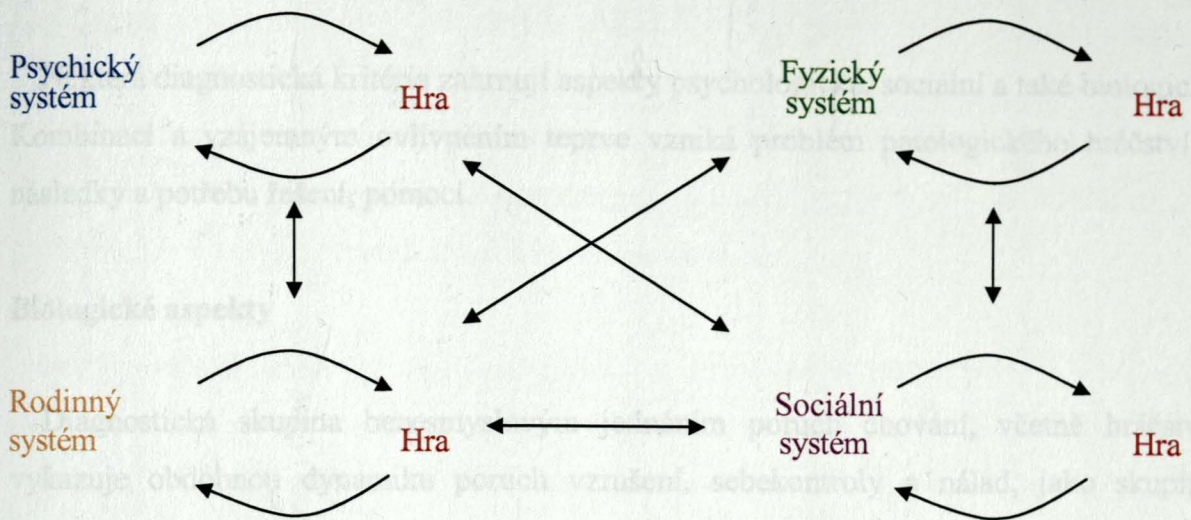
„Ruda má málo kvalitních zájmů a kvalitních přátel. Nemá dostatek sociálních dovedností, aby se s někým seznámil. V jeho městě otevřeli spoustu heren a automaty jsou tam na každém rohu. Vztahy v jeho rodině jsou vlažné, lidé tam na sebe nemají čas. Tohle a spousta dalších věcí vede k tomu, že Ruda začne hrát. Jenže hazardní hra nejenže Rudovi nepomůže, ale situaci ještě zhorší. Těch pár dobrých zájmů, které měl zanechá. Jeho kvalitní přátelé se mu vyhýbají, protože si od nich půjčil peníze, které jim nevrátil. V rodině vládne dusno. Ruda tam něco ukradl. Ruda si nachází nekvalitní známé po hernách. To zpětně vede k pokračování a stupňování hry.“⁶¹

Schéma zoufalství



Bludné kruhy, ke kterým v Rudově životě došlo, se navzájem propojují a posilují. Tedy například jeho zhoršující se sociální situaci zhoršuje jeho situaci rodinnou a naopak.

⁶¹ MARHOUNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, fetišáci a gambleři*. Praha: Empatie, 1995, s. 97-98.



Poznámka: Uvedené systémy se při rozvoji problému mohou a nemusí uplatnit.

V této době přichází Ruda do léčby. Je jasné, že má před sebou plno práce. Kdyby se rozhodl, že s hraním přestane už dříve, měl by to jednodušší.⁶²

5 Diagnostika patologické hráčství

Pro stanovení diagnózy je nezbytná přítomnost těchto syndromů:

- progresivita, tj. trvale se opakující hráčství, které pokračuje a často má i narůstající tendenci přes nepříznivé sociální důsledky, které na základě opakujícího se hráčství vznikly;
- porucha adaptace spočívající v nerespektování mezí přijatelných ztrát – člověk, který propadl hře, si déle půjčuje peníze;
- impulzita, která je zejména výrazná při hře s výherními automaty – kupř. pacient někde uslyší znělku, která je podobná znělce automatu a odchází hrát;
- ambivalence k penězům - gambler je vázán na hru, nezajímají jej peníze. Hráči svému okolí zpravidla sdělují, že hrají, aby vyhráli peníze. Nedovolí si přiznat, že hrají, protože jsou na hře závislí. Nutí je k tomu společenská konvence. S tím souvisí proces racionalizace, který způsobuje, že sami této pseudopravdě začínají věřit;
- převažuje převážně nenásilný způsob získávání peněz, tj. formou dluhů;

⁶² Srov. MARHOUNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, fetišci a gambleři*. Praha: Empatie, 1995, s.98.

- patologickým hráčem je zpravidla muž, nikoli žena.⁶³

Některá diagnostická kritéria zahrnují aspekty psychologické, sociální a také biologické. Kombinací a vzájemným ovlivněním teprve vzniká problém patologického hráčství s následky a potřebu řešení, pomoci.

Biologické aspekty

Diagnostická skupina bezsmyslovým jednáním poruch chování, včetně hráčství, vykazuje obdobnou dynamiku poruch vzrušení, sebekontroly a nálad, jako skupina drogových závislostí. Společným jmenovatelem je porucha serotoninového přenosu. Serotonin představuje významný hormonální mimobuněčný přenos vzruchu, jeho snížená biologická dostupnost je spojena s depresí a určitým typem úzkosti s nesmyslným jednáním a nutkavostí.

Sociální aspekty

Sociální, či spíše vnější podmínky pro život odpovídají ekonomické expanzi, zhodnocení funkce peněz a nutnosti sebeprosazení. Potřeba relaxace, úniku, redukce tenze je častější. Vzrušení ze hry tuto možnost nabízí, navíc bez pocitu nelegálnosti jednání (jako je v případě drogové či sexuální závislosti). Promítá se zde také výchovné ochranné prostředí, kdy rodiče se snaží utajovat problémy, řešit dluhy či selhání a berou na sebe závazky a osobní problémy dětí. Osobní nezralost vůči odpovědnosti za sebe vede k úniku do světa hry, mimo realitu, kde není potřebné nést důsledky za selhání. Oslabená schopnost čelit svodům a tlakům již závislých členů sociální skupiny. Má nedostatek asertivity a dochází k projevům agresivity. Je zde tendence „předvádět“ sebe a svoji závislost s cílem budit obdiv ostatních. Uzavírá se do sebe, vytváření „krunýře“ (opouzďování). Projevy asociálního chování, nevhodných sociálních vazeb a negativních důsledků pro společnost jako celek.

Psychologické aspekty

⁶³ Srov. POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r.s., 2002, s. 122.

Neexistuje modelová hráčská osobnost, lze však v osobnostních charakteristikách hráčů konstatovat vyšší četnost specifických charakterových rysů. Je to emoční nestálost a nezralost, nedostatek frustrační tolerance, proměnlivost postojů, nezdrženlivost, snaha odkládat řešení, nedostatek pevných vnitřních norem s nedbalostí a lehkovážností.

Často je problematický vztah k opačnému pohlaví projevující se v ambivalenci až zábranách v sexuální interakci nebo závislosti na ženě.

Pomocí těchto aspektů je patologické hráčství definovaným problémem, je podkladem pro následné terapeutické plány, které se přes veškerou specifikaci na jednotlivce shodují v nutnosti hru opustit. Za nutné je požadovat definovat v této fázi nejen postup jak toho dosáhnout, ale také podrobným popisem ohraničit problém hráčství jako celku. Nestačí jen stanovit prospektivní plány obrany před nutkavým opakováním k hraní, ale také stanovit zdroje této nerovnováhy. Pouhá redukce frekvence gamblingu nebude trvale úspěšná, pokud budou opomíjeny souvztažné problémy deprese, manželská tenze, úzkosti z pracovní či finanční situace, nadměrné užívání alkoholu či jiných návykových látek případně další aspekty způsobené mnoha činiteli gamblingu.⁶⁴

Pro vymezení problému patologického hráčství neboli pathological gambling je důležité posouzení jednotlivých aspektů, symptomů určujících hranice patologie oproti sociálnímu hráčství či jiným duševním poruchám. Diagnostická kritéria DSM IV pracují s položkami, které jsou pro diferencování problému patologického hráčství specifické. Jsou to:

- I. Hazardní hraní nelze lépe vysvětlit manickou epizodou.
- II. Trvajícím a opakujícím se maladaptivním neboli nepřizpůsobivým chováním ve vztahu k hazardní hře, jak ukazují následující indikátory:
 1. Zaměstnává se hazardní hrou např. (znovu prožívá minulé zážitky související s hazardní hrou, plánuje další hazardní hru, uvažuje o tom, jak si opatřit prostředky k další hazardní hře).
 2. Aby docílil žádoucí vzrušení, musí zvyšovat množství peněz vkládaných do hazardní hry.
 3. Opakovaně a neúspěšně se pokoušel hazardní hru ovládat, redukovat nebo s ní přestat.
 4. Když se pokouší snížit hazardní hru nebo s ní přestávat, cítí neklid a podrážděnost.

⁶⁴ Srov. CHVÍLA, J. *Diagnóza patologického hráčství v závislosti na assesmentu problému hráčské vášně*. Opava: Výzkumný projekt PL, 1996, s. 28.

5. Používá hazardní hru jako prostředek, jak uniknout problémům nebo mírnit depresivní náladu (např. pocit bezmocnosti, viny, úzkosti, deprese).
6. Po ztrátě peněz při hazardní hře se následujícího dne k hazardní hře vrací, aby je vyhrál nazpět.
7. Lže příbuzným, terapeutovi nebo jiným lidem, aby tak zakryl rozsah svého zaujetí hazardní hrou.
8. Dopustil se ilegálních činů jako padělání, podvodů, krádeží nebo zpronevěry kvůli hazardní hře.
9. Ohrozil nebo ztratil kvůli hazardní hře signifikantní vztahy, zaměstnání, kariéru nebo vzdělání.
10. Spoléhá na druhé, aby mu poskytovali finanční prostředky, které by zmírnily zoufalou finanční situaci, do které se dostal kvůli hazardní hře.⁶⁵

Typologii patologického hráče sestavené na základě analýzy jednotlivých položek diagnostického manuálu DSM IV. Jsou to:

1. Typ A

- je charakterizován výraznou snahou zopakovat si hazardní jednání, znovu prožít hráčské zkušenosti s rostoucí potřebou finančního vkladu do hry a stupňování prožitků a nezastaví se ani před nezákonnými činy, jak získat další finance na hru. Jedná se o sociálně narušeného jedince s osobnostními rysy nezdrženlivosti a sociální špatné adaptace.

2. Typ B

- má nejvýrazněji vyjádřenou potřebu útěku od reality ke hře, hledá náhražku své úzkosti, pocitům viny a nedostatečnosti ve vztahu k okolí. Nedokáže se k problému přiznat, lže a snaží se problém zakrýt. Předpokládá pomoc a převzetí odpovědnosti za své prohry svými blízkými. Tento typ inklinuje k neurotickému řešení problémů, je zvýšená nejistota v sebehodnocení.

3. Typ C

- má nejvíce vyjádřenou neschopnost kontrolovat hru, projevuje se podrážděností při myšlence či snaze o ukončení hraní, považuje hru za svou potřebu, které se nemůže zbavit

⁶⁵ Srov. CHVÍLA, J. *Diagnóza patologického hráčství v závislosti na assesmentu problému hráčské vášně*. Opava: Výzkumný projekt PL, 1996, s. 28.

a nepřipouští si výrazný sociální dopad, izolaci a ztrátu společenského statutu. Jedná se o typ s výraznou toxikomaničnou dispozicí a nesmyslným jednáním v řešení situací. Uvedené rozdíly jsou důležité pro sestavení terapeutického plánu, který nemůže obsahovat jen trénink abstinence a prevenci opětovnému objevení příznaku nemoci v obecné poloze, ale musí zahrnout zvládnutí předpokládaných faktorů (věk, pohlaví atd.).⁶⁶

6 Rozšíření hráčství a sázkařství v ČR

Sázky všeho druhu jsou v naší společnosti zcela běžné. Lidé sázejí na výsledky dostihů, sportovních utkání, ve sportce, kupují losy loterií. Výrobci nejrůznějšího zboží pořádají spotřebitelské hry. Losování často vysílá televize, výherci atraktivních cen, například zahraničních zájezdů či osobních automobilů, jsou zveřejňováni v tisku. Tyto hry nepřinášejí většinou žádná výrazná rizika pro ty, kteří se jich účastní.

Mezi jinými i jackpoty lákají lidi k sázení. Na jedince útočí všude poutače a reklamy, kolik milionů mohou vyhrát v různých soutěžích. Mají tak pocit, že to je nejjednodušší cesta k velkým penězům, že by to pro ně mohlo být určité východisko z nouze, když výhry jsou čím dál tím vyšší. Rok od roku se zároveň zvyšuje počet těch, kteří spíše než na štěstí vsadí na svůj rozum, tedy např. na výsledky sportovních klání a to nejvíce na fotbal, hokej a tenis. Ti se na všech sázkách podílejí až z osmdesáti pěti procent. K tomu, aby člověk uspěl při tipování sportovních zápasů, musí mít většinou dobré znalosti.

Sázky všeho druhu jsou v naší společnosti zcela běžné. Lidé sázejí na výsledky dostihů, sportovních utkání, ve sportce, kupují losy loterií. Výrobci nejrůznějšího zboží pořádají spotřebitelské hry. Losování často vysílá televize, výherci atraktivních cen, například zahraničních zájezdů či osobních automobilů, jsou zveřejňováni v tisku. Tyto hry nepřinášejí většinou žádná výrazná rizika pro ty, kteří se jich účastní.

