

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

**FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD**

**Diplomová práce**

2009

Bc. Tomáš Nechutný



**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

**FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD**

Institut sociologických studií

**Bc. Tomáš Nechutný**

**Konec konopné kariéry: kvalitativní výzkum**

*Diplomová práce*

Praha 2009

Autor práce: **Bc. Tomáš Nechutný**

Vedoucí práce: **Mgr. Jan Morávek PhD.**

Oponent práce: **Mgr. Martin Hájek PhD.**

Datum obhajoby: **23. 6. 2009**

Hodnocení: **výborně (1)**

## Bibliografický záznam

NECHUTNÝ, Tomáš. *Konec konopné kariéry: kvalitativní výzkum*. Praha: Univerzita Karlova. Fakulta sociálních věd. Institut sociologických studií. 2009. 119 s. Vedoucí diplomové práce Mgr. Jan Morávek PhD.

### Anotace

Někteří náruživí uživatelé konopí se po určité době v řádu let začnou potýkat s významnými subjektivními potížemi, které nakonec vedou k ukončení uživatelské kariéry. Pro výzkum tohoto fenoménu přestávání s užíváním konopí byly provedeny kvalitativní narativní rozhovory se sedmnácti respondenty, kteří vyprávěli svůj příběh života s konopím. Analýza data byla provedena pomocí metod zakotvené teorie. V procesu přestávání je důležitá subjektivní bilance kladů a záporů z užívání konopí. Bilanci může urychlit výskyt zlomové události v podobě a) šokujícího zážitku nebo b) zážitku, který se stane poslední kapkou v dlouhodobém bilancování. Bilanci může rozhodnout také vnější okolnost, nesouvisející s účinky konopí. Poté se dostavuje různě dlouhá abstinence se změnou životního stylu, která může vést k trvalé abstinenci nebo relapsu. Podle kvality prožitku při relapsu uživatel pokračuje v abstinenci nebo přechází ke kontrolovanému užívání konopí. Práce přináší další poznatky o managementu užívání drog. Zkoumání subjektivně vnímaných potíží, které náruživé uživatele bez specializované pomoci dovedly až do stavu abstinence nebo kontrolovaného užívání, vede k většímu vhledu do problematiky opouštění užívání drog.

**Klíčová slova:** marihuana, kariéra, účinky, kontrolované užívání, management, narativní rozhovory, zakotvená teorie

### Annotation

Some cannabis users start to face important subjective difficulties after years of intensive use. Finally, these difficulties result in the cessation of their cannabis careers. To investigate this phenomenon of cannabis cessation, qualitative narrative interviews were conducted with 17 respondents who told their stories of life with cannabis. Data analysis was guided by Grounded Theory. Subjective assessment of cannabis use pros and cons is important in the cessation process. Assessment may be accelerated (a) by a shocking experience or (b) an experience that becomes the “last straw” in a long-term assessment process. This is followed

by periods of abstinence and lifestyle changes, which may lead to permanent abstinence or relapse. Depending on the quality of one's relapse experience, relapse may lead to continued abstinence or controlled cannabis use. This thesis brings new knowledge on drug use management. Exploring subjective difficulties which led intensive users into abstinence or controlled use without specialized help gives us greater insight in the issue of drug cessation.

**Keywords:** cannabis, career, effects, controlled use, management, narrative interviews, grounded theory

## **Prohlášení**

1. Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracoval/a samostatně a použil/a jen uvedené prameny a literaturu.
2. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna veřejnosti i pro účely výzkumu a studia.

V Novém Městě nad Metují dne 21. 5.2009

Bc. Tomáš Nechutný

## **PODĚKOVÁNÍ**

Rád bych tímto poděkoval svému školiteli J. Morávkovi za cenné rady, diskusi a ochotu, se kterou dohlédl na tento výzkum. Dále bych rád poděkoval Institutu sociologických studií za finanční podporu tohoto výzkumu.

# Obsah

<b>1. ÚVOD</b> .....	<b>1</b>
<b>2. KONOPÍ - DEFINICE POJMŮ</b> .....	<b>3</b>
2.1. KONOPÍ: ROSTLINA, HISTORIE, DROGA.....	3
2.2. ZPŮSOBY UŽÍVÁNÍ (APLIKACE) KONOPÍ.....	4
2.3. TYPOLOGIE UŽIVATELŮ KONOPNÝCH DROG.....	5
2.4. NÁRUŽIVOST.....	7
2.5. KONTROLA UŽÍVÁNÍ.....	8
2.6. TYPOLOGIE KONOPNÝCH RAUŠŮ.....	8
2.7. KONOPÍ A ZÁVISLOST.....	9
<b>3. ÚČINKY KONOPÍ</b> .....	<b>12</b>
<b>4. KONOPNÁ KARIÉRA</b> .....	<b>21</b>
4.1. POČÁTEK KONOPNÉ KARIÉRY.....	21
4.2. VZORCE UŽÍVÁNÍ KONOPÍ.....	23
4.3. KONEC KONOPNÉ KARIÉRY.....	25
<b>5. VÝZKUMNÁ A METODOLOGICKÁ ČÁST</b> .....	<b>31</b>
5.1. VYMEZENÍ VHODNÝCH RESPONDENTŮ A VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	31
5.2. PILOTNÍ ROZHOVOR.....	32
5.3. VÝBĚR VZORKU.....	33
5.4. SBĚR A PŘEPIS DAT.....	34
5.5. ANALÝZA DAT.....	35
5.6. CHARAKTERISTIKA VZORKU.....	35
5.6.1 Medailónky respondentů.....	36
<b>6. ANALYTICKÁ KAPITOLA</b> .....	<b>53</b>
6.1. KONOPÍ A ZÁBAVA.....	53
6.2. SKUPINA.....	57
6.3. MÍRA NÁRUŽIVOSTI.....	65
6.4. TYPOLOGIE KONTROLY A REGULACE UŽIVATELŮ A JEJICH VZORCŮ.....	68
6.4.1. Nekontrolující se uživatel.....	69
6.4.2. Uživatel s určitou mírou kontroly.....	70
6.4.3. Kontrolující se uživatelé.....	75
6.5. KONOPÍ A POCTĚOVANÉ NEPŘÍJEMNOSTI.....	79
6.6. KONEC KONOPNÉ KARIÉRY.....	87
6.7. ABSTINENCE, RELAPS – A CO DÁL?.....	95



<b>7. ZÁVĚRY .....</b>	<b>98</b>
7.1. SYNTETICKÁ ČÁST – KONEC KONOPNÉ KARIÉRY .....	98
7.2. DISKUSE .....	107
<i>Konec konopné kariéry</i> .....	107
<i>Kam se poděla závislost?</i> .....	107
<i>Racionalita, hodnoty, postoje</i> .....	109
<i>Přání otcem myšlenky</i> .....	110
7.3. ZÁVĚR .....	111
<b>SLOVNÍK .....</b>	<b>112</b>
<b>LITERATURA .....</b>	<b>114</b>

# 1. Úvod

Konopí je téma, které se snad nikdy nevyčerpá. Využití našlo v mnoha směrech, mezi něž patří i využívání psychotropních látek, které konopí obsahuje. Uživatelé rostliny, kteří využívají právě těchto psychotropních účinků, pak tvoří určitou specifickou populaci, pro kterou je užívání konopí charakteristický znak, mají často s užíváním spojen i životní styl. Vzorců užívání konopí je mnoho, od naruživých denních uživatelů až po spíše rekreační a občasné uživatele. Uživatele pak lze hledat napříč všemi věkovými skupinami a různým úrovním vzdělání.

Co se týká výzkumu uživatelů konopí, zájem byl většinou směřován do počátků užívání, jak, kdy a proč uživatelé začínají s konopím experimentovat, jak se učí užívat si marihuanový rauš<sup>1</sup> a jak se z nich stávají pravidelní uživatelé. Začátky uživatelů jsou proto poměrně dobře zmapované. Předmětem této práce je přesně opačný fenomén, kterému už taková pozornost věnována není, a to ukončování uživatelské kariéry.

Uživatelé, kteří, nejčastěji v období adolescence, zahájí svou uživatelskou kariéru, užívají konopí často několik měsíců a spíše let. Míra naruživosti užívání konopí se pak odráží v jejich způsobu života, způsobu trávení volného času, způsobu zábavy, mnohdy zasahuje i do jiných oblastí života. Někteří uživatelé zůstávají věrni konopí třeba celý život. Ale někteří, co pravidelně užívají konopí i několik let, svoje užívání v určitém věku omezují, až nakonec svoji konopnou kariéru ukončí. Největší odliv uživatelů z řad konopné populace je od 23 do 35 let, ale praktiky užívání konopí opouští i mladší a i starší uživatelé než je toto věkové vymezení [Cohen, Kaal 2001]. Záměrem této práce je prozkoumat, proč k této změně dochází.

Mé výzkumné otázky jsou:

- Jaké faktory a okolnosti předcházejí nebo přímo či nepřímo ovlivňují okamžik ukončování konopné kariéry?
- Jaký je průběh ukončení kariéry?
- Jaký je vývoj po ukončení kariéry?

---

<sup>1</sup> Vnitřně zakoušený stav po užití konopí - intoxikace. Pro stav rauše existuje mnoho výrazů (viz. slovník)

Pro zpracování tohoto tématu jsem nejdříve v druhé části vymezil důležité pojmy. Ve třetí kapitole jsem se zaměřil na účinky konopí z pohledu samotných uživatelů. Právě znalost subjektivně vnímaných účinků může pomoci k porozumění, proč je konopí jako droga tak populární, v čem je viděn jeho přínos. V další teoretické části (kap. 4) pak zpracovávám dosavadní výzkumy o kariéře uživatele v jejím celku, pohledy na začátek kariéry, které jsou využitelné pro tuto práci, ale zvláště pak výzkumy, které se zabývají průběhem a koncem kariéry. Po zmapování teoretických přístupů přecházím k metodologické části v (kap.5) na kterou navazuji analytickou částí práce (kap. 6), představením hlavních kategorií analytického příběhu. Kapitola sedm obsahuje závěrečnou syntézu poznatků a diskusi.

## **2. Konopí - definice pojmů**

Text, který následuje, obsahuje základní informační „background“, způsoby užívání konopí a základní typologii uživatelů a konopných raušů. Zároveň je tato část textu pojatá jako část definiční, kde jsou definovány a vymezeny základní pojmy, které jsou v práci používány a které jsou podstatné pro porozumění textu a pro následné pochopení některých souvislostí.

### **2.1. Konopí: rostlina, historie, droga**

Konopí seté (*Cannabis sativa*) je nejrozšířenější druh jednoleté dvoudomé rostliny. Má dva poddruhy: konopí plané a konopí kulturní. Dále existuje konopí indické a konopí rumištní. Jednotlivé druhy dosahují různých délek, od šedesáti centimetrů (rumištní) až po jeden a půl až dva metry dlouhé, podle druhu více či méně větvičí se rostliny [více k tomu Gabrielová, Ruman 2008: 63-70].

Její prapůvodní domov se nalézá pravděpodobně v centrální Asii a vlivem člověka se rozšířila do celého světa. Technická forma konopí má dnes mnoho využití. Z rostliny se využívá vlákno, semeno a pazdeří. Užívá se v potravinových doplncích, kosmetice, pro výrobu papíru. Dále má konopí využití od zužitkování vláken v oděvním průmyslu, přes možnost výroby papíru, obuvi, oděvů, barev, laků, obalových materiálů, přes stavbu, izolační materiály až po využití speciálních materiálů v automobilovém průmyslu a leteckém průmyslu. Pazdeří lze využít též jako vysokovýhřevní palivo [Gabrielová (rok neuveden); Robinson 1996]. V neposlední řadě lze díky psychoaktivním účinkům konopí využít i jako drogu [Miovský et al. 2008].

Podle dostupných historických nálezů ze staré Číny, jako jsou keramické misky nesoucí otisky konopných provázků nebo nálezy semen konopí na archeologických nalezištích ve staré Evropě (Německo, Švýcarsko, Rakousko a Rumunsko) se lze domnívat, že konopí se vyskytovalo ať už v pěstované nebo plané podobě v období 10 000 let před naším letopočtem [Miovský et al. 2008: 31]. Nejstarší dochované konopí bylo nalezeno v roce 1972 v Číně v podobě pozůstatků oděvu z konopných vláken z dob dynastie Chou (1122-249 př.n.l.) [tamtéž]. Počet archeologických nálezů datovaných do starověku a středověku v podobě nálezů konopí, oděvů, písemných zmínek a nákrusů konopí přibývá a to nejen v Evropě, ale po celém světě [Miovský et al. 2008: 32-42]. Středověké a raně novověké

písemné zmínky o konopí dokladují hojně oděvní a lékařské využití, ovšem o využití konopí jako drogy zmínky chybí [tamtéž: 42].

Z konopí lze drogu vytvořit několika způsoby. Nejjednodušším a nejběžnějším způsobem je sušení samičího květenství, které obsahuje nejvíce psychoaktivních látek, speciálně THC a dalších kanabinoidů. Pro toto sušené květenství se poté používá název **marihuana**, čímž se dává najevo, že se jedná o drogu<sup>2</sup>. Dalším způsobem přípravy drogy je výroba hašiše z pryskyřice samičích květů. Pryskyřice obsahuje nejvíce psychoaktivních látek. Hašiš je z tohoto pohledu více potentní droga než sušina [Gabrhelík, Zábranský, Miovský 2008: 125-130].

**Potence** drogy (obsah psychoaktivních látek) je v různých rostlinách a různých formách zpracování odlišná. Zatímco rostlinná sušina v evropských podmínkách běžně obsahuje 2-8 % THC, speciálním pěstěním lze dosáhnout až 20% koncentrace [Gabrhelík, Zábranský, Miovský 2008: 127]. U hašiše lze potom běžně dosáhnout vyšších koncentrací THC kolem 20 % až 40 % a u hašišového oleje tato koncentrace může stoupnout až k 70 % THC [tamtéž: 128-130].

## **2.2. Způsoby užívání (aplikace) konopí**

Základní způsoby užití konopí jsou čtyři: inhalace, požívání, injekční aplikace a vstřebání pomocí kůže. V běžné praxi se konopí nejčastěji užívá kouřením a přípravou pokrmů a nápojů ze sušiny a semen. Proto se budu věnovat pouze těmto dvěma způsobům.

Nejrozšířenějším způsobem užívání konopí je **kouření**<sup>3</sup>. Kouří se především sušené samičí květenství někdy smíchané s listy, které jsou ovšem méně potentní. Nástup účinků po vykouření přichází od několika desítek sekund do několika minut a trvá od jedné do tří hodin. Nejrozšířenějším způsobem konzumace konopí je pravděpodobně tzv. **joint**<sup>4</sup>, což je vlastnoručně ubalená cigareta do papírku, většinou, ale ne nutně, smíchaná s tabákem. V případě hašiše se do tabáku balí jeho drobné kousky. Pokud je joint kouřen ve více lidech, dává se kolovat, kdy si každý ze zúčastněných potáhne obvykle jeden až třikrát a pošle dále po kruhu [Gabrhelík et al. 2008: 132].

---

<sup>2</sup> Nebude-li uvedeno jinak, konopí a marihuana používám jako významová synonyma označující drogu, tedy substanci používanou za účelem změny vědomí.

<sup>3</sup> Slangové výrazy jsou v konopné kultuře velice časté. Běžně používané ekvivalenty pro kouření konopí je hulit a pukát (také viz slovník)

<sup>4</sup> Slangové výrazy pro joint jsou špek, brčko, brko (také viz. slovník).

Pro uživatele, kteří preferují čisté konopí, slouží „šlukovky“ (např. skleněnky). Jedná se většinou o dřevěné nebo i skleněné trubičky malé velikosti (cca 6 cm a více – pozn. T.N.) s rozšířenou přední částí, kam se vejde malé množství konopí. Nejmenší z nich je možné vykouřit na jedno nadechnutí. Samozřejmě existují i větší pomůcky jako fajfky a bongy, které pojmu větší množství konopí a tak mohou uspokojit i více kuřáků [Gabrhelík et al. 2008: 132-133].

Ne vždy má kuřák konopí vše, co pro svoje kouření potřebuje (papírky, fajfku), a tak existuje mnoho způsobů, jak drogu užít i bez řádného náčiní (pomocí aluminiové folie a PET lahvi atd. [Gabrhelík et al. 2008: 132-134]).

Další častou aplikací konopných drog je perorální užití. Pokrmu ale i nápoje lze vytvářet v podstatě z celé rostliny (květy, listy, stonek), ale většinou se využívají listy a stonek, které jsou nevhodné ke kouření. Účinné látky jako THC a další kanabinoidy jsou rozpustné v tucích a alkoholu, tudíž tuk by měl být základní součástí receptu na přípravu jídla. Nástup účinků při perorálním užití je pomalejší než u kouření, řádově od několika desítek minut až po několik hodin, účinek trvá řádově hodiny [Gabrhelík et al. 2008: 134-135].

Mezi uživateli je velice rozšířené užívání tzv. „mléka“, kdy je konopí vyvařeno v mléce, které se buď konzumuje jen oslazené nebo s přidáním kakaa apod. V zásadě lze připravit jakýkoliv nápoj nebo pokrm obsahující mléko. Ve velké oblibě je i sladké pečivo jako koláčky nebo bábovka [Gabrhelík et al. 2008: 131, 134].

### **2.3. Typologie uživatelů konopných drog**

Uživatelé konopí spadají do velmi širokého spektra společností. Vytváření typologií usnadňuje orientaci především ve vzorcích užívání konopí uživateli. Pod výrazem **vzorce užívání** se rozumí jak technická stránka užívání a aplikace drogy, tak stránka sociální, rituální a psychologická [Gabrhelík et al. 2008: 132].

Na základě výsledků výzkumů zkoumajících uživatele drog bylo vytvořeno několik typologií uživatelů drog obecně, ale i několik typologií uživatelů konopných drog. Jednotlivé typologie se liší úhlem pohledu, jímž bylo nahlíženo na užívání drogy. Simons rozlišuje obecnou populaci uživatelů drog na:

- a) *část populace se zkušeností s nelegální drogou* – zkušenost jeden a více, dále na
- b) *aktuální uživatele* – ty, kteří v současnosti užívají
- c) *problémové uživatele* – většinou intravenózní uživatele jakýchkoliv drog, zahrnuje i konzumenty, kteří byli nuceni vyhledat pomoc
- d) *závislé uživatele* – sem přejde pouze část problémových uživatelů

e) *těžké dlouhodobé uživatele* – uživatelé s těžkým stupněm závislosti, výrazným sociálním propadem, somatickým stavem atd. [Simons 1997 in Miovská, Vacek, Gabrhelík 2008: 163].

V této typologii jsou uživatelé rozdělení podle optiky problémovosti, jak může uživatel postupovat. Pro uživatele konopí jsou relevantní první tři stupně, a proto jsem tuto typologii zmínil.

Kalina navrhuje jinou obecnou typologii uživatelů drog, která je vhodnější pro uživatele konopí:

*„Experimentátoři:* nepřesné, ale i v odborné mluvě používané označení pro osobu, která drogy takzvaně ‚zkouší‘: občasně a nepravidelně užívá různé drogy a typy drog a může, ale nemusí mít přitom problémy v jiných oblastech.

*Příležitostní a rekreační uživatelé:* u této skupiny se užívání drog stalo součástí životního stylu, ale není častější než jednou za týden a jeho důsledkem není (nebo dosud není) vznik závislosti a dalších problémů. Typické je zejména u marihuany, LSD či extáze na tzv. parties.

*Pravidelní uživatelé:* pravidelnost (tj. užívání častější než 1x týdně) obvykle implikuje již nejen životní styl, ale jistý škodlivý účinek ve stupni závislém na užívané látce. Můžeme hovořit o ‚škodlivém užívání‘ podle MKN-10<sup>5</sup>.

*Problémoví uživatelé:* podle EMCDDA<sup>6</sup> je problémové užívání definováno jako intravenózní užívání drog (IUD) a/nebo dlouhodobé a pravidelné užívání opiátů, kokainu a drog amfetaminového typu. Do pojmu ‚problémové‘ užívání se nezahrnuje užívání extáze a konopí.

*Závislí:* uživatelé splňující diagnostická kritéria syndromu závislosti – často, ale ne vždy jde zároveň o problémové uživatele“ [Kalina et al. 2003: 17; zvýraznění v originále].

V Kalinově typologii je už více kladen důraz na povahu užívání a frekvenci. V následujícím textu budu využívat první tři definované pojmy: experimentátor, příležitostný či rekreační uživatel a pravidelný uživatel podle Kalinovy definice. Pro potřeby této práce je

---

<sup>5</sup> Mezinárodní klasifikace nemocí – 10. revize

<sup>6</sup> Evropského monitorovacího střediska pro drogy a drogové závislosti

však i tato typologie nedostatečná a to zvláště v typu „pravidelný uživatel“. Pravidelní uživatelé, tedy ti, kteří užívají minimálně jednou týdně, se ve způsobu užívání mohou velmi lišit. Podle mého názoru je vzorec užívání konopí a z něho odvislý způsob života velice rozdílný u frekvence užití jedenkrát týdně a frekvence užití sedmkrát týdně. Budu se tedy držet citlivějšího rozlišování pravidelných uživatelů [Miovská, Gabrhelík, Vacek 2008: 164]: v rozdělení na pravidelné uživatele:

- lehké (1-2x týdně)
- středně těžké (3-4x týdně)
- těžké (5x týdně a více).

## **2.4. Náruživost**

Náruživost definuji jako součin frekvence a užívaného množství. U frekvence užívání, i když je ve většině případů je ze strany uživatelů pouhým odhadem, lze sledovat její vývoj (viz. Lehké a těžké pravidelné užívání). U konzumovaného množství nastává problém. Tato proměnná se liší s každým užitím. Pokud člověk kouří pouze sám, pak lze lépe odhadnout množství, které užívá (jeden gram za týden/den, apod). Pokud však uživatel konzumuje více ve skupině než o samotě, pak se tento odhad ztěžuje, protože ve skupině je konopí většinou konzumované jointem, tedy sdíleno několika lidmi, kde každý může šlukovat jinak náruživě a konopí může být v jointu nerovnoměrně rozprostřeno. Tím se ztrácí přehled o množství, jež vlastně uživatelé vykouřili. Další proměnná je potentnost, tedy míra THC a dalších kanabinoidů v užívaném konopí. K dosažení rauše je potřeba méně konopí s větším obsahem psychoaktivních látek a naopak. Nikdo z běžných uživatelů samozřejmě obsah psychoaktivních látek neměří. Jak tedy určit množství, které uživatel užívá? Pro uživatelskou přehlednost se běžně rozlišuje mezi skunkem (šlechtěné konopí s vyšším obsahem THC) a trávou (nešlechtěné konopí) a mezi indoor (vevnitř) a outdoor (venku) pěstovaným konopím. U indooru se pohybuje míra psychoaktivních látek spíše na horní hranici možností, je více potentní, než u outdooru, kde přeci jenom díky rozmarům počasí nejsou podmínky vždy ideální a tudíž je outdoor méně potentní [Gabrhelík, Záborský, Miovský 2008: 125-128]. Toto jednoduché třídění poskytuje určitý návod, kolik konopí je třeba k dosažení rauše. Dále záleží na uživatelově preferenci, tedy jak moc chce být intoxikovaný, tzv. zkouřený.



## **2.5. Kontrola užívání**

Užívat drogy lze mnoha způsoby. Na typologii uživatelů (oddíl 2.3.) můžeme nahlížet jako na míru spotřeby konopí, tedy jak často a jak náruživě (oddíl 2.4.) užívají. Tuto perspektivu lze posunout a zaměřit se na to, v kterých situacích a za jakých podmínek užívají a naopak za jakých neužívají, za jaké situace nebo specifických podmínek je pro ně užití nepříjemné nebo nežádoucí. Jak píše Morávek ve svém článku, výzkumy za posledních třicet let přinesly poměrně bohaté výsledky z oblasti kontroly užívání drog, zejména kokainu, heroinu a v menší míře i konopí [Morávek 2007]. Tyto výzkumy na uživatelích odhalují, že drogy lze užívat i způsobem, který nepodporuje možné sociální vyloučení nebo vznik existenciálních i jiných problémů, které jsou v užívání drog často spatřovány [více Morávek 2007]. V chování uživatelů lze pozorovat tyto mechanismy a způsoby kontroly, které nemusí být nutně vědomě udržované k regulaci užívání drogy (např. náruživosti), ale například k regulaci času věnovaného užívání drogy a tím zvládnutí pracovních nebo školních povinností. Jedinec, který má užívání takto pod kontrolou, je pak kontrolující se uživatel.

## **2.6. Typologie konopných raušů**

Účinkům konopí bude věnována pozornost v následující kapitole. Typologii vnímání těchto účinků, jak je popisují uživatelé, představím už nyní.

Uživatelé pro stav intoxikace používají název rauš nebo zhulenost (hulit = kouřit). Zhulenost má ale různé kvality. Díky různému složení kanabinoidů a množství THC jsou účinky, respektive vnímané prožitky stavu intoxikace dosti variabilní [Vacek 2008; Zábranský 2008]. I přesto existuje uživatelský slovník, který rozlišuje základní charakteristiky rauše a projevů chování. Rauš není stálý, ale svou kvalitou je silně proměnlivý. V průběhu intoxikace se může objevit jediný z nich nebo postupně všechny. Jelikož se jedná o popis subjektivních prožitků, typologie raušů je jen hrubým náčrtem. Jako nejvhodnější pro rozlišení typů raušů se zdá hodnocení míry aktivity uživatelů. Rauše lze dělit na tři typy [Vacek 2008: 236-238]:

a) **vnější aktivita** – těžiště a aktivita je zaměřená ven, uživatel je činorodý, komunikuje, směje se, pohybuje se, vyzařuje z něho energie. Sami uživatelé pro tento stav používají termín: vysmátost, což kromě smíchu v sobě zahrnuje i význam pohody, komunikativnosti, euforie atd. Spouštěčem nezadržitelného smíchu se může stát prakticky cokoliv, i třeba uvědomění bezvládnosti nebo bolesti břicha od svalů namožených smíchem.

b) **vnitřní aktivita** – těžiště aktivity je uvnitř – charakteristická je přemýšlivost, zadumanost, vnímavost. Pro přemýšlivost není tak typická radost jako pro vysmátost, aktivita se přesouvá do vnitřních procesů, jedná se o čínorodé vnitřní pochody, což mohou být cesty fantazií, pohlcení vnitřním světem apod. Člověk v tomto rauši působí navenek klidně, jako kdyby meditoval, relaxoval. Další variantou přemýšlivosti je větší pocit unavenosti nebo malátnosti a zpomalením myšlenek, což je mezistupněm mezi přemýšlivostí a pasivitou (výkydem).

c) **pasivita** – snížená schopnost ovládnout své myšlenky a tělo – zmoženost, výkyd. Nastává většinou při užití většího množství konopí nebo po celém dni opakovaného užívání, kdy převládá v rauši únava. V tomto rauši převládá zakalená mysl, bezmyšlenkovitost nebo malátná bezvládnost, tělo je bez energie.

Tato práce se zabývá kariérou a jejím koncem, proto je zajímavé se ještě zmínit o tom, co se děje s typy raušů v jejím průběhu. S prodlužující se kariérou dochází dle Vacka ke změnám v poměru zažitých raušů a mění se i některé další podmínky:

- „je prožívána častěji přemýšlivost nebo výkyd na úkor vysmátosti,
- jsou oceňovány i typy intoxikací, které patří mezi pasivnější a zdaleka nejsou v oblibě u všech uživatelů,
- z hlediska setu<sup>7</sup> je droga častěji užitá bez ohledu na aktuální psychický stav,
- z hlediska settingu<sup>8</sup> je častější užívání o samotě“ [Vacek 2008: 239].

## **2.7. Konopí a závislost**

Závislostní potenciál konopí vyvolává stále debatu. Někteří výzkumníci dávají možnost vzniku závislosti na roveň společně s alkoholem, tabákem nebo opiáty, někteří autoři tyto teze přesvědčivě vyvrací [Dvořáček, Miovský, Šulcová 2008].

Autoři poměrně obsáhlé meta-analýzy neurobiologicko-behaviorálních a behaviorálních studií uzavírají svou práci s tím, že vztah kanabinoidů a systému odměny opodstatňuje tvrzení o návykovosti a po vysazení chronického příjmu kanabinoidů se dostavuje abstinenci syndrom u zvířat i lidí [Castle, Murray 2004 in Dvořáček, Miovský, Šulcová 2008].

---

<sup>7</sup> „Setem se rozumí aktuální stav uživatele (rozpoložení, nálady, očekávání...) se kterými do stavu intoxikace vstupuje“ [Vacek 2008].

<sup>8</sup> Settingem se rozumí prostředí intoxikace, zejména fyzické a sociální [Vacek 2008].

Zjednodušeně lze říci, že i konopí patří k látkám, které vyvolávají subjektivně příjemný pocit, který při vysazení může přecházet v pocit nepříjemný. Konopí skrývá návykový potenciál, ale nemusí nutně tvořit závislost. Závislost se může vytvořit.

Mezinárodní klasifikace nemocí a souvisejících zdravotních problémů popisuje základní kritéria závislosti jako „skupinu fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více (...) centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky...“ [Duševní poruchy a poruchy chování 1992: 75 in Dvořáček, Miovský, Šulcová 2008]. Klasifikace přitom požaduje splnění minimálně tří ze šesti stanovených kritérií [Duševní poruchy a poruchy chování 1992: 75-76 in Dvořáček, Miovský, Šulcová 2008]:

- a) silná touha nebo pocit puzení užívat látku,
- b) potíže v kontrole užívání látky, a to pokud jde o začátek a ukončení nebo množství látky,
- c) Přítomnost somatického odvykacího stavu,
- d) Průkaznost tolerance jako vyžadování vyšších dávek látky, aby se dosáhlo účinků původně vyvolaných nižšími dávkami,
- e) Postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů ve prospěch užívané psychoaktivní látky a zvýšené množství času k získávání nebo užívání látky, nebo k zotavení se z jejích účinků,
- f) Pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků.

Zmíněné abstinenci příznaky se podle studií objevují spíše u náruživějších kuřáků (užití 4x týdně a více po dobu alespoň jednoho měsíce), ale jejich projevy jsou slabé. Kulminují mezi druhým a šestým dnem po vysazení. Těchto náruživých uživatelů, kteří splňují kritéria pro závislost může být dnes mezi současnými uživateli 10-20 % s tím, že celoživotní prevalence u této skupiny náruživých uživatelů konopí může dosáhnout až 50 % [Dvořáček, Miovský, Šulcová 2008].

### **Shrnutí:**

Konopí je prastará rostlina, která má spoustu druhů využití, mimo jiné také jako droga. Jako droga se nejčastěji kouří a pojídá. Uživatelé, které ho užívají, se dají svými vzorci užívání rozdělit na několik typů podle náruživosti, kde rozlišujícím sledovatelným faktorem je množství a frekvence užívání. Důležitými typy uživatelů pro tuto práci jsou: experimentátor,

občasně užívající – rekreační uživatel a pravidelný uživatel. Uživatele lze posuzovat i optikou kontroly vlastního chování ve vztahu k droze. Kromě typů uživatelů lze rozlišovat i tři typy konopných raušů a to vysmátost, přemýšlivost a výkyd. Konopí působí na centrum odměny, čímž zvyšuje závislostní potenciál, ale podle kritérií nutných pro stanovení závislosti si závislostní projde pouze část uživatelů.

### **3. Účinky konopí**

Rozličnost účinků konopí na člověka je důvodem, proč je tak hojně užíváno a to jak jako droga, tak v kosmetickém průmyslu nebo v lékařství. Mnohoznačnost účinků konopí se dostává do karet aktérů, kteří hrají partii o (ne)legálnost jeho užívání. Existují výzkumy psychologické, které se zaměřují na ovlivnění psychických procesů po užití marihuany, existují klinické medicínské výzkumy, které se zaměřují na fungování a výchylky v organismu člověka na chemicko-neurologické úrovni. Výsledky obou dvou odvětví se mohou lišit a mohou se doplnit nebo podpořit. Zároveň je tady ale i třetí strana a to jsou samotní uživatelé. A právě na vnímání účinků samotnými uživateli bych chtěl zaměřit tuto kapitolu, neboť to jsou právě oni, kteří se rozhodují o tom, zda konopí chtějí, nebo nechtějí užívat. Zmínky o tom, že po kouření konopí se zvyšuje riziko smutných nálad, úzkostí a depresí, nemusí ovlivnit rozhodování uživatelů tolik, jako vlastní prožívání euforických a radostných pocitů, kde tyto pocity úzkosti a deprese chybí.

