

# FAKTA:

## REVOLUTION TRAIN

je programem primární prevence, který odpovídá potřebám cílové skupiny a podporuje ji v dosažení optimálního fyzického, duševního a sociálního zdraví a kvality života.

## NOVÉ ČESKO, nadační fond

provozovatel programu RT  
Česká republika

DÉLKA:

**165**  
metrů

VÁHA:

**300**  
tun

DENNÍ KAPACITA:

**500**  
osob

**6**  
VAGONŮ

**4**  
KINOSÁLY

**8**  
INTERAKTIVNÍCH  
MÍSTNOSTÍ



## REVOLUTION TRAIN – odborná rada projektu

- prof. MUDr. Eva Králíková, CSc., vedoucí Centra pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. LF UK a VFN v Praze, předsedkyně Společnosti pro léčbu závislosti na tabáku
- prof. MUDr. Pavel Pafko, DrSc., emeritní přednosta III. chirurgické kliniky 1. LF UK a FN Motol
- Prof. PaedDr. Pavel Kolář, Ph.D., přednosta Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství 2. LF UK a FN Motol
- Dipl. Verw.-Wirt(FH) Jörg von Daake, kriminologický poradce projektu, Hlavní kriminální komisař - Policejní prezidium Berlín a emeritní docent kriminologie na Vysoké škole pro správu a justici v Berlíně (FH VR / HWR)
- brig. gen. PhDr. Jakub Frydrych, ředitel Národní protidrogové centrály služby kriminální policie a vyšetřování PČR
- prof. MUDr. Jan Pirk, DrSc., emeritní přednosta IKEM
- plk. JUDr. Břetislav Brejcha, ředitel Národní centrály proti terorismu, extremismu a kybernetické kriminalitě SKPV PČR
- Ing. Radovan Voříšek, speciální pedagog, psychoterapeut, Společnost Podané Ruce o.p.s. Brno
- Prof. Dr. rer. nat. habil. Marion Eich-Born, předsedkyně spolku SuPER e.V. Suchtprävention Erfurt
- prim. MUDr. Petr Žižka, dětský psychiatr, ředitel Psychiatrické nemocnice v Dobřanech
- Mgr. Ing. Jaroslav Vild, bezpečnostní poradce a konzultant, bývalý náměstek policejního prezidenta Policie ČR
- mjr. Mgr. František Linet, náčelník Mestskej polície Čadca, odborný lektor - Žilinská univerzita v Žilině
- Mgr. Marcela Voreková, odborný lektor - Žilinská univerzita v Žilině, Klub mládeže Mestskej polície Čadca
- Mgr. Hana Ortmannová, dětský klinický psycholog

Prof. PaedDr. **Pavel Kolář**, Ph.D., přednosta Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství 2. LF UK a FN Motol

## Umění snášet strast

Pro ochranu kvality života je třeba zajistit lepší míru připravenosti na situace a události, které nám život staví do cesty a se kterými nás neustále konfrontuje, a to již od dětského věku. Od mala je nutné trénovat biologicky přirozené předpoklady, které umí reagovat na tělesné a psychické nároky, odrážet je a adekvátně jim vzdorovat. V našem kulturně-sociálním povědomí má strast, kterou tyto stresové nároky přináší, bohužel negativní pověst a je tak snaha bránit dětský svět budováním ochranných bariér.

Dnešní stále se šířící neochota snášet strast mění přirozené vrcholy a úžlabiny lidského života v uměle zplanýrovanou rovinu a světo a stín se pak stávají jednotvárnou šedí. Stručně řečeno, neochota nést strasti plodí smrtelnou nudu. Je proto třeba neustále odkazovat na poučení z historie a připomínat, že kýžená kvanta příjemných prožitků a života v pohodlí nenastávají automaticky, že nejsou samozřejmostí. Někdy je zkrátka nezbytné prodírat se celými trsy nepříznivých okolností, které člověka při jeho putování životem potkávají a na něž musí být připraven.

## Závislost na štěstěně nás oslabuje

Je prokazatelné, že v západní civilizaci přibývá stále více lidí, u kterých se ztrácí schopnost odolávat zátěžovým situacím. Tato křehkost nepramení jen z nedostatečné odolnosti tělesné, ale do popředí se dostává také křehkost duševní. Někdy stačí malé tlučnutí a náš ochranný obal se rozpadne jako soška z porcelánu. Tím, že naše motivace směřuje k maximalizaci libých pocitů a minimalizaci trápení, stává se náš emoční život v konfrontaci s tvrdou realitou většinou rozkolísaným a křehkým a závislost na vratké štěstěně pak oslabuje naši imunitu vůči tělesným i duševním nárokům.

Jakmile dítě nenabyde dostatečné zkušenosti se složitou a pracnou cestou k uspokojení, stane se pro něj první vážnější problém, který v životě přijde, jako je zklamání v lásce, v přátelství, problém ve škole, nebo nenaplněné představy, vysoce traumatickou situací, již nedokáže zvládnout. Pro naplnění svých potřeb pak často sahne po náhradě – drogách, alkoholu či sexu. V tom tkví celá řada nástrah, které umožňují uhnout. Tím také tro-

chu reaguji na autora projektu Pavla Tumu, který vybudoval tento velmi chválný projekt poté, co se předávkoval jeho nejlepší kamarád pervitinem. V této souvislosti nemohl pochopit, proč to jeho kamarád udělal, když měl od rodičů vše.