Jiný typ her, které provází možnost výhry, jsou známé soutěže, kdy ovšem nese účastník „kúži na trh“. Musí projevit inteligenci, znalosti, schopnost rychlých reakcí

⁶⁶ Srov. CHVÍLA, J. *Diagnóza patologického hráčství v závislosti na assesmentu problému hráčské vášně*. Opava: Výzkumný projekt PL, 1996, s.56.

a podobně. Kromě možnosti uříznout si ostudu před miliony televizních diváků z nich rovněž neplynou jiná rizika. Případné finanční ztráty spočívají pouze v částce, kterou člověk získal během hry. Nehrozí, že by do takovéto soutěže vložil peníze určené na byt nebo jídlo, ani nehrozí, že by při těchto soutěžích trávil tolik času, aby mu to působilo obtíže v normálním životě.

Tyto sázky, hry a soutěže jistě přinášejí účastníkům příjemný pocit napětí a vzrušení. Podobné pocity prožívá řada mladých, ale i dospělých lidí při různých počítačových hrách. V nich jde opět o souboj inteligence a postřehu s programem, který nedělá podrazy a lze nad ním vyhrát. V případě těchto her se nám může stát, že u nich budeme trávit mnoho času a začneme zanedbávat jiné druhy činností. Pro touhu zvítězit nad programem počítačové hry se pro velké zaujetí zanedbávají určité domácí povinnosti, u dětí a mládeže školní povinnosti, tak i domácí práce a u dospělých se může jednat o zanedbání své rodiny, neboť zaujetí může trvat i mnoho hodin.

Úplně jinou situaci představují výherní automaty. V případě výherních automatů, kde se již jedná o závislost a dá se hovořit o patologickém hráčství, nejde jen o hru jako aktivitu, ale o hru jako předpoklad výhry. U takového jedince, kde se závislost na výhře stává zcela dominantní, má potřebu rychlého zbohatnutí, bez vynaložení úsilí. Možnost rychle získat hodně peněz ze hry bývá zvýšená, zatímco rozumová korekce je snížena. Hráč si nepřipustí velmi malou pravděpodobnost velké výhry.

Peníze zde mají pouze význam prostředku k uspokojení nějaké jiné potřeby, sociální prestiže, osamostatnění, úniku od rodiny, získání chybějícího vztahu apod. Peníze jsou chápány jako prostředek posílení nebo jako náhražka vlastních kompetencí.

Pro chorobného hráče mají tedy peníze nebo jiné hmotné statky významnou úlohu, neboť spoluvytvářejí bludný kruh hry, rostoucích problémů, před kterými hráč uniká ke hře. Mezi patologické hráče tedy nezařadíme náruživého sběratele, i když mu jeho koníček může působit určité problémy. Pro hazardní hru je typické, že si hráč může koupit možnost výhry - ať peněz nebo majetku, od sirky až po osobní automobil.⁶⁷

⁶⁷ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: <<http://www.mujiweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>> s. 10.

Přestože se u nás rok od roku prosází čím dál více, patrně nikdy nedostihneme v sázení Asiaty. Například jenom v Sanghaji se každý měsíc prodá kolem 43 milionů sázenek. Ve Spojených státech se pak rozmáhá jiný nešvar, mladé Američany ohrožuje sázení přes internet. Výrazné problémy s gamblerským na internetu má 4 - 8 % dospívajících. Sázení je na internetu jednoduché a anonymní, k zadání částky stačí pouze znát číslo kreditní karty.

Pro přehled uvádím tabulky charakterizující oblast sázení v roce 2004.⁶⁸ Na co se v roce 2004 nejvíc sázelo ukazuje tabulka 8 (v miliardách Kč):

Tabulka 8⁶⁹

	Vsazeno	Vyplaceno	Příjmy ze hry	VPÚ*
Hrací automaty	47 760,0	35 820,0	11 940,0	520,0
Kasína	10 980,1	8 818,6	2 161,2	171,9
Loterie	6 019,3	2 941,9	3 077,4	1 094,8
Kursově sázky	10 627,3	9 150,0	1 477,3	177,9

* veřejně prospěšné účely

⁶⁸ Srov. Tamtéž *rypril*

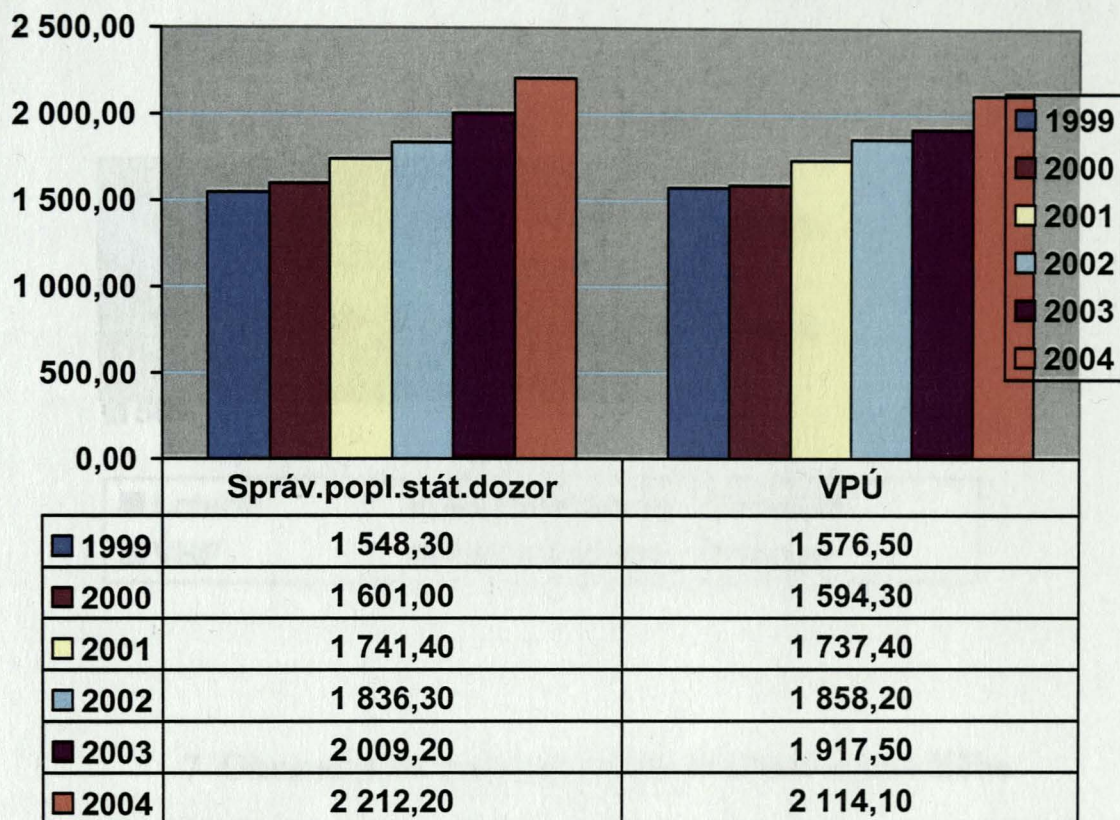
⁶⁹ Srov. *Přehled výsledků sázkových her* [online]. Praha: Ministerstvo financí ČR, 2005. [cit. 2006-04-15]. Dostupné na: <http://www.mfcr.cz/cps/rde/xchg/mfcr/hs.xsl/loterie_statistika_17684.html>, s. 1.

Přehled výsledků loterií a jiných podobných her za roky 1999-2004 zobrazuje graf 1.

Graf 1⁷⁰

(Odvod správních poplatků, státního dozoru a VPÚ)

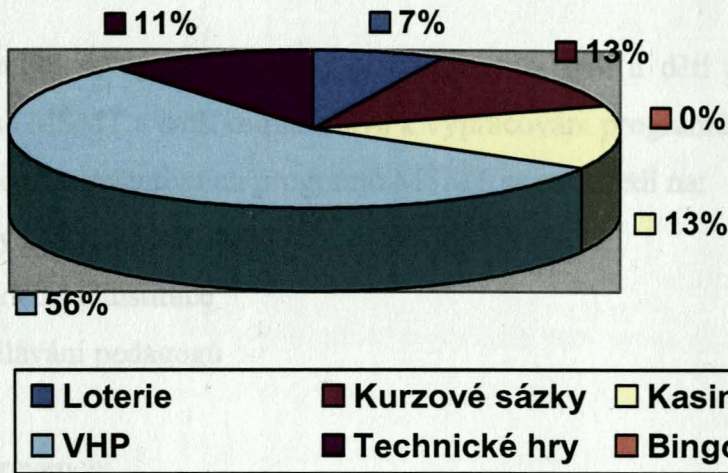
v mil. Kč



⁷⁰ Srov. *Přehled výsledků sázkových her* [online]. Praha: Ministerstvo financí ČR, 2005. [cit. 2006-04-15]. Dostupné na: <http://www.mfcr.cz/cps/rde/xchg/mfcr/hs.xsl/loterie_statistika_17684.html>, s.5.

Graf 2⁷¹

Přehled vsazených částek sázejícími při loteriích a jiných podobných hrách za rok 2004



7 Obrana proti patologickému hráčství a jeho léčba

V zájmu zachování zdravého způsobu života jedince a společnosti se stává nespornou prioritou otázka obrany proti patologickému hráčství – prevence a následná léčba, která zahrnuje celou škálu léčebných postupů.

⁷¹ Srov. *Přehled výsledků sázkových her* [online]. Praha: Ministerstvo financí ČR, 2005. [cit. 2006-04-15]. Dostupné na: <http://www.mfcr.cz/cps/rde/xchg/mfcr/hs.xsl/loterie_statistika_17684.html>, s.6.

7.1 Prevence patologického hráčství, prostředky a formy prevence

Patologické hráčství stejně jako závislost na návykových látkách má mnoho příčin. Prevence musí zahrnovat širokou škálu aktivit – od zákazů až po nabídky a povzbuzování ke zdravému způsobu života. Má mnoho společného s protidrogovou prevencí, někdy je do ní přímo začleňována.

Zvyšující se výskyt sociálně patologických jevů u dětí a mládeže vedl vládu ČR a následně MŠMT a další ministerstva k vypracování programů prevence těchto jevů.

Strategie preventivních programů MŠMT se soustředí na:

- 1) školy a školská zařízení
- 2) poradenské instituce
- 3) vzdělávání pedagogů

Typy prevence:

Primární prevence je zaměřena na zdravé fungování celé společnosti, vytváří podmínky pro optimální vývoj jedinců. Svoji pozornost obrací k dětem a mládeži, která není zasazena negativními jevy. Jedná se o veškeré aktivity realizované s cílem předejít problémům a následkům spojenými se sociálně patologickými jevy.

Důraz je kladen zejména na **specifickou primární prevenci** tj. systém aktivit a služeb, které se zaměřují na práci s populací, u které lze v případě absence předpokládat další negativní vývoj. Právě u této populační skupiny je třeba pomocí specifických preventivních programů předcházet nebo omezovat výskyt společensky nežádoucího chování. Jasně stanovení úkolů na určitou formu rizikového chování odlišuje tyto programy od programů nespecifických.

Nespecifickou primární prevencí se rozumí aktivity, které tvoří nedílnou součást primární prevence a jejímž obsahem jsou všechny metody a přístupy umožňující rozvoj harmonické osobnosti, včetně možnosti rozvíjení nadání, zájmů, pohybových a sportovních aktivit. Programy nespecifické prevence (např. různé volnočasové aktivity)

by existovaly a byly žádoucí i v případě, že by neexistovaly sociálně patologické jevy. ✓
Bylo by smysluplné tyto programy rozvíjet a podporovat.

Sekundární prevence má zabránit vzniku patologických jevů u ohrožených jedinců nebo zachytit vznikající problémy v počátečním stadiu. Je zaměřena na rizikové skupiny a jednotlivce, u kterých je zvýšená pravděpodobnost, že se stanou nositeli negativního chování v důsledku poruch sociálních procesů (procesy individualizační, socializační) a sociálních institutů (rodina, škola, atd.). Jedná se o včasnou intervenci, poradenství a léčení.

Terciální prevence, tzv. prevence následná, snižuje důsledky sociálně patologických jevů. Orientuje se na předcházení recidivy a prohlubování sociální dezintegrace lidí, kteří již vykazují poruchy sociálních procesů a sociálních institutů, projevují se negativním chováním. Zvláštní důraz je kladen na předcházení recidivy trestné činnosti, pozornost je věnována pachatelům trestných činů a jejich znovuzачlenění do společnosti. Řadí se sem sociální rehabilitaci, ^e doléčování a podpora v „abstinenci“.⁷² ✓

Na primární prevenci se podílí téměř celá společnost formou zákonodárnou, ekonomickou podporou aktivit společnosti, sociální politikou a výchovou.

Škola a školská zařízení jsou samozřejmě součástí primární prevence, ale ta základě skutečného stavu jevu už musí do svých programů zařazovat problematiku sekundární prevence. Škola a školská zařízení sehrávají a budou mít poměrně výsadní postavení v prevenci sociálně patologických jevů, a to proto, že:

- školou prochází všechny děti
- ve škole tráví děti čtvrtinu až třetinu denní doby
- škola disponuje odbornými pracovníky a je schopna zachycovat vznikající problémy
- má určitý dosah na rodiče dětí - může si vytvářet kontakty na vlastní (školskou) poradenskou síť i na síť sociální.

⁷² Srov. MARÁDOVÁ, E. *Prevence závislosti*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006, s. 22-23.

Minimální preventivní program školy nebo školského zařízení je zpracován pro konkrétní školu, tedy respektuje počet dětí, sociální strukturu a konkrétní problémy školy, doplňuje a konkretizuje úkoly školy, které si pro dané věkové kategorie žáků klade, uvádí strategii a metody realizace svých záměrů, uvádí metody, zjišťování efektivity svého působení. Zjišťování efektivity zvolených programů je důležité pro autory a realizátory programů a umožňuje hodnocení vlastní práce a uvážlivé změny tam, kde vznikne potřeba.⁷³

Prevence musí zahrnovat působení rodiny, školy, zaměstnavatelů, sdělovacích prostředků a dalších společenských institucí. Předpokládá informovanost, možnost omezení nabídky příležitostí hrát, dostatečnou nabídku zdravých aktivit pro závislé nebo ohrožené, dlouhodobé terapie i podpory po vyléčení. Pro úspěšné řešení problému se stává prioritní otázkou rozpoznání hráčství jako hráčství patologického a stanovení správné diagnózy etapy jeho vývoje.