Pro lidi zvyklé na alkohol je možná těžko uchopitelné, že účinky konopí jsou proměnlivé. Princip lze znázornit podle starého behaviorálního modelu: podnět (marihuana) → reakce (účinek). Několik výzkumů a publikací se vzájemně shoduje na tom, že mezi podnětem a reakcí na podnět je velkou proměnnou samotný subjekt, v našem případě uživatel. Podle výzkumů jsou významnou proměnou působící na prožívání účinků při užívání konopí nejen charakteristické vlastnosti daného uživatele [Ashton et al. 1981 in Vacek 2008], ale i jeho bezprostřední psychické rozpoložení před užitím - set, tak sociální i fyzické prostředí – setting [Zinberg 1984], ve kterém je droga užívána. Když je uživatel v dobré, radostné náladě, jeho radost nebo euforie může být užitím konopí ještě zvýšena. Pokud se však nachází v rozmrzelé náladě, v zahálce a nečinnosti, mohou se po užití konopí dostavit pocity úzkosti a deprese [Earleywine 2005].

Je třeba si též uvědomit, že na rozdíl od kokainu nebo lysohlávek, kde je psychoaktivní látka pouze jedna, obsahuje konopí 60 kanabinoidů, 100 terpenoidů a 20 flavonoidů, což způsobuje poměrně velkou variabilitu v účincích rostliny [McPartland, Mediavilla 2002 in Earleywine 2005]. Právě tento větší počet aktivních látek může přispívat k nejednoznačnosti účinků konopí.

V následujících odstavcích se budu věnovat subjektivním účinkům tak, jak je zažívají samotní uživatelé. Nejedná se zde o potvrzení nebo vyvrácení jednotlivých zažívaných účinků

konopí, ale o představení hlavních skupin účinků konopí, které mohou pociťovat samotní uživatelé, protože tyto vnímané účinky jsou pro opakované užití konopí nejdůležitější. Tyto subjektivní účinky potom konfrontuji s výsledky laboratorních testů, které, pokud byly dostupné, vnášejí do výkladu další perspektivu.

Tato kapitola vychází ze shrnutí Mitche Earleywinea a jeho knihy *Mind-altering drugs* [Earleywine 2005]. K volbě jeho statě vedly dva důvody. Zabývá se vnímáním účinků konopí samotnými uživateli, což pokládám za rozhodující pro kariéru uživatelů, a jeho shrnutí je ucelené a v současné době jedno z nejnovějších.

### **Vnímání času a prostoru**

Podle výpovědí respondentů ve výzkumu [Tart 1971, Halikas, Goodwin, Guze 1971 in Earleywine 2005] konopí zpomaluje vnímání času. Laboratorní výpovědi to potvrzují [Chait, Pierrri 1992 in Earleywine 2005]. Toto zpomalení času může mít vliv na vnímání okolí (settingu), což v případě příjemného prostředí může přispět k větší euforii a v případě nepříjemného prostředí může vést také k nepříjemným úzkostným pocitům. Dotazovaní uživatelé uvedli i odlišné vnímání prostoru [Tart 1971 in Earleywine 2005], které bylo laboratorním výzkumem potvrzeno [Bech, Rafaelsen, Rafaelsen 1973 in Earleywine 2005].

### **Zrakové účinky**

Uživatelé často prohlašují, že po intoxikaci konopím mají pocit zvýšené zrakové bystrosti a hlubokého vnímání, což laboratorní výsledky nepotvrzují a indikují, že je to spíše naopak. Schopnosti jsou vlastně trochu zhoršené. Participanti Tartova výzkumu po užití konopí rozpoznávali smysluplné obrazy v bezvýznamných podnětech [Tart 1971]. Zrakové halucinace se ve zkoumaném vzorku respondentů objevily zřídka (9%) a to pouze po požití velmi vysokých dávek konopí, což potvrdil i Halikasův výzkum, kde zrakové iluze potvrdila 4% respondentů [Halikas, Goodwin, Guze 1971 in Earleywine 2005]. Další studie přináší výsledky ze vzorku více než dvou set kanadských uživatelů, kde respondenti také tvrdili, že konopí ovlivňuje jejich zrak [Adamec, Pihl, Lester 1976].

Podle uživatelů se mění i vnímání barev. Participanti v Tartově výběru tvrdili, že se jim při intoxikaci běžně stává, že vidí nové barvy nebo barevné odstíny. Laboratorní výsledky ovšem poukazují na pravý opak. Po vykouření marihuany dosáhli participanti mnohem horších výsledků v rozlišování barev a barevných odstínů [Adams et al. 1976 in Earleywine 2005]. Nejhorších výsledků údajně participanti dosáhli v modrém spektru barev. Earleywine

navrhuje, že konopí zkrátka umožňuje uživatelům domnívat se, že lépe rozeznávají barvy, i když je to naopak [Earleywine 2005].

Intoxikace konopím také mění vnímání hloubky obrazu. Participanti Tartova výzkumu hovořili o trojdimenzionálnosti vnímání obrazu [Tart 1971]. Jedna z případových studií potvrzuje, že konopí pomáhá naučit se vnímat hloubku [Mikulas 1996 in Earleywine 2005], nicméně experiment s obrazy promítanými stereoskopem ukázal, že tuto schopnost spíše snižuje [Earleywine 2005].

### **Představivost**

Tartovi participanti tvrdí, že konopí jim zlepšuje schopnost představit si obrázky a objekty [Tart 1971], ale laboratorní výzkumy to nepotvrzují. Intoxikovaní jedinci měli popsat obraz, který použili v určitém učebním procesu. Popis obrazu od těchto intoxikovaných participantů hodnotili soudci a nazvali je jako méně svěží nebo méně živé [Block, Wittenborn 1984 in Earleywine 2005]. Tento výsledek lze interpretovat tak, že marihuanová intoxikace může donutit lidi myslet si, že mají zlepšenou představivost, i když nemají. Také to může znamenat, že intoxikovaní jedinci mají zlepšenou představivost, ale sníženou schopnost tuto představu popsat [Earleywine 2005].

### **Sluch**

Konopí mění vnímání zvuku. Jak popisovali někteří spisovatelé, po snědení hašiše slyšeli hudbu, pociťovali zvýšenou citlivost ke zvukům a hudbě nebo slyšeli báječné akordy, které by zahanbily největší světové skladatele [Earleywine 2005].

Tartovi participanti hovořili o několika charakteristických účincích spojených se sluchem [Tart 1971]. Tvrdili, že tóny hudby zní jasněji a že rytmus se zdá čistší. Téměř všichni (95%) potvrdili, že zvuk pro ně má větší ostrost. Jiní výzkumníci došli se svými respondenty ke stejnému závěru [Adamec, Pihl, Lester 1976, Halikas, Goodwin, Guze 1971 in Earleywine 2005]. Laboratorní výsledky se však k těmto jevům nijak blíže nevyjadřují. Všechny tři studie také oznamují synestésii<sup>9</sup> ve vysokých dávkách, kde participanti hovoří o zrakových jevech spojených se zvukem [Earleywine 2005].

---

<sup>9</sup> Synestésie je vyvolání vjemu jednoho smyslu podnětem z jiné smyslové oblasti: obrázkem citronu vyvolat pocit chuti citronu.

## **Hmat**

Změna vnímání hmatových podnětů je také typickým znakem konopné intoxikace. V Tartově výzkumu tuto tezi o mnohem vyšším vnímání až vzrušení z dotyků potvrdilo 65% respondentů [Tart 1971]. Padesát pět procent respondentů také tvrdilo, že během intoxikace zažili úplně nové hmatové vjemy. Další dva nezávislé vzorky respondentů potvrzují vnímání zlepšeného smyslu pro hmat [Halikas, Weller, Morse 1982, Adamec, Pihl, Lester 1976 in Earleywine 2005].

## **Chuť**

Gautier tvrdil, že nejobyčejnější voda chutnala jako vynikající víno po snědení hašiše. [Gautier (1846) 1966]. Legendární důsledek užití marihuany na chuť k jídlu vytvořilo mnoho veselých historek [Earleywine 2005]. Respondenti z Tartova výzkumu tvrdili, že konopí jim zvyšuje vnímání chutí a dokonce, že vnímají jídlo i v nových kvalitách, což začíná už u nízkých úrovní intoxikace [Tart 1971]. Zkušeni uživatelé z dalších dvou vzorků potvrdili pocit většího potěšení z vnímání chutí [Adamec, Pihl, Lester 1976, Halikas, Weller, More 1982 in Earleywine 2005]. Laboratorní výzkumy zkoumající klasickou čtveřici základních chutí sladké, slané, kyselé a hořké schopnost lepšího rozeznávání chutní nepotvrzují [Mattes, Shaw, Engelman 1994 in Earleywine 2005]. Intoxikovaní lidé nemusí vlivem intoxikace získat schopnost lépe rozeznat chutě, zvýšit se může jen jejich potěšení z vnímání chutí [Earleywine 2005].

Respondenti z Tartova výzkumu vypovídali i o jednom charakteristickém účinku: v průběhu intoxikace si více užívali samotný proces jedení a většinou zkonsumovali větší porce jídla [Tart 1971]. V průběhu intoxikace měli také mnohem častěji chuť na sladké. Oba tyto účinky začínají na nízkých úrovních intoxikace. Na samostatném vzorku 100 bělochů, kteří kouřili konopí nejméně padesátkrát, 72% z nich řeklo, že droga obvykle zvyšuje jejich hlad a 37% řeklo, že to zvyšuje jejich chuť na sladké [Halikas, Goodwin, Guze 1971 in Earleywine 2005]. Laboratorní výsledky potvrdily až 40% nárůst snědených kalorií v průběhu intoxikace [Foltin, Fischman, Byrne 1988 in Earleywine, 2005]. Právě tyto výsledky pravděpodobně inspirovaly lékařskou obec k zamyšlení o využití kanabinoidů pro pacienty s problematicky sníženou váhou.

## **Emoce**

Dopad jakékoliv drogy na lidské emoce ovlivňuje jejich budoucí užití. V mnoha výzkumech [Tart 1971; Halikas, Weller, Morse 1982, Lyons et. al 1997 in Earleywine 2005]



se potvrzují zhruba stejné účinky: respondenti uvádějí příjemné a uvolněné pocity, zlepšení nálady až stavy euforie. Tyto reakce pravděpodobně motivují uživatele k pokračování v konzumaci. Tyto účinky však nemusí mít na svědomí jenom konopí. Podle výsledků experimentů [Cami et al. 1991, Kirk, Doty, De Wit 1998 in Earleywine 2005] s podáváním konopných cigaret a placebo se velkou měrou na emocionálním prožitku odráží i samotné očekávání účinků po užití konopí. Dopady užití konopí se tedy objevují v uživatelově mysli a tím velkou měrou přispívají k emocionálním dopadům. Tart se též zajímal o emoční krize v průběhu intoxikace. Drtivá většina jeho vzorku (89%) odhadla, že pocit dezorientace, extrémní rozrušenosti nebo paranoie se přihodí méně než v jednom procentu intoxikací, tedy velice výjimečně [Tart 1971]. Výskyt nepříjemných stavů bude ve skutečnosti asi o něco vyšší. Odhad je pravděpodobně zkreslen výběrem vzorku, který tvoří zkušení uživatelé, kteří si zatím v užívání konopí libují [Earleywine 2005].

### **Myšlení**

Uživatelé hovoří o několika typických účincích konopí na jejich myšlení. Participanti Tartova výzkumu tvrdili, že jejich myšlenky byly více soustředěny na přítomnost, na tady a teď [Tart 1971]. Shledali, že se v intoxikaci zvyšovala pravděpodobnost, že budou mít spontánní vhled do sebe samých, také si všimli, že více ocení rafinovaný a jemný humor, mnohem snáze přijmou pohled na věc z různých perspektiv. Žádné laboratorní studie se na toto přímo nezaměřují.

Respondenti dále shledali jisté obtíže při čtení během intoxikace, tedy zhoršily se některé kognitivní procesy [Tart 1971]. Na druhou stranu třicet procent respondentů z jiného výzkumu [Halikas, Goodwine, Guze 1971 in Earleywine 2005] vypovídalo spíše o schopnosti lepší koncentrace a o některých zlepšených kognitivních procesech. Laboratorní výzkumy obecně rozporují tyto dojmy kognitivního zlepšení během intoxikace. Možná, že droga vytváří představu zlepšené koncentrace navzdory jeho zhoršení. Dále mnoho jedinců vypovědělo, že jim droga zlepšila jejich koncentraci kvůli mírnému deficitu pozornosti, tedy mohli se lépe soustředit, protože nevěnovali pozornost dění okolo sebe.

### **Paměť**

Marihuana zřetelně mění schopnost učit se nové věci po dobu intoxikace, na druhou stranu si uživatelé v době intoxikace pamatují to, co se naučili už dříve [Earleywine 2002 in Earleywine 2005; Zimmerová, Morgan 2003]. Subjektivní zkušenosti jdou ruku v ruce

s laboratorními studiemi. Uživatelé zřídka mají problémy s vědomostmi, které měli už před intoxikací, což potvrzují i výzkumy. Na druhou stranu uživatelé často hovořili o zhoršení krátkodobé paměti v době intoxikace, která se projevovala zapomínáním tématu konverzace. Uživatel zapomněl téma konverzace dříve, než dokončil vlastní myšlenku [Tart 1971 in Earleywine 2005]. Více než polovina vzorku tvrdila, že toto zapomínání v průběhu konverzace se děje velmi často nebo obvykle. Tento účinek je patrný ve vysokých nebo velmi vysokých úrovních intoxikace, jak potvrzují laboratorní studie. Tento druh zapomínání také potvrdil výzkum na více než 200 Kanadanech [Adamec, Pihl, Lester 1976 in Earleywine 2005].

Tartova data také odhalila překvapující a neočekávaný účinek spojený s pamětí. Uživatelé běžně hovoří o tom, že si spontánně vybavují události ze vzdálené minulosti, obsahující i věci, o kterých nepřemýšleli již mnoho let [Tart 1971]. Například, lidé si mohou připomenout nějakou nehodu, která se jim stala kdysi na základní škole. Tento účinek pociťuje při vysokých úrovních intoxikace většina vzorku. Uživatelé reflektují, že jim užití konopí zhoršuje krátkodobou paměť, ale na druhou stranu tvrdí, že spontánní vybavování vzdálených vzpomínek je snadnější.

### **Sexualita**

Jak potvrzuje několik studií, konopí ovlivňuje vnímání sexuality. Tartovi respondenti hovořili především o změně kvality orgasmů [Tart 1971]. Tvrdili, že orgasmus během intoxikace je výjimečný, nový, a je nemožné takový zažít mimo intoxikaci. Tento účinek konopí může jít ruku v ruce s obecným zvýšením radosti nebo citlivosti na dotek. Více než polovina respondentů vypověděla, že byli lepšími milenci po užití konopí, že byli mnohem vnímavější a něhu dávající než bez intoxikace.

Toto potvrzuje i výzkum na 100 zkušených uživatelích, kteří užili konopí více než 50x. Přes 60 % respondentů tvrdilo, že jim konopí zvyšuje kvalitu sexu a orgasmu, mají pocit zvýšené intimnosti a jsou sexuálně zdatnější. Shodou okolností ale tito uživatelé zůstávali také déle bez stálého partnera a zvyšovala se u nich pravděpodobnost sexuálních styků se stejným pohlavím oproti těm, kteří konopí neužívají [Halikas, Weller, Morse 1984 in Earleywine 2005].

### **Spiritualita**

Několik kulturních tradic vidí psychoaktivní látky jako důležitou část spirituality. Například Národní americká církev užívá meskalin jako svátost. Koptové a členové

Rastafariánské církve kouří konopí jako část jejich náboženské praxe. Určité buddhistické sekty v Nepálu užívají konopí jako tělo Páně [Clarke 1998 in Earleywine 2005]. To iniciovalo i výzkumy, zabývající se spiritualitou.

Respondenti [Tart 1971 in Earleywine 2005] poukazovali často na jeden charakteristický účinek, který lze interpretovat jako spirituální. Tento účinek by se dal připodobnit k dětským pocitům otevřenosti k novým zážitkům do značné míry naplněné údivem nad světem. Více jak polovina respondentů tento pocit při intoxikaci zažila velmi často nebo obvykle. Čtvrtina respondentů také tvrdila, že měli takový spirituální zážitek, který měl zásadní vliv na jejich život. Respondenti většinou popisovali tyto události jako momenty, kdy se spojili s vesmírem, s Bohem, nebo pro popis užívali výrazy typu mír a radost, což se velice podobá popisům náboženské extáze.

### **Spánek**

Respondenti v Tartově výzkumu běžně hovořili o tom, že pociťují zvýšenou ospalost, zvláště při vysoké míře intoxikace, a je pro ně charakteristické, že velmi snadno usínají, což pozorovali už u malých dávek [Tart 1971]. Participantů také tvrdili, že se jim zvyšuje kvalita spánku, zvláště u vysokých dávek. Část respondentů zase naopak tvrdila, že intoxikace jim brání v kvalitním spánku, že je pro ně rušivá, zvláště po velmi vysokých dávkách. Výzkumy ale spíše potvrzují uvolňující a uklidňující účinek a podporu kvalitního spánku [Halikas, Goodwin, Guze 1971 in Earleywine 2005].

### **Nežádoucí účinky**

Sami uživatelé věnují často nežádoucím účinkům méně pozornosti než těm pozitivním. Konopí může být vnímáno jako nepříjemné při prvních experimentech nebo při velmi vysokých dávkách, jak je popsáno v předcházejících odstavcích. Z větší části záleží na interpretaci samotného uživatele, zda bude vnímat změněné vnímání barev a zvuků, zhoršenou schopnost zapamatovat si nebo číst apod. jako znepokojující či rozčilující účinek konopí, nebo právě ten, který subjektivně pociťuje jako zábavný. Na druhou stranu jsou popsány i takové účinky konopí, které většinu lidí spíše znepokojí bez ohledu na to, jak zážitek budou chtít interpretovat. Už literární zdroje autorů Baudelaire, Ludlowa a Gautiera zmiňují a popisují děsivé účinky konopí [Earleywine 2005]. Participantů výzkumu neupozornili na velký počet negativních účinků [Tart 1971]. Zmínili, že se občas snáze nechají k něčemu strhnout nebo se jim snadno stane, že například v hovoru odbočí od tématu. Dále považovali za běžný negativní účinek neschopnost uvažovat čistě, pracovat precizně

nebo řešit problémy efektivně. Též se po užití konopí cítili fyzicky slabší. Laboratorní výzkumy potvrzují pomalost a nevykonnost myšlení během intoxikace. Experimenty však nedokumentují fyzickou slabost, ale spíše pocity sedativních účinků konopí, které mohou respondenti vnímat právě jako pocit slabosti [Block et al. 1998 in Earleywine 2005]. Jelikož výzkumy výpovědí respondentů neobsahují tak často zmínky o např. panice nebo diskomfortu, je pravděpodobné, že se to netýká všech uživatelů. Nabízí se také interpretace, že malý počet subjektivně vnímaných negativních účinků podléhá chybě výběru, tedy že ve výzkumu participovali zkušeni uživatelé, kteří si zatím v užívání konopí libují. Více jak polovina respondentů také potvrdila zhoršenou schopnost soustředění během intoxikace a 40% respondentů se přiznalo k pocitu mírné zmatenosti [Tart 1971].

Samotné negativní prožitky mohou být různé a mohou být i různě popisovány: „*Nečastější z nich je pravděpodobně **dysforie**. Takový zážitek je celkově podbarven nepříjemnými emocemi, letargie se může střídát s úzkostí, v centru pozornosti jsou nepříjemné tělesné pocity (strnulost, napětí, bezvládnost, únava, brnění, mrazení...) **Otupělost a apatie** coby jeden z pólů nepříjemné emocionální reakce s sebou nese zhoršené smyslové vnímání, nepříjemné pocity oddělenosti od fyzického i sociálního okolí. Paranoidní myšlenky a nedůvěra k ostatním mohou podporovat různě intenzivní úzkost. Relativně nejčastěji se vyskytuje **tělesná bezvládnost** se zachovalou orientací a zmateným myšlením, ta je zároveň nejméně nepříjemným druhem negativního prožitku. Vědomí i vzpomínky na prožitek jsou v takovém případě zachovány, je ale zažívána **zmatenost a bezmoc**.*“ [Tart 1970, Weil 1970 in Dvořáček 2008: 249; zvýrazněno v původním textu]. Při konzumaci vysokých dávek konopí jsou negativní pocity mnohdy doprovázeny i nepříjemnými tělesnými prožitky. Na druhou stranu se zdá, že na těchto negativních prožitcích se podílejí spíše predispozice uživatele než vysoké dávky konopí, což potvrzuje jeden z výzkumů na úzkostných a depresivních pacientech [Szuster, Pontius, Campos 1988 in Dvořáček 2008]. Úzkostní pacienti prožívali při intoxikaci konopím častěji úzkostné stavy než depresivní pacienti a kontrolní skupina. Také nízké sebevědomí je spojeno s častějším prožíváním úzkosti [Wilson, Maguire 1985 in Dvořáček 2008]. Negativně vnímaný zážitek je mnohem pravděpodobnější, pokud uživatel nepociťuje optimální vyladění v setu nebo v settingu. Také spoluužívání dalších drog kromě marihuany je spojeno s vyšším výskytem pocitu úzkosti [Victor, Grossman, Eisenman 1973 in Dvořáček 2008].

Pro prožitek těchto pocitů a stavů myslí se vžil do slovníku uživatelů konopných drog název „bad trip“. Bad tripem se označuje nějaká psychická komplikace během intoxikace,

kteřá je prožívaná negativně. Pro bad trip je kromě úzkosti a paniky typická paranoia, zmatenost, depersonalizace, deraealizace, agresivita, halucinace, iluze, kognitivní poruchy a zhoršení psychomotorických funkcí [Dvořáček 2008].

Bad tripů z tohoto pohledu může být více druhů. Vždy je dominantní jeden z možných prožívání. V krátkosti se zastavím u bad tripu v podobě úzkostné poruchy až panické epizody. Takový bad trip je doprovázený hlavně úzkostí a může se projevat mírným neklidem až panickou atakou, jež je jakýmsi vrcholem pociťované úzkosti. Úzkost je nepříjemný emoční stav, jehož nepříjemnost spočívá v tom, že nelze jednoznačně definovat příčiny úzkosti (na rozdíl od strachu, kde lze příčinu lze rozpoznat a definovat [Dvořáček 2008: 251]). Pocit úzkosti může narůstat rychle během minut nebo třeba i během několika měsíců. Mezi příznaky prožívané úzkosti patří pocit ohrožení, nadměrná bdělost, obtíže s koncentrací, nespavost, třes, napětí ve svalech, pocit únavy. Vše může přerůst až v úzkostnou poruchu, což bývá velice častá komplikace užívání konopí [64]. Někdy má úzkost charakter agorafobie, tedy je doprovázena strachem z veřejných prostranství, z opuštěných domů, z davu lidí či z cestování bez doprovodu. Zkušenost s bad tripem úzkostného typu bývá nejčastějším důvodem pro ukončení užívání konopí [Dvořáček 2008: 252].

### **Shrnutí**

V této kapitole jsem představil základní kategorie účinků, které uživatel většinou pociťuje při užívání konopí. Jak je patrné z některých procentuálních vyjádření, konopí nepůsobí na všechny jeho uživatele stejně. Subjektivní vnímání účinků na organismus považuji za jeden z významných faktorů podílejících se na průběhu kariéry, zvláště těch, které jsou vnímány pozitivně. V případě pozitivně vnímaných účinků jako radost z vnímání prostoru, barev, zvuku a sexu, bude kariéra delší. V případě negativně vnímaných účinků, jako je panika, dysforie, úzkost nebo bad trip, lze předpokládat, že bude kariéra uživatele spíše kratší.

## **4. Konopná kariéra**

Konopná kariéra začíná prvním experimentem s konopím. Je možné, že jedinec po prvním užití už neužije. V případě, že bude v užívání pokračovat, lze sledovat vývoj v užívání. Tato práce se zaměřuje na konec kariéry, ale bez uvedení začátku a prostředku kariéry by konec nemohl být dostatečně vysvětlen. Nejdříve krátce uvedu začátek a průběh kariér respektive vzorce užívání, poté se budu věnovat konci kariéry.

### **4.1. Počátek konopné kariéry**

I když se lze dívat na počátek užívání či první experimenty s konopím z několika úhlů pohledu, vzhledem k zaměření práce na její konec, volím dva. Každý z pohledů nazírá na počátek z jiné perspektivy, ale dohromady tvoří pro účely této práce dostatečný obrázek o počátku kariéry.

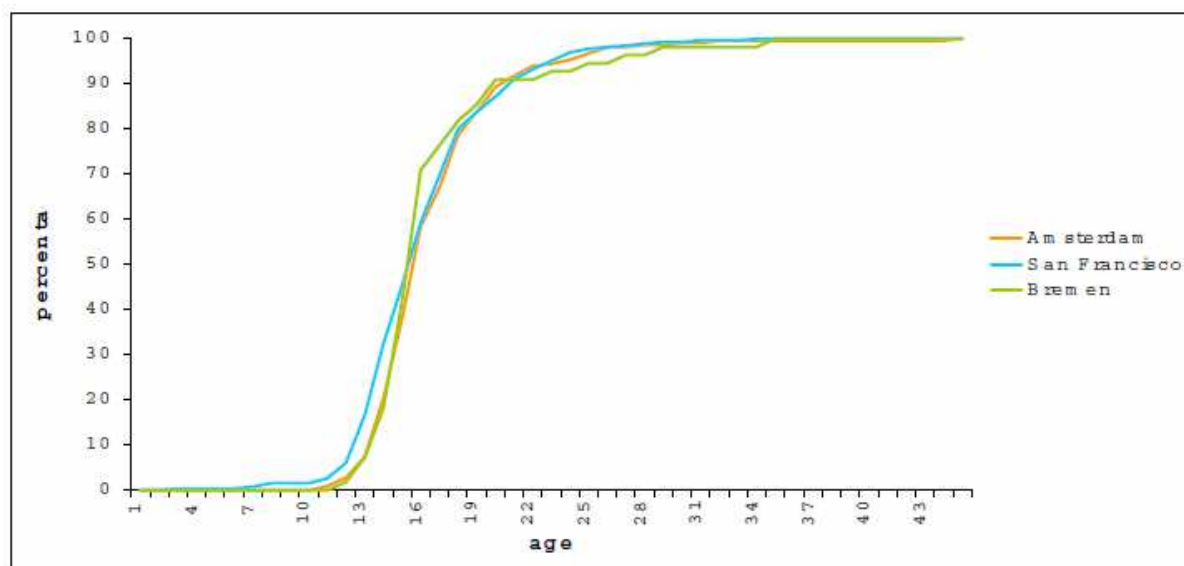
Prvním pohledem je článek Howarda Beckera „*Becoming a marijuana user*“. Becker ve svém článku tvrdí, že „užívatelství“ marihuany je produktem sociálního učení [Becker 1953]. Uznává, že marihuana obsahuje spoustu látek, které mají různý vliv na funkci mentálních procesů a tím ovlivňují uživatele. Schopnost člověka užít a využít tuto intoxikaci však není samozřejmostí. Becker tvrdí, že aby se člověk mohl stát spokojeným uživatelem marihuany, musí zdárně zvládnout tři stádia učednictví.

- i) Prvním krokem je naučit se kouřit způsobem, který způsobí reálný efekt.
- ii) Druhým krokem je naučit se rozpoznat účinky marihuany na svém těle a spojit si tento pocit s jejím užitím.
- iii) Třetím krokem je naučit se rozpoznatý pocit definovat jako příjemný.

Všechny tři kroky jsou na cestě ke spokojenému užívání marihuany podstatné [Becker 1953]. Třetí krok se zdá být tím nejdůležitějším pro odstartování uživatelské kariéry. Jde o subjektivní redefinici pocitů, které dříve byly vnímány jako nepříjemné. Tato redefinice vlastně umožňuje uživateli užít si stav intoxikace. Na cestě ke spokojenému užívání tedy Becker zdůrazňuje potřebu dvou faktorů: sociální faktor kvůli rozpoznání účinků a příznivý kognitivní proces redefinice vnímaného účinku na příjemný.

Druhým pohledem je studie Cohena a Kaala, která poskytuje základní přehledné výsledky o typických okolnostech počátku užívání konopí na poměrně velkém vzorku [Cohen, Kaal 2001]. Výzkum je založen na dotazování respondentů z tří různých měst: San Franciska, Amsterdamu a Brém. Tato tři města se liší geopolitickým a kulturním kontextem, i když stále v evropsko-americké oblasti. V celkovém vzorku jejich studie bylo zahrnuto 7359 respondentů, z toho 2250 respondentů někdy v životě zkusilo marihuanu, 848 ji užilo během posledního roku a 473 během posledního měsíce. Cohen a Kaal rozlišovali mezi zkušeným a nezkušeným uživatelem podle celkového počtu užití v životě. Jako zkušené uživatele označili ty respondenty, kteří užili marihuanu více než pětadvacetkrát. Ve vzorku bylo 873 zkušených uživatelů [Cohen, Kaal 2001]. Výsledky se týkají věku a základních okolností prvních experimentů.

Věk počátku užívání nebo prvního experimentu u uživatelů konopí je až pozoruhodně podobný ve všech třech městech. Devadesát procent uživatelů spadá svým věkem prvního experimentování do rozmezí dvanáct až dvacet let s mediánem šestnáct let [Cohen, Kaal 2001; také Chen, Kandel 1997]. Srovnání všech tří měst na grafu ukazuje, že navzdory různým městům a i různým protidrogovým politikám (San Francisco spíše represivní, Amsterdam liberální) je věk začátku užívání téměř totožný.



Obrázek č.1: Grafické znázornění prvních experimentů s konopím ve srovnání tří měst Amsterdamu, San Franciska a Brém zohledněno věkem. Osa X znázorňuje věk a osa Y procentuální část vzorku. Přebráno z výzkumné práce Cohen a Kaal (2001).

Věk počátku užívání zkušených uživatelů oproti těm nezkušeným je vždy o něco nižší. Velice silný faktor ovlivňující první užívání konopí je sociální okolí. Třem čtvrtinám uživatelů bylo konopí nejdříve nabídnuto někým jiným a zhruba jedna šestina uživatelů o to své okolí požádala [Cohen, Kaal 2001: 41-42].

První experimenty se zdají být spíše sociální záležitostí než aktem samotářským. Více než osmdesát osm procent uživatelů experimentovalo s konopím alespoň s jedním nebo spíše se skupinou přátel. Pouze zlomek respondentů experimentoval o samotě. Zdá se tedy, že existence skupiny důvěryhodných lidí je předpokladem experimentu [Cohen, Kaal 2001: 43].

Zajímavou informaci přináší též reflexe setu a settingu a prvních účinků. Přes devadesát procent respondentů hodnotí okolnosti, za kterých experimentovali za pozitivní a nebo neutrální. Nejvíce bylo před užitím pocíťováno dobrodružství, vzrušení a zájem. Respondenti se nacházeli v dobrém nebo nijak zvláštním či běžném rozpoložení. Většina respondentů pak hodnotí první zkušenost jako příjemnou, ale zhruba čtyřicet procent na sobě nepocítilo žádný efekt [Cohen, Kaal 2001: 43]. To by potvrdzovalo Beckerovu tezi o sociálním učení při počátku užívání.

## **4.2. Vzorce užívání konopí**

Každý jedinec začínající s užíváním konopí si najde nějaký způsob, frekvenci, rituál užívání. V průběhu času tak prožívá jakousi kariéru s užíváním konopí, která může být stabilní nebo variabilní podle okolností. Průběhy jednotlivých kariér uživatelů jsou různé stejně jako sami uživatelé. Hathaway ve snaze roztrždit hlavní trendy kariér použil šest možností jejich průběhů [Hathaway 2004], přebranych z výzkumu zabývající se vzorci kokainových uživatelů [Morningstar, Chitwood 1983]. Společně se šesti nákresey (viz obrázek č. 3) průběhů byl použit i slovní doprovod jakým způsobem se kariéra odvíjela a respondent se měl zařadit do typu, který nejlépe odpovídal průběhu jeho kariéry. Pro přehlednost těchto šest slovních komentářů uvedu:

**Vzorec užívání 1** – *Nejdříve hodně a pak postupně méně*. Poté, co respondent poprvé zkusil konopí, začal užívat náruživě, ale od té doby postupně spotřebu snižoval.