## Vlak jako pomocník smyslů

V našem životě je potřeba si také uvědomit, že naše psychická odolnost vykazuje na rozdíl od jiných psychologických kategorií jednu pozoruhodnou zákonitost. I když je geneticky podmíněná, nedá se získat jinak než průnikem přes „hmatné“ smysly a prožitky. I ty nejhorší věci, které se v životě stávají, můžeme při správném nastavení smyslu života a jejich správnému vyhodnocení obrátit k rozvoji naší osobnosti. Odborně se tomu říká posttraumatický růst. Ten se v psychologii měří hodnocením vztahů k ostatním lidem, otevřeností vůči životu, hodnocením zájmů a spirituality. Tento vztah mezi tragédiemi a růstem potvrdila řada studií.

V tomto směru získávání odolnosti proti nástrahám není samozřejmě nutné vycházet z tak dramatických situací, nýbrž tento prožitkový princip můžeme přinášet prostřednictvím modulovaných interaktivních procesů. Jedním z nich je právě Revolution Train, který zbudovala a provozuje nezisková organizace Nadační fond NOVÉ ČESKO. Tento interaktivní vzdělávací projekt má za cíl ovlivnění všech lidských smyslů při dosažení emočního prožitku, kterým se snaží zapůsobit na návštěvníka a ovlivnit tak jeho způsob myšlení v prevenci drogové závislosti.

## Dosud opomíjená menšina

Za zvlášť důležité považují, že do tohoto zážitkového interaktivního systému prevence je zapojena i opomíjená skupina rodičů. Je třeba také ocenit, že jde o prevenci primární, na kterou je vyčleněno nesrovnatelně méně státních prostředků, než na prevenci sekundární, kdy již stojíme u stolu s rozlitym mlékem. Oceňuji také obětavý, neformální a zcela autentický zájem autorů tohoto projektu při snaze chránit životy našich dětí před vlivy závislosti a nalezení zdravého způsobu myšlení. Jsem přesvědčený, že projekt stojí za silnou podporu.

brig. gen. PhDr. **Jakub Frydrych**, ředitel NPC SKPV PČR

### REVOLUTION TRAIN

Národní protidrogová centrála, která je od počátku projektu RT odborným partnerem projektu, v něm spatřuje příležitost, jak s využitím moderní technologie vhodným způsobem oslovit cílovou skupinu dospívajících dětí a prostřednictvím reálného příběhu jí interaktivním způsobem přiblížit okolnosti vzniku jak drogové závislosti, možnosti její léčby, tak zejména rizika trestně právních následků, které jsou zpravidla dříve či později nedílnou součástí závislosti na drogách. Protidrogový vlak považuje za ojedinělý projekt tohoto typu, jehož nespornou výhodou je kromě jeho formy i mobilita a v neposlední řadě i možnost sběru značného množství dat. Projekt RT tak v sobě obsahuje unikátní komunitní přínos, spočívající ve sběru dat od návštěvníků, která jsou obratem poskytována místním samosprávám, které mají prakticky on-line k dispozici informace o tom, jak právě děti v jejich regionu tráví volný čas a jaké jsou jejich názory a postoje v této oblasti. To jim umožňuje reagovat na reálnou situaci, ať už opatřeními v oblasti primární, nebo situační prevence. Prostřednictvím návazného programu „TO JE ZÁKON, KÁMO!“ pak program prokazatelně zvyšuje právní vědomí dětí, a to poutavou a atraktivní formou, která děti nenudí. Projekt je založen na principu zážitkové pedagogiky a vzájemné interakce s cílovými skupinami a je zásadně postaven na strategii zdůraznění významu pravidel a právních norem v rámci demokratické společnosti a zejména proč je důležité jejich dodržování.



Prof. MUDr. **Eva Králíková**, CSc., předsedkyně Společnosti pro léčbu závislosti na tabáku

Prof. MUDr. **Pavel Pafko**, DrSc., III. chirurgická klinika  
1. LF UK a FN Motol

### Program protidrogové prevence REVOLUTION TRAIN

Co asi bude ve vagónech, další obrázky černých plic? Ne, ty tam vůbec nejsou.

Ve vlaku s úlevou zjistíte, že odstrašující přístup se tady nenosí, naopak, krátké filmy o partě mladých ukazují realitu prostředí, ve kterém návštěvníci žijí, vtahují je do děje, čas tu rychle uteče, a to i dospělým v doprovodu.

Scénář účinným způsobem zpracovává pozitivní alternativu a vzor v praxi: klíčová postava, jedna z dívek, ve všech situacích elegantně odolává lákání k rizikovému chování a přitom kamarády neztrácí.

Důležitou součástí programu je pečlivě připravená návaznost, a to jak časová, tak organizační. Následné opakované promítání filmů z vlaku ve škole za účasti místních složek integrovaného záchraného systému je přerušováno diskusí k dobrým i špatným řešením daných situací včetně vysvětlení, co by následovalo a dalším programem.

Součástí pobytu vlaku v jednotlivých lokalitách je prezentace a aktivní zapojení místních organizací v oblasti prevence, sportu a různorodých volnočasových aktivit. Děti a mladiství navštěvují jednotlivé stánky kolem vlaku a využívají například možnosti vyzkoušet si chvaty juda či se seznámit s místními chovateli exotických zvířat. Komunita je podpořena i zapojením rodičů jak do samotného programu ve vlaku, tak k následným diskusím. Po několika měsících je pak třída znovu kontaktována a pokračuje se v evaluaci programu.

Jako lékaři vítáme i inovaci programu, která diferencuje podle věku – protože jeden program nemůže vyhovět širokému věkovému rozpětí.

Doporučujeme všem zainteresovaným se s „vlakem“ seznámit, je možné začít na jeho webové stránce, kde je podrobný popis. Je překvapivé a je to škoda, že více spokojených zájemců má „vlak“ v okolních zemích než u nás. Tento projekt je jedním z mála „hmatatelných“ počinů a nejsou to pouze slova, slova – na která mládež málo reaguje a spíše ji odrazují.