Odpověď na otázku, jak předejít riziku závislosti, je jednoznačná a ve srovnání se složitostí a mnohvrstevným charakterem problematiky patologického hráčství překvapivě jednoduchá: prevencí. Nejpřirozenější, a proto snad i nejúčinnější formou všech preventivních opatření je správná volba životního stylu mladistvého, v jehož skladbě je věnována zvýšená pozornost především způsobu trávení volného času, výběru zájmů a zálib (mezi nimiž nechybí intenzivní styk s uměním) s vyhledáváním vhodných organizací zaměřených na práci s mladými lidmi (sportovní, kulturní a umělecké kluby, skauting, turistika, ochrana přírody apod.). Silný podpůrný preventivní účinek má však návaznost na dobré rodinné tradice, využívání rodinných zájmových aktivit a trávení volného času s rodiči, s příbuznými a přáteli. Není pochyb o tom, že v prvé řadě záleží na osobních kvalitách každého ze zúčastněných aktérů.⁷⁴

Člověk psychicky závislý na hře se své závislosti nikdy nezbaví, a proto nejen z tohoto důvodu je důležitá prevence. Prevence je méně náročná, než následná léčba patologického hráče v psychiatrické léčebně a také z hlediska finančních požadavků se prevence jeví jako jednoznačně výhodnější. Lidé musí být schopni samostatného rozhodování

⁷³ Srov. HEJNA, D., ŠIK, V. HOLÍKOVÁ, S. aj. *Primární prevence sociálně patologických jevů v pedagogické praxi 6*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2003, s. 11-13.

⁷⁴ Srov. SPOUSTA, V. Hráčství jako patologický jev. *UNIVERSITAS*, 1998, č. 2, s. 26.

a uvažování, každá závislost z lidí dělá bytosti lehce manipulovatelné, neschopné objektivního posouzení situace. Jedinec se stává lehce zneužitelný k antisociálnímu jednání, ke kterému by se sám neodhodlal, a jenž je v rozporu s jeho smýšlením i mravními zásadami a společenskými normami.

Každý preventivní program musí být přizpůsoben ekonomicko-sociálně kulturnímu prostředí, ve kterém se uskutečňuje. Jako neúčinné se ukázaly strategie zastrašování a citové apely. Pozitivní dopad má prevence s nabízením lepších alternativ. Ty jsou účinné u skupin se zvýšeným rizikem. Omezování dostupnosti má význam, jestliže je provázeno snižováním poptávky, léčba nebo mírnění následků je relativně účinné, pokud je poskytnuta včas.

Úkolem prevence je:

1. Dbát na aktivní mentální hygienu ve společnosti. Posílit kooperaci mezi lidmi, rozvíjet duševní zdraví a odolnost vůči zátěži,
2. Podchytit disociální a predeliktivní chování v samých počátcích a tomu přizpůsobit výchovu budoucích pedagogů.
3. Zvládnout resocializaci a reedukaci mladistvých, kteří se již dopustili trestné činnosti.

Musíme mít na paměti, že v praxi se setkáváme s faktem zkřížené závislosti, např. závislosti na alkoholu a jiných látkách nebo na alkoholu a hráčství. Přitom si je třeba uvědomit, že jeden typ závislosti podporuje druhý. Z tohoto důvodu bývá výhodné je spojovat a zasadit do širšího rámce povzbuzování ke zdravému způsobu života. Chorobné hráčství nemá jedinou příčinu, proto také účinná a včasná opatření zahrnují více rovin. Prevence problémů způsobených hazardní hrou má ovšem širší dosah, nežli jen předcházení chorobnému hráčství. Musíme si uvědomit, že i obyčejná velká prohra může způsobit spoustu mrzutostí a problémů, i když se nejedná o chorobné hráčství. Na druhé straně i velká výhra nebo sny demoralizují a odvádějí člověka od každodenní relativně špatně placené, ale prospěšné práce.

Co může dělat společnost? Účinná prevence zahrnuje snižování poptávky po hazardní hře a snižování její dostupnosti. Prevence založená ve společnosti znamená spolupráci různých složek společnosti. Poptávku lze snižovat pomocí účinných preventivních

programů zahrnujících pokud možno více sektorů jednotlivců, rodina, vrstevníci, škola, pracoviště, sdělovací prostředky ...). Dostupnost je možné snižovat zákony a omezeními určitých druh hazardní hry a samozřejmě jejich nekompromisním prosazováním, což se v současnosti naprosto neděje. Výzkumy prokázaly, že ty státy v USA, které mají přísné zákony omezující hazardní hry, mají o 70% nižší výskyt chorobného hráčství v porovnání se státy, které takové zákony nemají (např. Nevada). Reklama alespoň těch nejnebezpečnějších forem hazardní hry by měla být zakázána. Význam má i společenské klima - společnost, která nepovažuje peníze jakkoliv získané za superhodnotu a neoslavuje nesmyslné riskování, je ve výhodě.⁷⁵

Je zřejmé, že v ochraně před chorobným hráčstvím musí být zaktivizována spolupráce celé společnosti. Osvěta musí být dostupná a musí trpělivě vysvětlovat, že se takové věci dějí, že jsou škodlivé a nebezpečné. Musí být zvýrazněna úloha prevence, kontroly a vymezený účinný postih osob, které v zájmu svých podnikatelských aktivit ohrožují naši populaci. Vést rodiče dětí k starosti, co dělá jejich dítě ve volném čase, jak dítě nakládá se svým kapesným.

Péče o volný čas dětí je generální prevencí před trestnou činností páchanou dětmi, ale také na dětech. Dítě samo ve většině případů nedokáže zacházet se svým volným časem. Je zapotřebí dát mu ideu a impuls. Probudit jeho zájem, aby samo zjistilo, že se mu líbí sportovat, těší se na modelářství, touží být ve skupině svých vrstevníků při činnostech, které mu dají možnost vyniknout, nebo alespoň být uznávanou součástí dětské společnosti. Musíme pomáhat dítěti nalézt vzor, který nebude hrdinou z akčních filmů.

Co mohou dělat sdělovací prostředky? Sdělovací prostředky mohou nabízet lepší možnosti trávení volného času, než je hazardní hra a nabízet pozitivní modely lidí, kteří mají kvalitní záliby a pro něž je práce důležitá sama o sobě. Samozřejmě dát prostor i debatě týkající se nebezpečí hazardní hry a tomu, jak ho snižovat. Rozhodně by se média neměla propůjčit k reklamě hazardních her, ale spíš poukazovat na modernost zdravého způsobu života.

⁷⁵ Srov. NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: < <http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc> >, s.70.

Co mohou dělat provozovatelé heren? Tyto osoby by ve vlastním zájmu měly striktně dodržovat věkovou hranici 18-ti let. Nic totiž nepoškozuje i tak pošramocenou pověst provozovatelů hazardních her jako nezletilí chorobní hráči. Měli by také umět rozpoznávat chorobné hráče a doporučit jim léčbu. Peníze, které jim do heren přinášejí jsou ukradené, vypůjčené nebo zpronevěřené a jsou zdrojem problémů. Chorobný hráč by se měl léčit, ne hrát.

Samotní zaměstnanci v tomto oboru by zásadně neměli hazardní hru sami hrát. Hrozí jim totiž, ve větší míře než ostatním, nebezpečí chorobného hráčství.

Co mohou dělat zaměstnavatelé? Zaměstnanec, patologický hráč, je něco jako časovaná puma a může velmi poškodit pověst podniku a způsobit velké ekonomické škody. Prevenci a včasné léčbě proto zejména američtí zaměstnavatelé věnují pozornost. Samozřejmě i v tomto případě se prevence problémů působených hazardní hrou spojuje s prevencí problémů působených alkoholem a drogami a s podporováním zdravého způsobu života zaměstnanců.

Co může dělat škola? Škola může prosazovat zákaz jakýchkoliv hazardních her ve školní budově a jejím okolí. Což stanoví zákon č. 202/90 Sb.. Prevenci problémů působených hazardními hrami je vhodné zasadit do rámce výchovy ke zdravému způsobu života. Pro normální populaci dětí a dospívajících jsou nejúčinnější programy za aktivní účasti předem připravených vrstevníků tzv. peer programy, programy prevence problémů působených návykovými látkami tzv. FIT IN programy. Toto je jen část z toho, co může škola v rámci své aktivity dělat. Jelikož preventivní činnost i v jakékoliv jiné oblasti je velmi důležitá, tak samozřejmě je i v této oblasti a právě u školní mládeže. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (dále jen MŠMT) ČR vydalo pod č.j, 14514/2000-51 - Metodický pokyn MŠMT k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže ve kterém je uvedena celá koncepce a strategie prevence. Základní nástroj prevence v resortu školství, mládeže a tělovýchovy představuje **Minimální preventivní program**, který je komplexním systémovým prvkem v realizaci preventivních aktivit.

Minimální preventivní programy na školách by měly v maximální míře napomoci i tomu, že mnohé neblahé jevy ve školním společenství budou pojmenovány nebo

přestanou být tabu. To jsou zdravá východiska pro zdravou školu. Minimální preventivní program je pravidelně jednou ročně vyhodnocován. Sledována je celková účinnost minimálního preventivního programu (do jaké míry bylo dosaženo stanovených cílů) i jeho průběh (jak program postupoval). Měřena je také efektivita jednotlivých aktivit, které byly v rámci minimálního preventivního programu realizovány.

Do systému prevence v resortu školství, mládeže a tělovýchovy patří jednotlivé instituce, organizace veřejné správy a další subjekty. Páteř systému prevence v resortu školství, mládeže a tělovýchovy tvoří odborní preventivní pracovníci MŠMT.

Základním principem strategie prevence sociálně patologických jevů je výchova dětí a mládeže ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a rozvoji osobnosti. Působení na mladou generaci musí mít charakter výchovně vzdělávací. Musí jít o proces vytváření a upevňování morálních hodnot, zvyšování sociální kompetence dětí a mládeže, o rozvoj dovedností, které vedou k odmítání všech forem sebedestrukce, projevů agresivity a porušování zákona.

Základními nástroji, které má k dispozici pro realizaci preventivní strategie, jsou školní vzdělávací programy v mateřských školách, minimální preventivní programy na školách a ve školských zařízeních a systematické vzdělávání pedagogů v problematice prevence.

Strategie prevence sociálně patologických jevů je v souladu s Národním programem rozvoje vzdělávání, tzv. Bílou knihou, v oblasti, která se týká změny vnitřního klimatu školy, vztahů žáků a pedagogů a vytváření klíčových kompetencí pro osobní život i budoucí uplatnění mladých lidí. Pedagogové jsou již nyní, v rámci pregraduálního a postgraduálního vzdělávání v oblasti prevence sociálně patologických jevů, doškolení v dovednostech a znalostech využitelných při realizaci této části nové vzdělávací koncepce.

Co mohou udělat rodiče? Rodiče mohou udělat hodně v oblasti prevence pro své dítě, do značné míry se to kryje i s prevencí před problémy způsobených alkoholismem a drogami. Je zde důležitá důvěra a otevřená komunikace hlavně ve vztahu ke školním povinnostem a volbě budoucí profese.⁷⁶ Nelze vycházet z předpokladu, že škola zcela přejímá zodpovědnost za výchovu ke zdravému životnímu stylu. Zejména rané zkušenosti, které dítě získává v rodinném prostředí, jsou pro další vývoj dítěte určující. Škola rodičům pomáhá v rozvoji dítěte, jeho vzděláváním, socializací ve skupině dětí a výchovou k dovednosti žít ve formální společenské instituci.

Do výchovně vzdělávacího procesu na školách a ve školních zařízeních je třeba zapojit rodiče, kteří jsou posléze zpětnou vazbou také pozitivně ovlivňováni směrem k přijetí a osvojení zdravého životního stylu. Je nezbytné zabezpečit informovanost rodičů o postojích školy nebo školského zařízení k preventivní strategii a o oblasti sociálně patologických jevů.

Jedním z hlavních úkolů pro další období je zapojení rodiny do procesu prevence. Neúčast rodiny na tomto výchovně vzdělávacím dění, selhání nebo nefunkčnost rodiny se přímo podílí na zvyšování rizik pro výskyt sociálně patologických jevů u dětí a mládeže. Jedním z hlavních úkolů resortu školství je hledání nových forem spolupráce s rodiči, jejich vzdělávání v oblasti prevence, jejich aktivace a zapojování do života školy a cílených systémových preventivních programů.⁷⁷

Co může udělat jednotlivec? Především musí nehrát. Může o hazardní hře informovat přátele a známé, což je dosti důležité.

Co mohou udělat ostatní subjekty preventivního působení? Prevence vyžaduje těsné spolupůsobení všech sil společnosti. Prevence založená ve společnosti (Community based prevention) předpokládá řadu spolupracujících složek. Vedle rodiny, škol a školských zařízení je třeba sladěných a propojených opatření v oblastí zájmových

⁷⁶ Srov. VACULÍK, M. Hráči počítačových her a jejich vztahy s rodiči a přáteli. *Československá psychologie*, 2001, roč. 45, č. 2, s. 150.

⁷⁷ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislosti*. Praha: Psychiatrické centrum, 1996, s. 22.

organizací, občanských sdružení, místní samosprávy, zdravotnických zařízení, pedagogicko psychologických poraden, středisek výchovné péče pro děti a mládež, duchovních sdružení, policie, kulturních středisek, podnikatelských subjektů apod. Mnohé je oblasti prevence sociálně patologických jevů dlužná mediální oblast, kde je naprostá absence systémového působení ve smyslu výchovy a vzdělávání k pozitivnímu a zdravému životnímu stylu.