**Vzorec užívání 2** – *Více a více*. Respondent užívá v průběhu měsíců a roků čím dál více.

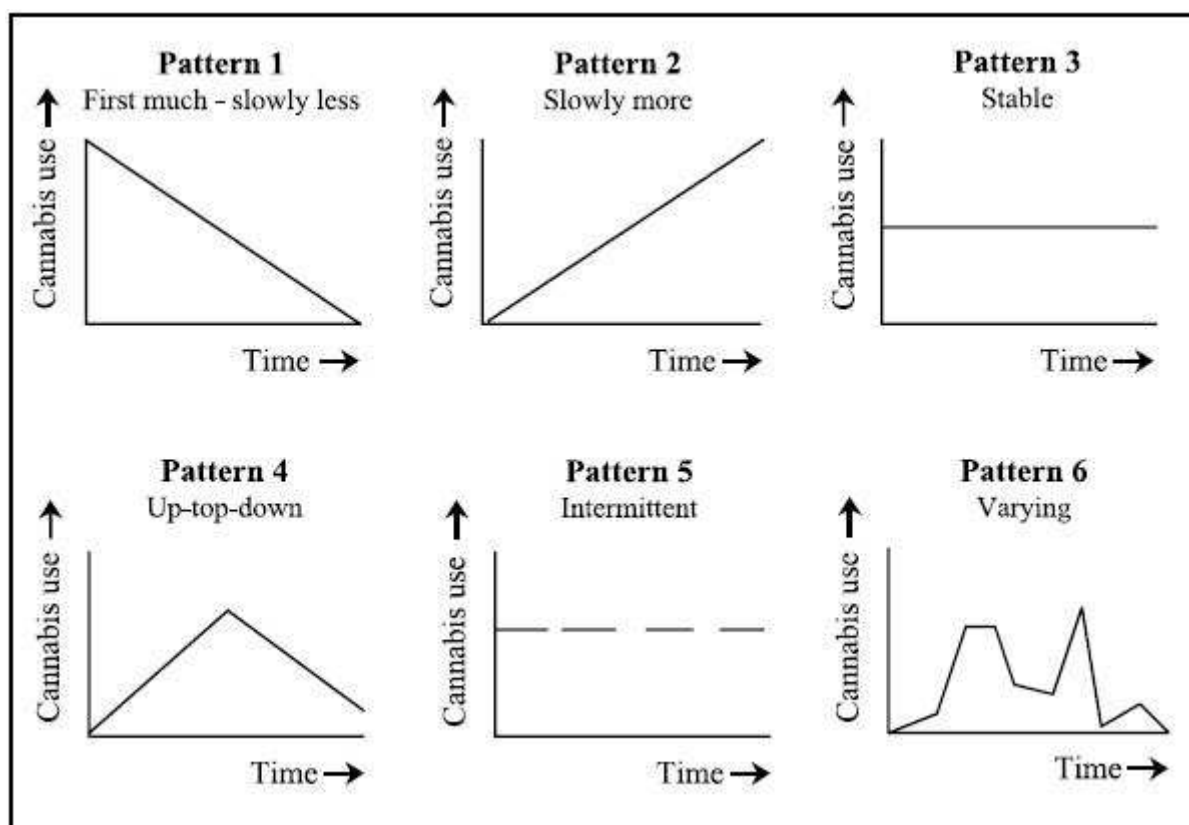
**Vzorec užívání 3** – *Stabilní*. Respondent začal užívat konopí na stejné úrovni, na které stále užívá, a množství a frekvence se nemění.



**Vzorec užívání 4** – *Nahoru a dolů*. Respondent užíval stále více až do doby než dosáhl vrcholu a pak zase postupně ve spotřebě klesal.

**Vzorec užívání 5** – *Přerušované*. Respondent mnohokrát zahájil a skončil užívání. Přerušované užívání.

**Vzorec užívání 6** – *Různě, proměnlivě*. Respondent v průběhu let měnil svůj vzorec užívání.



Obrázek č.2: Označuje šest typů užívání konopí – kariér. Na ose X je znázorněn čas a osa Y znázorňuje frekvenci a množství konopí, které respondenti užívali.

Hathaway provedl dotazování na průběh kariéry se zkušenými uživateli (více než 25 užití). Jeho vzorek činil 104 respondentů. Respondenti nejčastěji označovali „proměnlivý vzorec“ užívání (č.6) v 32 % případů, pak vzorec s pomalým nárůstem spotřeby (č.2) s 22 % respondentů, následně se ukázal významným vzorec s průběhem „nahorů-dolů“ (č.4) s 20 % případů a nakonec vzorec stabilní (č.3) s 19 % případů [Hathaway 2004].

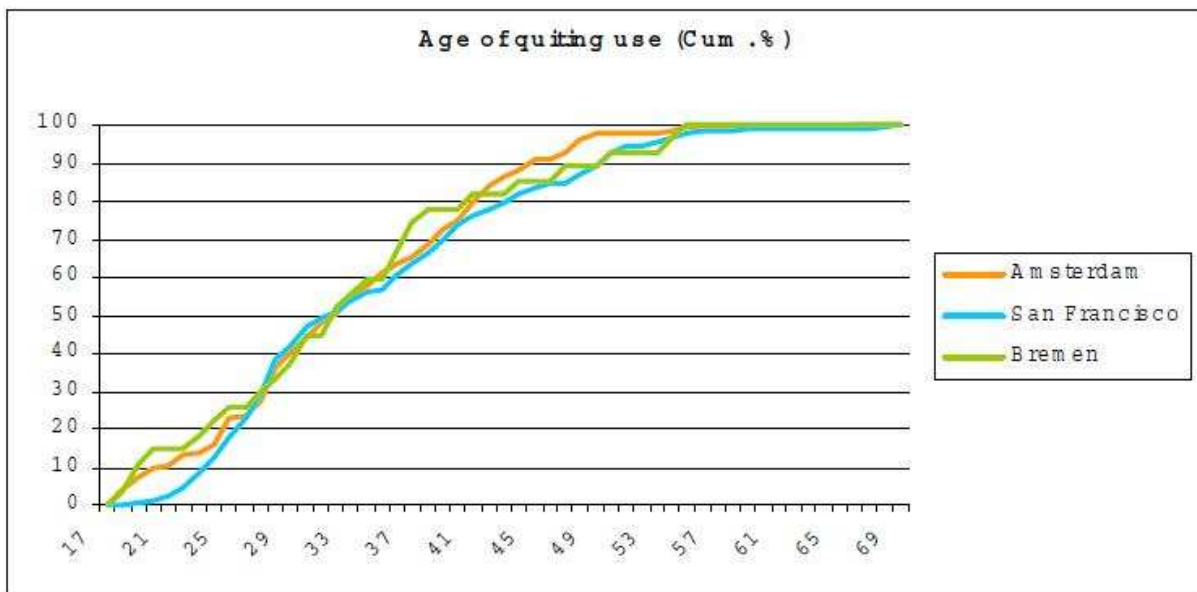
Cohen a Kaal zahrnuli toto dotazování také do svého velkého výzkumu. Jejich výsledky označily dva průběhy jako nejtypičtější. Nejčastějším průběhem byl graf „nahoru a dolů“ (č.4), v kterém se našla polovina respondentů. Pro druhý graf „proměnlivého vzorce“ (č.6) se vyslovila celá čtvrtina [Cohen, Kaal 2001]. Celých 75 % procent respondentů spadá do těchto dvou vzorců.

Pokud tedy jedinci po prvních experimentech pokračují v užívání, pro většinu z nich je typické, že zvyšují svou frekvenci užívání. Podle výsledků studie [Cohen, Kaal 2001] od prvního experimentu do prvního roku, kdy jedinci užívali pravidelně konopí (alespoň 1x týdně) uběhly v průměru dva roky. Podle stejného výzkumu dosáhli uživatelé svého vrcholu v průměru kolem 21 let ( $s = 6$ ). Období kariéry, kdy byli uživatelé na vrcholu a kdy se nejvíce oddávali užívání konopí bylo různě dlouhé. Nejnáruživější období, které trvalo méně než rok prožilo zhruba 15 % respondentů. Zhruba polovina vzorku prožilo svoje nejnáruživější období v rozmezí jednoho až dvou let a dalších zhruba 15% prožilo svůj vrchol náruživosti maximálně do délky tří let. Přesto zhruba pětina respondentů odhaduje svoje nejbouřlivější období na čtyři a více let [Cohen, Kaal 2001].

### **4.3. Konec konopné kariéry**

Na vrcholu kariéry užívání konopných drog se uživatelé udrží několik týdnů, měsíců nebo několik let. Pak zpravidla přijde změna. Pro padesát procent respondentů byla charakteristická nejdříve vzrůstající tendence užívání a po dosažení vrcholu a setrvání na vrcholu zase klesající tendence (vzor užívání č.4). Samozřejmě, že je potřeba vnímat vývoj kariéry symbolicky, tedy že je průběh kariéry schematizován. Ve skutečnosti může být průběh kariéry členitější. Při pohledu na celkový průběh kariéry a na změny spotřebního vzorce však může odpovídat vzorci č.4 [z 50 % případů; Cohen a Kaal 2001] i když reálná členitost by se mohla podobat spíše vzorci č.6. Pokud porovnáme tyto dva vzorce, lze v nich spatřovat jistou podobnost. Oba dva začínají na nízké spotřebě, řekněme na nulové spotřebě, a po nějakém průběhu a změnách ve spotřebních vzorcích, které se různým způsobem liší, končí zase na nízké spotřebě konopí, ne-li opět na nule.

Cohen a Kaal se ve svém výzkumu podrobně dotazovali i na ukončování kariéry a okolnosti jeho ukončení. Jejich vzorek pokrýval rovnoměrně populaci 18-65 let. Za uživatele, který ukončil svoji kariéru, byl považován ten, který buď dvanáct měsíců před rozhovorem (sbíráním dat) neužil konopí nebo o sobě prohlásil, že svoji kariéru považuje za ukončenou [Cohen, Kaal 2001]. Průměrný věk ukončení kariéry byl v Amsterdamu 28 let, v San Francisku 33 let a v Brémách 30 let. Z výsledků byl vytvořen následující graf:



Obrázek č.3: Distribuce věku uživatelů, kteří byli definováni jako bývalí uživatelé se skončenou kariérou.

I když se průměrné věky ukončení kariéry v jednotlivých městech liší, distribuce věku vzhledem k ukončování kariéry má ve všech městech stejný průběh [Cohen a Kaal 2001].

Jak tito uživatelé se skončenou kariérou vnímají budoucí užívání konopí? Zhruba polovina respondentů tvrdila, že v budoucnu už konopí neužije. Naopak z jedné šestiny si byli jisti tím, že v budoucnu konopí užijí. V jedné třetině případů si jisti zda užijí, či ne, nebyli [Cohen a Kaal 2001]. Další zajímavé zjištění je, že jedna třetina respondentů někdy v průběhu své kariéry vědomě skončila s užíváním konopí, ale vrátila se zpět k užívání. Polovina respondentů, kteří vědomě ukončili a vrátili se k užívání zpět tento postup zopakovala třikrát a více. Zhruba jedna desetina dokonce desetkrát a více [Cohen a Kaal 2001]. To znamená, že určitá část konopné populace (jedna třetina) neukončila svoji kariéru hned na poprvé, kdy se pro ukončení rozhodli.

Jaké důvody vedly uživatele k tomu, že ukončili (nebo chtěli ukončit) svoji kariéru? Nejčastějšími důvody, které respondenti uváděli, byly nějaké negativní zkušenosti s konopím, nezájem pokračovat v užívání konopí, pocit, že konopí nezapadá do jejich životního stylu. Dalším významným důvodem bylo, že ztráceli schopnost koncentrace. Jako méně časté důvody respondenti uváděli změnu přátel, zdravotní důvody, ukončení kouření tabáku a finanční důvody [Cohen a Kaal 2001].

V longitudinální studii se snažil Chen a Kandel na vzorku 706 respondentů kvantitativním rozbořením dat a z doplňkových kvalitativních rozhovorů vytipovat a ověřit faktory, které ovlivňují přestávání s konopím, respektive které faktory jsou dobrým predikátorem ukončení užívání [Chen, Kandel 1997]. Za významné označili šest faktorů:

sociodemografický, fenomenologii užívání drog, depresivní symptomy, sociální kontext, změnu sociálních rolí a faktor partnerky nebo partnera [Chen, Kandel 1997]. V následujících odstavcích tyto faktory přiblížím.

**Sociodemografický faktor:** Chen a Kandel předpokládali, že věk je ve statistické analýze jedním z nejvýznamnějších faktorů, který předurčí ukončení kariéry. Předpokládali, že se změnou věku se odehrávají i změny zájmů a psychologických potřeb a postojů jako podstupování rizika, konformita a sebehodnocení, což by mohlo vést ke ztrátě zájmu užívat drogy. Tento faktor se v analýze ukázal jako významný prediktor ukončení užívání. Jeho významnost stoupá především mezi 25 a 30 lety.

**Fenomenologie užívání drog:** Chen a Kandel dále předpokládali, že vzorce, podle nichž lidé užívají, ovlivňují přestávání. Ti, kdo začali s užíváním konopí v pozdějším věku měli větší pravděpodobnost, že ukončí užívání dříve. Užívání konopí za účelem ovlivňování nálady, redukce negativních pocitů nebo povzbuzení pozitivních pocitů bylo významně spojeno s vytrváním v užívání. Naopak užívání konopí ze sociálních důvodů bylo významně spojeno s dřívějším přestáním. Užívání jiných nelegálních drog snižuje pravděpodobnost, že uživatel ukončí kariéru dříve než ti, kteří jiné drogy neužívají.

**Depresivní symptomy:** Užívání nelegálních drog je spojováno s výskytem depresivních stavů. I když je konopí označováno za antidepresivum, tak depresivní nálady vedou spíše k ukončení užívání.

**Sociální kontext:** Výskyt konopí v blízkém sociálním okolí je spojen s počátečními experimenty v užívání. Chen a Kandel předpokládali, že výskyt drog a interakce s lidmi užívající konopí bude snižovat pravděpodobnost ukončení kariéry. To se potvrdilo. Jako zvláště významný faktor pro predikci přestávání se ukázal negativní postoj kamaráda k užívání konopí.

**Změna sociálních rolí:** V tomto faktoru Chen a Kandel předpokládali změnu rolí v průběhu dospívání i rané dospělosti, která by mohla ovlivnit náhled na užívání konopí. Největší vliv na přestání měla změna rolí, konkrétně vstup do manželství, těhotenství a první rodičovství.

**Partnerka a partner:** Výzkumníci předpokládali velký vliv partnera na ukončení kariéry. Z hypotéz se potvrdil předpoklad, že v případě partnera/ky neuživatele/ky je větší pravděpodobnost ukončení než u partnera/ky, který/á užívá konopí.

Jako významný vliv na regulaci užívání konopí a na ukončení kariéry se ukazuje sociální faktor, respektive faktory, které spadají převážně do oblasti „sociálního okolí“. Druhý významný faktor je faktor psychický, vnitřní, který je zde přímo reprezentován pouze depresivními symptomy. Na druhou stranu, sociální změny se odrážejí v prožívání, tzn. že psychický faktor je obsažen částečně i v těch sociálních, ale nepřímo.

Tyto faktory jsou však jen spolupodílníky změny chování. Faktory, které souvisí s ukončováním kariéry možná podkřývají souvislosti, ale tím, kdo učiní rozhodnutí přestat, by měl být uživatel. Na vůli samotnou lze nahlížet jako na jeden z důležitých článků v procesu přestávání. Problematice vůle při přestávání se věnovala studie, která jeden měsíc sledovala chování a užívání 19 respondentů, kteří měli v úmyslu v následujícím měsíci s užíváním buď skončit a nebo jej alespoň redukovat. Úkolem respondentů bylo vždy nahlásit záměr (abstinence, redukce) na další den a pak oznámit, jestli se záměr podařil. Hughes dochází k závěru, že samotná deklarovaná vůle uživatele přestat nebo redukovat užívání, je velice slabým indikátorem k tomu, že se tak opravdu stane [Hudges 2008]. Zdá se tedy, že uživatelova vůle, pouhé chtění, není dostatečným důvodem pro ukončení nebo redukcii, pokud se nezmění i další podmínky.

Jak už jsem uvedl, někteří respondenti se vrátili k užívání, i když spotřebu konopí vědomě ukončili. Už jsem také zmínil, že určitá část uživatelů, kteří abstinují více než dvanáct měsíců je přesvědčena, že v budoucnu konopí užijí. Zdá se tedy, že období abstinence, v případě návratu k užívání pouze dočasné, je poměrně běžným jevem, což dokresluje následující výsledky: více jak 75 % respondentů uvedlo, že během jejich kariéry měli období více jak jednoměsíční abstinence [Cohen a Kaal 2001; srovnání Hathaway 2004]. Pětina lidí zažila tuto zkušenost pouze jednou nebo dvakrát. Většina (zbylých 80 %) respondentů tuto abstinenci zažila třikrát a více. Doba abstinence je různě dlouhá. Podle výzkumu Hathawaye (2004) délka abstinence může být od několika dní až po deset let. Mediánem v tomto rozpětí je pak pět měsíců [Hathaway 2004]. Cohen a Kaal se dotazovali i na nejdelší dobu abstinence v rámci individuální kariéry. Průměrná hodnota nejdelší abstinence v Amsterdamu, San Francisku a Brémách oscilovala mezi 13 a 19 měsíci [Cohen, Kaal 2001].

Respondenti uvedli více důvodů pro abstinenci než pro ukončení kariéry a tento výčet byl rozmanitý. Nejvýznamnějším důvodem pro abstinenci uváděným respondenty ze San Franciska byla nedostupnost konopí mezi kamarády (nechtěli kupovat), což nebyl významný důvod pro abstinenci v ostatních dvou městech. Další důvody, které respondenti zmiňovali nejčastěji, byl nezájem o konopí, nepocíťovali potřebu užít konopí, jednoduše se jim to

nelíbilo, dále zmiňovali práci a školu nebo absenci lidí, s kterými by rádi užili. Co je však zajímavé, v tomto výčtu nebyl ani jeden důvod, který by byl nějak spojen s negativními účinky konopí [Cohen , Kaal 2001]. Podle Nechutného jsou negativní účinky konopí na seznamu důvodů k abstinenci. Čas od času si někteří uživatelé dávají tzv. „pauzu“, kdy se čistí, detoxikují svůj organismus [Nechutný 2006].

Porovnáním všech dosavadních důvodů a faktorů, které vedly k abstinenci nebo přestání, vychází jeden velice častý jmenovatel pro většinu z nich a tím je změna. Je to změna životního stylu, změna přátel, změna zásobování, změna životní role atd. Výsledek americko-kanadského výzkumu [Ellingstad et al. 2006] potvrzuje změnu jako nejčastější důvod pro přestání (76 % uživatelů). Uživatelé změnili svůj pohled na konopí a začali ho vnímat méně pozitivně. Ellingstad dále nijak nerozvádí, v čem se změna odehrála. Toto zjištění se velmi podobá zjištění Howarda Beckera. Všiml si, že uživatelé konopí po nějaké době „ztratili“ schopnost definovat účinky konopí jako příjemné, což mělo vést k ukončení užívání [Becker 1953].

Životní změny nebo změna vnímání konopí může vést ke změně chování. Ve vzorci (kariéře) č.6 (viz obrázek 3) je vidět, že vzorců chování průběhu kariéry může být několik. Faktory, které ovlivňují změnu chování, jsou různé. Vnější okolnosti jako nedostatek konopí sice změnu vzorce užívání významně ovlivňují, ale tato změna trvá jen do doby opětovného dostatku. Je to tedy změna nezáměrná. Redukce užívání je pak změnou více záměrnou. Jak jsem uvedl výše, vůle jako faktor ovlivňující redukci užívání není příliš spolehlivá. Cohen a Kaal na svém velkém vzorku zjistili, že zhruba polovina respondentů ve své kariéře vědomě redukovala frekvenci a množství konzumovaného konopí, přičemž pouhých 15 % z vědomě redukujících zaznamenala nějaké problémy [Cohen, Kaal 2001]. Důvody k redukci jsou hodně podobné důvodům k ukončení či abstinenci, tedy přílišné užívání, ztráta zájmu o konopí, nelibost v účincích, studijní nebo pracovní důvody. Finanční důvod se objevoval vždy jako málo zmiňovaný, u redukce užívání je finanční důvod zmiňován oproti ostatním jako jeden z nejčastějších. Na redukci lze nahlížet jako na mezistupeň nebo cestu od užívání k abstinenci. Na druhou stranu se může jednat pouze o přizpůsobení uživatelského vzorce vnějším nebo vnitřním okolnostem.

Uvedený přehled výzkumů a náhledů na kariéru a její konec poskytuje přehled o možných důvodech a faktorech, které vedou k ukončení, a některých procesech, které se mohou ke konci kariéry odehrát. Výzkumy však neosvětlují, jak změna pohledu na konopí

vzniká, a jak se tedy po několika letech užívání zrodil a prosadil důvod, který k redukci nebo abstinenci vedl. Otázkou také zůstává, podle čeho se řídí dlouhodobá abstinence a podle čeho návrat k užívání. Obě skupiny abstinovaly dlouhou dobu s úmyslem ukončit kariéru, ale jen jedna dosáhla cíle.

### **Shrnutí:**

V této kapitole jsem popsal základní procesy, které se odehrávají v průběhu kariéry uživatele konopí i s důvody a to od počátku kariéry, přes vzorce užívání až okolnostem a faktorům, které vedou k ukončování kariéry. Jsou to především sociální tlak blízké osoby, přítele/kyně nebo kamaráda s negativním pohledem na užívání konopí, negativní zážitek nebo depresivní stavy, změna životních rolí nebo životního stylu, popřípadě změna sociálního okolí. Ne vždy se musí jednat o konec kariéry. Poměrně běžným fenoménem je dočasná abstinence. Redukce užívání je jedním z procesů, který může nastat v kterékoliv části kariéry. Může, ale nemusí vést k ukončení.

## **5. Výzkumná a metodologická část**

### **5.1. Vymezení vhodných respondentů a výzkumné otázky**

V tomto výzkumu jsem se rozhodl podrobit zkoumání konce konopné kariéry. Teoretická část ukázala, že hovořit o konci kariéry je v některých případech předčasné. Fenomén dočasné abstinence, který dle Hathawaye může trvat i deset let [Hathaway 2004], jasné vymezení konce komplikuje. Inspiroval jsem se teorií, kde stanovení ukončení kariéry pro grafické znázornění oscilovalo mezi třemi měsíci [Chen, Kandel 1997] a dvanácti měsíci [Cohen, Kaal 2001]. V případě delší abstinence než je stanovená hranice byl jedinec zařazen do kategorie ukončené užívání. Podle Hathawaye je medián délky abstinence, po které se uživatelé vrací do modu užívání, pět měsíců [Hathaway 2004]. V kontextu těchto informací jsem zvolil ve svém výzkumu kompromisních šest měsíců, které jsem považoval za dostatečné k tomu, aby „bývalý“ uživatel změnil životní stereotypy a vzorce chování z uživatelských na neuživatelské a získal dostatečný odstup od zkoumaného problému.

Přestávání s konopním a následné ukončení kariéry vnímám jako proces a sled událostí. Aby bylo možné sledovat tento proces přestávání, který nebude zaměňován s pouhým nepokračováním v prvotní experimentální fázi, kdy jedinec ještě nezměnil svoje návyky a nestal se uživatelem v pravém slova smyslu, je třeba vymežit potřebnou míru zkušenosti. Cohen a Kaal i Hathaway si stanovili pro svůj výzkum minimální zkušenost 25 užití [Cohen, Kaal 2001; Hathaway 2004]. Tento počet užití zřejmě zamezil vstupu pouhých experimentátorů do jejich vzorku. Pro můj výzkum je ale třeba jít dál než na hranici mezi experimentem a užíváním. Zkušeného uživatele jsem vymežil jako uživatele, který po dobu alespoň jednoho roku užíval konopí pravidelně tedy alespoň jedenkrát týdně [Kalina 2003]. Podle Kaliny pravidelné užívání „implikuje životní styl“, uživatel přizpůsobuje vzorce chování a života. Minimální délka jednoho roku by měla zajistit dostatečnou ukotvenost životního stylu a životních praktik.

Na základě dotazování jsem hledal odpovědi na tyto otázky:

- Jaké faktory a okolnosti předcházejí nebo přímo či nepřímo ovlivňují okamžik ukončování konopné kariéry?
- Jaký je průběh ukončení kariéry?
- Jaký je vývoj po ukončení kariéry?



## **5.2. Pilotní rozhovor**

Podle kritérií jsem začal přemítat v paměti, zda není v mém okolí někdo, kdo by výše uvedená kritéria splňoval, s kým bych mohl provést pilotní rozhovor. Takového člověka jsem našel, zkontroloval vstupní podmínky (bývalý náruživý, dnes už neužívající). Abych svého respondenta příliš neovlivňoval svým zájmem o konec kariéry, prezentoval jsem svůj záměr jako zájem o kariéru jako celek, tedy od jejího začátku až po dnešek a snažil jsem se ho nutit spíše k plynulému vyprávění než k vyloženému dialogu, abych nevnášel do jeho výpovědi svůj záměr a svoje představy ovlivněné studiem literatury.

Po hodinovém téměř nepřetržitém vyprávění jsem měl v diktafonu nahraná svá první data a v hlavě spoustu myšlenek nad informacemi, které první rozhovor poskytl.

První zjištění se týkalo vedení rozhovoru. Narativní rozhovor [Hendl 2005] se ukázal jako vhodný, protože umožňoval sledovat postupný vývoj kariéry od počátku, přes jeho průběh a vzorce užívání, které předcházely ukončení nebo ukončování užívání. Konec kariéry byl také více zakotven i v biografických souvislostech jako například přechod ze střední školy do zaměstnání, partner atd., které byly pro následnou analýzu důležité.

Hned v prvním rozhovoru došlo k získání nového pohledu a definice ukončené kariéry. Respondent na otázku jak to má dneska s konopím, odpověděl: „*Hele, já už nehulím.*“ Ke konci rozhovoru se však ukázal rozpor mezi obdobími posledních čtyř let, kdy uživatel už nehulil, a posledním jointem, který respondent užil zhruba dva měsíce před rozhovorem. Slovo „nehulím“ nerepresentovalo v jeho podání úplnou abstinenci užívání konopí, tak jak jsem původně předpokládal. Význam slova nehulím, jak se později ukázalo má pro „bývalé“ uživatele dva významy. Jedním je totální abstinence, tak jak lze předpokládat u slova, které označuje neděláním něčeho, v tomto případě nekouření konopí. Druhý význam slova „nehulím“ označuje relativní neužívání. V tomto případě porovnání současné spotřeby s množstvím a frekvencí užívání v předchozím období, kdy je současná spotřeba prakticky zanedbatelná. Přestání tedy nemusí nutně pro uživatele znamenat změnu vzorce z užívání na nulovou spotřebu, ale na spotřebu zlomku z původní náruživosti. Toto posunulo moje uvažování o ukončení kariéry, o „smrti“ uživatelství. Jak se ukázalo hned v prvním rozhovoru (některé další to potvrdily), po ukončení kariéry může existovat něco jako „posmrtný“ uživatelský život, který je specifický, ale v podstatě splňuje myšlenku ukončení kariéry. Kariéra v podáních respondentů se vztahuje na období náruživého užívání.

### **5.3. Výběr vzorku**

S vědomím prvních zjištění o průběhu rozhovoru a osvětlení i druhého významu slova „nehulím“ jsem poupravil svůj inzerát na toto znění:

„Pro svůj výzkum hledám lidi, kteří někdy ve svém životě užívali konopí velmi často (několikrát týdně až denně) po dobu alespoň jednoho roku, ale toto „náruživé“ období už opadlo a nyní buď už „nehulím“ nebo jen velmi zřídka. Velmi občasné užívání nebo neužívání by mělo trvat alespoň půl roku. Stěžejní tedy bude vyprávění o začátku, průběhu a konci vaší konopné/drogové kariéry. Na věku nezáleží.“

Podle výzkumů [Hathaway 2004; Cohen, Kaal 2001] jsou uživatelé konopí dost často experimentátory nebo uživateli i některých ostatních návykových látek. Chen a Kandel stanovili fakt užívání dalších návykových látek jako faktor, který v analýze prodlužoval užívání konopí [Chen, Kandel 1997]. Abych neodradil potencionální respondenty, kteří v životě užívali i jinou látku, vložil jsem do inzerátu za lomítko i *drogové kariéry*. Tento krok se ukázal být praktický i když se mě stále ještě někteří z respondentů ptali, zda jejich zkušenost s jinými drogami není na překážku. Ze stejného důvodu, tedy neodrazení potencionálních respondentů, byla vložena i věta o věku.

Tento inzerát jsem rozeslal prostřednictvím tří internetových kanálů: emailu, Facebooku a Nyxu<sup>10</sup> i s příloženou žádostí o dalším rozeslání potencionálním respondentům v jejich okolí, pokud příjemci nejsou vhodnými kandidáty.

Na přímou výzvu odpověděli čtyři kandidáti, kteří se po kontrole základních vstupních informací o své kariéře stali respondenty. Dalších sedm respondentů mi bylo doporučeno od příjemců mé žádosti. Sedm respondentů mi doporučili sami respondenti, se kterými jsem rozhovor už provedl, z čehož jeden odmítl. Dohromady jsem tedy provedl rozhovor se 17 respondenty. Vstupní podmínky splnilo 15 respondentů. Zbylí dva nesplňovali limit šesti měsíců. Přesto jsem s nimi podstoupil rozhovor, který jsem mohl později vyřadit. Nakonec jsem tyto dva rozhovory zahrnul, protože respondenti splňovali druhou podmínku o neužívání nebo výrazném omezení užívání.

---

<sup>10</sup> Facebook je současná světová novinka, která pomáhá vytvářet celosvětové sociální síť. Díky své atraktivitě užívá toto prostředí stále více lidí. Nyx je diskusní server o zhruba 3-4 tisících aktivních členů, kde jsou i diskuse o konopí.

Výběr jsem tedy provedl kombinací cílového výběru [Silverman 2005], kdy u zvoleného respondenta očekávám co největší pravděpodobnost zkoumaného jevu díky stanoveným kritériím, a tzv. výběru sněhovou koulí.

#### **5.4. Sběr a přepis dat**

Prostředí rozhovoru jsem se snažil volit vždy na klidném místě, abychom s respondentem nebyli rušeni. Polovina rozhovorů se odehrála v kavárnách a restauracích, druhá polovina v soukromých bytech. Respondenti vždy souhlasili se zvukovou nahrávkou, byli seznámeni s výzkumným užitím pro diplomovou práci a s tím, že data jimi poskytnutá jsou důvěrná. Jeden respondent podmínil nahrávku občasným přerušáním nahrávání v případě, že bychom se příliš dotýkali jeho bouřlivější drogové minulosti. Z pochopitelných důvodů nechtěl, aby byly tyto pasáže nahrávány.

Narativní průběh rozhovoru poskytoval žádané informace, ale vzhledem k delším příběhům nebylo vždy jednoduché se vracet a na zajímavé nebo důležité okamžiky se doptat. Proto jsem hned zpočátku rozhovorů navrhoval respondentům kresbu grafu, který měl pomoci v orientaci v příběhu.

Graf měl znázorňovat frekvenci užívání (osa Y) vzhledem k věku (osa X) nebo vzhledem k událostem, které charakterizovaly jednotlivá období, jako byla změna školy, partnera, úraz, atd. Respondent měl v tomto volnou ruku. Stanovena byla ovšem škála frekvence užívání od 1x týdně až po několikrát denně. Tyto grafy se ukázaly být výbornou pomůckou, neboť jsem se mohl dotazovat na konkrétní události při výrazné změně frekvence a provádět tzv. sondáže. V případě např. několika abstinčních období jsem mohl dotazováním porovnávat okolnosti, které vedly k jejich vzniku nebo byly jejich součástí. Respondenti budili dojem, že i jim graf v orientaci a reflexi jejich minulosti pomáhá.