Jedna z nejspokladnějších a nejvhodnějších možností prevence jsou **peer programy**. Mají svou organizaci, úkoly, cíle a jejich realizace má dvě fáze. Příprava aktivistů a působení připravených aktivistů mezi vrstevníky. Jednou z neznámějších forem prevence sociálně-patologických jevů je terénní sociální práce tzv. streetwork.

7.2 Streetwork

Streetwork reprezentuje metodu terénní sociální práce, která namísto pasivních stacionárních modelů řešení sociálních konfliktů nabízí aktivní vyhledávací formu sociální intervence a krizové pomoci. Sociální pracovník využívající ve své činnosti formu streetworku, tzv. streetworker, se orientuje na podporu zájmů skupin nebo jednotlivců při akceptaci jejich vidění světa, jejich názorů a způsobů života. Streetworker se zabývá řešením problémů těchto skupin, ne problémů, které svým jednáním způsobují společnosti.

Slovo streetwork je převzaté z angličtiny a v přeneseném překladu znamená práci na ulici. Jde o mobilní terénní sociální práci, která zahrnuje aktuální nízkoprahovou nabídku sociální pomoci uživatelům drog a osobám, zpravidla mladšího věku, žijícím rizikovým způsobem života, u nichž je předpoklad, že sociální pomoc potřebují a dosud nejsou v kontaktu s příslušnou institucí. Tyto osoby jsou kontaktovány ve svém přirozeném prostředí, tzn. v místech a v době, kde a kdy se nejvíce vyskytují.⁷⁸

⁷⁸ Srov. MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003, s. 169.

Sociální práce na ulici neoznačuje pouze činnost vykonávanou sociálními pracovníky výhradně na skutečné ulici v přesném významu tohoto slova. Ulice v tomto případě symbolizuje jakékoli neinstitucionalizované prostředí, ať již zastřešené, nebo otevřené. Jedná se např. o diskotéky, bary, herny, opuštěné domy, fotbalové stadiony apod.⁷⁹

Mobilita práce na ulici vychází z potřeb a zájmů cílové skupiny. Streetworker není vázán pouze na jednu konkrétní lokalitu, nýbrž doprovází skupinu při dočasné nebo trvalé změně sociálního prostředí, tj. místa neformálního setkávání. Mobilita spočívá ve schopnosti pružně reagovat na okamžitou situaci a být připraven přenést svoji působnost v závislosti na cílové skupině do místa aktivního dění. Místa setkávání mohou být měněna v závislosti na ročním období, dnu v týdnu nebo na pořádání akce rozsáhlejšího charakteru, jako jsou např. fotbalové zápasy, rockové koncerty apod.

Funkce streetworkru, která je prvním krokem aktivního přístupu ke klientům, spočívá v monitoringu, depistáži a kontaktování členů cílové skupiny. Doprovodná funkce spočívá v pomoci, podpoře a asistenci při zvládnání obtížných úseků života, resp. doprovázení krizovým obdobím, přičemž sociální pracovník musí klienty plně akceptovat. Nejedná se tedy o napomínání, moralizování a aplikování jiných autoritativních metod, nýbrž o nedirektivní sociální práci. Pojem nízkoprahový v tomto smyslu označuje možnost poskytnout klientovi pomoc anonymně, bez nutnosti jeho identifikace a ověření totožnosti. Streetwork je založen především na důvěře, která by při zjišťování totožnosti klienta sociálním pracovníkem byla narušena.

Streetwork je v ČR rozvíjen na úrovni státní, tak i nestátní. Oba tyto typy stojí vedle sebe a mnohdy se prolínají. V některých lokalitách je streetwork zřízen na obou úrovních, které úzce spolupracují a vzájemně koordinují svoji činnost. Streetworker, která je zpravidla zaměstnancem magistrálních úřadů, se nazývá sociální asistent. Streetwork reprezentovaný funkcí sociálního pracovníka je součástí systému sociálního zabezpečení v ČR a je jeden z článků prevence sociálně-patologických jevů.

⁷⁹ ELICH, A. *Uliční sociální práce s dětmi a mladistvými*. Sborník ze IV. Konference sociálních pracovníků v České republice: Delikvence, kriminalita a sociální práce. Praha: MPSV ČR, 1994, s. 31.

Streetwork se začal rozvíjet také v zemích provozovaných organizacemi jako např. občanská sdružení a obecně prospěšné společnosti. Zde je to tzv. streetworker. V nestátních organizacích vychází z koncepce daného subjektu a jeho orientace na cílovou skupinu. Kromě lidí drogově závislých se nestátní organizace zaměřují také na sociální práci s mládeží žijící rizikovým způsobem života.⁸⁰

Vztah pojmů streetworker a sociální asistent je vztahem obecného ke zvláštnímu. Termín sociální asistent je přesně vymezený a definovaný, stejně jako sociální kurátor nebo kurátor pro mládež. Název sociální asistent je terminus technicus a přísluší pouze jednomu konkrétnímu typu streetworkera. Obě formy, státní i nestátní, mají v systému sociální prevence nezastupitelné postavení a vzájemně se doplňují.⁸¹

Cílové skupiny streetworkru - streetwork nemůže oslovit všechny osoby v určité vymezené lokalitě. Zaměřuje se na osoby žijící rizikovým způsobem života, který stojí mimo dosah standardní sítě sociálních služeb. Často se jedná o mladistvé, kteří se jeví vůči obvyklé sociální práci rezistentně, odmítají ji, vymaňují se z ní.

Členství v těchto skupinách je zpravidla dobrovolné, může však být vymezené sociální situací nebo specifickou formou nátlaku, jakou je např. tlak sociálního prostředí. Důležitou roli hraje způsob trávení volného času skupiny, zejména jedná-li se o aktivity, které vedou ke konfliktu s okolím (např. nadměrné pití alkoholu spojené s hlučnou zábavou) nebo k trestné činnosti. Úkolem streetworkera je nabídnout cílové skupině alternativní způsob trávení volného času, ukázat jim jiný model řešení konfliktů a dovést je na cestu k novým zkušenostem.⁸²

Terénní sociální pracovník organizuje někdy na školách neformální besedy a diskuze na téma prevence sociálně-patologických jevů. Původně se tyto besedy zaměřovaly na

⁸⁰ Srov. MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003, s. 172.

⁸¹ Srov. BEDNÁŘOVÁ, Z., PELECH, L. *Sociální práce na ulici: Streetwork*. Brno: Doplněk, 2000, s. 17.

⁸² Srov. MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003, s. 173, 175.

drogové závislosti, později se téma rozšířilo i na ostatní negativní jevy a na problematiku zdravého životního stylu.⁸³

7.3 Fáze procesu uzdravování

Proces uzdravování nastává v okamžiku, kdy se hráč dostane z fáze zoufalství. Uzdravování z chorobného hráčství má tři stádia, kterými však jedinec zdaleka nemusí projít, neboť vždy záleží na osobnosti hráče a jeho pevné vůli se z této nelehké situace vymanit. Je proto smutnou pravdou, že této fáze růstu dosáhnou pouze ti nejvytrvalejší.

7.3.1 Stadium kritičnosti

Hráč poctivě hledá pomoc, postupně získává naději. Opouští svět fantazií a přijímá skutečnost. Přestává hrát a začíná odpovědně přemýšlet. Chladnokrevně provede svou finanční inventuru a sestaví plán splácení dluhů. Uvažuje již jasněji, je schopný lépe uspokojovat své skutečné potřeby a začíná řešit problémy, správně se rozhoduje a má-li zaměstnání vrací se do něj.

7.3.2 Stadium znovuvytvoření

Na základě finančního rozpočtu začíná splácet dluhy dle dříve sestaveného splátkového kalendáře. Má jasné a konkrétní plány, jak postupně nahradit škody, které způsobil. Je více schopen přijímat své silné a slabé stránky. Vztahy v rodině se zlepšují, více se rodině věnuje, nachází si nové zájmy a záliby. Postupně se mu vrací sebeúcta. Rodina a přátelé mu začínají více důvěřovat. Je schopen stanovit si kvalitní cíle pro život. Dokáže řešit spory s úřady a soudy, bývá trpělivější a za to mu rodina začíná více důvěřovat, tráví s ní více času. Důvěřují mu i přátelé, kamarádi. Postupně se mu vrací klid.

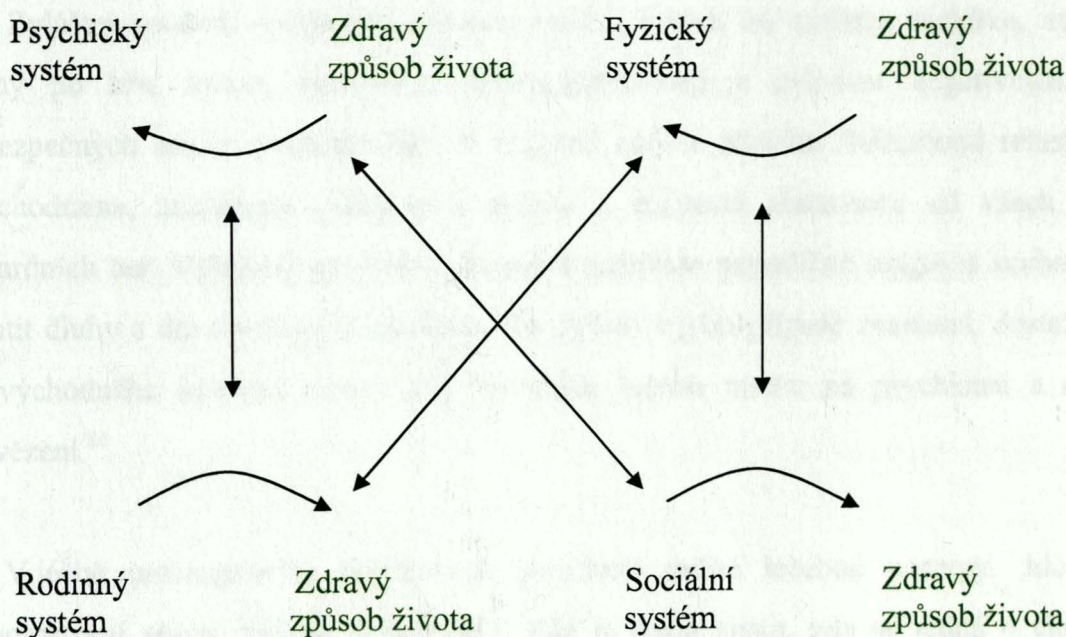
⁸³ Srov. BEDNÁŘOVÁ, Z., PELECH, L. *Slabikář sociální práce na ulici*. Brno: Doplněk, 2003, s.48.

7.3.3 Fáze růstu

Hráč se přestává zabývat myšlenkami na hru. Pohotově řeší různé problémy, které mu život přináší. Začíná chápat sám sebe a rozumět si. Začíná chápat druhé a je schopen projevit druhým lidem náklonnost, chápat je a pomáhat jim. Nachází nový způsob života.⁸⁴

Je pochopitelné, že fáze růstu dosáhnou jen někteří, jiní zůstanou na půl cesty a další ani nebývají ochotni se na nelehkou cestu k duševnímu zdraví vydat.

Schéma uzdravení



Bludné kruhy, kde jedna špatná věc posiluje druhou špatnou věc, se změnily v „kruhy ctnosti“. V nich posiluje jedna dobrá věc jinou.⁸⁵

⁸⁴Srov. DOČKAL, J. Člověk a drogy. Praha: Éthum, 2000, s.77.

⁸⁵Srov. MARHOUNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, fetišáci a gambleři*. 7. vyd. Praha: Empatie, 1995, s. 102.

7.4 Léčba patologického hráčství

Patologické hráčství je rizikovým faktorem, který může nastartovat devastaci zdraví. Pacient s diagnózou patologický hráč musí být léčen nejen z hráčské závislosti, ale i pro nemoci průvodní. Patologické hráčství se dá úspěšně léčit a léčba je v tomto případě podle zahraničních pramenů vhodnějším řešením než trest. Využívají se při ní psychoterapeutické postupy často totožné s těmi, které jsou známy z léčby závislosti na alkoholu.

Protože většina patologických hráčů jsou muži, u nichž existuje i za normálních okolností vyšší riziko srdečních chorob, patří mezi ohrožené orgány především srdce. Může za to velmi neuspořádaný způsob života a vleklé vyčerpání spojené se stresem, který může být příčinou vysokého krevního tlaku, cukrovky a nemocí zažívacího traktu.

Zvláštní součástí léčebného procesu bývá příprava na možnou recidivu, zvládnání touhy po hře, rozvoj schopnosti sebeuvědomování a zvládnání negativních nebo nebezpečných emocí, podmiňování ve fantazii, nácvik chování (behavioral rehearsal), psychodrama, arteterapie, skupinová terapie a naprostá abstinence od všech forem hazardních her. Vyléčený gambler totiž může naprosto nepatřičně reagovat snahou brzy splatit dluhy a dát všechno do pořádku. To ovšem v jeho případě znamená, dostat se do bezvýhodného kolotoče peněz, čili být stále jednou nohou na psychiatrii a druhou ve vězení.⁸⁶

V léčbě patologického hráčství se používají určité léčebné postupy. Jde např. o **posouzení stavu, tělesné vyšetření**. Zde je třeba zjistit, zda se jedná o chorobné hráčství, jaké další duševní problémy případně hráč má, jestli se nejedná o kombinaci se zneužíváním alkoholu nebo závislostí na něm. Je také třeba rozhodnout, jestli se stav dá zvládnout ambulantně, nejčastěji nějakou formou skupinové terapie, nebo jestli bude potřebná ústavní léčba.

⁸⁶ Srov. TUČEK, J., DOLINOVÁ, M. *Kasina aneb co nevíte o nejrychlejším hazardu*. Praha: Euromedia Group, 2001, s. 125.