Grafická podoba jejich kariéry poskytovala také možnost reflexe dynamických procesů a změn užívání, tedy zda se jednalo o postupné snižování (redukci) nebo zda šlo o ukončení ze dne na den. Tyto grafy jsem pro ilustraci zařadil do medailónků jednotlivých respondentů, které budou následovat. Předkládané grafy jsou počítačovou reprodukcí kreseb (MS Excel), takže mnou zobrazené průběhy kariér mají více lineární podobu než ve skutečnosti. Na druhou stranu se jedná o velmi věrohodnou reprodukci, kde jsou zachovány základní zřetelné znaky, trendy a charakteristiky ručně kreslených grafů.

Přepis rozhovorů částečně časově překrýval sběr dat, čímž poskytoval revizi poskytnutých kategorií. Tato revize u některých kategorií vedla k požadavku nebo upřesnění některých sondážních otázek u dalších rozhovorů.

Přepisy jsem prováděl pomocí programu Transcriber. Od počátku jsem si zapisoval velké množství poznámek a hypotéz, kategorií a zajímavých kódů, které se postupně v průběhu přepisů objevovaly. Přepisy jsem prováděl doslovné. Data jsem anonymizoval podle přezdivek, které si respondenti sami vymysleli. Někteří po rozhovoru již nechtěli vymýšlet přezdívku a nechali výběr na mě. Jména dalších osob, názvy firem popřípadě měst, kde by mohlo dojít k případné identifikaci jsem pozměnil.

## **5.5. Analýza dat**

Analytická část byla provedena podle metodologické příručky Strausse a Corbinové *Základy kvalitativního výzkumu* [Strausse, Corbinové 1999]. Analýza prošla všemi třemi druhy kódování, otevřeným, axiálním a selektivním. Centrální kategorii jsem stanovil jako „*přestávání užívání konopí*“. V analytické části představím několik hlavních kategorií, pomocí kterých jsem shrnul příběh přestávání užívání konopí v syntetický oddíl „Konec konopné kariéry“.

## **5.6. Charakteristika vzorku**

Na následujících stranách bych rád charakterizoval zkoumaný vzorek respondentů. Sedmáct profilů, shrnujících v krátkém odstavci jejich kariéru, jsem zařadil na konec metodologické části, aby nenarušily plynulost předešlého textu.

Vzorek sedmnácti respondentů obsahuje 6 žen a 11 mužů ve věku 19 až 32 let. Z pohledu vzdělání jsou ve vzorku respondenti reprezentující všechny stupně vzdělání:

- dokončená základní škola (1), pokračuje studiem na střední škole
- dokončená střední škola (6), pracující
- dokončená střední škola (5), pokračují studiem VOŠ (1) a VŠ (4)
- dokončená VOŠ (2)
- dokončeno bakalářské studium VŠ (2), pokračují navazujícím magisterským studiem
- dokončen magisterský stupeň VŠ (1), pracující

Ve vzorku má 15 respondentů více než jednorázovou zkušenost s jinou návykovou látkou. Osm respondentů mělo určité období, ve kterém užívali pervitin a to v rozsahu deset užití až pěti měsíční časté užívání, s jedním extrémním případem užívání tři roky. Deset respondentů má zkušenost s extází, 9 respondentů experimentovalo s LSD nebo lysohlávkami, ve třech případech se objevil kokain.

Z pohledu ukončení kariéry se vzorek skládá z těchto případů:

- ukončená kariéra (6) - tvrdí, že už v budoucnu nemají zájem užít
- abstinující uživatelé (2) - vědí že abstinují dočasně
- užívá méně často než v minulosti (1)
- kontrolující se uživatelé (8)

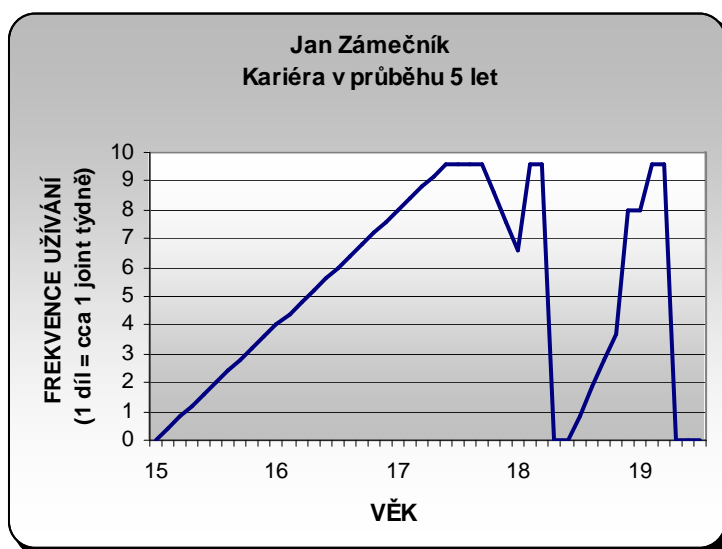
### **5.6.1 Medailónky respondentů**

V této části práce bych rád představil respondenty jednotlivě. Z mé strany jsou v medailóncích minimální interpretace, jedná se spíše o zkrácené podoby rozhovorů. Jednotlivé medailónky shrnují hlavní obraty v užívání konopí. Lze si tak vytvořit lepší představu o respondentech a uvést kariéry uživatelů do základních souvislostí. Vzhledem k různorodosti životních příběhů ani v medailóncích není dodržována jednotná struktura. Struktura představení respondenta odráží spíše respondentem kladený důraz na obraty v jeho životním příběhu.

Do těchto medailónků byly vloženy grafy, které respondenti používali při rozhovorech. Tři grafy chybí, protože u nich nebyla použita žádná stupnice. U zbylých 14 je třeba vysvětlit systém, jak číst osu „Y“ na grafech, tedy frekvence užívání. Jednotlivé dílky představují počet užití konopí v jednom týdnu. Pokud je hodnota grafu na úrovni „2“, pak uživatel tvrdí, že v tu dobu užíval zhruba dvakrát týdně. Takto to funguje v rozmezí čísel 1-7. Na úrovni 7 uživatel tvrdí, že užíval každý den. Rozmezí 7-10 je orientační prostor pro vyšší náruživosti, kdy uživatelé užívali i několikrát denně. Respondenti často zasazují svůj příběh do kontextu školy nebo dalších událostí. Pro orientaci ve věku lze říci, že maturanti opouštějící střední školu jsou obvykle ve věku 18-19 let. Vyšší odborná škola trvá tři roky, vysoká škola pět let. V případě nepřehlednosti bude v textu vložen odkaz na věk (21), v kterém se událost odehrála.

### **Jan Zámečník (19) – zkušenost s konopím 4 roky, abstinující uživatel**

Jan Zámečník patří k vědomě abstinujícím uživatelům, kteří svojí kariéru ještě nepovažují za ukončenou. Kuřák. Po prvních experimentech hned nakoupil větší množství konopí na další užívání. Zpočátku užíval několikrát nebo několik dní v kuse a pak měl zase několik dní pauzu. Příjemné účinky konopí vedly Jana Zámečníka záhy k poměrně časté a vysoké spotřebě. Cíl užívání byla především zábava. Z užívání se stal stereotyp a se stereotypem se vytrácela i původní pociťovaná zábavnost rauše. Jednou byl obdarován velkým množstvím (2 velké rostliny) domácího konopí. Po tomto dárku došlo k jeho prvnímu vrcholu užívání. V souvislosti s tím si uvědomil velkou časovou náročnost užívání konopí, které se odrazilo na jeho zájmech, které pomalu omezoval a opouštěl. Kvůli užívání před vyučováním a zanedbávání přípravy vznikly neshody na jeho škole, kterou opustil a přestoupil na jinou. Posléze začal pociťovat vnitřní rozpor v množství času, který věnuje užívání konopí a účinků, které nebyly obohacující, spíše ubíjející, charakterizuje je termíny „tupost“ a „oblbování se“. Po sázce na čas abstinoval, ale po měsíci se postupně zase dostal na poměrně náruživou úroveň. Sázka proběhla i s tabákem, který vysadil na dva měsíce a o to více užíval konopí, které balil společně s tabákem. V druhé vlně jeho užívání konopí se prohloubilo vnímání zhoršených vyjadřovacích schopností i paměti. Důsledkem byla společně s dalšími okolnostmi letargie a pociťovaná nekreativnost, nyní zatím 3 měsíční abstinence.



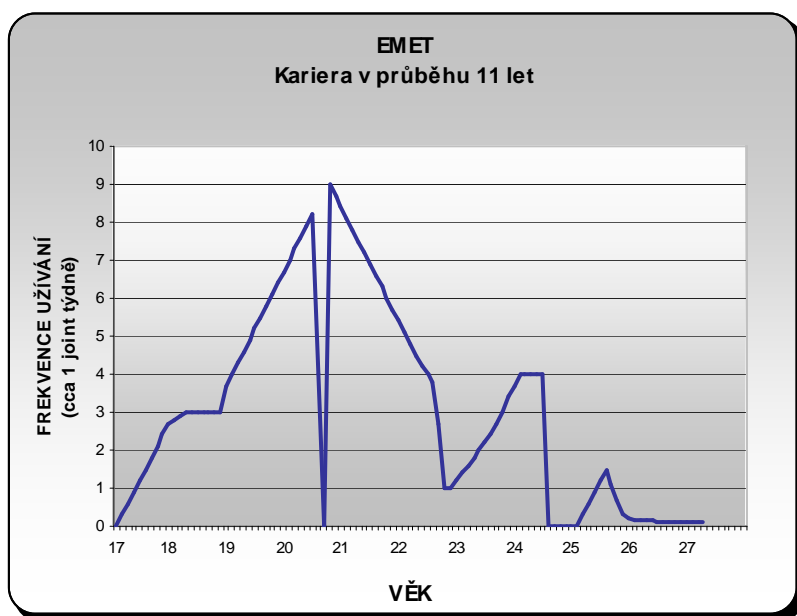
### **Strejda Erik (25) – zkušenost s konopím 7 let, nyní kontrolující se uživatel jeden rok**

Strejda Erik patří k současným kontrolujícím se uživatelům. Nekuřák. Jako první setkání s drogami uvádí přednášky o tvrdých drogách na základní škole, kde se však o marihuaně nemluvilo. Počátek jeho kariéry lze datovat až ke konci školy střední, kdy experimentoval s kamarády. Nástup poměrně náruživého užívání přišel až s přechodem na vysokou školu do Prahy, kde vystřídal několik škol a ubytovacích zařízení a kde se vždy dostal do prostředí uživatelů marihuany. V případě výběru mezi uživateli a neuživateli se klonil spíše k těm prvním. Svým chováním patřil mezi aktivní uživatele, kteří stav rauše

aktivně vyhledávali a to ve frekvenci několikrát týdně až několikrát denně. Velkou roli ve změnách vývoje jeho kariéry hrál jak opakovaný neúspěch ve škole a její změna, tak přítelkyně, která se po vlastních negativně prožitých experimentech s konopím stavěla k užívání negativně. Erik se dohodl s přítelkyní na neužívání, ale tuto dohodu porušil a byl donucen přítelkyní kariéru ukončit. Na tento popud podstoupil vlastní bilanci užívání, zda chce sám kariéru ukončit, porovnáním pozitiv a negativ. Z jeho úvah vyšlo najevo, že na užívání konopí spatřuje některá významná pozitiva, kterých se nechce vzdát. V kontextu nového silného odhodlání úspěšně ukončit školu a v kontextu dohody s přítelkyní sice dále užívá, ale činí to kontrolovaným způsobem, kdy jasně vymezuje místo, čas a důvod svého užití, aby užívání nezasahovalo do jeho „normálního“ fungování. Užívání je méně časté než jednou týdně a je více ritualizované – zaměřeno na nastavení setu a settingu.

### **Emet (27) – zkušenost s konopím 10 let, nyní kontrolující se uživatel 2 roky**

Emet patří k současným kontrolujícím se výjimečným uživatelům. Současný nekuřák, bývalý kuřák přibližně od 17 do 22 let. Při prvním setkání s konopím neprožil rauš. Další užívání už proběhlo s raušem. Emet a jeho kamarádi vyznávali zábavu na konopí, jeho slovy: „*pojďme něco dělat, ale dejme si před tím špeka*“. Během jedněch středoškolských prázdnin (18) prožil extázové období a stal se příznivcem techno scény. V průběhu školního roku



navštěvoval tyto party už jen příležitostně. Našel si přítelkyni, která také užívala konopí. Po jednom „překouření“-„vykydlosti“ na Invexu v Brně zůstal po zbytek střední školy u jednoho až tří užití za týden. Po přechodu na vyšší odbornou školu se jeho užívání zvýšilo až na několik za den, což bylo ovlivněno

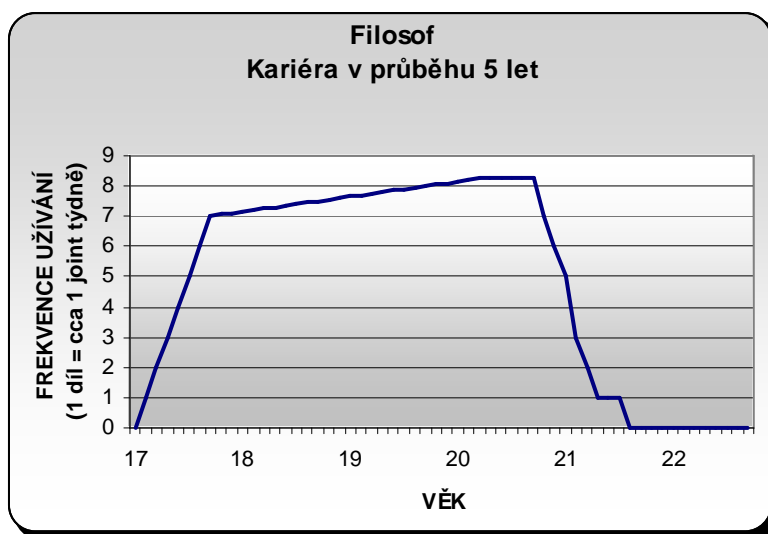
bydlením na koleji a vysokým výskytem konopí mezi studenty. Za období vyšší odborné školy reflektoval jednu delší intoxikaci (20). Jeho vysoká spotřeba skončila neúspěchem ve třetím ročníku, který musel opakovat. Našel si další přítelkyni, která naopak užívala velice málo. Později začal pociťovat fyzickou vyčerpanost – „výkyd“ při rauši, „zmatek v hlavě“ a

tzv. stíhy. Postupně těchto nepříjemných okolností přibývalo a ubývalo těch příjemných. Přestávání s konopím bylo u Emeta redukcí a pak useknutím. Dnes užívá kontrolovaným způsobem, kdy dbá na množství, které užije (menší) a při pocitu, že by mu bylo užití nepříjemné, odmítá. Užívá v průměru jednou za 2 měsíce.

### **Filosof (22) – zkušenost s konopím 6 let, nyní již neužívá jeden rok**

Filosof je bývalý uživatel konopí, kuřák. Jako první zřetelný okamžik užívání si pamatuje každotýdenní užívání konopí po hodině houslí s kamarádem z orchestru, nejdříve občasně, pak pravidelně po každé hodině jedenkrát týdně, později i mimo schůzky orchestru.

Kromě toho se začal scházet s kamarády ze školy nejdříve příležitostně, pak častěji a posléze užíval každodenně. Náplní intoxikace bylo z počátku využití zintenzivnění vnímání všemi smysly, tedy chodili do kin, galerií, na koncerty apod. Počáteční zážitky

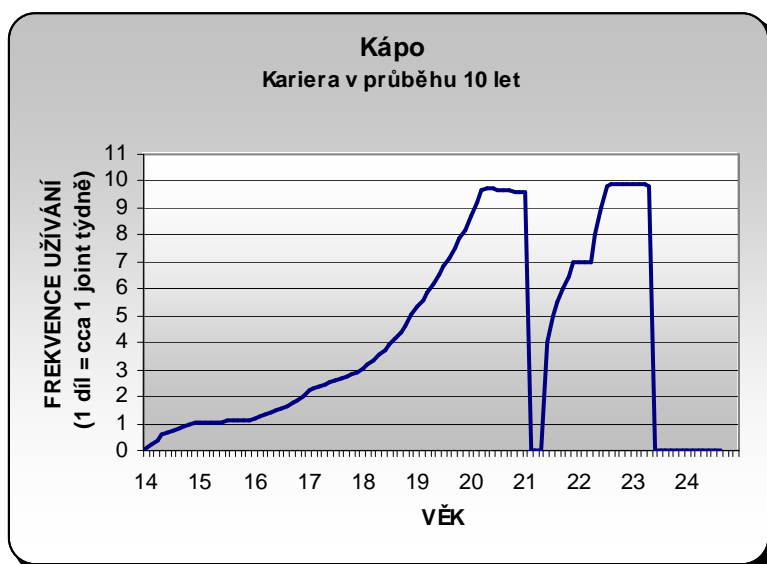


charakterizuje jako zábavné. Později si všiml antisociálních pocitů, podivných nálad. Typické pro něj i jeho kamarády byla sebereflexe a dbal dle svého vyprávění na přínos z užívání. V určitou dobu začal s kamarády pročítat literaturu o halucinogenech, které završili experimentováním. Frekvence užití halucinogenů nebyla příliš vysoká, užívali spíše příležitostně, tj. cca jednou za několik měsíců. Později začal pozorovat, že prožívá různé nepříjemné pocity i fyzického rázu (např. špatně se mu dýchalo) při užívání konopí a tak zredukoval své užívání až na jednou týdně. Kamarádi užívali dále, i když někteří už také reflektovali, že to není už tak dobré, jako když s tím začínali, ale neměli důvod přestat. Filosof tento důvod našel v traumatizujícím zážitku sluchových halucinací, psychóze a paranoickým stavům v jedné z intoxikací. Nyní už konopí dva roky neužívá, jednou za půl roku užije lysohlávky.



### Kápo – Kapelník (25) – zkušenost s konopím 10 let, nyní již neužívá rok

Kápo patří k bývalým uživatelům, kteří začali experimentovat s konopím již ve 14 letech. V tu dobu se naučil i kouřit a kouří dodnes. Marihuana mu vždy imponovala jako pojem a věděl, že si ji chce vyzkoušet. Krátce po prvním experimentu začal užívat víkendově na hudebních akcích. Na střední škole v týdnu chodili odpoledne spíše na pivo, ale neužívali



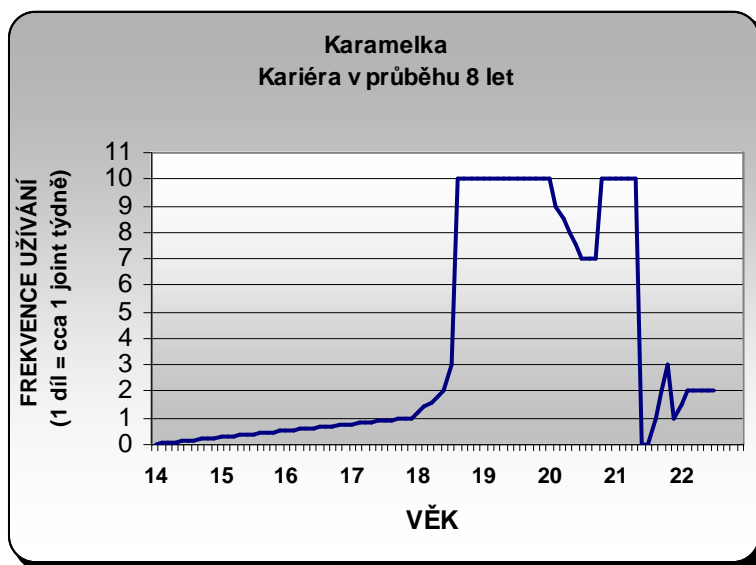
konopí. Později kolem 18tého roku začal užívat v týdnu, přičemž prorůstání užívání do školního týdne bylo postupné. Skončilo to každodenním užíváním většinou po škole. Kapelník nechodil za školu. Po maturitě přešel na vysokou školu, kde začal užívat několikrát denně. Nevěnoval moc pozornost docházce do

školy, což se stalo důvodem ukončení studia. Poté se přihlásil na jinou vysokou školu. Období druhé vysoké školy se stalo v první vlně užívání nejnáruživějším, proto i zde po prvním semestru díky absencím ukončil studium. Po té se přihlásil na rekvalifikační kurz na úřadě práce v městě svého bydliště. V tomto období měl konopnou pauzu asi na 2-3 měsíce. Poté pracoval na městském úřadě, kde se k užívání postupně zase vrátil. Po prázdninách přešel opět do Prahy na třetí vysokou školu a vrátil se i ke každodennímu užívání. První rok zdárně dokončil, ale díky vzrostlému sebevědomí z úspěchu začal opět užívat velice náruživě, čímž došlo k neúspěchu na třetí vysoké škole. Po asi měsíčním pití alkoholu v kuse ho otec odvezl domů, kde zůstal asi dva týdny. Po návratu mezi lidi si našel práci, a přestal užívat. Neužívá už rok a nemá v úmyslu se k tomu vracet.

## Karamelka (22) – zkušenost s konopím 8 let, půl roku užívá méně často

Karamelka dnes patří k pasivním<sup>11</sup> uživatelkám. Kuřačka. Její kariéra začala ve třinácti letech experimentováním s alkoholem a ve čtrnácti s konopím. Kolem šestnácti let se dostala do party, kde se užíval pervitin. Poměrně častým užíváním pervitinu strávila asi tři čtvrtě roku. Její přítel, kterého si našla v sedmnácti letech, jí pomohl přestat pervitin užívat. Jelikož sám byl náruživý uživatel

konopí, nabídl jí konopí jako substituci a konopný rauš se tak stal pomocníkem při abstinčních příznacích v čase odvykání závislosti na pervitinu. Tento rauš pro Karamelku trval téměř nepřetržitě 3 roky, kdy byla denní náruživou uživatelkou konopí. Dokončila střední školu



a našla si práci. Hlavním zlomem v její kariéře byl podle ní příchod do práce, do skupiny lidí, pro které užívání konopí „nebyl denní chleba“. V reflexivním srovnání sebe a spolupracovníků nacházela spousty odlišností a viděla, že lze žít i jinak. Zároveň v tuto dobu procházela několika onemocněními, jejichž výskyt částečně přisuzovala intenzivnímu užívání konopí. Konopí neužívala v práci, ale dál užívala jako relax po práci. Tím nepřímo mírně redukovala užívání, jelikož v zaměstnání trávila poměrně dost času. I když se stále objevovalo více negativních okolností kolem konopí, bylo užívání natolik příjemné, že nedokázala odmítat, což ji zpětně, po dalším nezvládnutém odmítnutí, vnitřně užíralo. Nakonec se rozhodla vystoupit ze stereotypu odjezdem do Francie, kde byla rozhodnutá přestat užívat konopí nebo alespoň najít rozumnou míru užívání. Ukončení kariéry se nezdařilo, ale po návratu z Francie užívá více příležitostně, není aktivní uživatelkou, jak tomu bylo do odjezdu do Francie. Dnes konopí nevyhledává, ale stále neumí odmítnout, takže užívá nepravidelně max. 2x týdně a méně často.

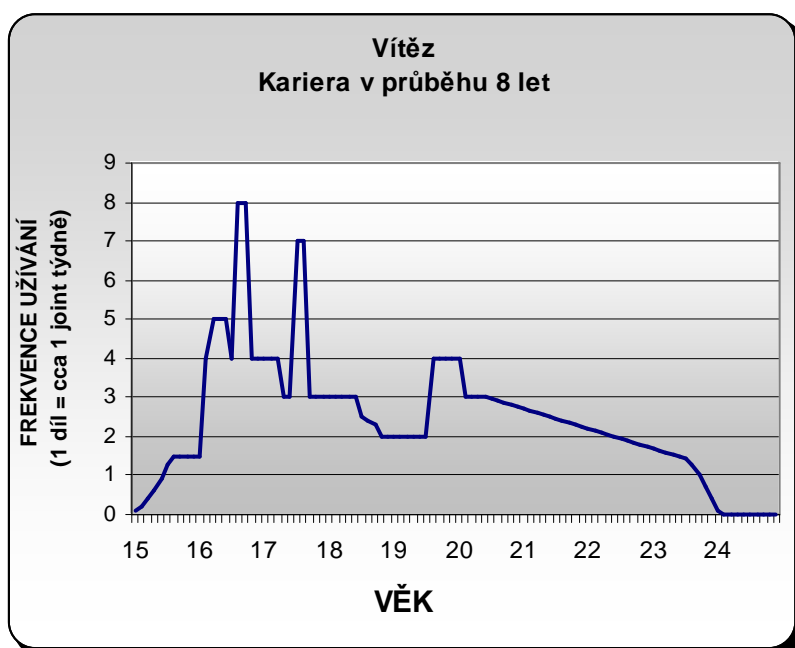
<sup>11</sup> Rozdělení pasivní a aktivní uživatel bude podrobněji rozebráno v analytické části. Zjednodušeně to znamená aktivní a pasivní vyhledávání konopného rauše.

### **Kuřínožka (27) – zkušenost s konopím 11 let, nyní kontrolující se uživatelka 1 rok**

Kuřínožka je v současné době kontrolující se uživatelkou konopí. Dnes nekuřačka tabáku. První experimenty s konopím spadají do sedmnáctého roku, kdy, jak respondentka reflektuje „z toho nic neměla“. První zkušenost s raušem měla až v době studia vyšší odborné školy, kdy odešla na měsíc do nemocnice, kde se léčila s kožním onemocněním. Tento zážitek byl velice silný, prožila zrakové halucinace, pocit těhotenství atd. Po opuštění nemocnice měla chuť se naplno vrátit do života a tak se více oddávala radovánkám s kamarády v hospůdkách, kde také narazila čas od času na konopí, které neodmítala. I když konopí moc nevyhledávala, příležitostí bylo hodně, protože bydlela na koleji, kde poměrně velký počet lidí konopí užíval. Frekvence užívání se pomalu zvyšovala až na několik denně po čas školního týdne. Na víkendy se vracela domů, čímž se užívání konopí stalo výsadou školního týdne. Díky náruživému užívání, pohodlnému a zábavnému životu se rozhodla společně s kamarádkou opakovat poslední ročník. První zásadní zlom v její kariéře bylo těhotenství a následný potrat, kdy se na téměř na rok a půl vzdala užívání konopí a tabáku, alkohol užívala jen velice výjimečně. Po úspěšném dokončení školy půl roku pracovala v rodném městě, odkud odešla do Prahy za novým přítelem, s nímž začala opět užívat konopí téměř denně. V Praze též narazila na skupinku, se kterou jezdili zhruba jednou měsíčně na chaty užívat LSD, kde zkusila i jiné drogy: speed, pervitin, atd. Vystřídala celkem rychle několik partnerů, s nimiž různě užívala různé drogy, ale konopí byla konstanta. V průběhu těchto měsíců se objevovaly špatné rauše na konopí, např. nepříjemně pociťovaná přítomnost dalších lidí a paranoické představy budoucnosti, které pociťovala jako hlubší a více znepokojující, když užívala konopí. S posledním přítelem, se kterým je již dva roky, zažila druhý zlom ve své kariéře v podobě flashbacku. Tento zážitek byl poslední kapkou. Potom přestala užívat opět veškeré drogy. Asi po roce se dostala opět ke konopí. Dnes je kontrolující se uživatelkou, užívá konopí jako relax několikrát do týdne ve velmi malých množstvích bez vnímání dřívějších obtíží.

### Vítěz (24) – zkušenost s konopím 8 let, nyní abstinující uživatel

Vítěz je abstinující aktivní uživatel. Jeho první droga byla alkohol a cigarety už ve čtrnácti letech. Nyní již nekuřák. S konopím experimentoval také už ve čtrnácti, ale „*nic to nebylo*“. Kariéru odstartoval školní zájezd do zahraničí ve druhém ročníku, kde se poprvé „zkouřil“. Od té doby užíval každý týden alespoň jedenkrát, spíše vícekrát. Ve třetím ročníku užíval asi nejvíce, téměř denně. Jeho kariéra má velké výkyvy a to zvláště o letních

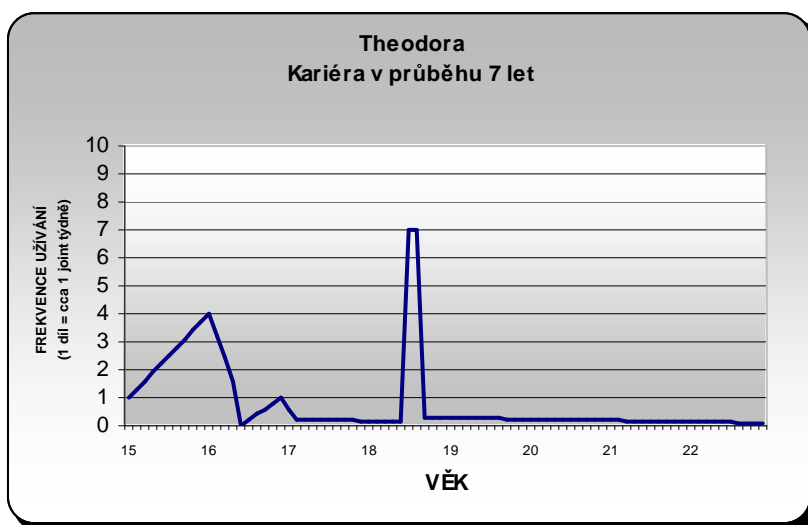


prázdninách, kdy se stával každodenním náruživým uživatelem. Od třetího ročníku začal pozorovat psychickou obtíž, která mu brala radost z užívání, ale nedokázal odmítnout. S přechodem na vysokou školu chtěl užívání ukončit, ale po několika týdnech našel na koleji spolužáky, kteří užívali. Začal užívat

s nimi. Konopí užíval stále dál, bavit ho rauš, který na konopí zažíval, ale po rauši prožíval výčitky. Užíval dále, ale jen jednou týdně, někdy i méně často, spíše nepravidelně. Intervaly užívání se zvětšovaly. I když užíval jen občasně, smutné představy a úzkosti po intoxikaci nepřestávaly. Před rokem přestal kouřit tabák a rozhodl se zkusit odmítnat i konopí. Nyní abstinuje už půl roku, ale po určité době a při dobré příležitosti chce opět konopí zkusit.

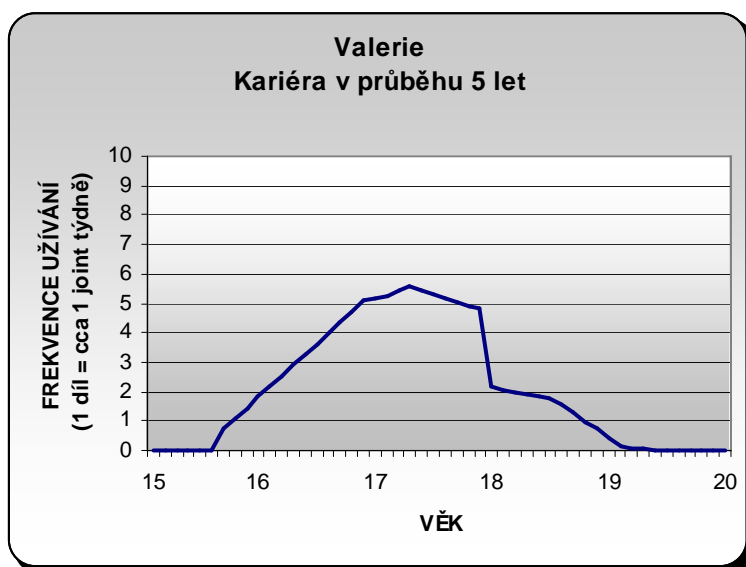
### **Theodora Wodičková (23) – zkušenost s konopím 8 let, kontrolující se uživatelka 4 roky**

Theodora patří ke kontrolujícím se uživatelkám. Kuřačka. Její první zážitek s konopím se odehrál nezamýšleně ve 13 letech, kdy jí byla nabídnuta „balená cigareta“ o které se až ex post dozvěděla, že obsahovala marihuanu. Po té jako „velká holka“ občasně užívala konopí na oslavách narozenin a při příležitostech, kdy se „k tomu dostala“. Její nejnáruživější období nastalo kolem patnáctých narozenin, kdy užívala s kamarády na oslavách a víkendových akcích na chatě jedné kamarádky. Společně s kamarádem spolu užívali v jejím městě. Na střední škole si našla přítele, který neužíval a tak i ona hodně omezila. Za zlomový okamžik označila fyzický problém bolesti břicha při užívání na oslavě svých narozenin, kdy se tzv. „překouřila“. Po tomto rozhodnutí neužívat ji však jeden kamarád vždy byl schopen přemluvit k dalšímu užívání, protože měl konopí, které Theodoře křeče nezpůsobovalo. Tento útlum měla až do konce třetího ročníku, kdy odjela na 7 týdnů na brigádu do zahraničí, kde denně kouřila hašiš. Po návratu přišel zase útlum na dvě užití za rok. Po maturitě odjela opět do zahraničí na rok a čtvrt. Konopí už neužívala, jen výjimečně, ale užívala víkendově a někdy i více často kokain a extázi. Po zážitku s podstrčeným LSD a bezprostředním návratu do ČR přestala užívat veškeré drogy. Od té doby užívala konopí kontrolovaně, ale intenzita se snižovala až na dnešní frekvenci jeden až dvakrát za rok.