Dobré posouzení tělesného stavu je potřebné ze dvou důvodů: Jednak není vzácné zanedbávání vlastního zdraví kvůli hře a dále je u chorobných hráčů větší riziko onemocnění souvisejících se stresem.

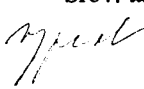
Motivační trénink. Do značné míry se prolíná s posouzením stavu. Dotazníky, které pomáhají chorobu diagnostikovat, mohou také motivovat ke změně tím, že si při jejich vyplňování hráč uvědomí problémy, které mu hra způsobila. Důležité je také, aby si hráč uvědomil, v čem by byl jeho život spokojenější, kdyby nehrál. Motivační trénink se samozřejmě provádí i během další léčby.

Ve Spojených státech amerických, kde má medicína s nutkavými hráči dlouhodobé zkušenosti, zavedli do praxe tzv. princip dlouhodobého doléčování garantovaný sdružením Anonymních hráčů (Gamblers Anonymus). To vzniklo v roce 1957. Jedinou podmínkou členství, která ostatně zůstala dodnes zachována, bylo přání přestat hrát. Díky aktivitám této organizace dnes gableři ještě dlouho po propuštění z lékařské péče navštěvují socioterapeutické kluby udržující kontakt s odborníky a v dané lokalitě sami působí jako laičtí léčitelé. Stejnou problematikou jako sdružení Gamblers Anonymus se v USA zabývají také organizace Gam-Anon a Gam-Ateen. Gam-Anon sdružuje životní partnery patologických hráčů. Její sesterská organizace Gam-Ateen se zabývá problematikou patologického hráčství mladistvých.⁸⁷

Pro ty, kteří si nejsou jisti stavem své závislosti na hře, uvádím v **příloze I** dotazník na patologické hráčství, který sdružení Gamblers Anonymus předkládá svým potenciálním novým členům.

Obdobou organizace Anonymních alkoholiků je organizace Anonymních hazardních hráčů. Tato organizace byla založena jako první v ČR pro pacienty na Oddělení pro léčbu závislostí v Psychiatrické léčebně v Praze 8 v roce 1994. Práce s rodinou bývá velmi potřebná. Význam má i poskytování relevantních informací o patologickém hráčství a jeho léčbě formou přednášek, diskusí a vhodné literatury.

⁸⁷ Srov. tamtéž, s. 125-126.



Některé specifitější léčebné postupy - k relativně specifickým otázkám patří volba vhodného zaměstnání. Nejlepší jsou profese s pravidelným platem zasílaným na bankovní účet, s nímž nemůže pacient sám disponovat, a práce bez extrémního stresu. Nevhodné jsou profese s velkými, často nárazovými příjmy, při kterých přichází pacient do styku s hotovostí, a práce nepravidelná a stresující.

Dalším relativně specifickým problémem bývají někdy dluhy, přesahující 20 i vícekrát výši průměrného měsíčního příjmu. Pacient ve spolupráci s terapeutem nebo abstinujícím členem svépomocné organizace může postupovat následovně:

1. Spočítat průměrný měsíční výdělek.
2. Odečíst od něj nutné výdaje pro sebe a rodinu a ponechat malou rezervu pro nepředvídané situace.
3. Spočítat, kolik peněz bude možné použít na splácení dluhů.
4. Podle pořadí naléhavosti sestavit pořadník věřitelů.
5. Připravit plán splácení dluhů.
6. Jednotlivé věřitele informovat o tom, kdy mohou očekávat splacení svého dluhu.⁸⁸

Zázračným lékem, který léčí spoustu nemocí včetně patologického hráčství, je rozumný způsob života. V něm by měla být rovnováha mezi prací a povinnostmi na jedné a odpočinkem a kvalitními zálibami na druhé straně.

Specifické postupy u problémů působených patologickým hráčstvím. Je důležité, aby tento postup proběhl za emoční podpory terapeuta anebo skupiny a během ústavní léčby (jestliže je indikována), protože jinak by tlak životních problémů vedl k možné recidivě či jiným komplikacím. Doporučuje se, aby patologický hráč neměl volné finanční prostředky ani právo nakládat s kontem rodiny. Finanční operace by měla provádět manželka nebo rodiče, patologický hráč by se ale měl podílet na rozhodování, jak s financemi naložit.

⁸⁸ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislostí*. Praha.: Psychiatrické centrum, 1996, s. 148.

Kognitivně - behaviorální terapie. Sem patří postup, který jsme nazvali vícestupňová obrana. Zde jen uvádím, že prvním stupněm je vyhýbání se spouštěčům, což v případě patologické hry jsou místa, kde se provozuje, a volné finanční prostředky. Dalšími stupni jsou bezpečnější zpracování spouštěčů, zvládnání nebezpečných emocí, alternativy chování, rychlé zastavení recidivy. Patří sem i vyhýbání se „zdánlivě nevýznamným rozhodnutím“ jako např. „jít se do herny jenom podívat“. *„Z psychoterapeutických postupů jsou kognitivně - behaviorální postupy nejčastější a s nejstabilnější efektivitou kolem 50%.“*⁸⁹

Nácvik chování. Zvládnutí obtížných životních situací je možné předem nacvičit (například jednání s věřitelem nebo se zaměstnavatelem).

Dalším léčebným postupem je **arteterapie**. Hlavně mladší pacienti rádi kreslí. Mohou kreslit např. na téma: Můj život za dvacet let.

V ambulantní terapii se pohybujeme v širším okruhu postupů, volených podle situace v kontaktu s klientem i dle profesionální identity terapeuta. Zdá se, že snaha o porozumění psychodynamických aspektů hráčského chování může vést alespoň k reflexi chyb, kterých se někdy v kontaktu s patologickými hráči terapeuti dopouštějí, a může snad lépe snášet frustrace a pocity bezmoci, které pociťují při léčbě těchto pacientů.⁹⁰

*„McConaghy a spol. uvádějí dobré zkušenosti s desenzitizací ve fantazii, kdy s hazardní hrou spojovali pocit nudy (je otázka, zda vlastně nešlo už o averzivní podmiňování ve fantazii). Legg England a Gotestam shrnují léčbu patologického hráčství následovně: ‚Léčba by měla odstranit podmiňující spouštěče, ustavit jiné formy finanční a vnitřní regulace a snížit osobní potřebu finančních a vnitřních odměn poskytovaných hrou.‘ K tomu bývá potřebná změna životního stylu.“*⁹¹

⁸⁹ CHVÍLA, L. Nealkoholové závislosti. *Interní medicína pro praxi: Suplementum Psychiatrie závislosti*, 2002, roč. 4, č. 10, s. 9.

⁹⁰ Srov. ZAHRADNÍK, P. Patologické hráčství – psychodynamické aspekty v etiologii a ambulantní terapii. *Psychiatrie pro praxi*, 2005, roč. 6, č. 2, s. 90.

⁹¹ NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislosti*. Praha: Psychiatrické centrum, 1996, s. 149.

Za jednu z nejmodernějších **léčebných metod**, jak jsem již uvedla, je považována „desenzitizace ve fantazii“. Tento postup pochází z Austrálie. O tom, že je při léčbě patologického hráčství účinná, existují důkazy. Smyslem je to, aby podněty související s hazardní hrou přestaly vyvolávat nezdravé vzrušení. Patologický hráč, když se s takovým podnětem bezděčně setká, zachová klid a rozvahu.

Desenzitizace ve fantazii se skládá z následujících kroků:⁹²

1. Uvolnění (relaxace). Zvládnutí relaxace je nezbytnou podmínkou dalších kroků.
2. Fantazijní vyvolání podnětů souvisejících s hazardní hrou a jejich oslabení za pomoci uvolnění.
3. Závěrečná relaxace. Tu je možné zároveň využít i k sebeovlivnění za pomoci vhodné formule.

Desenzitizace ve fantazii by měla být součástí širší a dlouhodobé léčby. Ta zahrnuje např. ozdravení životního stylu, skupinovou terapii nebo rodinnou terapii. Na závěr nahrávky zařazujeme přehled osvědčených způsobů, jak zvládat bažení (craving) po hazardní hře.

Tuto nahrávku si pouštějí pokud možno 3x denně po dobu 5 dnů a pak podle potřeby. Jestliže to není možné, pouštějí si ji 3x týdně po dobu jednoho měsíce a pak dlouhodobě nejméně jednou měsíčně.⁹³

Patologické hráčství často vede k hyperaktivaci a chronickému stresu. Proto je logické využívat **relaxační a jógové techniky**, jež pomáhají zmírnit stres, kromě toho je lze používat k zvládnání touhy po hře u mladistvých patologických hráčů.

Prognóza patologického hráčství, jestliže je náležitě léčeno a jestliže se nepojí s disociální poruchou osobnosti, je poměrně příznivá. U disociálních osobností, kterých je

⁹² Srov. Nešpor, K. *Překonat problém s hazardní hrou (desenzitizace ve fantazii)*. [online] [2005-06-03]. Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/gnahr1.doc>>, s. 1.

⁹³ Srov. Nešpor, K. *Překonat problém s hazardní hrou (desenzitizace ve fantazii)*. [online] [2005-06-03]. Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/gnahr1.doc>>, s. 1.

mezi našimi patologickým hráči naprostá menšina, předcházejí konflikty se zákonem problémům s hazardní hrou, ne naopak. Jejich prognóza není příznivá.⁹⁴

K tomu, proč může jóga pomoci patologickým hráčům, je hned několik důvodů. Předně je patologický hráč vystaven nadměrnému stresu a žije stále ve velkém psychickém napětí. Vzhledem k tomu, že řada těchto cvičení je subjektivně příjemná, mohou pomoci posílit terapeutický vztah a pomáhat překonat emočně náročné období „abstinence“. Z těchto důvodů jsem zařadila popisy relaxačních a jógových technik.

Hraním trpí celý pohybový systém. Jóga mu pak pomáhá uvolnit se a posiluje jeho svaly zkrácené a ochablé dlouhým vysedáváním u automatů nebo karetních stolků. Do jeho hroutícího se, zmateného a neuspořádaného světa vnáší postupně řád a soulad. Jógové postupy pomohou hráči zvládnout podrážděnost a vyčerpanost. Důležitá je i okolnost, že při cvičení jógy přichází hráč do styku s lidmi, kteří hazardně nehrají ani nadměrně nepijí. V **příloze II** uvádím popisy některých jógových cvičení, která jsou vhodná pro hazardní hráče. U jiných cviků je uveden pouze název. Podrobný popis všech cviků, ze kterých může mít hráč prospěch, se dá najít ve většině lepších učebnic jógy. Kromě toho je velká výhoda moci se učit jógu od lidí, kteří ji skutečně umí.

Jóga bývá také vhodná **pro příbuzné patologických hráčů**. Ti jsou vystaveni velkému stresu a jógová cvičení, vedoucí k dovednosti uvolnit se, jim mohou velmi pomoci. I oni se potřebují přeladit a uvolnit nashromážděné napětí. A také u nich může jóga pomoci předejít různým nemocem a potížím vyvolaných stresem. Cvičení jsou tedy vhodná i pro ně. I blízcí příbuzní člověka, nemocného hazardním hráčstvím, by měli uvažovat o cvičení jógy v nějakém kurzu nebo skupině. Důvod bude ale trochu jiný než u patologického hráče. Pro blízkého příbuzného je důležité moci čas od času opustit dusnou a napjatou situaci svého domova. Je pro ně prospěšné na chvíli se odpoutat a získat určitý nadhled nad situací. Společné cvičení obou partnerů, jestliže jsou k tomu

⁹⁴ Srov. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislosti*. Praha.: Psychiatrické centrum, 1996, s. 149.

ochotni, zlepši jejich vztah a usnadní řešení různých problémů tím, že k nim přistupují klidněji, uvolněněji.⁹⁵

Důvody pro zařazení jógy a relaxace do komplexní léčby problémů způsobených hráčstvím jsou podobné jako u prevence. Jóga a relaxace spoluvytváří zdravější životní styl a bezpečnější síť sociálních vztahů.

Sociální rehabilitace představuje léčebnou péči, která má socializovat jedince, kteří si dosud neosvojili sociální rámec své existence. Jde o práci v terapeutické komunitě, kde sociální vazby jsou čitelné, dány pravidly a jsou všemi členy komunity dodržovány. Jde o první uplatnění získaných zkušeností a informací z psychoterapeutické práce v realitě. Pobyt je strukturován dle individuálních zásad, ale vždy v rámci fází vývoje a osvojení si různých stupňů samostatnosti a sebeuvědomění. Výsledkem je sociální integrace jedince do společnosti.

⁹⁵ Srov. NEŠPOR, K.: *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou*. [2005-05-05]. Praha: Sportpropag, 1999, Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>, s. 84, 90.

Závěr

Současná problematika závislostí je ovlivňována výraznými společenskými změnami, které kladou mimořádné nároky na psychiku lidí. Posun ve společenském systému od direktivního vedení k vyžadování osobní zodpovědnosti vytváří v přechodném období příznivé podmínky pro závislosti jako nemoci. Tomuto stavu předchází zvýšené hraní se všemi důsledky na zdraví a společenskými škodami, naplňující pojem patologického hráčství jako společenského fenoménu. Problémy s hazardní hrou jsou také nemocí životního stylu. Proto je pro lidi, kteří mají problémy s hazardní hrou, důležité plánovat zdravé koníčky, sportování, studium atd.

Nárůst hazardního hraní přináší zákonité škody a bez stabilizovaných regulačních mechanismů může dojít i k podstatně většímu výskytu chorobné závislosti. Zvýšené hraní se týká téměř celé společnosti od dětí, mladistvých, mužů i žen až po riziková povolání a nezaměstnané. Hráčská vášeň si vybírá své oběti nezávisle na věku, vzdělání či společenském postavení.