### Valerie (20) – zkušenost s konopím 5 let, nyní neužívá již jeden rok

Valerie je bývalá spíše pasivní uživatelka konopí. Kuřačka. Její první experimenty se odehrály na tzv. rozlučce po základní škole. Na střední škole navštěvovala třídu, kde užívalo konopí hodně lidí. V druhém a třetím ročníku nastala Valeriina špička, kdy užívala téměř denně, hodně často se „kalilo“ v hospůdkách, před školou, po škole. V tomto vrcholu se



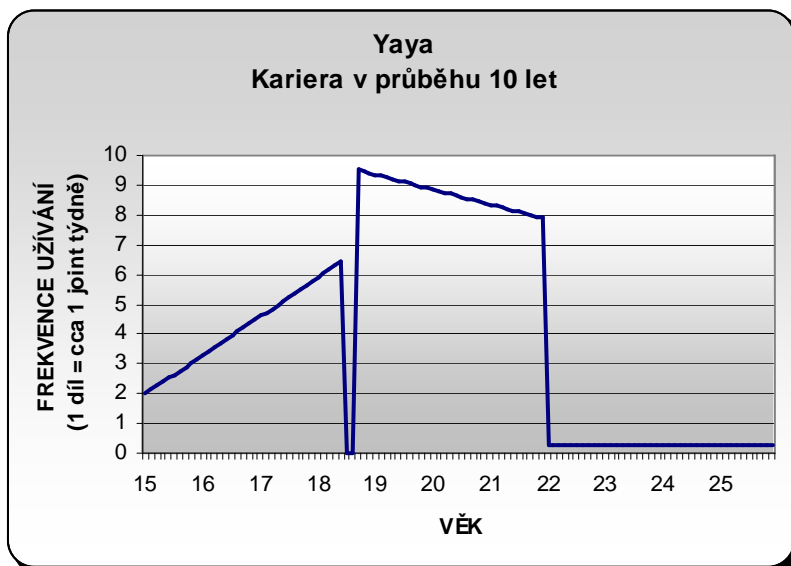
objevovaly podivné stavy a na psychickou pohodu doléhaly konflikty s matkou, z čehož plynuly úzkostné a depresivní stavy a sebepoškozování. Zlom v její kariéře nastal na začátku třetího ročníku (18), kdy z její třídy odešli nejnáruživější uživatelé. Po jejich odchodu se snížila příležitost užívat a tak se snížila i spotřeba. K tomuto

zlomu přispěl nový přítel, s kterým je již dva roky a který je „*striktně proti tomu*“ (užívání konopí). Ke konci studia střední školy se zvýšila náročnost přípravy a Valerie se rozhodla pro jiný druh zábavy než se poflakovat po městě. Sama reflektuje, že nikdy nechtěla omezovat svoje zájmy a koníčky na úkor užívání konopí. Dnes už konopí neužívá.

### Yaya (26) – zkušenost s konopím 10 let, kontrolující se uživatelka 4 roky

Yaya je kontrolující se uživatelkou konopí. Kuřačka. Počátek její kariéry spadá do období na střední škole, kde kvůli pouliční šikaně našla útočiště v jedné hospůdce, kde se užívalo konopí. Přidala se. V tu dobu sice užívala téměř každodenně, ale v malých množstvích, vnímala to

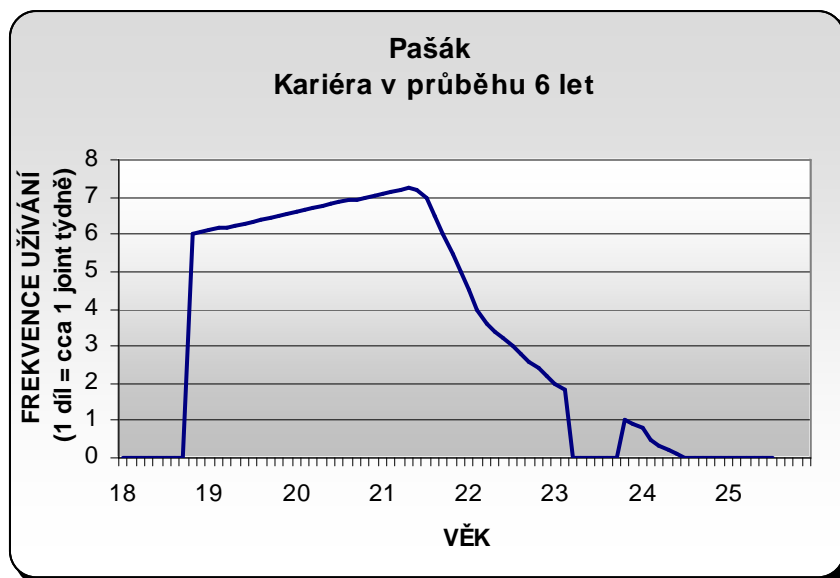
„jako takový přírodní panáky“. Už během střední školy užívala i o samotě, ale opět malá množství, jejichž relaxační účinek trval krátce: „půl hodinky a čau“. Po střední škole se odstěhovala do Prahy, kde měla krátkou tříměsíční pauzu, neboť ztratila zdroj



konopí. Našla si přítele, s kterým užívali každodenně několikrát. Už v tu dobu pocítovala, že jí takto velká spotřeba konopí nedělá dobře a tak se snažila odmítat, i když většinou i mírnému tlaku podlehla. Její další přítel neužíval konopí téměř vůbec, což uvítala. Užívala tedy jenom jako způsob relaxace po práci 2-3 krát do týdne nepravidelně, což se střídalo s náruživějšími výkyvy v řádu několika dnů nebo v rámci nějaké hudební akce. Při užívání konopí ji začaly přepadat úzkosti, depresivní stavy a prohlubovalo se vnímání běžných problémů z jejího dne. Další zmíněné obtíže jsou zhoršená paměť a neschopnost komunikovat s ostatními v době intoxikace. Zlom nastal na jedné hudební akci, kdy podlehla „dobré“ příležitosti a po požití téměř omdlela a musela z akce předčasně odejít. Dnes s úsměvem odmítá a dokáže určit, kdy jí užití konopí bude příjemné. Konopí užívá jen v případě vhodné a pro ni bezpečné společnosti zhruba jedenkrát za dva měsíce.

### Pašák (25) – zkušenost s konopím 6 let, nyní neužívá již téměř dva roky

Pašák patří mezi bývalé uživatele. Nyní již nekuřák. Pašák neexperimentoval s žádnými látkami až na výjimečně užitý alkohol až do třetího ročníku elektrotechnické průmyslové školy. Tam několikrát vyzkoušel i konopí. Hlavní období kariéry začalo až čtvrtým ročníkem. Byl obdarován vypěstovanou trávou, nakoupil „huličské“ náčiní a začal užívat. Maturita proběhla bez problému díky „nenáročné“ škole. Na vysokou školu byl přijat bez přijímacích zkoušek. V prvním roce užívání na vysoké škole se začaly objevovat špatné nálady z nízké aktivity (absence koníčků), školu vnímal jako málo zábavnou. První i druhý ročník takzvaně prolezl. V celém tomto období užíval denně nebo téměř denně, věnoval užívání konopí hodně času, tím méně ho věnoval škole. Ve třetím ročníku začal redukovat užívání a začal se více věnovat škole kvůli špatným pocitům, které se začaly objevovat při užívání konopí. Pak přišel životní zlom, kdy rozvaha nad klady a zápory a přínosy užívání konopí vedla k totální abstinenci a zlepšení životního stylu, sportování. Po třech měsících, na koncertě Jamese Browna, poprvé experimentoval s pervitinem. Následkem bylo čtyřměsíční téměř každodenní užívání. V této době se vrátil k užívání konopí jako „prodlužovači“ účinku pervitinu. Po čtyřech měsících ztratil zdroj pervitinu a tak skončila jeho kariéra každodenního užívání pervitinu. Poté užíval pervitin už jen několikrát a došel ke stejnému závěru, že ani další užívání pervitinu ani opětovné užívání konopí pro něho nemá přínos. V druhém životním zlomu ukončil užívání tabáku, konopí, pervitinu. Za poslední rok a půl užil 3x konopí vždy s nepříjemným účinkem. Dnes už neužívá vůbec a ani o tom do budoucna neuvažuje.





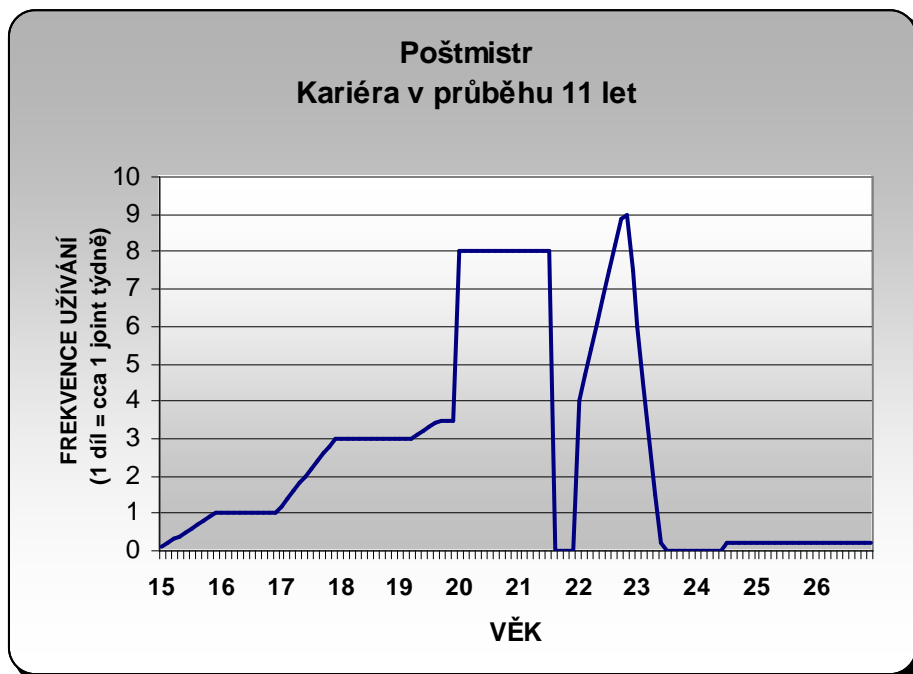
### **Jindra Hojer (24) – zkušenost s konopím 9 let, nyní neužívá již rok a půl (chybí graf)**

Jindra Hojer je bývalým léčeným uživatelem drog. Kuřák. Jeho kariéra začala na střední škole, kdy se přes zájem o programování dočetl na různých internetových diskusích i o drogách a vzrostl zájem o východní nauky, meditaci i o konopí. S konopím experimentoval s kamarády ze základní školy, se kterými se vídal i na střední škole. Experimentovali občasně. V druhém ročníku na střední škole už užíval téměř každodenně. Zdroj konopí měl od známého dealera. Konopí používal k zábavě, ale i experimentům sama se sebou – meditace, smyslová deprivace atd. Ve třetím ročníku také užíval každodenně a začal se zajímat o další drogy jako je extáze a LSD. Ve škole začal mít absence, ale protože se dobře uvedl v prvním ročníku a jeho otec byl bývalým učitelem na této škole, tak „mu to procházelo“. Experimentoval i s dalšími drogami. Během čtvrtého ročníku občasně užíval pervitin a po seznámení s vařiči pervitinu z okolí, začal užívat velice často. Podal si přihlášku na vysokou školu a díky absencím ji záhy opustil. Seznámil se s člověkem, který vařil pervitin. Začal si od něho brát a prodávat. V tuto dobu užíval konopí jako tlumení negativních účinků pervitinu. Jindra se stal problémovým uživatelem. Užíval každodenně několikrát a to všude ve svém životě – v práci, doma i s kamarády byl pod vlivem nějaké drogy – pervitinu, konopí i jiných. Vlivem drogově náročného života musel občas požádat o finanční zálohu a občas něco prodat. Později měl jeho zaměstnavatel finanční problémy, takže si našel druhou práci a pracoval 16 hodin denně. Jeho kamarádi ho podporovali pervitinem, takže tyto dvě práce zvládnul. Asi po dvou týdnech se ale začal dostávat do toxické psychózy. Po několika dnech skončil v ústavu v Bohnicích. Po „detoxu“ a léčbě a odstupem asi deseti měsíců opět zkoušel konopí a začal intenzivně užívat. Z těchto důvodů chodí na komunitní terapii dodnes. Pervitin už nikdy neužil.

### **Pošt mistr (27) – zkušenost s konopím 11 let, kontrolující se uživatel 3 roky**

Pošt mistr je nyní kontrolující se uživatel. Kuřák. Začátek kariéry spadá do období střední školy, kde poznal konopí prostřednictvím spolužáků s konopnou zkušeností. Začátek byl tedy experimentální a občasný. Postupně se frekvence užívání zvyšovala. Ze školy se

přenesla aktivita užívání do primární skupiny kamarádů z jeho města. Byl členem dvou skupin. On i jeho kamarádi se snažili obstarat vlastní konopí pěstováním, takže konopí až na výjimky nekupoval. Díky užívání měl více školních



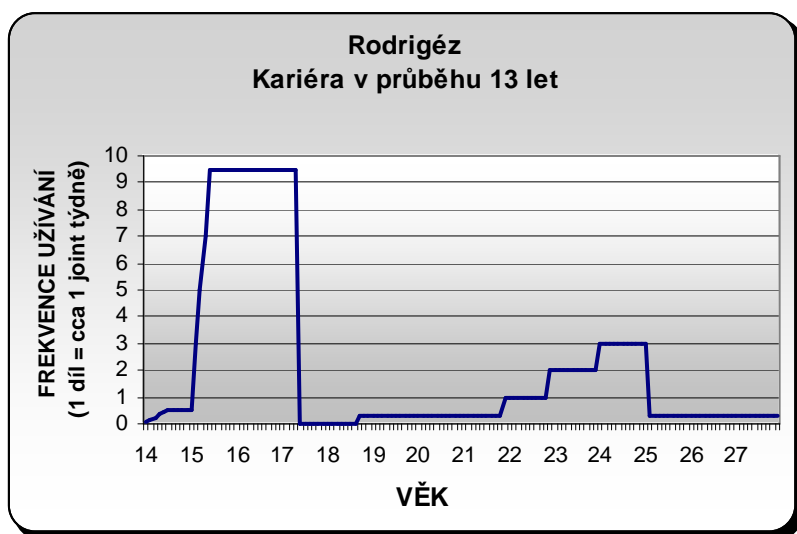
absencí, „škola mív bavila, nebyl zájem o ženský“. Po střední škole se přistihl, že užívá i o samotě, což dříve nedělal. Po střední škole nastoupil civilní službu, nechal si udělat dredy a započal velice náruživé období každodenního užívání. V tomto období se dostavily paranoické stavy. I přes nepříjemnosti a odhodlání dále neužívat konopí podléhal tlaku okolí. A jelikož příjemných raušů ubývalo a přibývalo těch nepříjemných, rozhodl se abstinovat. Tato abstinence probíhala rok. Po roce zkusil znovu užít. Našel si strategii jak užívat bez nepříjemných raušů. Užívá jen při „dobrých“ příležitostech, které nebývají častěji než jednou za 2 měsíce.

### **Rodrigéz (29) – zkušenost s konopím 14 let, kontrolující se uživatel 10 let**

Rodrigéz je nyní kontrolujícím se uživatelem. Kuřák. Začátek jeho kariéry spadá do deváté třídy základní školy, která se v jeho městě neotevřela, začal tedy dojíždět do jiného města. Tam se spolužáky začali chodit po škole na dvě malé desítky a občas se k tomu přidalo konopí. V průběhu prvního ročníku střední školy postupně zvyšoval frekvenci užívání až do druhého ročníku na každodenní pravidelné užívání. V prvním ročníku začali společně s kamarády konopí i pěstovat. V druhém ročníku se též díky známému z Prahy seznámil s pervitinem, který od té doby tak jednou do měsíce jeli do Prahy kupovat. Zhruba ve třetím

ročníku prožil díky několikadenní party toxickou psychózu. Po tomto zážitku a s pomocí své

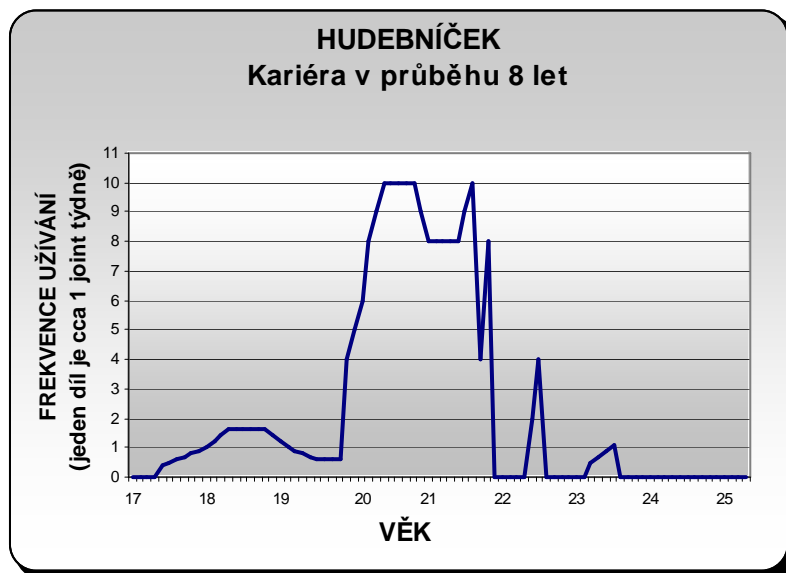
tety využil psychiatrické pomoci. Po půlroční abstinenci zkusil znovu užít konopí, zkušenost byla nepříjemná. Abstinovat tedy dále. Druhá vlna užívání se odehrála až při práci v zahraničí, kde užíval hašiš, který mu nezpůsobil nepříjemné stavy.



V posledních několika letech užívá příležitostně a jen v příznivých podmínkách, tedy kontrolovaně, v průměru jednou za jeden až dva měsíce.

### **Hudebníček (25) – zkušenost 7 let, nyní neužívá již 2 roky**

Hudebníček je bývalým léčeným uživatelem konopí. Kuřák. Začátek jeho kariéry patří do druhé poloviny střední školy, kde se odehrál klasický začátek s kamarády, kterému předcházela kuřácká (tabáková) zkušenost. Po zbytek střední školy jeho kariéra nebyla nijak výrazná, neboť jeho přítelkyně se k užívání konopí stavěla negativně. Po přestěhování s přítelkyní do Prahy a započatí vysoké školy se s přítelkyní rozešel a začal užívat konopí dle svých představ (20). Ke zvýšení spotřeby přispěl i přechod z náročného do méně náročného zaměstnání.

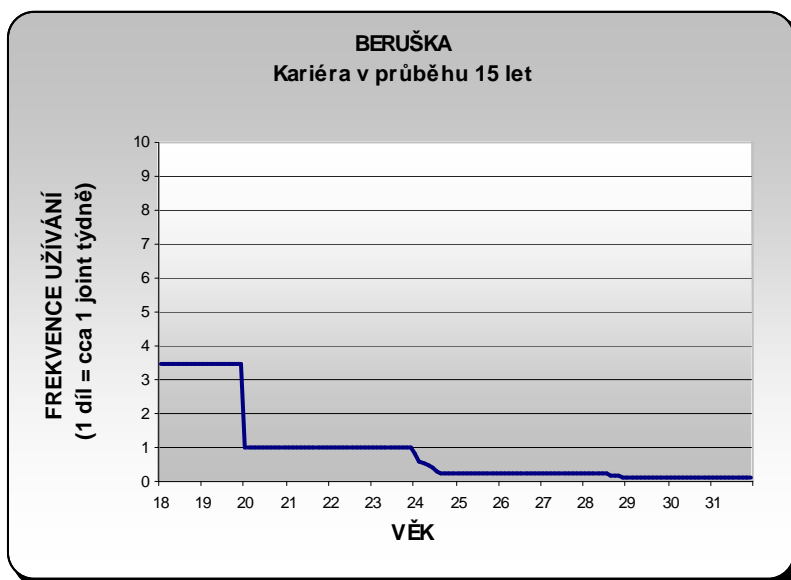


Dalšímu zvýšení frekvence napomáhala i jeho okolí: kolega z práce a v případě návratu do rodného města jeho bratranec. Často se ale oddával užívání o samotě ve svém pražském bytě. Kolem dvaadvacátého roku začal navštěvovat psychiatra s tím, že nestíhá mnoho věcí, že je líný atp. I přes doporučení vypustit užívání konopí v průběhu léčby nedbal radu v potaz a užíval dále. Konopí se pro něho stalo nástrojem jakési introspekce, pomocí něhož chtěl vyřešit

svůj problém s lenivostí. Po mnoha úvahách zkusil konopí na nějakou dobu vysadit, ale po několika měsících začal pochybovat o tom, že jeho problémy způsobuje konopí. Začal znovu užívat a „navodil“ si stav panické ataky a byl hospitalizován v bohnické léčebně. Tu opustil s přesvědčením, že mu lékaři neříkají pravdu a po doužívání medikamentů začíná opět užívat konopí, nejdříve bez větších obtíží a následně s manickými a paranoickými stavy a další hospitalizací v Bohnicích. Tentokrát se léčba zaměřila na závislostní chování. Od propuštění už nikdy neužil. Dnes je to již téměř dva roky.

### **Beruška (32) – zkušenost 15 let, nyní kontrolující se uživatelka 10 let**

Beruška je kontrolující se uživatelka již 10 let. Kuřačka. Počátek kariéry spadá do druhé poloviny gymnázia, kde s partou spolužáků a kamarádů experimentovali a užívali si zábavu s konopím několikrát v týdnu, spíše po škole a večer. Už v době gymnázia experimentovala i s jinými drogami, které byly spojené s party akcemi a v jejich partyovém užívání pokračuje. Po opuštění gymnázia nastoupila na jazykovou školu, kde ztratila častý kontakt s kamarády ze střední školy a navíc se dostala do skupiny, která spíše než konopí preferovala pivo. Už v tuto dobu si začala všimnout nepříjemných zážitků a



pocitů při kouření konopí. Po dobu jazykové školy i následné vyšší odborné školy se však každý pátek scházela s kamarády ze střední školy, se kterými téměř každý týden užívala konopí. Během této doby se z Berušky stala kontrolující se uživatelka, která nepřijímá každou příležitost užít konopí, ale vybírá si a dokáže odhadnout, kdy jí konopí bude příjemné a kdy ne. Ve třidvaceti letech šla na vysokou školu a začala bydlet s přítelem, kterému věnovala hodně času a tak opět ztratila každotýdenní kontakt s kamarády ze střední školy a frekvence užití klesla v průměru na jedno užití měsíčně. Po vysoké škole nastoupila do zaměstnání a jako kontrolující se uživatelka užívá příležitostně, třikrát až čtyřikrát za rok.

### **Shrnutí:**

V této kapitole jsem vymezil vhodné respondenty. Jsou to bývalý uživatelé, kteří v průběhu své kariéry užívali po dobu alespoň jednoho roku několikrát týdně, ale v současné době abstinují nebo užívají pouze příležitostně alespoň šest měsíců. Výběr byl proveden „kvótního výběru“ (formou inzerce) a výběru sněhovou koulí. Rozhovory se sedmnácti respondenty byly analyzovány pomocí postupů zakotvené teorie.

## 6. Analytická kapitola

### 6.1. Konopí a zábava

V následující části analýzy se zaměřím na vnímání intoxikace. Ve vnímání intoxikace panuje neobvyklá shoda naprosto všech respondentů. Popis této kategorie se pohybuje v dimenzi (ne)zábavnosti intoxikace. Všichni respondenti spontánně reflektovali, že vnímání a prožívání zábavnosti typické pro začátek jejich užívání postupně odcházelo, postupně sláblo, což částečně snižovalo motivaci k dalšímu užívání.

Typický pocit z intoxikace lze shrnout slovem *zábava*. V čem všem je možné spatřovat zábavu ve stavu intoxikace je individuální. Ve výpovědích respondentů označuje pojem zábavy čtyři různé prožitky.

Prvním typem je zábava ve smyslu spontánního humoru, legrace, srandy. Projevem je smích:

**Jan Zámečník:** „...*Strašlivý smíchy .. tyhle stavy jsem měl ze všeho nejradši .. protože bylo vlastně jenom o smíchu, smát se každý píčovině a bylo to takový uvolnění...*“

**Rodrigéz** „...*Jsmo se zhulili, já jsem z toho byl vyplácanej .. T<sup>12</sup>: Jaké to bylo? Ro: Mno to byla hrozná prdel .. přišel někdo do hospody, řek ahoj a 5 minut smíchu .. mám to jako včera by to bylo .. nevěděl jsem co to je, měl jsem to poprvé a furt jsme se tlemili, furt jsme se tlemili a pak prostě fakt ... někdo přišel, řek čus a hotovo (smích) a .. on koukal, co se děje, co je na tom vtipnýho...*“

**Valerie:** „*T: Tak se zhulím, a jak mi je? Va: Je mi dobře .. ze začátku to bylo tak .. je mi dobře, je mi fajn .. T: Co děláš, když jsi zkouřená? Va: Jsi vysmátej, směješ se .. radost .. nahodíš se s těma lidma jako na podobnou vlnu .. protože jak se smějete úplnějm píčovinám jako: ha, dveře! Hahahahaha ...*“

---

<sup>12</sup> T: - použité v citacích znamená TAZATEL

V těchto ukázkách jsou vybrány pouze zmínky o veselém stavu mysli, kdy se intoxikovaný jedinec má tendenci smát. Smích ale není to jediné, co uživatelé shrnují pod pojem zábavnosti intoxikace, tedy „*bavilo mě to*“. Takovým přechodem od prvního typu zábavy (legrace a srandy) k druhému (vnímání smysly) může být shrnutí Filosofova, který v podstatě zmínil obě:

*„T: Jaký byly stavy, který jste prožívali? Fi: Bud' byla jenom sranda, vtipný, zábavný, bavilo nás to, těšilo nás to, nebo to bylo intenzivní vnímání něčeho, což bylo jako skvělý, to byl mimořádný zážitek na hulení vnímat něco intenzivně, především uměleckýho, tak to vnímáš mnohem komplexnějc, intenzivnějc, je to dobrý, no (...) my jsme často chodili třeba do kina, do Aera, jsme šli a předtím jsme se zhulili, chodili jsme na koncerty, před kterýma jsme se zhulili a brali jsme to s tím účelem, že jsme zjistili, že je strašně dobrý hulit na nějaký, já nevím .. a pak vnímat nějaký umělecký dílo.*

Druhým typem zábavy, jak je patrné z ukázky, je zábava (radost) ve smyslu změny vnímání našimi smyly jako je zrak a sluch. A proč je to radost?

**Filosof:** „...protože prostě hulení bystří smysly úplně a když je co vnímat a existuje nějaká přímá věc, kterou existuje a ty ho musíš vnímat a ty se na něj zaměříš a jseš zhulenej a ty ho vnímáš strašně intenzivně ať už je to hudba nebo kinematografie a jsou to mimořádné zážitky...“

Třetím typem zábavy je změna kognitivních procesů, změna přemýšlení o věcech. Člověk si při svém přemýšlení pokládá otázky, které by si jinak nepokládal, na položené otázky nachází odpovědi, které by ho bez stavu intoxikace nenapadly. Uvažování je nové.

Čtvrtým typem je radost z pohybu a nového konání. Člověk vnímá jinak své tělo, tím pádem jsou i pohyby nové a člověk se může cítit jako takový průzkumník intoxikovaného světa i sama sebe.

Tyto čtyři „radosti“ z intoxikace konopím se ve výpovědích vyskytovaly v různých kombinacích a i v kombinaci se smíchem. Smích je velice ceněn:

**Kuřinožka** „... na koleji s kamarádama jsme po večerech hulili a do tří do rána jsme se chechtali a byla to děsná sranda .. byly to skvělé zážitky. Nemělo to chybu. Máme kroniku .. to jsme vyráběli, aby jsme měli památku (...) byli jsme na nějaký akci a jak jsme byli v hospodě a co tam kdo blábolil a jak byl kdo vykašenej a kdo s kým .. prostě kronika .. teď když se na to koukám tak to nechápu **T:** Co na tom nechápeš? **Ku:** Ty souvislosti a asociace .. jak nás mohli takový kraviny napadat, ale zase když si vzpomenu na ty stavy, jaká to byla sranda, kdy člověka rozchechtalo úplně každý slovo a to jsme museli zapsat...“

Fantazijní projevy a rozproudění volných asociací více rozvádí **Vítěz:**

„A pak jsme tam ještě blbli s banánem nebo co a byly tam takový ty klasický věci, co se ti dějou na hulení, jako že se směješ všem věcem, a koukáš po okolí a po lidech a vidíš jak dědek na kole jede v dešti s deštníkem a přijde ti to strašně komický, že někdo jezdí na kole s deštníkem, co ho k tomu vede? Proč se neschová? .. a najednou tě napadne, jak by to vypadalo, když by jezdili všichni na kole jenom s deštníkama třeba místo slunečních brýlí a přijde ti to tak komický, že se směješ až se za břicho popadáš .. a smích pokračuje, když dovedeš tuhle úvahu do absurdna, že by třeba ten děda na kole mohl být zakladatelem nové tradice ježdění na kole s deštníkem a za dvacet let se mu budou stavět sochy, protože se to strašně rozšíří a na pamětní desce bude mít napsáno: Tuto tradici založil „Dědek z parku“ .. no jo, ale aby se to rozšířilo tak se musí stát slavným – dědek z parku jako Johanka z Arku - Takže dědku, jestli chceš bejt zakladatelem, tak koukej vzplát nebo něco dřív než opustíš park, jinak na tebe zapomenem!! (Smích) A jak je vidět, tak nezapomněli...“

Dalším typickým projevem je až dětská radost z všedních věcí, které se zdají právě díky změně vnímání našimi smysly najednou nové a zajímavé, spojené s průzkumnou náladou v příjemném rozpoložení:

**Karamelka:** „...vždycky mně bylo příjemně, odpoutala jsem se od všeho, dokázala jsem se zaměřit na malý krásy .. užít si věci, který bych apaticky procházela, podívejte na ten strom, to je tak krásnej strom .. já na něj vylezu .. a šup, už jsem se plazila po stromě nahoru. Dokázala jsem si to užít.“

Právě toto změněné vnímání, které přinášelo nový pohled a novou kvalitu světa okolo, způsobilo, že uživatelé chtějí tuto objevovací euforii zažívat znovu a znovu.