Diagnóza patologického hráčství je postavena na hodnocení důsledků hráčství a popisu chování při něm. Hra se stává nevladatelnou pro některé jedince, dominantou v jejich životě a vede k narušení sociálních, pracovních, finančních a rodinných hodnot. Jediným kritériem pro úspěšné zvládnutí tohoto problému je úplné ukončení hry, která může být zdrojem výše popsaných důsledků.

Společnost se snaží o prevenci vzniku závislosti, neboť se setkáváme s faktem zkřížených závislostí např. hráčství - drogy, alkohol - hráčství. Přitom si je třeba uvědomit, že jeden typ závislosti podporuje druhý. Z tohoto důvodu bývá výhodné je spojovat a zasadit do širšího rámce povzbuzování ke zdravému způsobu života. Prosazení střízlivého životního stylu je v současné době tím nejpotřebnějším preventivním opatřením. Důležitou složkou je velmi promyšlená, organizačně propracovaná a cílevědomá preventivní činnost. Domnívám se, že jedním z možných řešení by mohlo

být snížení nabídky hracích automatů v hernách, restauracích a v zařízeních přístupných širší veřejnosti.

Komplexnost péče o závislé a širší možnosti pomoci je rozhodující pro pozitivní výsledky léčby. Léčení hazardních hráčů probíhá společně s léčbou lidí závislých na alkoholu a jiných drogách. Důvodem je okolnost, že při léčbě patologického hráčství se používají podobné postupy, jako při léčení závislosti na alkoholu a jiných návykových látkách. Gambler je člověk psychicky závislý na hře, a protože se této závislosti nikdy nezbaví, je cílem léčby úplná abstinence.

Gambling je v naší společnosti novým jevem a je třeba se učit jak s ním zacházet, abychom se nestali jeho otroky. Obstojí-li naše společnost a budeme-li jej natolik zvládat, že bude do našeho života přinášet osvěžení, nebudeme ho muset pronásledovat tak jako drogy.

ABSTRAKT

TŮMOVÁ, A. Gamblerství jako nemoc. České Budějovice 2006. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce M. Kaplánek.

Klíčové pojmy: gamblerství, hazardní hra, patologické hráčství, závislost, nemoc, prevence, léčba

Práce se zabývá nejčastějšími formami hazardních her, které mohou být příčinou vzniku patologické závislosti na hře. Dále popisuje ohrožené skupiny lidí, u kterých je zvýšené riziko vzniku patologického hráčství až k samotnému gamblerství jako nemoci. Zde se zaměřuje na nemoc jako takovou: stadia, diagnostiku a léčbu.

Také se zde uvádí možnosti obrany proti patologickému hráčství a jeho léčbu, neboť prevence je vždy méně náročná, než následná léčba patologického hráče. Prevence má mnoho společného s protidrogovou prevencí a je nutno ji chápat jako aktivitu vedoucí k posílení a ochraně zdraví. Léčba nebo zmírnění následků jsou účinné v tom případě, pokud jsou poskytnuty včas a využívají se v nich podobné postupy známé z léčby závislosti na alkoholu. Fáze úplného vyléčení dosáhnou jen někteří vytrvalí jedinci.

Abstract

The gambling like an illness

Key terms: gambling, hazard game, pathologic gambling, dependence, illness, prevention, treatment

The work deals with the most often forms of hazard games, which could be the reason of inception of pathologic dependence on games. At this part I tried to describe the group of people which are in the danger of inception the pathologic gambling going to gambling as an illness. Than it has a look on the illness as it is: stadium, diagnostic, treatment.

Than it has the possibility of protection of pathologic gambling and the possibility of treatment of it too because prevention is not always so hard as a treatment at all. The prevention has much in common with the anti-drug prevention and it is necessary to perceive it as an activity leading to the strengthening and protection of the health. The treatment and alleviation of the consequences are effective in the case when they are rendered in time whereas a similar procedure known from the cure of the alcohol addiction is being used therein. Only few persevering persons reach the phase of a full recovery.

Seznam literatury

Hlavní prameny

- ✓ BEDNÁŘOVÁ, Z., PELECH, L. *Slabikář sociální práce na ulici*. Brno: Doplněk, 2003. ISBN 80-7239-148-8.
- ✓ BEDNÁŘOVÁ, Z., PELECH, L. *Sociální práce na ulici: Streetwork*. Brno: Doplněk, 2000. ISBN 80-7239-048-1.
- ✓ DOČKAL, J. *Člověk a drogy*. 3. přepr.vyd. Praha: Éthum, 2000. ISBN NENÍ NEUVEDENO.
- ✓ ELICH, A. *Uliční sociální práce s dětmi a mladistvými*. Sborník ze IV. Konference sociálních pracovníků v České republice: Delikvence, kriminalita a sociální práce. Praha: MPSV ČR, 1994. ISBN 80-85529-08-4.
- ✓ KRESTOVÁ, J. *Koncepce prevence MŠMT a minimální preventivní program*. Primární prevence sociálně patologických jevů v pedagogické praxi. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 1998. ISBN 80-7044-206-9.
- ✓ + us 54 Hejral a kol. - Primární prevence sociálně patologických jevů v pedagogické praxi. ✓
✓ CHALUPOVÁ, R., LUKEŠ, V. *Diagnóza patologického hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 1997. ISBN NENÍ UVEDENO.
- ✓ CHVÍLA, J. *Diagnóza patologického hráčství v závislosti na assesmentu problému hráčské vášně*. Opava: Výzkumný projekt PL, 1996. ISBN NENÍ UVEDENO.
- ✓ KLIMEŠ, L. *Slovník cizích slov*. 6. přepr. a dopl.vyd. Praha: SPN, 1998. ISBN 80-04-26710-6.
- ✓ MARÁDOVÁ, E. *Prevence závislostí*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. ISBN 80-86991-70-9.

✓ MARHOUNOVÁ, J., NEŠPOR, K. *Alkoholici, fetišáci a gambleři*. 7. vyd. Praha: Empatie, 1995. ISBN 80-901618-9-8.

✓ MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-548-2.

New York Times a.s.

✓ NEŠPOR, K. *Hazardní hra jako nemoc*. Praha-Haviřov: Nakladatelství Aleny Kutilové, 1994. ISBN NENÍ UVEDENO.

✓ NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-432-X.

✓ NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Alkohol, drogy a vaše děti*. 3. rozšíř. vyd., Praha: Sportpropag, 1995. ISBN NENÍ UVEDENO.

✓ NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Jak problémům předcházet, jak je včas rozpoznat, jak je zvládat*. Praha: Sportpropag, 1995. *ISBN ?*

✓ NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Léčba a prevence závislostí*. Praha: Psychiatrické centrum, 1996. ISBN 80-85121-522.

✓ POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. 2. vyd.. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r.s., 2002. ISBN 80-86568-02-04.

✓ TUČEK, J., DOLINOVÁ, M. *Kasina aneb co nevíte o nejrychlejších hazardu*. Praha: Euromedia Group, 2001. ISBN 80-7202-785-9.

Hájemská a.s., 2001: Psychologická a sociální profese
Sekundární prameny

ČECH, S., ŘEZNÍČEK, M. *Zločin kolem nás*. Praha: MELANTRICH, 1997. ISBN 80-7023-253-6.

BERAN, J., TUMPACHOVÁ, N. *Základy lékařské psychologie pro studenty lékařství*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 2003. ISBN 80-246-0659-3.

HEJNA, D., ŠIK, V. HOLÍKOVÁ, S. aj. *Primární prevence sociálně patologických jevů v pedagogické praxi 6*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2003. ISBN 80-7044-486-X.

HELLER, J., PECINOVÁ, O. a kol. *Závislost známá neznámá*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing, 1996. ISBN 80-7169-277-8.

MINARČÍK, J. *Čtvrtý rozměr závislosti*. Praha: MAŤA, 1997. ISBN 80-86013-15-4.

NEŠPOR, K., PERNICOVÁ, H., CSÉMY, L. *Jak zůstat fit a předejít závislostem*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-299-8.

ONDŘEJKOVIC, P., BREZÁK, J., LUBELCOVÁ, G. aj. *Sociálna patológia*. Bratislava: VEDA, 2001. ISBN 80-224-0685-6. ✓

PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. Teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-569-5.

RICHTEROVÁ, L., TRNKA, V., HOLUB, V. aj. *Psychopatologie*. 2.vyd. Praha: SPN, 1969. ISBN NENÍ UVEDENO.

ŘEZNÍČEK, M. *Systemická Prevence sociálních deviací I: Úvahy, možnosti, hypotézy*. Praha: Univerzita Karlova, 1994. ISBN 80-7066-933-0.

TURČEK, K. *Psychopatologické a sociálně-patologické prejavy detí a mládeže*. 2. přepr. vyd. Bratislava: IRIS, 2003. ISBN 80-88778-99-9. ✓

ZAVÁZALOVÁ, H. a kol. *Sociální lékařství a veřejné zdravotnictví*. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 2002. ISBN 80-246-0467-1.

Tištěné publikace

- ✓ CHVÍLA, L. Nealkoholové závislosti. *Interní medicína pro praxi: Suplementum Psychiatrie závislosti*, 2002, roč. 4, č. 10. ISSN 1212-7299.
- ✓ SPOUSTA, V. Hráčství jako patologický jev. *UNIVERSITAS*, 1998, č. 2. ISSN 1211-3384.
- ✓ VACULÍK, M. Hráči počítačových her a jejich vztahy s rodiči a přáteli. *Československá psychologie*, 2001, roč. 45, č. 2. ISSN 0009-062X.
- ✓ VACULÍK, M. Charakteristika hráčů počítačových her v adolescenci. *Československá psychologie*, 1999, roč. 43, č. 2, ISSN 0009-062X.
- ✓ VALÁŠEK, J. Rozkvétající říše. *Black Jack*, 1997, roč. 4, č. 15, s. 23. ISSN 1210-8286.
- ✓ VOLEK, T. Dostihové sázky v Čechách. *Black Jack*, 1997, roč. 4, č. 15. ISSN 1210-8286.
- ✓ ZAHRADNÍK, P. Patologické hráčství – psychodynamické aspekty v etiologii a ambulantní terapii. *Psychiatrie pro praxi*, 2005, roč. 6, č. 2. ISSN 1213-0508.

Elektronické monografie

- ✓ *Přehled výsledků sázkových her* [online]. Praha: Ministerstvo financí ČR, 2005. [cit. 2006-04-15]. Dostupné na: <http://www.mfcr.cz/cps/rde/xchg/mfcr/hs.xsl/loterie_statistika_17684.html>.
- ✓ *Přehled výsledků výherních hracích přístrojů*. [online]. Praha: Ministerstvo financí ČR, 2005. [cit. 2006-04-03]. Dostupné na: <http://www.mfcr.cz/cps/rde/xchg/mfcr/hs.xsl/loterie_25228.html>.
- ✓ NEŠPOR, K. *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou* [online]. Praha: Sportpropag, 1999. [cit. 2005-05-05]. Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/hahra99c.doc>>.

✓ NEŠPOR, K. Překonat problém s hazardní hrou (desenzitizace ve fantazii). [online].

Dostupné na: <<http://www.muweb.cz/veda/nespor/gnahr1.doc>>.

++ u čl. 1 - New York / Keubler

+ u čl. 17 = Slovák = následující lidé by měl mít pravě nejen lékař

+ u čl. 25 = Spousta - problémy v psychologii

26, 27, 30

Seznam zkratk

ČNR – Česká národní rada

ČR – Česká republika

MF – Ministerstvo financí

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

VHP – Výherní hrací přístroj

VPÚ - Veřejně prospěšné účely

Seznam příloh

Příloha I – Dotazník na chorobné hráčství organizace Gamblers Anonymous (Anonymní hazardní hráči)

Příloha II – Jógová cvičení

Příloha III – Sázenka k tipování hry SPORTKA

Příloha I

Dotazník na chorobné hráčství organizace Gamblers Anonymous (Anonymní hazardní hráči)

1. Ztrácíte často kvůli hře čas?
2. Učinila hra váš život doma nešťastný?
3. Poškodila hra vaši pověst?
4. Cítíte po hře výčitky svědomí?
5. Hrál jste někdy proto, abyste získal peníze, jimiž byste zaplatil dluhy nebo vyřešil finanční těžkosti?
6. Zmenšilo hraní vaši ctižádost a výkonnost?
7. Když prohrajete, máte pocit, že se musíte co nejdříve vrátit a vyhrát, co jste prohrál?
8. Když vyhrajete, máte silnou touhu se ke hře vrátit a vyhrát ještě víc?
9. Hrajete často tak dlouho, dokud neprohrajete poslední peníze?
10. Půjčil jste si někdy proto, abyste financoval hru?
11. Prodal jste někdy něco, abyste financoval hru?
12. Nechce se vám používat peníze ze hry pro normální účely?
13. Způsobila hra to, že se nestaráte o prospěch rodiny?
14. Hrál jste někdy déle, než jste měl původně v úmyslu?
15. Hrál jste někdy, abyste unikl trápení a starostem?
16. Spáchal jste někdy nebo jste někdy uvažoval o spáchání nezákonného činu, abyste financoval hru?
17. Působí vám hra potíže se spaním?
18. Vedou hádky, nespokojenost nebo zklamání k tomu, že ve vás vzniká touha hrát?
19. Když se na vás usměje štěstí, cítíte touhu to oslavit pár hodinami hry?
20. Uvažoval jste někdy o sebezničení v důsledku hry?

Hodnocení: sečte se počet kladných odpovědí.

1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20

Patologický hráč většinou odpoví kladně na 7 nebo více z uvedených otázek.

V rámci vyšetření patologického hráče se nezapomeneme zeptat na možné suicidiální tendence, na výši dluhů, zda není pacient vydírán nebo fyzicky ohrožován věřiteli, pokud je to možné, doplníme vyšetření i anamnézou z okolí.