**Emet:** „...byl to u nás takovej druh zábavy .. cokoliv se bude dělat, tak u toho dáme špeka, to byly ty začátky, kdy to byla hodně sranda (...) dřív jsme se furt chechtali, úplně všemu .. (...) pak si kámoš koupil bongo, takže budeme chodit hrát na buben vždycky zhulený, jediné (...) byly to úlety vyložené na hudbě, na počítačových hrách, my jsme si vymýšleli hry mezi sebou, že jsme napsali na papírky nějaký činnosti, kdo bude co dělat, pak se to zamíchalo a každej si vytáhl papírek s úkolem a pak to šel udělat, bylo to spojený s tím hulením, byla to hrozná zábava .. vysypat koš, vyčistit si zuby, takový blbosti .. ale bylo to dobrý, vystačili jsme si s málem.“

Posledním dokreslením zábavnosti intoxikace konopím je shrnutí, která zmiňuje jak humor, radost z pohybu, tak změnu vnímání a rozlet volných asociací:

**Beruška:** „Tak jsme třeba lezli na nějaký garáže, nebo jsme byli na dětském hřišti a lezli jsme po prolejščákách, nebo jsme jen tak seděli na lavičce prostě jsme dělali blbosti .. pro mě bylo na tom nejlepší ze začátku to, že to byla velká legrace .. že jsme se prostě smáli úplně všemu a že jsme se smáli tomu, jak máme změněný vnímání, všechno bylo jinak .. prohloubený pocity, všimneš si drobností, který by tě jinak nezaujaly .. teď nás zaujaly .. samozřejmě jiný barvy, mohli jsme se bavit, rozebírali jsme .. byli jsme strašně kreativní v tý zhulenosti .. takže se otevřelo nějaký téma a v tom jsme se jako rejpalí do takovejch absurdit .. vymejšleli jsme šílený teorie...“

### **Shrnutí:**

V oddíle Konopí a zábava jsem představil čtyři typy zábavnosti, které uživatelé na konopí pociťují: smích (legrace), radost z vnímání smysly (sluch, zrak), radost ze změny kognitivních procesů (fantazijní projevy, rozlet volných asociací), radost z pohybu.

## **6.2. Skupina**

Kategorie „skupina“ se prolíná celou kariérou uživatele. Na následujících stranách budu demonstrovat celou šíři této kategorie.

Konopí je droga skupinová. Jak píše Becker (1953), už od samotného začátku užívání má skupina pro uživatelovu kariéru veliký význam, neboť skrze skupinu se uživatel učí konopí správně aplikovat a rozeznat jeho účinky, probíhá sociální učení. Respondenti a respondentky svým vyprávěním skupinový začátek potvrdili. Skupina byla minimálně dvoučlenná, probíhala zde interakce „učitele a žáka“, ale spíše vícečlenná. Počátek kariéry bývá fixován na skupinu, a to nejen z učebních důvodů, ale i z důvodů skupinové zábavy. Se skupinou kamarádů je možné prožitky spojené s intoxikací nejen zažít, ale i reflektovat, lze je sdílet. Představení kategorie skupina začnu u zdroje konopí.

### **Skupinový zdroj konopí**

Jeden velice praktický důvod pro skupinové užívání je ten, že stačí, aby jeden člen skupiny přinesl konopí, a celá skupina toto konopí může užít<sup>13</sup>. Skupina se tak dělí o to „nejcennější“. Proto je výhodné sdružovat se jako uživatelé do větších skupin, o čemž vypovídají např. následující příspěvky:

**Kuřinožka:** „...Když někdo v tom půlroku (...) něco splasil, tak se to zhulilo (...) kamarádka taky chodila s klukem, kterej měl přístup k hulení, tak taky občas něco přinesla .. já když jsem se někde nachomejtla náhodou, že jo .. moc toho ale nebylo...“

**Theodora:** „s kámošem jsem hulila hodně .. on to bral od bráchů a my jsme v té době spolu docela hodně kamarádili ..“

Podle několika respondentů se kromě konopí sdílí i mnoho ostatního v případě, že jde o skupinu, kde je kromě užívání konopí pojitkem i vztahová blízkost:

---

<sup>13</sup> Zde se jedná o pohled jedince, který nemá trvalý přístup ke konopí. U držitelů to samozřejmě neplatí. U držitelů vniká dilema užití i o samotě. Viz dále.

**Filosof:** „...když hulíš ve skupině, tak je tam nějaký silný sociální pouto, vytváří se takový zvláštní přátelství, jako když někdo to hulení má, tak mají všichni a tak to není jenom s hulením, tak je to s cigárama, tak je to s jídlem, tak je to skoro se vším, což je jedna z věcí, která se mi na tom jako líbí na užívání drog. Nějaké jako sociální pochopení, nebo nějaká sociální vstřícnost, pochopení, takovej sociální komunismus v malý skupině...“

Samozřejmě, že zde existuje neformální norma společného přínosu do skupiny. Uživatelé pocítují potřebu poskytnout za užívání konopí určitou náhradu. Vzhledem k tomu, že obstarat konopí, ať už pěstováním nebo kupováním, stojí určité úsilí nebo peníze, je náhrada na místě:

**Pašák:** „... jsem hulil ve skupině, jako, že jsem nehulil sám .. já sám jsem nic neměl .. a tak když se hulilo, tak jsem koupil pivo .. panáka .. nebo jsem platil útratu ... „

**Kuřinožka** ...to už bylo taky období, kdy jsem si začala jako kupovat .. ale zase jako to bylo kvůli tomu, že jsem dlouhou dobu hulila s lidma, který nosili hulení mně a mně už začlo bejt blbý, brát od někoho a nic nenosit .. Takže jsem samozřejmě se chtěla těm lidem nějak revanšovat a prostě .. taky jednou přijít a říct, hele mám tady géčko pojd' si zahulit, už mi to přišlo blbý...“

Pokud není někdo přímý odběratel u dealera nebo sám není dealer jako Jindra Hojer, nebo pokud není třeba pěstitel jako Emet, Pašák, Poštministr, pak takovému jedinci je jeho členství ve skupině nástrojem k dosažení konopí.

### **Konopí jako vstupenka a tmel sociálních vazeb**

Být uživatelem konopí je v určitém smyslu „klubová karta“, lamač komunikačních bariér a zároveň tmel. V prolamování sociální bariéry lze uživatele konopí přirovnat ke kuřákům cigaret. Pokud se v nově utvořené skupině (školení, práce) vyskytnou kuřáci, jsou to většinou oni, kdo se první dá do hovoru například venku na cigaretě při přestávce v programu. Podobně to funguje u kuřáků konopí a to ve dvou významech.

Bud konopí slouží jako téma hovoru, které se pohybuje od posledních zážitků při stavu intoxikace, přes veselé či neuvěřitelné příhody, legalizaci či dekriminlizaci až po pěstování, rady jak lépe pěstovat, nebo se může komunikace uhnout k popisu druhu konopí a jeho účinků

atd. Nebo se lze rychle seznamovat samotným aktem užití, kde se uživatel uvolní a začne komunikovat.

**Strejda Erik:** „...*No a tam jsem hned zjistil, že Pavel hulí s nějakýma lidma naproti z pokoje na chodbě a já šel nějak okolo, a tak jestli si nedám taky a já, že jo .. a začli jsme takhle vyhulovat a bavit se (...)* Chodil jsem tam do hospod, seznámil jsem se tam se spoustou lidí .. přes toho špeka se strašně rychle skamarádíš .. ubalí se brko a hele, tamhle je kámoš a ten zase ubalí brko a má svoje známý a že pak jdeš do hospody ke stolu deseti lidí a všichni se znaj a bavěj a hulej takhle dohromady a tak.“

Jak je vidět u Strejdy Erika, kromě ulehčené komunikace se stává konopí pojátkem a pomocí něj se vytváří sociální sítě. Zatímco u Erika byla další sociální vazba zprostředkovaná přes prostředníka, v další ukázce přišlo seznámení i bez této vazby, stačilo konopí jako „klubová karta“:

**Kuřínožka:** „...*tam jsme byli na počítačích a pak večer, že uválíme jedno brčko. Tak to tam drolíme a ozval se ještě jeden kluk, kterýho jsme neznali, že by něco přidal .. tak jo .. a šli jsme to vykourit ven a dvě hodiny jsem se tam chechtali a seznamovali se...“*

Pokud se jedná o dlouhodobější než jednorázové užití konopí, pak konopí sbližuje a spojuje. Stává se společným tématem, aktem konání a následně společným zážitkem, jako fandění jednomu fotbalovému týmu se společným zážitkem z fotbalového stadionu. Ten kdo na zápase nebyl, „ztrácí nit“:

**Emet:** „...*v druháku jsem přišel první den na kolej a řekl: a jakej vy máte názor na to hulení? .. tak jsem vytáhl krabičku, že si ubalím špeka .. tři se otočili jako že jo a čtvrtěj jako že ne .. ten čtvrtěj se za dva měsíce stěhoval .. jsme ho vyštvali...“*

Uživatelé konopí jsou zkrátka spojeni jeho užíváním a zájmem o něj, což trefně vyjádřil **Pošt mistr:** „*My jsme pak objevili najednou, že máme úplně společnýho koníčka.*“

**Valerie** tento společný zájem reflektuje v nové školní třídě: „...*teda nastoupíš do tý školy, koukáte na sebe a pak zjistíš, že máš s těma lidma něco společnýho ...“*

### **Míra integrace do skupiny přátel konopí a změna skupiny**

Když je pro některé uživatele tak snadné se seznamovat, pak se lze jen těžko divit, že spolu vytváří neformální sítě. V kariéře uživatele se ukázala míra integrace do sítí konopných uživatelů jako významný prvek. Vysoce integrovaný člověk může dojít do stavu, že se jeho bezprostřední nejbližší sociální okolí skládá z větší části z uživatelů:

**Strejda Erik:** „...a věděl jsem, že mám jen samý kámoše, který hulej a říkal jsem si .. ty jo, abych mohl říct o někom, že to je jakoby kámoš, tak to nebyl nikdo, kdo by nehulil. Ale zase to není tak překvapivý, protože u nás hulej všichni .. ono to není překvapivý u nás mít takovouhle skupinu známejch.“

V těchto sítích, v tomto sociálním okolí, se vytváří a posouvá mez normality. Vše, co se zde odehrává, upravuje středobod normality, stává se normou. Pokud však existují blízké vazby v bezprostředním sociálním okolí, jak na uživatele tak neuživatele, potom přichází „korektivní zkušenost“ s konkurenční normalitou. Chování jedince patřícího do uživatelské i neuzivatelské sociální sítě je samozřejmě ovlivněno z obou zdrojů. Pokud však uživatel má mezi nejbližšími kamarády většinu uživatelů a oddává se užívání delší dobu (Karamelka po dobu tří let denně), pak příchod do neuzivatelské skupiny může přinést korektivní zkušenost a onu konkurenční normalitu, se kterou je uživatel konfrontován:

**Karamelka:** „...*T: Kdy tě poprvý napadlo, že něco s tím konopím není v pořádku?*  
*Ka: když jsem se poprvé ocitla mezi lidma, pro který to není denní chleba .. mezi lidma který když přišlo na trávu tak řekli: no tý jo, to jsem naposledy ve 14 zkusil ...“*

Získání této korektivní zkušenosti nabourává normalitu a vytváří prostředí pro reflexi vlastního chování. U Karamelky bylo získání této zkušenosti jednou z okolností počátku procesu vedoucí k její abstinenci.

### **Partnerka a partner – nejbližší okolí**

Specifickou variantou blízkého sociálního okolí je partnerství. Míra vlivu partnera na uživatele je typicky vysoká, ale ne vždy rozhodující. Valerie, Theodora, Kuřínožka i Yaya měly v různých časech přítele (partnery), kteří buď neužívali (Theodora, Valerie) nebo užívali velice příležitostně (Kuřínožka, Yaya). Míra integrace do uživatelské subkultury byla u zmíněných čtyř respondentek různá. U všech však hrál příchod neuzivatelského blízkého

kontaktu - partnera - a jeho sítě dalších neuzivatelských vazeb významnou roli ve snižování frekvence užívání konopí:

**Theodora:** „...ale potkala jsem přítele (...) on tohleto (konopí – pozn. T.N.) nějak nepreferoval (...) i jeho kamarádům se to nelíbilo, že hulím, takže já jsem potom většinu času netrávila tady, ale jezdila jsem za ním a tam to nějak jako nebylo v tom kolektivu, a takže jsem nějak přestala a dala si hodně výjimečně se známými od nás z města.“

Partner také hraje významnou roli v cestě k abstinenci:

**Yaya:** „...a s Karlíkem začlo hrozně nudné období, protože vůbec nehulil a strašně chlastal .. takže já jsem přestala taky hulit...“

Samozeřejmě, že nastala i opačná situace, kdy příchodem přítele-uživatele užívání konopí stouplo.

Vliv mužů uživatelů a neuzivatelů na jejich partnerky je významný. Pro respondentky je typické, že v souvislosti se změnou partnera hovoří o změně náruživosti i o ukončení užívání. Ve výpovědích se ukazuje pasivní přístup ke změně. Partner s jiným vzorcem užívání silně ovlivňuje vzorec užívání partnerky. Ženy to konstatují a přizpůsobují se.

V příbězích mužů hrají ženy trochu odlišnou roli. Vliv žen na zvyšování frekvence užívání u mužů jsem nezaznamenal. Naopak v několika případech se objevilo „agresivní“ působení ženy na snižování frekvence, což bylo muži vnímáno jako vynucená regulace, kterou v rámci udržení vztahu akceptovali, ale při dobré příležitosti, kterou byla absence kontroly ze strany partnerky, rádi užíli:

**Hudebníček:** „Přičemž jako .. vona .. jí se to moc nelíbilo tyhle věci (užívání konopí – pozn. T.N.) .. takže to byly jako výpady někde bokem tou dobou .. **T:** Co to znamená, bokem? **Hu:** No, když jsem jí nemusel říct, že jsem dělal tohle nebo tamto, tak prostě jsem jí to neřekl (...) my jsme se rozešli kolem toho bodu, nastoupil jsem do práce a rozešel jsem se s ní (...) a měl jsem kolegu, kterej taky hulil, takže s ním jsme chodili a ta intenzita prostě poskočila.“

Rozchod potom znamená dosáhnutí preferované míry náruživosti. Strejda Erik popsal okolnosti s partnerčíným „nátlakem“ podrobněji:

**Strejda Erik:** „Takže já jsem věděl, že se jí to nelíbí a už jsme to jednou řešili a já jsem řekl, že to omezím a já to omezil jenom na chvíli a pak jsem zase najel do toho stejného zpátky (...) ona říkala, že nechce, abych přestal kvůli ní, ona chtěla, abych přestal kvůli sobě (...) To jsme byli na nějaký hudební akci (...) protože zhulenej posouchat hudbu, to bylo jedno z nejlepších věcí jako (...) ona odešla na záchod a já se tam zhulil a ona to hned poznala, strašně jí to zklamalo (...) řekl jsem, že to už neudělám, že prostě se na to vykašlu ...“

Nakonec se stal Strejda Erik kontrolujícím se uživatelem, což znamená jen snížení frekvence a vytvoření pravidel pro užívání. Takže dále užívá, ale partnerce to, stejně jako Hudebníček, neříká.

Z porovnání vlivu žen na muže a mužů na ženy se zdá, že muži – uživatelé se typicky nenechávají tolik ovlivnit jako ženy-uživatelky. Vliv mužů na ženy v otázce užívání konopí se zdá být vyšší než vliv žen na muže.

### **Užívání ve skupině nebo o samotě**

Poslední proměnná, kterou se budu zabývat, je téma užívání konopí dohromady s někým, tedy ve skupině, nebo o samotě.

Zdá se, že u uživatelů konopí převládá podobné smýšlení o osamoceném užívání, jako platí obecně u alkoholu. Toto chování není výslovně odsuzováno, ale je otázkou, zdali je to tak správně, či ne. Ze začátku kariéry je užívání téměř vždy sociální. Ovšem v průběhu kariéry se vyhledávání uživatelské společnosti individuálně mění. V zásadě se jedná o dva typy přístupů.

První typ uživatelů je výhradně sociální, tedy vždy užívá jen za přítomnosti dalších uživatelů:

**Valerie:** „Já jsem nikdy neměla potřebu sama si za to nějak sama si zahulit .. prostě já jsem na tohle až moc jako společenská .. že já jsem vždycky potřebovala, aby mi někdo sekundoval u toho.“

Podobně na tom byl **Kápo:**

**T:** Osobáčky? Nebo špeky s lidma? **Ka:** Nikdy .. jestli jsem si dal 2x sklo .. tak vím, že jsem si něco dal, ale měl jsem zásady jako že budu (...) hulit s lidma a že osobáky jako fakt ne

*.. měl jsem tam nějaký k tomu to .. jako neodsuzuju to, ale já vždycky ve společnosti a tudíž lidí, co hulej ... “*

Druhý typ uživatelů užívá i o samotě. Zdůrazňuji, že užívají jak ve skupině lidí, tak o samotě. Užívání o samotě nebo ve skupině se zřejmě částečně odvíjí jak od norem běžných v blízkém sociálním okolí, tak od běžně rozšířeného názoru na užívání jiných látek, například alkoholu, kdy osaměle pijící lidé bývají považováni za alkoholiky, tedy jedince, kteří mají s látkou závislostní problém. Dalším aspektem je skupinová zábavnost užívání, která je na začátku normou. Později se může změnit:

**Emet** *„, přišlo mi to jako společenské rituál, že prostě nemá smysl kouřit sám, neužiju si to tolik jako s těma lidma, a když jsem viděl, že to dělaj všichni, nevím, jestli až takhle jsem se nechal ovlivňovat .. prostě jsem to zkusil a bylo to dobrý a tak jsem to zkusil zas a zas .. jsem si třeba říkal, co budu dělat? A tak si dám špeka...“*

Užívání o samotě má jinou kvalitu, je prožíváno jinak. Někteří zkušenější uživatelé se stávají „pány svého času“ a nachází v osamoceném užívání i svobodu využití stavu intoxikace.

**Strejda Erik:** *„...pak už jsem začal hulit sám, protože jsem zjistil, že nejlepší je hulit sám .. napadne tě, co chceš jako by dělat, nejlíp využít jako ten stav, takže můžeš dělat jakoby co chceš.“*

Příkladem toho, jak využít čas, poskytl **Filosof:** *„... to bylo vlastně to období, kdy jsem bydlel v Divoký Šárce, chodil jsem ze školy domů pěšky, mě hrozně v tu chvíli, kdy jsem hulil, bavilo chodit pěšky, jen tak, poslouchal jsem hudbu a hodinu a půl jsem chodil, procházel se Prahou ...“*

Osamocené užívání může člověk vědomě vyhledávat, nebo ho jenom neodmítat:

**Emet:** *„...táhnul mě k tomu relax, přišel jsem z práce hotovej, unavenej, ubalil jsem si špeka a koma .. ta holka co tady se mnou bydlela, tak dělala v kavárně noční, tak to vůbec jsem byl doma sám ..“*



Užívání o samotě může být ale problematické z jiného než závislostního důvodu. Hudebníček se díky náruživému užívání o samotě zbavil možnosti konfrontace ale i sociální kontroly nebo pomoci od spoluživatelů, což byl také jeden z důvodů, že se užíváním konopí propadal více a více do nejistoty vlastních bludů a představ a po určitém čase se dostal do toxické psychózy, kterou pomohla vyřešit až hospitalizace v bohnické léčebně. Užívání ve skupině, stejně jako blízké uživatelské i neuživatelské okolí, přináší možnost konfrontace a reflexe vlastního prožívání.

### **Shrnutí:**

Oddíl *skupina* zahrnuje: skupinové užití, skupinový zdroj, skupinový vliv, integraci do skupiny a konopí jako skupinový tmel. Vztah konopí, jedince a skupiny je významný. Pro život uživatele je zásadní, aniž by si to sám příliš uvědomoval. Na druhou stranu interakce se skupinou není nezbytná, což může a nemusí mít svoje důsledky v absenci kontroly užívání nebo například absenci zdroje.

### **6.3. Míra náruživosti**

V této části představím vzorce užívání, které lze u uživatelů vypočítat s ohledem na míru náruživosti. V grafech u medailónků byla představena frekvence užití v závislosti na čase, tedy jakýsi průběh kariéry. Následující text ukazuje možnosti užívání konopí více staticky. Přináší základní vzorce užívání, které vyplynuly z analýzy.

Nejdříve na několika ukázkách představím, jaká je varieta možností užívání z hlediska množství a frekvence. Poté odlišení aktivního a pasivního uživatele definuji tři typy užívání a zároveň tři typy uživatelů: nekontrolující se uživatel, uživatel s určitou mírou kontroly a kontrolující se uživatel.

I když je určování množství užitého konopí problematické (viz odd. 1.4.), sami uživatelé rozlišují množství, které užívají. Množství užitého konopí ovlivňuje jak míru pocíťovaného rauše, tak délku jeho trvání. V následující ukázce se nabízí úvaha, že uživatelé spíše než objem nebo hmotnost užitého konopí (gram) rozlišují čas a míru intoxikace. Následující ukázka zahrnuje užívání malého množství:

**Yaya:** *dávala jsem si třeba i sama .. že jsem jako vyběhla se skleněnkou z domu a nabila jsem si, dala jsem si tři prdy a šla jsem zpátky. Ale to se nedá srovnat s brkem .. to máš stav, který trvá půlhodiny a čau! (...) to je něco jiného, než když se jdeš zhulit brkem .. tam si jdeš dát práska .. to se nezhuříš .. to se jako povzneseš a hned se vracíš zpátky, jen tě to trochu nakopne .. na každého to má jiné účinky .. uvolní tě to .. v těch malých dávkách mě to uvolňovalo...“*

Samozřejmě že užitím fajfky nebo tzv. skla není zaručeno, že uživatel užije málo. Sklo i fajfka lze takzvaně nabít (naplnit) několikrát za sebou do doby, než se uživatel dopravuje k žádanému výsledku. Proto může užití fajfky či skleněnky vypadat také takto:

**Yaya:** *„Jasně .. Jindra to byla palba **T:** Co to znamená? **Ya:** To znamená, že jsem se nebránila žádnému brku .. my jsme ale nehulili brka, ale my jsme hulili fajfku .. tam se hulí fajfka nebo skleněnky, takže to se nedá .. **T:** Dá se kvantifikovat, kolik si dáš .. **Ya:** Ježíš, tam to furt kolovalo .. si představ, že sedíš v hospodě a pořád někdo nabíjí .. **T:** Tak kolikrát v týdnu si do té hospody šla? **Ya:** Sedmkrát. **T:** Kolikrát v měsíci? **Ya:** 22x? 25x? **Pořád .. ale nehulila jsem dobrý matroš v té Jindře oproti tomu, co jsem zkusila později...“***

U Yagy byla spotřeba v jeden čas velmi vysoká, i když, jak sama uvádí, konopí nebylo „moc dobré“, tedy potentní. Jak již jsem naznačil, kromě množství, které jedinec užívá, je zajímavé sledovat i frekvenci užívání.

**Theodora:** „*Ono zas na druhou stranu, já jsem to vyloženě nevyhledávala. Když jsem měla příležitost, tak proč ne. Protože jsem věděla, že mi to nic neublíží .. spíš naopak, ten stav, že se mi líbil. Ono to nebylo každý den, spíš to byly ty víkendy. V průměru to bylo tak 3x do týdne. Já jsem to nepotřebovala k snídani obědu večeři.*“

Jak Theodora uvádí, užívala asi třikrát do týdne množství, které jí bylo příjemné. Míra subjektivní příjemnosti je relativní. Je možné nalézt přitažlivost prožitku i v mnohem náruživějším užívání:

**Kuřínožka:** „*...Takže až do března jsme tam takhle všichni vyváděli společně .. každý den do hospody, 4-5 pivek, žádný problém .. 3-4 špeky .. každý den jsem chodila do školy až tak ve 2 hodiny odpoledne ...*“

Náruživé užívání může probíhat po skončení povinností, ale může být rozprostřeno i do celého dne. V takovém případě je uživatel skoro neustále ve stavu intoxikace:

**Valerie:** „*...teda nastoupíš do té školy, koukáte na sebe a pak zjistíš, že máš s těma lidma něco společnýho .. to konopí tam taky mezi nima koluje .. tak se vždycky o volnejch hodinách (mezi výukou – pozn. T.N.) a to už to bylo i později třeba i ráno, když jsme šli do školy, tak jsme se sešli a vyhulili jsme si tlamy a bylo to (výuka – pozn. T.N.) alespoň vtipný (...) pak po škole, když se šlo do hospody, v hospodě .. nebo jako ven jsme šli.*“

V těchto „středních hodnotách“ množství i frekvence, které jsem právě nabídl, existuje množství variací, jakým způsobem a v jakých množstvích se konopí užívá. Začal jsem u jednoho konce a to malých občasných dávek a skončím na druhém pólu a to u velmi častého a náruživého užívání. Zde je jedna demonstrace:

**Karamelka:** „*Tak jo .. tak jsem byla zhulená a najednou to přišlo .. pohodička, klídeček .. hodně jsme se s klukama přátelili, dobrá parta (...) pak jsem už jen hulila .. 3 roky*

*denně .. naprosto denně .. jsem si tím jistá, že jsem nevynechávala .. tady v tomhle pokoji jsem měla skříň na pěstování (...) spoustu dobřích skunků od 5ti do 20ti jointů denně .. mrtě jsem to přeháněla jako všechno, co já dělám .. do všeho jdu jako se vším .. 3 roky jsem takhle v tý víře jsem byla .. hodně jsem to měla ráda... “*

V podobném modu užívání se za svou kariéru ocitlo více respondentů, i když třeba jen na několik dní, týdnů nebo měsíců. Karamelka je délkou svého období náruživého užívání mezi respondenty mého výzkumu výjimečná.

### **Shrnutí:**

V této části jsem krátce demonstroval šíři a možnosti užívání, které jsem sledoval podle množství a frekvence. Tento rychlý přehled není samoučelný. I když je těžké vymezit ze způsobů užívání typické uživatele a to především ve střední části kariéry, některé projevy jsou typické. Na ně se zaměřím v následujících odstavcích.

## **6.4. Typologie kontroly a regulace uživatelů a jejich vzorců**

Mezi uživateli existuje velká varieta způsobů jak užít, kdy, s kým atd., jak je patrné již z předešlého výkladu. I přes množství způsobů užívání lze odlišovat uživatele podle míry kontroly nebo regulace jejich jednání. Čím menší je kontrola či regulace konopného užívání, tím větší je míra jeho nepředvídatelnosti, to znamená kde, kdy a v jakém množství budou jedinci užívat. Tato kontrola a míra kontroly může být sledována jak v ukazatelích frekvence užití, množství užití, místa a okolností užití, tak optikou míry aktivity při vyhledávání tohoto zážitku. Popisované chování respondentů a jejich nahlížení na užívání konopí lze rozdělit na dva základní odlišné přístupy, aktivní a pasivní.

Pro aktivní přístup je charakteristické vyhledávat situace, kde se užívá, mít dostatek konopí, užívání iniciovat:

**Strejda Erik:** „...prostě někde jdeš a 6 špeků a každé den jsem hledal příležitost jak se zhulit a vždycky jsem měl chuť, tak jsem psal lidem, jestli nejdou jako na brk nebo tak .. “

Pro pasivní přístup je naopak typické nevyhledávání příležitostí k užívání. Tito uživatelé spíše akceptují to, co přichází. Pokud jejich skupina kamarádů bude mít v plánu užít konopí a oni toho budou přítomni, tak je pravděpodobné, že s nimi užijí. Je nepravděpodobné, že budou iniciovat, shánět, či se jinak aktivně podílet:

**Beruška:** „...A když nebylo hulení, tak jsme byli všichni otrávení, ééé to je blbýy .. rozmrzelí, že to nebude taková legrace, ale pak už mi to bylo jedno, já jsem se po tom nijak nesháněla... “

**Kuřinožka:** „...takže když byla příležitost, tak jsme se zhulili .. jako nevyhledávali jsme to .. jako nechodili jsem po hospodách a neptali se lidí, jestli nemají nějaký hulení... “

Tyto dva typy užívání, pasivní a aktivní se prolínají i následující typologií tří úrovní regulace užívání. Většinou se nejedná o čisté typy, spíše o převažující chování.

### **6.4.1. Nekontrolující se uživatel**

Typickým znakem pro nekontrolující se uživatele je, že využívají téměř každou příležitost užít konopí (kontrolují se v malých počtech případů a v úzkém okruhu okolností).

Cílem je být ve stavu rauše. Výjimek, které dělají ve své spotřebě konopí, je minimum.

**Jan Zámečník:** „...tak když jsem měl doma pytel, tak jsem si ubalil .. bongy .. ta poslední fáze byla o tom jako se jen zhulit, už mi nezáleželo na tom s kým a jak, hlavně se zhulit .. třeba 3 gramy za den... “

**Yaya:** „...Ale třeba na Silvestra se braly zavařovací litrové sklenice a ne jedna, plné hulení a to se za ten týden shulilo a těch sklenic bylo prostě několik. A třeba jako Silvestr půlnoc byla taková, že si teda každý vezme to brko do ruky a jde si to odpálit ven a vlastně nonstop za ten týden tam na stole už leží předbalený brka a ty to jako shuluješ ... “

I když zde nechci používat příliš zavádějící srovnání, nejbližší k tomuto nekontrolovanému typu se blíží chování alkoholika, který se malými či většími dávkami snaží dosáhnout subjektivně příjemné, mírné až velké opilosti po větší část jeho dne (týdne) a to i v případě, že mu opilost (zkouřenost) v jeho konání nijak nepomůže, spíše mu „uškodí“. Nezáleží na tom kde a s kým, hlavně, když se uživatel nachází v rauši:

**Jindra Hojer:** „...Ten týpek, co prodával ten hašiš mi zajistil takovej příjem, toho hulení, že jsem měl tady vedle v pokoji v šuplíku hroudu hašišu a velké pytel skanku. To jsem měl nějak jako posílat dál, ale měl jsem toho tolik, že jsem to nestíhal prodávat .. podstatě jsem toho víc vyhulil, než prodal. (...) Já jsem v podstatě fetoval, já jsem nedělal nic jinýho, jako že jsem byl v práci a pracoval a tvořil software, který byl mým produktem a mým dílem to pro mě nebylo zase tak důležitý jako spíš to, že jsem byl v průběhu toho sjetej. No vždycky když nebylo co fetovat, tak mi tady zbyla ta tráva, která mě jako uklidnila v podstatě a hulil jsem v kuse... “<sup>14</sup>

**Hudebníček:** „...pak jsem začal chodit k tomu psychiatrovi kolem toho 22. roku s tím, že zadání bylo, že se mi zdá, že nic nestíhám, že jsem tohle támhleto, samozřejmě, že to hulení

---

<sup>14</sup> U Jindry Hojera je třeba připomenout, že kromě uživatele konopí byl i náruživým uživatelem pervitinu.

*na to bylo navázaný, ale to on moc neřešil, dokonce .. jako říkal mi, že by nebylo dobrý během psychoterapie hulit, načeš já jsem jako just hulil... “*

Jindra Hojer i Hudebníček patřili k nekontrolujícím se uživatelům, užívajícím jak v práci, tak i při psychických problémech. Oba dva tito uživatelé se nakonec stali pacienty Psychiatrické léčebny Bohnice, což ovšem neznamená, že nekontrolované užívání nutně vede k potřebě psychiatrické pomoci. Společným znakem pro ně byla nízká míra a spíše absence kontroly užívání.

#### **6.4.2. Uživatel s určitou mírou kontroly**

Tento typ je poměrně široký a spadá do něj větší část uživatelů. Jednotlivé uživatele rozlišuje míra kontroly užívání. Na kontrolu lze pohlížet několika způsoby. Lze kontrolovat konkrétní situace, množství a příležitost obecně.

Situace lze dělit na vhodné a nevhodné. O vhodnosti nebo nevhodnosti rozhoduje mnoho okolností jako je vlastní zájem či záměr, denní doba, tlak okolí, skupinové normy atd. Vytvoření modelu vhodnosti podle faktorů, které ovlivňují vnímání situace, by bylo složité. Lze se ovšem zaměřit až na výsledek. Uživatelé z obecných příležitostí vymezují a pojmenovávají specifické situace. Jedním z pohledů na míru kontroly je **kontrola specifických<sup>15</sup> situací**. Tito uživatelé si dříve nebo později vytvoří určité „zásady“ kdy se neužívá:

**Beruška:** „...*Já jsem z počátku, já jsem to zkoušela si to dát i během dne, co to bude dělat i v té škole a já jsem zjistila, že jsem příliš zodpovědná na to abych hulila i o velký přestávce nebo mezi vyučováním, protože jsem měla strach, když to na mě bude poznat, že nezvládnou, když by mě vyvolali nebo že si z toho nebudu nic pamatovat, takže možná párkrát jsem byla zhulená na odpoledním vyučování, ale pak jsem si řekla, že si to nechám jen na večery... “*

Specifická kontrola se ale může vztahovat pouze na specifické situace, kde zásada platí beze zbytku: škola, učení, práce. V nezapovězených situacích může být kontrola nižší nebo opět chybět, zvláště co se týká množství:

---

<sup>15</sup> Jasně pojmenovaných situací.