Příloha II

Jógová cvičení

Uvědomování si břišního dechu

Dá se cvičit ve vzpřímeném sedu nebo vleže na zádech s pokrčenými koleny a chodidly na podlaze (leh pokrčmo). UVědomíme si, jak se břicho s nádechem pohybuje směrem od páteře dopředu a při výdechu směrem dozadu k páteři. Jenom si břišní dýchání uvědomíme, nic víc. Abychom snáze udrželi pozornost, můžeme s nádechem v duchu říkat jedna, s výdechem jedna, s nádechem dvě, s výdechem dvě, s nádechem tři, s výdechem tři atd. Pokračujeme tak dlouho, jak je nám příjemné. Pak se protáhneme a otevřeme oči.

Jógová relaxace (šavásana)

Praktikujeme na tvrdší podložce (např. jednou přeložené dece). Prostředí by mělo být co nejklidnější. Nejlepší je polosvětlo (tedy ne tma ani ostré světlo). Příjemná by měla být i okolní teplota.

Výchozí poloha: Položte se na záda, nohy mírně od sebe, ruce podle těla dlaněmi vzhůru. Pokud má někdo kulatá záda, ať si podloží hlavu tvrdším polštářkem nebo složenou dekou. Pokud má někdo problémy s bederní páteří, může si dát pod kolena srolovanou deku, čímž se uvolněné nohy trochu pokrčí a lépe se uvolní právě bederní oblast. Dá se cvičit i v pohodlném sedu, ale vleže je to příjemnější.

Vlastní cvičení: Můžete se ještě pohnout a najít si v rámci základní polohy co nejvhodnější pozici. Pak byste měli zůstat ležet nehybně. Nejprve si uvědomte, kde se tělo dotýká podložky. Jsou to paty, lýtka, stehna, hýždě, záda, temeno hlavy. UVědomte si všechna tato místa současně. UVědomte si místa příjemné tíže, tíže přicházející z různých částí těla... Tělo je příjemně těžké... UVědomujte si dotyk pravé nohy a podložky. Dotýká se patou... Lýtkem, stehnem, hýždí...

Vnímejte dotyk levé nohy a podložky. Dotýká se patou... Lýtkem, stehnem, hýždí...

Dotyk pravé ruky... Dotyk levé ruky...

UVědomujete si dotyk pravé lopatky a podložky, levé lopatky, necháváte je uvolnit...

Uvolňuje se i oblast bederní... Záda příjemně těžká, uvolnění... S nádechem necháváme

uvolňovat břicho, s výdechem hrudník... Necháváme uvolnit šíji, krk včetně hlasivek... Uvolňuje se čelist, svaly kolem úst i kolem očí, čelo...

Uvědomujete si celé tělo, nechávejte ho uvolnit... Celé tělo... Znovu celá pravá noha, levá noha, pravá ruka, levá, celý trup, krk a obličej... Celé tělo, celé tělo, celé tělo, příjemná tíže v celém těle.

Přenášíte pozornost k dechu, uvědomujete si dotyk vdechovaného a vydechovaného vzduchu v nose, vnímáte svůj přirozený dech. Necháváte ho spontánně plynout, pouze si uvědomujete každý nádech a výdech. Spojte s počítáním: nádech 1, výdech 1, nádech 2, výdech 2, nádech 3, výdech 3... Počítáte určený počet dechů např. 12, 24, 27, 54. Zůstáváte pokud možno bdělí a pozorní, i když uvolnění. Pokud by se objevovaly nesouvisející myšlenky, nechávejte je přicházet a odcházet a trpělivě, laskavě se vracejte k uvědomování si dechu. Na závěr se zhluboka nadechněte, protáhněte se jako při probuzení z osvěžujícího spánku, otevírejte oči. Relaxace končí.

Rychlá relaxace: U zkušenějších už samotné zaujetí polohy k relaxaci automaticky vede k uvolnění. Poloha se stává zafixovaným signálem k uvolnění. Takto lze relaxaci navodit velmi rychle. Zaujmete předepsanou polohu, necháme tělo bezvládně volně a pasivně odpočívat. Jakoby se roztékalo a přebíralo tvar podložky (jako kapka medu). Je volné, bezvládné, pasivní, uvolněné. Může opět následovat uvědomování si dechu.

Využití relaxace: 1. Samostatně. Řada lidí je takto schopna mírnit únavu, vyčerpání, úzkosti i deprese. 2. K navození spánku. Kdo umí postup dobře z paměti, může ho používat k navozování spánku. Přitom relaxaci neukončuje, ale pokračuje ve sledování dechu neomezeně dlouho. Do spánku se nemusí nijak nutit, tento stav sám o sobě jeho tělu i psychice poskytuje potřebný odpočinek. 3. Ve spojení s dalšími cviky jógy nebo tělesným cvičením. Krátkou relaxací se často série cviků zahajuje (hlavně kdyby se někdo cítil unavený). Krátkou relaxací také vkládáme mezi obtížnější cviky a důkladnou relaxací se zpravidla série jógových cviků ukončuje. Relaxace po předchozím vydatnějším tělesném cvičení bývá snazší. 4. Částečnou relaxací (relaxací určitých částí těla) je možné včlenit i do normálních denních aktivit (např. při čekání na tramvaj si uvolnit pravou ruku).

Tělesná cvičení jógy

Tyto cviky v sobě spojují výhody relaxace (uvolnění) a cvičení. Měly by se ale provádět správně. Co to znamená?

1. Svaly, které nepotřebujeme k provedení toho kterého cviku necháváme uvolněné. Tomu se říká diferencovaná (částečná) relaxace.
2. Během cvičení si uvědomujeme tělo a cvičení neustále přizpůsobujeme svým možnostem. Cílem není dosáhnout nějakého výkonu, ale důkladně a přitom šetrně procvičit tělo.
3. Jóga je jednoznačně nesoutěživá. Výsledkem je změna vnitřního stavu, ne vnější efekt.
4. Jógu je dobré cvičit pravidelně, nejlépe denně v určitou hodinu. Osobně se mi osvědčilo a každému doporučuji cvičit ráno, před odchodem do zaměstnání a před snídaní. Tato doba je „jistá“, většinou v ní nepřicházejí návštěvy ani nenastávají jiné naléhavé povinnosti jako v jiných obdobích dne. Tiché cvičení nebude rušit nikoho ve společné domácnosti. Navíc je člověk nalačno, což je pro cvičení také dobré. Toto pravidelné ranní cvičení (třeba jen patnáctiminutové) je možné doplnit podle okolností cviky i v jinou denní dobu. Např. když se člověk vrátí unavený z práce domů, může relaxovat. Jako příklad tělesného jógového cvičení uvádím mardžariásanu (kočku) a vjaghrásanu (tygří protažení). Prospívají páteři a učí nás správně dýchat.

Mardžariásana (kočka)

Výchozí polohou je klek. Nepokrčené paže opřeme o zem, stehna a paže kolmo k podložce, trup s podložkou rovnoběžně (podpor klečmo). S výdechem nakulatíme záda a bradu přitahujeme k hrudníku (kočka). V nádechem trup i hlavu zakláníme, takže se uvolněné břicho přibližuje zemi (pes). Opakujeme 8x i vícekrát. Podobně lze cvičit s dlaněmi a předloktími na podložce. Při této variantě se více procvičuje hrudní páteř a odkrví se pánev. Cvičení možná znáte už ze školy. Uvědomte si ale, že nyní ho cvičíte jako jógový cvik. Praktikujte proto zvolna, uvědomujte si své tělo a pohyb sladte s dýcháním, výdech je dlouhý a úplný.

Vjaghrásana (tygří protažení)

Výchozí polohou je opět klek. Cvičení se podobá kočce, pouze přidáváme pohyby nohou. Nepokrčené paže opřeme o zem, stehna a paže kolmo k podložce, trup s podložkou rovnoběžně. S výdechem přitahujeme zvolna pravou nohu k trupu, koleno se přibližuje k bradě. Chodidlo se podložky nedotýká. Krátká, asi vteřinová výdrž v této poloze. Pak s nádechem vedeme pravou nohu, aniž bychom se dotkli země, kyvadlovým pohybem vzad noha se nejprve natahuje, pak ohýbá v koleni, takže špička nohy směřuje přibližně k temeni hlavy. Hlava se současně zaklání a trup prohýbá vzad. Výdrž v krajní poloze asi vteřinu nebo dvě. S dalším výdechem zanoženou nohu nejprve natahujeme v koleni, pak přibližujeme stehno k trupu a koleno k bradě. Opakujeme až 5x pravou nohou, pak stejný počet opakování levou.

Obrázek: Tygří protažení

V józe je řada krásných tělesných cvičení. Mladší lidé si jistě s chutí zacvičí Pozdrav slunci. Problémy se zády zmírňují různé záklonové pozice. Mohutné tělesné i duševní účinky mají cviky zaměřené do oblasti břicha jako pawanmukásany - část II, uddijána, agnisára dhauti nebo naulí. Některé jógové pozice jako například šašankásana zklidňují, jiné aktivují a posilují zdravou sebedůvěru.

Dechová cvičení

Jsou jedinečná tím, že dokáží zároveň zklidnit i aktivovat. Mnohé z nich člověka přeladí, aniž by musel těžce a namáhavě zápasit s myslí. Základem všech dechových cvičení je plný jógový dech.

Plný jógový dech: Dýchání je v józe připisována velká důležitost. Správné dýchání je významné i z lékařského hlediska. Dýchání přímo nebo nepřímě ovlivňuje řadu dalších tělesných funkcí včetně duševní činnosti. Dechový proces lze zhruba rozdělit na dýchání brániční (břišní) a dýchání hrudní (žeberní). Při bráničním dýchání se bránice (plochý sval oddělující břišní a hrudní dutinu) pohybuje během nádechu jako píst dolů, tím se do plic

nasává vzduch a břišní stěna se vyklenuje. Při výdechu se naopak břišní svaly stahují a vytlačují bránici vzhůru, čímž se vzduch z plic vypuzuje.

Nácvik bráničního dýchání: Výchozí polohou je leh na zádech, nohy jsou pokrčeny v kolenou a opřeny chodidly o zem. Jedna ruka se volně dotýká horní části břicha, druhá hrudníku, lokty spočívají na podložce. V této poloze si nejprve uvědomujeme přirozený dech. Horní část břicha se s nádechem nadzdvihuje, s výdechem poklesává. Pak vneseme do dýchání vědomé řízení. Hrudník ponecháváme pokud možno nehybný. S nádechem břišní stěnu vyklenujeme o něco víc než obvykle, s výdechem dlouze, úplně a plynule poklesává. Dýchání se tak prohloubí a zejména ve výdechové fázi zvolní. Uvádí se, že břišní dýchání aktivuje spíše parasympatický nervový systém a tedy zklidňuje. Opakujeme 8-12x i vícekrát.

Nácvik hrudního dýchání: Pohyby žebér při dýchání připomínají rozpínání křídel ptáků nebo méně poetický pohyb zvedaného držadla kbelíku. Podobně jako toto držadlo je i většina žebér zakotvena na dvou místech - na páteři a na hrudní kosti. Ve stejné poloze jako u předchozího cviku s nádechem rozšiřujeme hrudník do stran a rozpínáme i ve směru předozadním. Výdech je spíše pasivní, prodloužený a úplný. Břišní stěna se pokud možno nepohybuje. Hrudní dýchání působí více aktivačně.

Nácvik plného jógového dechu: Ve stejné poloze zahájíme úplným výdechem. Následuje nádech do břicha (břišní stěna se nadzdvihuje) a dechová vlna přechází plynule v hrudní nádech. Teprve pak následuje dlouhý, úplný a plynulý výdech. Výdech je zakončen stažením svalů v horní části břicha, čímž se z plic vypudí ještě něco vzduchu. Dýchání je plynulé a bez trhavých pohybů. Dech je podstatně hlubší a pomalejší než při běžném dýchání. Pokročilejší cvičenci si mohou v duchu odpočítávat délku nádechu a výdechu a prodlužovat výdech na dvojnásobek nádechu. Plný jógový dech je vhodné později praktikovat vsedě. Může jít o některý z jógových sedů nebo o sed na židli. Důležitější nežli poloha nohou je vzpřímená poloha trupu. Bylo zjištěno, že nádech působí na svaly i psychiku aktivačně, výdech spíše uvolňuje. Proto se v józe často výdech prodlužuje na dvojnásobek nádechu. Už prosté uvědomování si vlastního dechu vede k jeho bezděčnému zklidnění, což má i účinky na duševno. Zvláště se doporučuje uvědomovat si dechové pohyby v oblasti břicha, protože tuto oblast lidé často nevědomky napínají. Uvědomování si dechu v oblasti břicha nebo i plný jógový dech je možné

praktikovat i během normálních denních činností, aniž by byl člověk nápadný nebo na sebe nějak upozorňoval. Zkušenější dokáží dýchat plným jógovým dechem např. i za chůze. Z dalších dechových cvičení jógy je pro patologické hráče velmi vhodný cvik kapálabhāti. Má spíše aktivující účinky. Nádí šódhana bez zádrží, zklidňuje a podle tradice vnáší soulad do toku energií v těle. Zvláště vhodná před spaním je brámari pránájáma, která zklidňuje.

Mentální cvičení jógy:

K těmto cvičením budeme potřebovat vzpřímený sed - ať některý z tradičních jógových sedů nebo docela obyčejný sed na židli. Jedním z nejdůležitějších cviků tohoto druhu je cvičení antar mauna. Je možné postupem času ho dále rozvíjet, ale popsany postup pro začátek více než postačuje.