**Yaya:** „...a tady jsem začala chodit s tím Kubou .. a to jsme hulili podle mě furt .. rok jsem hulila intenzivně (...) **T:** A jak s tím Kubou? **Ya:** Já nejsem typ člověka, já jsem nikdy nedokázala učit se nebo pracovat a být zhulená .. takže tady ty činnosti jsou svaté a během nich se nehulí! Ale když jsme byli spolu, tak jsme prostě hulili .. ráno ne, v práci ne, ale večer mě vyzvedl po práci a vzal mě za jeho kámošema a tam se prostě hulilo .. a to bylo někdy dvě brka a někdy deset, oni byli magoři jako .. to je prostě bandička, kdy každý 3. ubalí brko a jde se ven .. a takových koleček je prostě třeba čtyři za večer .. a ty tam prostě stojíš a po tom pátém brku už nevnímáš .. ne nevnímáš, už je ti to jedno, jestli si dáš dalších 5 nebo 20, protože je to jedno, ale abys ustál ten rituál, tak se tam chodí na to kolečko...“

Přestože uživatelé tyto zásady mají, je velice snadno možné, že zásady poruší. Zde lze mluvit o určité míře kontroly. Míra kontroly kolísá minimálně ve spolehlivosti. Někteří kvůli užití konopí změni své zamýšlené jednání. V následující ukázce se jedná o změnu plánu jednání spojené se školou, o které se respondenti, toho času studenti vyšší odborné nebo vysoké školy, zmiňují často:

**Emet:** „...měl jsem takovou zásadu, kterou jsem udržel dlouho a porušil jsem ji hodně výjimečně a to nechodit do školy zhulenej, to bylo důležitý (...) pak se mi třeba stávalo, že jsem na tu kolej šel, měl jsem odpoledku, ještě nějaký učení a mezitím byla dvě hodiny pauza, tak se mi mockrát stalo, že jsem během té pauzy šel na kolej pro něco a narazil jsem tam na chodbě na vůni a tak jsem šel na ten pokoj a tam už prostě mejdan, všichni zhulený, a do školy už jsem samozřejmě nešel, to byl takovej stav, že už to nemělo smysl cokoliv dělat .. jenom jsem se přidal do toho vegetu ...“

Druhým pohledem je **kontrola příležitosti (regulace)**. Zatímco kontrola specifických situací zapovídá užívání v daných situacích (škola) a je víceméně záměrně zvolená, u regulace příležitosti se nemusí vždy jednat o záměrné jednání, o záměrnou regulaci. Nezáměrná kontrola příležitosti je např. distribuce volného času mezi různé skupiny (volejbal nebo parta kamarádů – huličů), čímž se vlastně příležitost užívání snižuje, aniž by uživatel toto chování nějak cíleně udržoval pro regulaci užívání konopí. Kontrola příležitosti stejně jako specifické situace v podstatě osciluje mezi dvěma rozhodnutími: vhodná a nevhodná příležitost.



Kontrolu příležitosti spatřuji v rozhodnutí o užívání konopí pouze ve skupině<sup>16</sup>. Tito uživatelé se rozhodli, že zisk, který spatřují v užívání konopí, získají pouze užíváním ve skupině, užívání o samotě cítí jako nevhodnou příležitost:

**Beruška:** „**T:** Kouřila jsi někdy třeba sama? **Be:** Ne .. nikdy v životě ... **T:** I když si měla doma pytel jak si říkala? .. **Be:** To mě nikdy nenapadlo sama .. já jsem to potřebovala sdílet, mě by to samotnou jako nebavilo, nebo možná by mě to bavilo, ale já jsem to měla spojený s těma lidma...“

**Valerie:** „...Já jsem nikdy neměla potřebu sama si za to nějakou sama si zahulit .. prostě já jsem na tohle až moc jako společenská .. že já jsem vždycky potřebovala, aby mi někdo sekundoval u toho ...“

V obou dvou ukázkách je vidět, že respondentky jsou ve svém užívání omezeny na skupinu, bez které neužívaly. Nebyla-li skupina, neužívaly. V tom spatřuji regulaci příležitosti. Respondentky omezily příležitost, kdy užívaly (ve skupině), tím omezily i spotřebu konopí.

O tom, že užívání ve skupině je určitou formou regulace, svědčí další ukázka, kde opuštění této regulační podmínky (pouze ve skupině) vedlo ke zvýšení počtu příležitostí užívat konopí:

**Emet:** „...**T:** Kouřil jsi sám? **Em:** Nakonec kouřil .. nechtěl jsem kouřit sám (...) přišlo mi to jako společenské rituál, že prostě nemá smysl kouřit sám, neužiju si to tolik jako s těma lidma, a když jsem viděl, že to dělají všichni, nevím, jestli až takhle jsem se nechal ovlivňovat .. prostě jsem to zkusil a bylo to dobrý a tak jsem to zkusil zas a zas .. jsem si třeba říkal: co budu dělat? A tak si dám špeka .. a to byl zlom a pak už to šlo trošičku do té krize .. tam jak ta moje kariéra stoupá k vrcholu (graf), tak to zároveň šlo do krize...“

Jak je patrné z ukázky, s přibývajícími příležitostmi rostla i spotřeba. Regulaci je samozřejmě možné využít i naopak, tedy že z užívání o samotě a ve skupině zůstane jen užívání ve skupině. Zatímco u Emeta byla zvýšená spotřeba nezamýšlený důsledek

---

<sup>16</sup> Na druhou stranu užívání ve skupině jako příležitost může být nevhodná díky specifické situaci užívání ve škole.

rozhodnutí o užívání i o samotě, v čemž začal spatřovat zisk, v následující ukázce bylo omezení příležitostí a tím i spotřeby opačné. Jednalo se v podstatě o redukci spotřeby:

**Pašák:** „...já jsem to snižoval (...) Jako hulil jsem ve skupině, ale přestal jsem hulit sám, když jsem šel třeba do školy (...) nebo třeba večer před spaním, jsem si pustil cédéčko a prostě jsem usnul .. nebo když jsem šel ráno na autobus dejme tomu .. nebo třeba i o víkendu šel jsem se třeba projít, zahulil jsem si ...“

S výčtem všech těchto činností, kdy užíval o samotě, Pašák přestal, a tak začal záměrně regulovat svoje užívání. Jednou z možností regulace příležitostí je tedy skupinové a osamocené užívání. Míra užití ve skupině je různá, ale pro všechny platí, že užití ve skupině praktikovali.

Další regulace či kontrola vlastního užívání probíhá v interakci se skupinou, která užívá, a to dvěma způsoby. První způsob regulace užívání je **absence návštěvy** dané skupiny, tedy že se daný uživatel nedostaví na skupinové setkání. Tato kontrola vlastního chování může být cílená, regulující spotřebu konopí:

**Jan Zámečník:** „...ještě zásadní věc .. která hodně souvisí s hulením, že jsem se vysral na 90% mých kamarádů .. nebo mých kamarádů, spíš bych řekl známých .. byli to v podstatě všichni lidi, který mi moc nedávali, kromě toho, že jsme se spolu zhulovali a v podstatě to bylo, že nešlo o nějaký vztah, ale uvědomil jsem si, že takhle už nechci dál .. přestal jsem jim volat atd...“

Pokud je uživatel členem dvou skupin, kdy jedna užívá a druhá neužívá, potom dělení volného času mezi ně je dalším způsobem regulace. Tato regulace není primárně namířená proti vysoké či nízké spotřebě konopí, pouze drobí čas a tím snižuje příležitost užití:

**Theodora:** „...No a když jsem šla na školu, tak tam už to jako polevilo. Taky jsem tam zas našla lidi, který byli na stejný vlně jako já, ale potkala jsem přítele .. a punková kapela, ale on hulení nějak nepreferoval (...) i jeho kamarádům se to nelíbilo, že hulím, takže já jsem potom většinu času netrávila tady, ale jezdila jsem za ním a tam to nějak jako nebylo v tom kolektivu, a takže jsem nějak přestala a dala si hodně výjimečně se známými od nás z města...“

U Theodory je potřeba doplnit, že před střední průmyslovou školou bylo užívání konopí mnohem častější. Poté začala opouštět svoje domovské město, kde měla uživatelskou skupinu, a její spotřeba se snížila.

Dalším způsobem kontroly příležitosti je **odmítání užití** ve skupině. Toto odmítání užití je u většiny skupin podrobena sociálnímu tlaku na to přímému i nepřímému. Samotná přítomnost konopí ve skupině může být svodem:

**Pošt mistr:** „...Nevím .. přišli jsme třeba do hospody, dali jsem si třeba pivo dvě, ubalil se joint, že jo. Já jsem říkal: hele já nebudu jako hulit a tak jsem třeba nehulil. No a pak teda kluci byli zhulený, viděl jsem to jak se smějou, že jo, to byli ještě tenkrát takový ty euforický stavy po tom, jako že jsme se opravdu tlemili a já jsem si teda s nima zapukal až dalšího jointa...“

V této ukázce přímý tlak ze strany skupiny nebyl, a Pošt mistr přesto touze zakouřit si konopí podlehl. V další ukázce naopak Vítěz podlehl přímému nátlaku:

**Vítěz:** „... V podstatě jsem se už rozhodl, že to hulit nechci, když se třeba v tejdnu učím a že si to nechám na víkendy.. jako mohl jsem si to brko dát, ale nechtěl jsem .. no a pak, že kámoši jdou na brko .. šel jsem sice s nima, ale připravoval jsem se na to, jak odmítnu .. víš co, byla s nima prdel i v neshuleným stavu tak jsem s nima šel, ale hulit jsem nechtěl .. no pak jsme se někde zastavili třeba u nějakýho stromu nebo na plácku a oni to smotali a už jak to motali, tak do mě hustili, že to dělaj jako to brko jako dost velký pro všechny a tak .. tak jsem nejdřív jako odmítal, že si dám jenom cígo .. a tak to odpálili a kolovalo to a někdo mi to dal do ruky a já jsem to podával dál a ten,co se mu to podával říkal at si dám jako prda .. a já že ne a on: tak malýho .. tak jsem si dal no .. a bylo to v troubě .. Já když hulím tak pořádně nebo nic .. takže příští kolo jsem si zabáňal pořádně ..

Jak je vidět u Vítěze, jeho kontrola situace a příležitosti nebyla dostatečná. I přes snahu regulovat spotřebu byl skupinový tlak silnější než jeho rozhodnutí.

I když to Vítěz nezmínil přímo, určitou roli v rozhodování a kontrole užití hraje jeden důležitý faktor a to je interakce intoxikovaných uživatelů konopí a neintoxikovaných jedinců.

Filosof nechtěl užívat konopí tolik, užívání konopí omezoval, v podstatě redukoval spotřebu. Jeho kamarádi ale užívali dál, takže i když chtěl Filosof redukovat, právě faktor nepříjemné interakce uživatelů a neuživatelů vedl k užití a to i přes to, že žádný přímý sociální tlak nebyl vytvořen:

**Filosof:** „...*Takže jsem to jako hodně omezoval .. ostatní pořád hulili, takže mě to moc nebavilo, bylo to divný, když se ostatní zhulej a já si třeba nechci dát .. když se ostatní zhulej .. já jsem o tom samozřejmě mluvil, kamarádi to respektovali* **T:** *Jak to respektovali? To ti neřekli jako tak si dej, třeba to bude dneska lepší?* **Fi:** *Jo to třeba jo .. ale řešili jsme to, a tak jsem si třeba nedal, nebo naopak se často stalo, že jsem si dal, protože je to blbý ... moc mě to nebavilo být nezहुlenej, když se ostatní zhulej .. tak jsem si občas dal...“*

Takže i přes nulový tlak skupiny Filosof užil konopí, i když nebyl v tom období plně spokojen s užíváním.

Poslední typ uživatele se vyznačuje několika charakteristickými projevy, a proto tvoří samostatný typ.

### **6.4.3. Kontrolující se uživatelé**

Pro kontrolujícího se uživatele je typické několik základních přístupů a pohledů na spotřebu a způsob užití konopí.

V první řadě plně ovládá svoje rozhodování o tom, zda užije či neužije konopí. To je odvislé od několika proměnných, které tento uživatel zvažuje, než konopí užije.

**Beruška:** „...*když byla příležitost, tak jsem si to nechala rozmyslet: jo, jak se teďka cejtím, mám na to chuť, chci bejt další 4 hodiny zhulená nebo nechci, mám dobrou náladu nebo ji nemám dobrou a ještě mi ji to může zhoršit .. takže většinou, když byla dobrá a cejtíla jsem se na to, tak jsem se přidala a když ne, tak ne ..“*

Beruška podrobně rozebrala rozhodovací proces, který obsahoval zhodnocení vlastní nálady, tedy setu a dále plánování, zdali má čas a chuť být dalších několik hodin pod vlivem konopí. V případě tlaku skupiny je u kontrolujících se uživatelů rozhodnutí konečné.

(Pokračování poslední citace),,...**T:** *A když nebyla dobrá?* **Be:** *Tak jsem řekla že nehulim ..* **T:** *A co zbytek?* **Be:** *Zbytek kamarádů? Nic .. hulili sami ...* “

V případě Berušky nebyl vyvinut žádný sociální tlak. Ten, jak už jsem napsal, obvykle nastává, ale kontrolující se uživatel se rozhoduje podle sebe a na tlaky a nabídky okolí reaguje asertivně:

**Rodrigéz:** „...*No v hospodě .. chodili ven hulit a pořád at' jdu hulit, a já nejdu a oni at' jdu a já že nejdu .. pak šli beze mě a příští špek at' jdu a já na to nejdu, a nejdu .. nejdu .. nejdu, nejdu, nejdu, nejdu, nejdu .. a oni mě pak už znali a pak mě přestali otravovat .. a vždycky, tak jsme hulili spolu, tak dej si taky .. no a oni do půl roku pochopili, že nemaj otravovat. Pak už mi ani neříkali. A pak už toho postupně nechávali.*“

Jak uzavírá Rodrigéz, dlouhodobý postoj vůči sociálnímu tlaku je pro skupinu dříve či později čitelný, stabilní a tudíž přesvědčivý. Energie investovaná do přemlouvání ztrácí smysl.

Pro všechny kontrolující se uživatele je dále typické, že kontrolují i množství, které užijí a tudíž se jim nestává, že se dostaví nepříjemné pocity nebo vykydlost:

**Rodrigéz:** *...jednou za měsíc .. někdy mám chuť někdy nemám .. pak někdo vyzve a nemám chuť .. pak se to sejde a mám chuť nebo ne .. a poprdím, .. většinou nic moc .. se vždycky zeptám: Jaký to je? Normální! Tak si dám, 3 pávy za sebou, podržím to, a pak jsem 3 hodiny v píči a nic mě nebaví .. to NENÍ normální tady to, že mě je po tom blbě!!! Takže dám 2-3 prdíčky a pošlu to dál. Počkám půl hod'ky a řeknu, jo to mě baví, dej sem ještě...* “

A kromě množství je důležité, v jakém prostředí užijí, kontrolují si setting. Někomu vyhovuje restaurační zařízení, někdo preferuje přírodní prostředí:

**Strejda Erik:** „... *takže prostě jsme nějak popíjeli .. tak jsem si s nima jako dal .. úplně modrá obloha na tý zahradě, ptáci a tak .. necejtil jsem se špatně, že jsem jako mimo, mám ten svůj svět a ten je jako mimo a to se do toho nepočítá a zároveň jsem si říkal, že je to jako dobrá chvíle, nehulil jsem moc, dal jsem si 2-3 prásky a oni si dali za tu dobu nějakých 6 špeků a já jsem si dal třeba ze dvou z těch 6ti a nijak jsem to nepřeháněl...* “

Kromě množství a prostředí je samozřejmě důležité, s kým užití ve správný okamžik, kontrola setu i settingu:

**Yaya:** „...A mám třeba pár lidí, se kterými si to brko dám, když jsou hodně hodní (smích) .. a který mě neukecávají, jen řeknou: dáme brko a v tu chvíli já musím mít chuť. Pokud ji nemám a začnu o tom uvažovat, tak už do toho nejdu .. ale pokud to cítím, že jo, že je ta správná atmosféra si ho dát, tak si ho ráda dám .. ale je to zřídka, jednou za půl roku třeba.“

Další významnou charakteristikou je způsob užití. Frekvence bývá u kontrolujících se uživatelů většinou nižší (příležitostná), ale pokud kontrolující se uživatel používá konopí jako prostředek k relaxaci, pak je ho možné i přes častější užití považovat za kontrolujícího se. Kontrola spočívá v jasných pravidlech (užívá v čase relaxace, nepřekrývá se s povinnostmi, pocity jsou rozhodující pro pokračování):

**Kuřínožka:** „...**T:** A jak to teda máš? **Ku:** No mám to tak, že si dám třeba každé den, prostě když mám náladu .. přijdu z práce, něco tady povařím, poklidím, kouknem na nějaký film, tak mám chuť se jako uvolnit, nemyslet na ty starosti, tak si dám prostě práska (...) **T:** Tak to když si nabiješ jednu skleněnou a dáš ji, tak se zhulíš ne? **Ku:** Celou ji nedám .. fakt si dám práska, dva .. a když jsem dýl vzhůru , tak si dám možná ještě třetího, ale třeba až za hodinu (...) ale jak ucejtím, že je něco špatně, tak to zase nechám...“

### **Shrnutí:**

V této kapitole jsem představil všechny možné způsoby užívání podle míry kontroly. Vzorce užívání lze rozlišovat podle frekvence užití a množství užitého konopí, respektive času, který v intoxikaci jedinec stráví. V individuální džungli uživatelů existuje nepřehledné množství vzorců, kde téměř každý je originální. I přesto lze zpřehlednit tyto vzorce a rozčlenit je na tři typy. Jako první typ jsem definoval nekontrolující se uživatele, kteří mají velice nízkou míru až absenci regulace svého vzorce užívání konopí. Druhým typem jsou uživatelé, kteří určitou míru regulace mají. Regulace spočívá buď v definování specifických situací, v kterých neužívají, nebo regulují příležitosti užití. Regulace příležitosti vidím v rozhodnutí, zda užívat i o samotě nebo jen se skupinou uživatelů, nebo přímo v interakci se skupinou, kdy je možno omezovat schůzky se uživatelskou skupinou nebo užití odmítat ad hoc. Typické pro druhý typ uživatele je, že i stanovené zásady více či méně porušuje. Třetím typem je

kontrolující se uživatel, který má vzorec svého užívání pevně pod kontrolou. Kontrolující se uživatel se rozmýšlí před užitím nad svým vnitřním stavem, nad prostředím a sociálním okolím a nad tím, zda užití není v rozporu s jeho plány. V případě, že něco není v pořádku, konopí neužije a stojí si pevně za svým.

## **6.5. Konopí a pocit'ované nepříjemnosti**

Následující odstavce jsou věnovány negativním zážitkům či obtížím. Tyto zážitky jsou důležitým článkem v procesu přestávání, neboť uživatelům užívání konopí většinou významně znepríjemňují. Některé z popsaných zážitků se mohou objevit i opakovaně.

Nepříjemných zážitků je hodně druhů. Jeden z běžných je úzkostný pocit ze stísněných prostor, které nemůže člověk opustit, kdykoliv se mu zachce, jako je například výtah. U MHD přeplněné lidmi je to moment přejezdu mezi stanicemi, u metra toto může vyvolávat podzemí:

**Kápo:** „...to jsem ani nemohl jezdit MHD .. já jsem byl paranoidní brutálně .. prostě jsem se rozklepal, jakmile jsem tam vešel, dokonce se mi jednou stalo, že jsem dojel do Prahy a to už bylo na CZU .. z autobusu jsem vystoupil, dal jsem si ještě cigáro jako před tím než jako pudu do metra a uprostřed tý cigarety jsem zjistil, že tam prostě nevejdu .. ani náhodou .. já jsem zavolal Ferovi, že musíme zajít na dvě tři piva, abych se byl schopnej dostat zpátky ...“

Změř nepříjemných, negativních, zmatených nebo nenávistných pocitů vůči hromadné dopravě není ničím výjimečným:

**FilosoF:** „...tu chvíli jsem měl dokonce hrůzu z dopravních prostředků. Sralo mě to prostě používat jakýkoliv dopravní prostředek! Vlastně používat cokoli jiného, než jsou moje nohy na přemísťování...“

Velkou skupinou obtíží jsou komunikační obtíže, kdy uživatel není schopen komunikovat s ostatními, aniž by mu to bylo nepříjemné. Zvláště nepříjemný je kontakt s cizími lidmi. Je až obdivuhodné, že někteří z uživatelů jsou schopní snášet omezení tohoto typu třeba i několik let:

**Kápo:** „... byl jsem v hajzlu neustále .. do krámu .. furt .. vod 19 do 23 jsem neměl rád kontakt s lidma mimo hospodu, to jako přes den za bílýho dne, to jsem nedokázal .. nebo dokázal a rozhodně to nebylo příjemný!! **T:** A čemu to přisuzuješ? **Ted** to dokážeš? **Ka:**



*Jedině tomu hulení!! I s téma kulema<sup>17</sup> i s pervitinem se vším, jediné to hulení .. na pervitinu bych chodil nakupovat pořád, už jenom kvůli těm lidem, co tam jsou, se všema pokecat .. tráva? nebyl jsem prostě schopnej komunikovat...“*

Komunikace s cizími lidmi je pro někoho těžký úkol i bez intoxikovaného stavu. Něco jiného je ovšem komunikace a zábava v rámci vlastní kamarádské skupiny. V předcházející analytických části o zábavnosti konopí jsem rozváděl, že sociální kontakt, komunikace a fantazijní projevy a další, co si uživatelé pochvalují, že je zábavné, se odehrává s ostatními lidmi, odehrává se ve skupině kamarádů. Občas se jim ale promění příjemná intoxikace v nepříjemnou:

**Poštministr:** „...Ze začátku to bylo sporadický. Jo, ze začátku jsem tomu nepřikládal žádnou váhu, že si dám tři čtyři piva, pak si dám jointa, druhýho, třetího a třeba třetí den při tomhle režimu, tak jsem třeba po jednom jointu měl takový divný stavy.“ **T:** Jak divný stavy? **P:** Nevím .. sedíš, jseš s kámošem, s kterým si vždycky máš co říct, a najednou nevíš, co mu máš říct .. aby na tebe nekoukal divně...“

Na jednu stranu „divné stavy“ jsou obecným označením, které mnoho neříká. Na druhou stranu obecný název může plynout z obtížné definovatelnosti stavu, který prožívají. Rozhodně se jedná o prožitek, který má záporné znaménko. Velice často zmiňovanou součástí těchto divných stavů je zažívaná úzkost a neschopnost komunikace, která je doprovázena úzkostnými až paranoidními stavy:

**Beruška:** „...začalo mně bejt nepříjemně mezi lidma, začala jsme mít potíže se s nima bavit, začala jsem mít potíže formulovat myšlenky, začala jsem se cítit strašně nejistá, měla jsem strach se projevovat, měla jsem strach mluvit, měla jsem strach, že cokoliv jako začnu říkat, tak jsou nesmysly a někdy to bylo až tak silný, že to téměř hraničilo až s nějakou depkou, se stavem, kterýho jsem se jako chtěla zbavit, protože byl strašně nepříjemnej, tíživej...“

V počáteční fázi nikdo z uživatelů nereflektuje potíže s komunikací či úzkosti z komunikace. Tyto obtíže se objevují až později. Kontextem komunikačně - úzkostných potíží

---

<sup>17</sup> Kule, koule = slangově MDMA – extáze

je tedy získanost. Pro některé uživatele, kteří si uvědomují svůj komunikační problém v intoxikovaném stavu, je řešením zamyslet se nad sociálním settingem intoxikace, v jehož optimálním nastavení je možné najít řešení:

**Yaya:** „...jako ono to je hrozně o lidech .. záleží na tom jako s kým .. potom mi začlo záležet jako s kým jsem si dala to brko .. protože bylo období na začátku v té Jindře, kdy to bylo jedno, tak jsem se mohla bavit s kýmkoliv zhulená .. ale později jsem začala zjišťovat, že to nedovedu s kýmkoliv .. kamarádem se kterým se cítím dobře můžu být i v jakýmkoliv stavu, necítím se nijak méněcenná, nijak trapně, nijak nesvá .. ale pak byli lidi, které jsem jako neznala dobře a v okamžiku, jak jsem si s nima zahulila, tak jsem byla úplně v prdeli a nebyla jsem schopná s nima komunikovat... “

Různé úzkostné stavy, které se dříve neprojevovaly, mohou být zastaveny důkladnějším zohledňováním settingu. Ale vzhledem k tomu, že neschopnost komunikace je pro uživatele nová okolnost, kterou do té doby nepocítili, i zohledňování settingu jako strategie k řešení nepříjemnosti může časem ztratit smysl a mohou se objevit stejné obtíže i s blízkými lidmi:

**Pošt mistr:** „...sedíš, jseš s fakt kámošem, s kterým si vždycky máš co říct, a najednou nevíš, co mu máš říct .. aby na tebe nekoukal divně .. aby si o tobě neříkal, jakej si vůl. bojíš se cokoli říct, stydíš se za sebe a říkáš si, že něco je s tebou špatně, takový stavy úzkosti... “

Zpočátku se úzkosti mohou objevovat sporadicky a uživatel se s tím snaží nějak vyrovnat. Buď to přejde, nebo se to snaží racionalizovat. Frekvence výskytu úzkostí se ale může zvyšovat:

**Pošt mistr:** „...jsem si říkal to je prostě nějaká chyba, to je třeba špatný hulení nebo něco, takže jsem hulil vesele dál. No jo, jenomže jak jsem hulil, tak to začalo být častější, a pak už to byl každej druhej joint, takhle ty stavy .. no a pak to začal být úplně každej joint... “

Následně pro uživatele, který si je těchto občasných obtíží vědom, nastává ruleta, kdy se „každý joint“ stává loterií, zda jeho užití bude spíše zábavné nebo spíše nepříjemné. Často se neschopnost komunikace mísí s paranoidními představami nebo paranoidními způsoby přemýšlení. Frekvence, se kterou se tyto nepříjemné zážitky objevují, se může zvětšovat do

určitého bodu, kdy uživatel začíná zvažovat, zda chce podstupovat riziko a zažít opět vlnu nepříjemností:

**Pošt mistr:** „...jeden z deseti jointů byl jakoby dobřej. Že jsem se po něm zhulil. No ale devět ostatních bylo špatnejch a to ti za ten risk kolikrát nestojí, když pak máš tři hodiny strávit ve společnosti, o který máš představu, že oni si o tobě myslej ty nejhorší věci, přitom to jsou lidi, který znáš skvěle, ale člověk je hloupě vztahovačnej. Podezíravej. Jo a to jsem úplně nesnášel. Jako proč máš svýho nejlepšího kámoše podezírat z toho, že ti celou dobu kouká na roztržený koleno u kalhot? Jo. Nebo na děravou botu. Proč tam kouká? Co tam vidí? Má snad lepší boty? Nebo co? A nevíš, a nedokážeš si to odůvodnit a nedokážeš si říct: o čem to přemejšlíš ty kreténe. Přece to je kámoš! Ten neřeší tvoje boty. Ale to tě v tu chvíli nenapadne...“

Tyto nepříjemnosti se podle výpovědí objevují pouze v době intoxikace, takže: „... jakmile vlastně nebyl zhulenej, tak ten stav taky odešel.“

Obdobou paranoických obav v interakci s kamarády jsou paranoidní představy kontroly a sledování jinými lidmi:

**Valerie:** „... já jsem si třeba vsugerovala, že se o mě v metru bavěj .. kurva, když si o mě vůbec nepovídali...“

Pak se také stává, že je uživatel podezřívavým a to i ve své vlastní skupině kamarádů:

**Pašák:** „...To znamená, že jsem schytral nějaký divný nálady, jako že jsem seděl s kamarádama a najednou jsem si říkal jako - co ted'ka řekli? Nebylo to namířenéj proti mně? Jako dělaj si ze mě prdel, myslej to vážně nebo ...“

Kromě paranoických pocitů a pocitů neschopnosti komunikace se mohou u někoho přidávat i další pocity a prožitky, jako depersonalizace a prožitky spíše fyzického rázu:

**Filosof:** „Ke konci mě přestalo dělat dobře .. prostě jsem se zhulil a měl jsem podivný pocity, že prostě, že jsem jinej, že nejsem schopnej s lidma efektivně komunikovat, že jsem debilní, že najednou vlastně chci být sám, že prostě nevím [...] neříkám, že to třeba nemělo

*nějaký fyzický původ .. každopádně se mě třeba špatně dejchalo ... jsem se zhulil a měl jsem takovou tu dušnost, bylo mi divně a zároveň jsem se cejtil podivně jinej než ostatní, odcizenej ... “*

V intoxikaci se začne uživatel věnovat více sám sobě, začne se více vnímat. To může být příčinou mnoha zjištění, mezi nimi například studené končetiny:

**Emet:** *„...až jsem pak jako objevil jednu věc .. možná až o kousek dál .. nevím do jaký míry ovlivňuje hulení můj krevní tlak, ale když se zkouřím, tak mám studený ruce a nohy třeba a je to dost nepříjemný, a to mě na tom taky vadilo.“*

Výjimečné nejsou ani prožitky úzkosti nebo strachu o vlastní bezpečnost, roztěkané myšlení:

**Emet:** *„...nebo třeba jsem měl pocit, že mám v hlavě snad tisíc myšlenek .. jako že když nepřestanu hulit, že ta hlava jako praskne .. jsem si říkal klid, že už se nic neděje, už jsem tady doma ... ale šokovalo mě to furt dál, cokoliv .. cokoliv mě napadlo tak to šlo přes sebe...“*

Rád bych ještě jednou zopakoval, že stavy, které uživatelé prožívají, jsou nové a jsou v rozporu s tím, co do té doby zažívali. V analytické části o pozitivních účincích jsem zmínil vnímání hudby a obrazů (přírodních scénérií, ruchu města...) jako jeden ze způsobů jak využít účinky konopí. V pozdějších fázích kariéry vnímání hudby může být stejně intenzivní, ale zatímco hudba je z počátku kariéry pohlcující a opojná, v pozdějších fázích může být až protivně rušící a neodbytná:

**Pašák:** *„...už se vytratily i ty počáteční dobrý pocity z toho, že vnímám věci jinak, už to bylo jako okej .. bylo to jinak, ale hůř! .. už to nebylo jako: wow, tohle chutná úplně super a tohle, wow, super vypadá .. ne, už to bylo prostě: ta hudba mě prostě rozčiluje, dejte ji pryč, nesthám to poslouchat, to se mně valí do hlavy...“*

Jedna z dalších nepříjemností je zhoršená funkce paměti a to ve dvou směrech. Uživatel si buď nepamatuje události předešlého dne či několika dní, pokud byl intoxikován:

**Kápo:** „...už mě hodně štvala hlava, protože vybavit si, co se dělo včera nebo především bylo dost těžký, to jsem si nepamatoval.“

Nebo má uživatel problémy v reálném čase, kdy chce něco říct, ale nemůže si vzpomenout na slovo, jehož nevyslovení mu brání v pokračování:

**Yaya:** „... horší se mi paměť (...) prostě jsem zapomínala slovíčka, věci .. to jsem zapomínala vždycky .. ale slovíčka, prostě při normální mluvě ti najednou vypadne slovíčko a mě se to normálně nestávalo .. a krátkodobá paměť úplně v prdeli .. nevím .. prostě, zhoršila se mi .. jako jo .. teď už ti neřeknu, ale tenkrát vím, že jsem s tím hodně bojovala .. já jsem to přičítala tomu hulení...“

Zhoršená paměť nemusí být obtíží jedince. Ve skupině intoxikovaných může trpět obtíží zhoršené funkce paměti nebo vybavení si z paměti více lidí:

**Strejda Erik:** „... třeba bavíš se o něčem, nějaký téma, a pak se třeba něco stane, třeba spadne sklenička, tak ty se na to 3-4 vteřiny díváš, vrátíš se takhle zpátky a tím zapomeš, o čem jsi mluvil. Ale jakmile ti to někdo nadhodí, tak se chytíš zpátky. Ale pak se třeba stane, že to zapomenou všichni. Tak se musíš bavit o něčem jiným. Ale to se mi pak stávalo (...) na tom dojezdu (konopného rauše – pozn. T.N.) byla ta paměť byla jako taková vynechávající a bylo to jako nepříjemný...“

Kromě psychických obtíží se občas dostávají i obtíže jako žaludeční nevolnost nebo křeče. Může se dostavit i zvracení. Stejně jako některé obtíže popsané v přecházejících odstavcích se mohou objevit pouze jednou, mohou se též opakovat:

**Theodora:** „...Fakt jsem měla brutální křeče .. jsem ležela, nemohla jsem vstát a tak mě to prostě nějak odradilo, ale pak jsem to zkusila .. protože třeba ty křeče byly jenom jednou. A když se to stalo jednou, tak už víckrát nemusí. Bác ho, podruhý to samý, ne tak intenzivní, ale taky křeče do žaludku.“

Poslední oblastí negativních účinků, která se zřetelně objevila, je jakýsi druh zahálky. Uživatel má ve chvíli reflexe pocit, že je neproduktivní a to jak v „povinnostech“ tak i třeba

v oblasti koníčků. Zvláště závažné a nepříjemné je to u „činností“, které považoval dříve za zábavné:

**Jan Zámečník:** „...věci, který mě dřív bavily, tak mě nebavily, měl jsem nějaký resty, že jsem měl lidem dostříhat nějaký věci (videonahrávky – pozn. T.N.), dodělat něco, nějaký závazky jsem si udělal (...) to, co jsem si vytvořil, i to, co mě bavilo, tak mě už nebavilo .. takže všechno to směřovalo k tomu, že nedělám nic a zároveň bych mohl všechnen ten čas investovat tady do toho (videonahrávky – pozn. T.N.), ale všechno to prohulím, protože když je člověk zhulenej, tak je mu to jedno.“

**Pašák:** „...protože ani ve škole nejsi dobrej, nic neděláš .. jako byli tam lidi, který byli dobrý buď ve škole nebo třeba už makali .. ale já jsem nezvládal tu školu a ještě jsem nedělal nic mimo ni...“

Drobných nepříjemností zažitých v době intoxikace mohou být desítky. Důležité je, že mnoho z nich se může objevit jednotlivě a pouze jednou, mohou se objevit opakovaně, ale mohou se též vyskytovat v kombinacích během jedné epizody intoxikace nebo se mohou střídat v různých kombinacích. Když si pak uživatel sedne a reflektuje své negativní zážitky, jejich výčet může být dosti široký:

**Emet:** „...to byla ta totální vyčerpanost, jako že jsem nemohl ráno vstát, to se stalo málokdy, a ještě když tě přejde ta špička zhulenosti, tak potom už vykydáváš, vykydáváš, a ono se to prohlubovalo a ty stavy byly buďto delší nebo hlubší, takže jsem pak byl totálně uvavenej, takže jsem nemohl nic než si jít lehnout plus se u toho objevovalo, že když třeba bylo 15 stupňů, tak už mi mrzly ruce a nohy, když jsem si zahulil .. a psychicky - totální guláš v hlavě .. různý schízny a paranoický představy, a tohle bude a tohle bude a tohle se stane, tohle se stane, nebo se to nestane, prostě vize .. nebo zásek na něčem .. a moc jsem se nevyznal sám v sobě z toho všeho pak už ...“

## Shrnutí

Tato část měla představit negativně vnímané účinky konopí. Rozvedení této kategorie je klíčové pro další výklad. Zdůrazňuji, že respondenti situují výskyt negativních účinků do pozdějších fází kariér. Jedná se o komunikační problémy v době intoxikace, paranoické uvažování, a to izolovaně nebo v kombinaci. Uživatelé prožívají fyzické nepříjemné prožitky,

roztěkanost myšlení, problémy s pamětí nebo zahálkou. Mohou se objevit jednou a pak už nikdy nebo opakovaně jako izolovaný jev nebo v kombinaci s jinými obtížemi. Tato kategorie je hodně obsáhlá, a to jak v samotných negativně pociťovaných zážitcích (jsou individuální), tak v kombinacích, v kterých se vyskytují.