Antar mauna (cvičení vnitřního ticha neboli Klidný pozorovatel)

Pohodlně, ale pokud možno zpříma, se posad'te. Zavřete oči. Zaposlouchejte se do zevních zvuků, které k vám přicházejí. Nehodnoťte je, neposuzujte, pouze je vnímejte. Zachovávejte při tom postoj nezúčastněného diváka... Nyní si uvědomte vlastní tělo. Vnímejte ho co nejpozorněji a nejsoustředěněji. I tady ale zachovávejte postoj neosobního, nezúčastněného diváka. Nejsou dobré pocity ani špatné pocity, prostě tělo vnímáte, nic víc... A nyní s uvědomte vlastní myšlenky a duševní pocity. I nyní je vnímejte pozorně, ale uvolněně a neosobně. Nechte myšlenky přicházet a odcházet, uvědomujte si, jak navazují, vnímejte i mezery mezi nimi. Zachovávejte ale stále postoj uvolněného nezaujatého diváka, svědka, pozorovatele... Nyní se připravte na konec cvičení. Hlouběji se nadechněte, protáhněte se a otevřete oči. Cvičení trvá zpočátku asi 10 minut, později 20 minut, u pokročilých výjimečně i déle.

Recitace slabiky ÓM

K vědecky nejzkoumanějším jógovým technikám patří mantrajóga, tedy opakování určitých slabik, slov nebo vět. U mantrajógy byl prokazován relaxační, protistresový efekt. Recitace „ÓM“ navazuje vhodně na plný jógový dech tím, že napomáhá dlouhému, úplnému, plynulému a kontrolovanému výdechu.

Technika: Výchozí polohou jakýkoliv vzpřímený sed, oči jsou zavřené. Během výdechu recitujte v hlubší hlasové poloze: „OOOOOOO MMM“. Nádech se děje plným jógovým

dechem, Existuje více způsobů recitace „ÓM“, způsob s prodlouženou první částí (O) je pro začátečníka nejvhodnější. Recitace činí výdech úplným a prodlužuje ho. Zvuk, který vydáváte, vlastně poskytuje zpětnou informaci o plynulosti výdechu. Recitaci je možné provádět se soustředěním do středu hrudníku nebo do středu mezi obočí. Nesouvisející myšlenky, které se během recitace mohou objevovat, si uvědomujte, ale nerozvíjejte je. Trpělivě, klidně, a laskavě se vraťte k recitaci. Recitovat se dá nahlas, polohlasem nebo v duchu. Tichá recitace je vhodná, chceme-li být ohleduplní vůči okolí (např. někdo spí ve vedlejší místnosti), může být i účinnější. Tichá recitace je ovšem také náročnější na soustředění a udržení pozornosti. Pokud je to možné, začínejte recitací nahlas a krátkou recitací nahlas své cvičení končete. Začátečník bude praktikovat např. deset „ÓM“, pokročilí mohou praktikovat 10-20 minut, výjimečně i déle. Se slabikou „ÓM“ se váže řada symbolických výkladů, je to nepochybně jedna z nejstarších a nejosvědčenějších technik. Traduje se, že tento zvuk uslyšeli dávní mistři jógy ve svých hlubokých meditacích.

Manter (posvátných průpovědí) jsou stovky některé z nich jsou jednoslabičné podobně jako Óm, jiné jsou vlastně krátkými modlitbami. Hezká mantra je třeba Om šánti (šánti znamená mír). Možná nejste zrovna jógin a vegetarián a máte ledacos za sebou. Můžete i tak cvičit podobná cvičení? Odpověď zní ano. Proslulý mistr jógy Svámí Satjánanda Sarasvatí řekl, že mantra očišťuje vše, s čím se setká, a že mantru samotnou nemůže poskvřnit nic.

ॐ

Obrázek: Slabika ÓM v indickém písmu dévanágarí.

Karmajóga je to směr jógy pro patologického hráče nesmírně důležitý. Velcí mistři se shodují v tom, že bez karmajógy je pro naprostou většinu lidí vnitřní rozvoj nemyslitelný. Tradice jógy říká, že v každém člověku je ohromná možnost vnitřního rozvoje. Zdůrazňuji, že v každém, ať se mu v životě daří nebo ne, ať je zdravý nebo nemocný, mladý nebo starý. Tělesná a duševní cvičení jsou pouze jedním z mnoha způsobů, jak se vnitřně zdokonalovat. Dalším způsobem je práce. Směr jógy, který využívá každodenních činností k sebezdokonalení, se jmenuje karmajóga. Rozpor mezi zájmy jednotlivce a celku při ní mizí. To co prospívá vnitřnímu rozvoji karmajógína, prospívá i dobrému ve světě a

naopak. Stručná definice karmajógy zní: „Účinnost v jednání a vyváženost mysli je karmajóga.“

Technika karmajógy - jak se zbavit stresu při každodenních problémech? „**Zapomenout na své ego.**“ Když čas od času dokážeme zapomenout na svá malá choulostivá já v zájmu něčeho, co nás přesahuje, žije se nám skutečně lépe. To ovšem neznamená, že by nás za to druzí museli mít jenom rádi. Můžeme totiž bezděky zkřížit jejich plány anebo bez zlého úmyslu poranit jejich ega.

Dalším principem karmajógy je **nečekat odměnu**. Odměnou je činnost sama, protože pomáhá člověku na cestě vzhůru. Zde bych opět citoval Paramahansu Satjánandu: „Neubližuji a jsem ke všem lidem laskavý a soucitný ne proto, že je to etické, ale proto, že se tím vyčerpává moje karma a mé srdce bude čisté.“ To samozřejmě neznamená, že by karmajógín odmítal mzdu za svoji práci. Jenže peníze pro něj nejsou tak důležité, aby si ho někdo mohl za ně libovolně kupovat.

Podstatným rysem karmajógy je také **dobré vnímání sebe sama**. Dobré sebeuvědomění je důležité pro udržení zdraví. Např. člověk, který rozpozná příznaky blížícího se nachlazení, udělá si bylinkový čaj a odpočine si, tak může snadno předejít vážnějšímu onemocnění, k němuž by později mohlo dojít. Umět přiměřeně odpočívat souvisí právě s tímto bodem. Člověk, který dokáže realisticky posoudit vlastní síly, může být i prospěšnější druhým. Schopnost sebeuvědomění má i další hlubší dimenzi. Jóga i jiné duchovní tradice předpokládají, že v hloubi duše každého člověka je cosi dokonalého a jedinečného, co by se v jiné duchovní tradici dalo nazvat dotykem Boží ruky. Schopnost si právě tento rozměr vlastního bytí uvědomovat je prostředkem i cílem současně.

Dobrá schopnost realisticky vnímat vnější svět a vztahy v něm je nutná k tomu, aby se v něm člověk dokázal pohybovat a efektivně jednat. V Indii koluje historka o Rámakrišnovi, který poslal jednoho ze svých žáků na trh nakupovat. Žák utratil za nákup hodně peněz a učitel se ho ptal proč. Žák odpověděl, že jako duchovní člověk nechtěl s prodáváči smlouvat, což je jinak v Indii běžné. Žákovi se pak dostalo následujícího poučení: „Pamatuj, že pravý světec se neštítí ničeho a nepohrdá ničím. Dokud budeš

chodit po tržištích života, do té doby se budeš muset učit, abys dokonale poznal jejich zákony.“


Schopnost vnímat sebe a svět nepřináší jen příjemné poznatky. I proto je tak důležitou zásadou karmajógy **odstup**, schopnost neosobního, nepřipoutaného a věčného pozorování. V této souvislosti se často mluví o postoji diváka, svědka, pozorovatele, který se nedává mechanicky vtahovat do hry svých myšlenek nebo pocitů či do zmatků vnějšího světa.


Umět obrátit negativní v pozitivní vychází se zásady, že to co člověka potkává (jeho karma) není samo o sobě dobré nebo špatné. Je to něco, co má člověka čemusi důležitému naučit. Jakmile to zvládl, překážka mizí a na cestě před ním se objevuje další úkol.


Karma a milost. Křesťanská tradice ve shodě s mistry jógy připouští cosi zvláštního. Že totiž milost Boha nebo světce může zbavit nepříznivé karmy. Pokud k něčemu takovému skutečně dojde, je to důtklivou výzvou k tomu, aby člověk změnil své jednání. Jinak by se do stejných nebo i větších problémů dostal rychle znovu. Různé duchovní tradice proto zároveň doporučují také tu či onu formu pokání. Z Gándhím přišel fanatický hinduista, který v náboženských nepokojích zabil muslimské dítě. Gándhí mu uložil, aby se ujal nějakého muslimského sirotka a vychoval ho v náboženské víře rodičů dítěte.

V józe se také často mluví o pojmu dharma neboli **povinnost**. Vnímat své povinnosti k sobě, ke druhým lidem, ke společnosti a k světu a dostát jim je logickou podmínkou duchovního růstu. Koncept dharmy lze ilustrovat na historce z Japonska. Za zenovým mistrem přišel lékař, který si stěžoval, že obvazuje a léčí raněné vojáky, kteří po té co se uzdraví, jdou znovu do nekonečných válek a sporů. A vracejí se pak v ještě horším stavu. Lékař strávil s mistrem nějaký čas a pak se vrátil ke své práci. Když se ho ptali, proč v ní pokračuje, odpověděl: „Protože jsem lékař.“

V souvislosti s karmajógou se také někdy hovoří o **odevzdání se**. Častým problémem moderního člověka je to, že má sklon přebírat odpovědnost za věci, které není schopen ovlivnit. Jedna kolegyně se sebeironicky přiznala, že se občas vnímá jako „ředitelka Evropy“. Člověk by měl udělat pro dobrou věc, co je v jeho silách. To další už je vyšší moc. Jógíni někdy v této souvislosti používají mantru Óm Tat Sat. Křesťan by patrně řekl: „Děj se vůle Boží.“







1. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

2. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

3. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

4. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

5. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

6. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

7. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

8. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

9. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

10. 1 2 3 4 5
6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20
21 22 23 24 25
26 27 28 29 30
31 32 33 34 35
36 37 38 39 40
41 42 43 44 45
46 47 48 49 N

Slosování

Středeční

Nedělní

Mimořádná hra

Systém

7 8 9

10 11 12

13 14 15

Šance

Ne

Počet slosování

1

2

3

6

0-601396

SPORTKA

Tato sázka je určena k tipování hry SPORTKA, a to pro středěční a nedělní slosování. Křížkem označte, jakého slosování se chcete zúčastnit, a dále, opět křížkem, označte 6 Vámi tipovaných čísel ze 49 v prvním až desátém sloupci. Sloupce musíte vyplňovat postupně, sloupce nelze vynechávat. Prostřednictvím této sázky se můžete účastnit hry ŠANCE.

PŘI TIPOVÁNÍ NEPOUŽÍVEJTE ČERVENOU BARVU !

Počet slosování Počet slosování označte křížkem v příslušné kolonce. Chcete-li se zúčastnit jednoho slosování, proškrtněte kolonku 1 nebo žádnou. Zvolíte-li více slosování, než je uvedeno u jednotlivých kolonek, proškrtněte křížkem více kolonek tak, aby součet odpovídal Vámi zvolenému počtu slosování.

Příklad: zvolíte-li 7 slosování, proškrtněte kolonku 6 a kolonku 1, chcete-li se účastnit 12 slosování, proškrtněte všechny kolonky.

Náhodný tip Chcete-li prostřednictvím sázky vsadit náhodný tip, zaškrtněte u příslušného sloupce, místo kterého chcete tento náhodný tip vsadit, políčko s písmenem N. Sloupec, u kterého tipujete náhodný tip, musí být prázdný.

Mimořádná hra V případě, že budete hrát mimořádnou hru, zaškrtněte políčko Mimořádná hra. O vypsaných mimořádných hrách Vás budeme předem informovat.

Systém Chcete-li vsadit systémovou sázku, zaškrtněte pouze v prvním sloupci sedm až patnáct čísel. Zároveň zaškrtněte příslušný počet tipovaných čísel v kolonce Systém.

Šance Pokud nechcete, aby se číslo Vaší sázky zúčastnilo slosování hry ŠANCE odpovídající zvolenému slosování číselné hry, zaškrtněte „Ne“ v příslušné kolonce.

JEDINÝM PLATNÝM DOKLADEM O PODANÉ SÁZCE JE POTVRZENÍ SÁZKY, NE SÁZENKA. TOTO POTVRZENÍ JE TAKÉ JEDINÝM PLATNÝM DOKLADEM PRO VÝPLATU VÝHRY.

ZAPLACENÍM VKLADU A PŘEVZETÍM POTVRZENÍ SÁZKY SE SÁZEJÍCÍ ZAVAZUJE DODRŽOVAT USTANOVENÍ HERNÍHO PLÁNU.

Příklad:

V uvedeném příkladu sázející hraje „Systém“ v nedělním slosování SPORTKY. V prvním sloupci tipoval osm čísel 8, 17, 20, 28, 29, 37, 40, 48 a označil 8 (počet tipovaných čísel) v kolonce „Systém“. Jeho čísla se účastní dvou slosování. Číslo jeho sázky se nezúčastní slosování hry ŠANCE.

1	2	3	4	5		
6	7	8	9	10	<input type="checkbox"/> Středěční	<input checked="" type="checkbox"/> Šance
11	12	13	14	15	<input checked="" type="checkbox"/> Nedělní	<input type="checkbox"/> Ne
16	17	18	19	20		
21	22	23	24	25	<input type="checkbox"/> Mimořádná hra	
26	27	28	29	30		
31	32	33	34	35		
36	37	38	39	40	<input type="checkbox"/> Systém	<input type="checkbox"/> Počet slosování
41	42	43	44	45	<input checked="" type="checkbox"/> 7	<input checked="" type="checkbox"/> 1
46	47	48	49	50	<input checked="" type="checkbox"/> 8	<input checked="" type="checkbox"/> 2
					<input type="checkbox"/> 9	<input type="checkbox"/> 3
					<input type="checkbox"/> 10	<input type="checkbox"/> 6

telefon: 266 12 12 12

e-mail: info@sazka.cz

www.sazka.cz

JIHOČESKÁ UNIVERZITA
V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
TEOLOGICKÁ FAKULTA
knihovna
Kněžská 8
370 01 České Budějovice