## **6.6. Konec konopné kariéry**

### **Bilance**

Někteří uživatelé zažívají nepříjemné zážitky několik týdnů, měsíců a někteří i let. V určité chvíli nepříjemné zážitky převáží ty příjemné a uživatelé začnou přemýšlet o ukončení užívání. Rozhodují se zpravidla delší dobu a po zhodnocení současného stavu se rozhodují:

**Pašák:** „... to jsem se nad sebou docela dost zamyslel a měl jsem celkem dost nízký sebevědomí, protože ve škole jsem zdaleka nebyl nejlepší, začal jsem mít depky, že jsem nic nedokázal, že nic neumím a blablaba .. a tak jsem říkal a dost ... “

**Emet:** „...tam to bylo jako nejhorší (unavenost), jako že jsem to omezil úplně totálně tak na dva na tři měsíce, že jsem pak nehulil .. byli tam .. jako že ze dne na den .. to bylo jako: tohle je můj poslední špek, ani ho nedohulim .. T: A co tě k tomu dovedlo? Em: Myšlenkový pochody... “

Tito uživatelé ukončují svou kariéru rozvahou nad klady a zápory. Ukončení kariéry je tedy spíše pozvolné.

### **Zlom**

Kategorie zlom je částečně subkategorií kategorie „Nepříjemností pociťovaných na konopí“. Částečně proto, že ne všechny, jen některé, nepříjemné zážitky jsou zároveň zlomové, a jen některé zlomové zážitky patří i do kategorie nepříjemných zážitků. Jiné zlomové zážitky nemusí mít s konopím mnoho společného.

Zlom ohraničuje nějakou událost, nějaký zážitek, který změnil dosavadní chování uživatele v jiné. Pokud bych chtěl být důsledný, tak v kariérách konopných uživatelů lze nalézt dvě období zlomů – zlomových událostí.

První období zlomů v kariérách je samotný fakt experimentování s konopím, tedy přechod z neužívání do experimentování. Přestože začátek kariéry příliš nesouvisí s jeho koncem, bez začátku kariéry by nemohlo nastat její ukončení. Fakt experimentování není přímou příčinou ukončení kariéry, proto se jím nebudu zabývat. Druhou variantou zlomu je



zvyšování frekvence užívání u již iniciovaného uživatele, což bylo v případě respondentů důsledkem obdržení většího množství konopí (dar) nebo obstarání většího množství konopí (sklizeň) nebo stýkání se se skupinou, která užívá konopí intenzivněji než uživatel sám. Pro zlom v začátku kariéry je společným jmenovatelem zvýšení spotřeby užívání konopí, především jeho frekvence.

Druhé období zlomů je spíše střední až konečná fáze kariéry. Po něm dochází k rapidnímu snížení užívání konopí nebo k ukončení kariéry. Obecně lze tuto zlomovou událost charakterizovat jako určité časové období minut až hodin, během kterého se pro uživatele odehraje zásadní událost vedoucí ke změně vzorce užívání. Události nebo zážitky, které vedly k rapidnímu snížení nebo ukončení kariéry byly různé, většinou silné a šokující. V následujících odstavcích je představím.

Pro úplnost musím zmínit, že vyčerpání zdroje konopí, ať už vlastního, nebo v nejbližších konopných sociálních sítích, se projeví také na frekvenci užívání v případě, že se jedná o zásadového uživatele, který konopí nekupuje. Bere si takřkajíc „nucenou dovolenou“. V okamžiku dostatku se vrací na preferovaný vzorec užívání.

### **Halucinačně-paranoické stavy**

Silným a významným zástupcem zlomové události jsou halucinačně-paranoické stavy. Samotné paranoiaické stavy se vyskytují ve vyprávěních poměrně často, většinou se jedná o zvrácené představy o lidech okolo sebe, o tom co se stane či nestane, o tom, co si ostatní lidé o paranoiaicky smýšlejícím jedinci myslí, avšak samy osobě nebyly zlomovou událostí (viz oddíl o nepříjemných prožitcích). Zlomovou událostí se ovšem staly až po delším časovém úseku nebo až ve spojení s halucinacemi. Taková událost má největší vypovídací hodnotu ve svém celku, proto v krátkosti uvedu dva paranoiačko-halucinační případy ve zkráceném avšak celistvém tvaru. Shrnutí zážitku Jindry Hojera následuje zážitek Filosofova i s ukázkami.

Jindra Hojer prožil halucinačně-paranoický stav v důsledku nadměrného užívání pervitinu a konopí. Pracoval jako programátor u dvou firem na plný úvazek. Celý jeho zážitek nebyl otázkou několika hodin, ale několika dnů, spíš týdnů. Jeho zážitek začal tak, že měl pocit, že mu někdo mění naprogramované části programu. Pokud opravil chybu v programu, tak se z ní vytvořily dvě chyby. Pokud opravil obě, tak se z nich vytvořily čtyři atd. To ho dohánělo ještě k většímu užívání konopí i pervitinu:

*„Já když jsem měl tady ty stresy, tak jsem se musel jít uklidnit ven, dát si jointa a za půl hodiny zase jointa, pak jsem si dal čáru.“*

Přemýšlením došel k názoru, že to způsobují jeho kolegové. Ti vyvíjeli software do mobilních telefonů. Jednou se mu stalo, že šel z práce domů, a když přišel ke světelné křižovatce, tak se rozsvítila zelená pro chodce. Když přišel k další, opět se rozsvítila zelená, když přišel k třetí, okamžitě skočila zelená. To mu potvrdilo, že je sledován přes mobilní telefon. Dalším stupněm jeho zlomového zážitku byla domněnka o skupině počítačových hackerů, kteří ho testují:

*„...jsem si myslel, že mezi lidma je skupina hackerů, který spolu nějak úzce komunikují .. a já jsem prožíval, já jsem tomu říkal binární schizofrenie .. já jsem si začal všechno převádět do jedniček a nul .. měl jsem pocit, že ty hackeři mě sledují a podle jednotlivých inputů mě sledují a snaží se mě dostat do mozku...“*

Po pár dnech těchto stavů, kdy se jeho paranoické představy zhoršovaly a komplikovaly, ho našel kamarád sedět u zastávky autobusu na lavičce a vzal ho autem domů. Tam Jindra z popudu svých představ zavolaal kolem půlnoci svým rodičům, a žádal telefonní číslo na kamaráda. Rodiče přijeli, vzali si ho k sobě domů a odvezli ho druhý den ráno do bohnické léčebny. Tam ještě chvíli odolával tlaku a tvrdil všem, že ho sledují a že na to musí přijít, ale nakonec (po několika dnech či týdnech) uznal, že vše co prožíval byl blud.

Druhý příklad je třeba popsat velice podrobně. Filosof popisuje svůj zážitek jednoho večera, který se pro něho stal zlomovým. Tato ukázka má dvojí význam. Za prvé to je detailní vzhled do průběhu takové zlomové události. Za druhé tato ukázka souvisí s dalším výkladem a částečně demonstuje fenomén tzv. poslední kapky, který bude vyložen hned vzápětí.

Filosof byl s kamarády na pivu v hospůdce. Tam se rozhodl si s kamarády zakouřit konopí. Když dokouřili, rozhodli se změnit lokál. Filosof se cítil unaven a rozhodl se nepokračovat, ale jet domů. Cestou se mu přihodily divné věci, např. sluchové halucinace:

*„...šel jsem a na druhé straně ulice, stála ženská a telefonovala a do toho byl bordel, jela tramvaj, lidi řvali, ruch města a teď jsem se na ní podíval a viděl jsem, že telefonuje a najednou jsem slyšel každý její slovo. Do toho tam projela tramvaj, která dělala bordel, zvonila a já stejně slyšel každý její slovo ...“*

Přestože je Filosof dle svých slov zkušený uživatel, vyvedlo ho to z míry, i když zatím ne nepříjemně. Potom pokračoval směrem k metru, když v tu chvíli další podivný zážitek s ženou na podpatcích:

*„...za mnou šla nějaká ženská, klapala podpatkami: tuc tuc t-duc tuc tuc tuc t-duc tuc<sup>18</sup> .. takový úskoky (...) pak jsem zpomalil, aby mě předešla. Samozřejmě měla podpatky, ale nedělala žádný úskoky .. já jsem to furt slyšel, ale ona šla normálně .. Ale já to slyšel opravdu intenzivně...“*

Sílu okamžiku, kterou tehdy prožíval, vystihuje jeho reflexe samotného průběhu a vnímání celé situace. Jeho mysl byla halucinací pohlcena: *„Když jsem měl třeba LSD, a měl jsem nějakou halucinaci, tak jsem o tom věděl, že mám nějakou halucinaci .. a byl jsem schopnej ji nějak reflektovat .. nějak ji jako ovládnout .. věděl jsem, že to co vidím přede mnou, to je halucinace, to je něco, co není reálný, co se neděje, ale v tuhle chvíli jsem vůbec nevěděl ...“*

Zážitek pokračoval: *„ženská zahrula na Andělu do KFC a já jsem pořád slyšel, tuc tuc t-duc tuc tuc .. ale tak intenzivně, jako kdyby šla přede mnou .. úplně strašně intenzivně“ .*

To už ho vystrašilo hodně a navíc se to stále stupňovalo: *„... a najednou se to zesilovalo, už to úplně řvalo tenhle ten zvuk, dodávalo se tam více těchhle klapavejch zvuků, těch samejch a tak jsem stál na té křižovatce, otočil jsem se, kolem mě ruch toho města .. bylo to jako dost děsivý...“*

O dvě minuty později přišla první kapitulace:

*„...a vygradovalo to tak, že jsem zašel do metra .. mno byl jsem nahoře u eskalátorů do metra a najednou, klapání už tam nebylo, to zmizelo .. najednou jsem zaslech, hrozně nahlas jako kdyby ty jsi na mě tady hlasitě zařval, jsem slyšel něco jako německou ne přesně identifikovatelnou větu a znělo to německy, jako nějakýj nacistický voják zařve, bylo to direktivní a tvrdý .. fakt jsem to slyšel hrozně nahlas .. rozhlíd jsem se a nikde nikdo ...“*

---

<sup>18</sup> Zvuková nahrávka je samozřejmě výmluvnější, pokusím se však vysvětlit, co Filosof slyšel. Tento rytmus by bylo možné přiblížit použitím hudební terminologie: sled čtvrtových not „tuc tuc tuc tuc tuc“ je nabourán vždy jedním párem not osminových „t-duc“, tedy dvojitým úderem, který je stejně dlouhý jako jedna nota čtvrtová.

To už Filosofo vyvedlo natolik z míry, že do metra nešel a snažil se uklidnit cigaretou před vchodem do metra. Asi po půlhodině se odvážil zkusit metro. Potřeboval jet 5 stanic. Mezi druhou a třetí, kde přejezd trvá 3 minuty, přišel zlomový zážitek, kdy se mu zastavil čas:

*„... a já jsem jel .. a jedu.. jedu, najednou jsem věděl, že už jedu 5 minut, tak jsem si říkal, to je divný, pak jsem věděl, že už jedu 10 minut, pak jsem jel 15 minut tím metrem .. a pořád nepřišla ta Radlická a najednou jsem věděl, že už jedu hodinu a v tu chvíli jsem si uvědomil, že takhle bude probíhat můj život .. tohle je můj život, už nebude nic, už neexistuje nic jiného než jízda metrem (...) a světlo prostě už nepřijde .. a najednou jsem chytil schýzu, že takhle to bude a ty lidi okolo mě jsou jen nějaký schránky bez duše, který tam stojej (...) jsou úplně mrtví (...) nic nedělaj .. a já už nikdy nezažiju nic jiného než jízdu metrem (...) Ve chvíli než jsem začal panikařit nahlas a burcovat lidi, že jedem nějak dlouho, tak těsně předtím přišla Radlická...“*

Tento poslední zážitek byl takřkajíc zlomový. Bylo to vygradování halucinační cesty domů. Po tomto zážitku už Filosof konopí nikdy neužil.

Jeden z dalších zlomových momentů kariér je flashback. Je to zážitek, kdy bez užití drogy člověk prožije stav, jako by byl intoxikován. Tento zážitek může být dosti děsivý:

**Kuřínožka:** *„...Mno a s tím Jirkou jsme jednou koukali na film na kompu a já jsem při tom dostala flashback .. papírovej<sup>19</sup> flashback .. já jsem předtím neměla papíra třeba 2 měsíce zpátky .. a chytl mě takovej flashback, mě to strašně vyděsilo, dvě hodiny jsem byla mimo realitu .. já jsem říkala .. já se na to nemůžu koukat, já musím jít někam ven, já musím pryč .. takže jsme šli ven a dvě hodiny jsme se procházeli .. Hrozně mě to vyděsilo, že mám takovejhle stav v sobě, i když jsem si nedala žádnou drogu. Ty jo a to byl prostě totální konec .. já jsem přestala hulit, všechno .. skončilo to .. úplně ...“*

---

<sup>19</sup> V drogovém slangu: papír = papírek napuštěný LSD

## Potencionálně zlomové události

Shora jsem představil příklady zlomových událostí, které se stávají dostatečným důvodem k ukončení kariéry. V následujících odstavcích zmíním ještě další druh zlomových událostí. Zatímco ty předešlé jsou pro uživatele tak silné, tak šokující, že ukončují kariéru, tyto další zlomové události podléhají více tlaku určitých okolností. Okolnostmi jsou většinou další obtíže pocíťované při užívání konopí, životní rozpoložení a směřování v životě, plány a různé další. Potencionálně zlomové události tedy mohou v životě uživatele nastat opakovaně, ale pokud nebudou mít dostatečné podmínky pro dočasnou nebo trvalou změnu, uživatelé mohou zážitek racionalizovat nebo vytěsnit, mohou se s ním vyrovnat nebo ho ignorovat aniž by ukončovali kariéru. K ukončení může vést například nevolnost:

**Strejda Erik:** „... bylo mi strašně blbě, tak jsem se odbelhal prostě někam pryč za nějaký barák a tam jsem půlhodiny v kuse prostě nějak zvracel a bylo mě úplně hrozně. A to bylo proto, protože jsme do toho jako pili (...) Pak jsem se vzpamatoval, abych mohl alespoň chodit a vypad jsem domu .. **T:** Takže první zážitek ... **St:** Ale mě to jako vůbec neodradilo ... “

Strejda Erik prožil nevolnost hned z počátku své kariéry. Jak sám potvrdil, nijak ho to neodradilo od dalšího užívání. Nastavení okolností (konstelace podmínek) nebylo dostatečné. To ovšem už neplatí o Theodoro:

**Theodora:** „...ale pak přišlo období, že jsem měla narozeniny a přinesli mi toho strašně moc. Jsem se nemohla doma ani pochlubit, co jsem všechno dostala, protože to byla: fajfka, skleněnka, milion jointů prostě pak v pytlíku něco, a že to všichni, že to musím zkusit od každého něco a já jsem se brutálním způsobem přehulila a bylo mi strašně moc zle a od té doby jsem řekla jako že na to prdím ... “.

U respondentů se nevolnost vyskytuje poměrně často. Požití většího množství konopí může vést k jakémusi přetížení organismu a k omdlení. Stejně jako u nevolnosti záleží na fázi uživatelské kariéry. Omdlení na začátku kariéry:

**Beruška:** „...pointa je v tom, že jsme se hodně zkouřili a já jsem poprvé po trávě omdlela, jako že jsme poprvé hulili jointa pak začal ten koncert a já jsem byla úplně mimo,

*pak jsem najednou cejtla, že se jako ztrácím, že mě neudržej nohy a prostě jsem s sebou sekla .. vůbec jsem o sobě nevěděla, probrala jsem se až za nějakou dobu, že mě někdo propleskávat a tehdy jsem si říkala, že to není taková legrace, nicméně mě to nijak neomezovalo v dalším hulení...“*

A omdlení na konci kariéry, které vedlo k abstinenci:

**Yaya:** *„...ale pak byl třeba jeden zlom, kdy jsem se takhle zhulila na Harfě (...) a v tu chvíli jsem stála za ním na tom baru a začli mě takhle před očima ty hvězdičky poletovat (...) a já nemůžu omdlít, tak to si půjdu najít nějaký sloup .. pak jsem to rozdýchala .. a přišel za mnou jeden týpek pořadatel a nesl mě V.I.P. kartu, abych mohla jít fotit do zákulisí. A já bych byla za normálních okolností strašně šťastná, ale teď jsem mu řekla jako: Lukášku sory, já jsem se tady zhulila a je mi blbě, já jdu domu. A to byl jeden z těch krizových okamžiků, kdy jsem si říkala, že tady to už fakt nechci.“*

Jedním z dalších zlomů je zhoršení kognitivních funkcí. Problémy s přemýšlením nebo s pamětí se objevují poměrně často. Tyto mohou, ale nemusí být zlomovou událostí. V následujícím případě je zlomem neschopnost dokončit myšlenku, což byla poslední kapka:

**Jan Zámečník:** *„...plus to, co mě donutilo se na to fakt vysrat to bylo to, že jsem nebyl schopnej dát dohromady větu a stávalo se mi to často, u každých 3. věty .. to už bylo fakt moc ...“*

### **Vnější okolnost**

Následující pojem zdánlivě nezapadá do předcházejících většinou mírně extrémních zážitků způsobených účinkou konopí. Vnější okolnost není přímo svázána s užíváním konopí. Spíše se jedná o okolnost, která napomohla obratu v užívání, byla zlomová, ale nemusela být nutně nepříjemná.

Jedním z fenoménů, patřících do této skupiny je fenomén sázky, která vedla ke zlomu. Zde pro úplnost uvedu i kontext, aby bylo patrné, že jde o událost, která napomohla rozhodnutí.

Konečnému rozhodnutí přestat užívat předcházelo rozčarování a zklamání ze situace, v které se Kápo nacházel. Kápo opustil dvě školy kvůli absencím. Místo docházky trávil čas radovánkami s konopím a kamarády. V průběhu třetího semestru své již třetí vysoké školy dle

svých slov začal pociťovat nějaké problémy skrze studium. Z tohoto důvodu začal slavit Silvestr o tři dny dříve a strávil slavením další měsíc. Poté si ho z hospody vyzvedl otec. A po 14 dnech strávených u otce se dal dohromady a vrátil se zpátky na studentskou kolej. Po návratu užil ještě dle jeho slov pět až deset jointů. Pak přišla sázka, kterou vydržel 14 dní. Po sázce přešel plynule do abstinence:

**Kápo:** „...s tím týpkem, co sedí na baru, tak jsme se vsadili o dvě stovky, že 14 dní nebudeme hulit, on tvrdí, že jsem si dal tři dny na to nějakýho šota bo co, s tím ale nesouhlasím, ale on to nevydržel, dvě stovky nedával nikdo nikomu, ale já od té doby nehulím.“

Další zlomový okamžik kariéry pochází také z oblasti spadající mimo účinky a vliv konopí. Je jím těhotenství a následně potrat:

**Kuřínožka:** „...Pak se taky stalo to, že jsem s tím klukem po dvou měsících otěhotněla .. a .. šla jsem na potrat .. a mě to strašně psychicky sundalo .. já jsem si to teda moc nepřipouštěla, mě připadlo, že se celkem nic neděje, ale teď s odstupem času vím, že to byl jeden z těch hlavních důvodů, proč jsem se úplně na všechno vykašlala. Já jsem přestala kouřit, já jsem přestala pít, já jsem přestala chodit do hospod .. hulit - to ani nemluvím.“

Pro úplnost zde musím odkázat na oddíl o skupině, konkrétně část o vlivu partnera. V té části popisují, že nový partner, který neužívá, může ovlivnit partnera uživatele. V kontextu rozhodujících vnějších okolností, v některých případech i změna partnera byla jakousi poslední kapkou, která ovšem nesouvisela s nepříjemným zážitkem. Stejně tak působí i absence konopí pro pasivní uživatele:

**Beruška:** „Dneska skoro nemám příležitost a nevyhledávám ji, úplně jsem přestala chodit na ty hudební akce (...) teď už se ta parta rozpadla, že už jako nikam nejezdíme .. a tím že jako čím dál více lidí nehulí, nikdo to nepěstuje, úplně jako intenzivně .. tak .. a každé den hulí jenom jeden kamarád, o kterým to vím ...“

### **Shrnutí:**

Konec konopné kariéry probíhá čtyřmi způsoby: rozvaha, silný šok, potencionálně zlomové události a vnější okolnosti. Rozdíl mezi silným šokem (halucinačně-paranoickým

stavem, flashbackem) a potencionální zlomovou událostí je, že u silného šoku respondenti příliš netematizují předchozí pocíťovaný problém. Jejich vidění kariéry je přímé, vedoucí až ke zlomu, který rozhodl. U potencionálně zlomových událostí (nevolnost, omdlení, problémy s vyjadřováním) se většinou jedná o jakousi poslední kapku, kde je důležitá předchozí reflexe obtíží a celková konstelace potíží a okolností, jako jsou další obtíže s konopím, partner, školní povinnosti apod. To, že je potřeba dostatečný kontext a souhra faktorů dokládá fakt, že stejný jev nevede ke stejnému důsledku, tedy že jev na začátku užívání má jiné důsledky než na jeho konci. Vnější okolnosti mají podobný charakter jako poslední kapka s rozdílem, že pocházejí z oblasti mimo činky konopí – z vnějšku.

## **6.7. Abstinence, relaps – a co dál?**

Všichni zkoumaní uživatelé se v průběhu své kariéry ocitli v abstinenci. U uživatelů lze rozlišit abstinenci dočasnou, která má čistící funkci:

**Emet:** „...dával jsem si nějaký ten detox, jsem si řekl, tak teď měsíc nehulim, prostě fakt to nepotřebuju .. takže to mohlo být před tou špičkou, když byly zkoušky a teklo do bot... “

A abstinenci, která má spíše směřovat k ukončení kariéry. Jde-li o abstinenci pouze čistící nebo nedodržené dlouhodobé, jedná se o kratší časové období (dny, týdny až několik málo měsíců) a nic zásadního se za ten krátký čas neodehraje. Během dlouhodobé abstinence (několik měsíců až několik málo let) však uživatelé přecházejí do nových vzorců chování a nacházejí si nový životní styl, nové způsoby trávení volného času:

**Pošt mistr:** „No a našel jsem si pak práci první, kde jsem dodnes, to už jsem nehulil (...) z první vejplaty jsem si hnedka koupil foťák, z další jsem si koupil kolo a začal jsem drandit na kole a fotit... “

**Jindra Hojer:** „Já jsem v podstatě začal cvičit .. chodím do posilovny a získal jsem si návyk na endorfiny. Tím jsme nahradil takovou tu akutní potřebu se nějak zabavit (...) a teďko teda jsem si po těch 5ti letech (náruživého užívání drog – pozn. T.N.) jsem si našel pořádnou přítelkyni, díky čemuž jsem tak neuvěřitelně šťastnej... “



Někteří uživatelé přechází z dočasné do trvalé abstinence. U jiných se po určité době může objevit relaps, který rozhodne, jak se uživatel bude chovat dál. Rodrigéz si zažil toxickou psychózu a přestal užívat - abstinovat. Ve vzpomínce charakterizoval svůj tíživý a úzkostný pocit „bytí v díře“. Po čase zkusil užít konopí a pocít se znovu objevil:

**Rodrigéz:** „...Mno .. nějak po 4 měsících, co jsem úplně přestal jsem si dal brko a jen jsem si vzpomněl, jaký by to mohlo bejt, a už jsem tam byl (v díře – Pozn. T.N.)...“

Filosof si zase stěžoval na dušnost během posledních týdnů svého užívání, po delší abstinenci zkusil konopí se stejným výsledkem:

**Filosof:** „...Za půl roku jsem si asi 2x potáhl fakt hodně málo a měl jsem jenom takovej jako trošku náznak, že to zase není dobrý .. trošku se mi blbě dejchalo .. nevím proč .. přitom já nemám žádný problémy z dejcháním .. já kouřím od svejch 16ti .. takže jen trošičku a tím se mi potvrdilo, že to tam není dobrý hulit .. a tak jsem si zase nedal .. a od tý doby nehulím...“

Při relapsu se mohou vrátet pocity, které už uživatel zažil, může se ale objevit v podstatě cokoliv, co bude vyhodnoceno jako nepříjemné. Pašák se také rozhodl skončit a abstinovat, protože mu užívání nevyhovovalo, při užívání zažíval nepříjemnosti. Po nějaké době užil a pocítil nevolnost. Pak zkusil užít zase po nějakém čase a znovu zažil nepříjemný rauš:

**Pašák:** „... naposledy v létě na festáku ... tak tam s kamarádem, měl jsem v sobě asi dvě vodky, vyhulil jsem špeka, a šel jsem se pozvracet .. takže se mi potvrdilo, že vždycky, když jsem si dal, tak se mi jenom potvrzovalo, že nechci .. že mi nikdy po tom nebylo dobře ...“

Uživatelé, kteří po dlouhodobé abstinenci zažijí obtíže se ustanoví jako bývalí uživatelé a dále nabízené konopí odmítají. Existuje ovšem i druhá možnost, a to je, že po delší době abstinence uživatelé „zkusí štěstí“ a jejich rauš je příjemný:

**Kužinožka:** „...no a když přijela tak všichni jako to, že to musím ochutnat .. a tak jsem říkala, no tak jo, já si dám prdíka a uvidím, co to se mnou udělá .. skéro to není, je to jenom venkovka (...) tak jsem si s nima dala práska a dobrý...“

Kontrolovaní rekreační uživatelé se stávají z uživatelů, kteří po dlouhodobé abstinenci zkusí užít a rauš je příjemný. Rodrigéz prožil šokující zlomový zážitek a abstinovat. Po několika letech od zlomu mu byl nabídnut hašiš, prožil pozitivní relaps a stal se kontrolujícím se uživatelem:

**Rodrigéz:** „...Pak jsem říkal, hašiš, ty jo, to ses zbláznil a pak jsem si dal jednoho prda (...) a za hodku jsem byl venku, to mě nijak nenapadalo, to šlo (...) Po pár letech už nebyly ani vzpomínky (na šokující zážitek – pozn. T.N.) tak silný .. to dřív jsem si jen vzpomněl a byl jsem v díře .. ten třeták jsem se z toho dostal .. ok .. a pak jsem hulil když jsem měl fakt náladu .. teď taky hulím, když mám náladu...“

### **Shrnutí:**

Dlouhodobá abstinence může přinést nové vzorce chování, nový životní styl. Nový životní styl pak v případě příznivě prožitého relapsu „nedovoluje“ uživatelům vrátit se, protože není kam. Staré vzorce jsou nahrazeny novými, které mají větší hodnotu, než staré. Uživatelé v případě pozitivního relapsu se stávají kontrolujícími se uživateli. V případě nepříjemného relapsu se uživatelé utvrzují v abstinenci.

## 7. Závěry

### 7.1. Syntetická část – Konec konopné kariéry

#### Výchozí podmínky

Na začátku kariéry stojí uživatel konopí, který více či méně oceňuje účinky této rostliny. Každý uživatel je individuum, takže oceňuje jiné druhy účinků. Nejvýznamnější se pro uživatele zdá být zábavnost užívání konopí, tedy účinek, který stimuluje uživatele k bujarému smíchu a veselí. Dalším významným oceňovaným účinkem je změna vnímání okolí zrakem a sluchem, která lze využít cíleně, tedy navštěvováním akcí či zařízení, jež poskytuje dostatečné stimuly pro využití pocitu změněných smyslů. Změnu vnímání obrazů a zvuků lze využít v podstatě kdekoliv, kde se něco děje. Dalšími oceňovanými účinky jsou rozproudění volných asociací a vnímání vlastního těla, především pohybu. Tyto oceňované účinky jsou vnímány individuálně. Každý uživatel může preferovat jiné účinky, které mu konopí dává. Radost z těchto změn vnímání je základním ziskem užívání konopí.

Konopí se užívá nejčastěji ve skupině dalších uživatelů. Pro některé uživatele je sociální užívání jedinou variantou, někteří užití střídají a individuálně preferují buď užití ve skupině nebo užití o samotě. Obojí má z pohledu uživatelů své výhody, pro které jednotlivá užití preferují. Na užití o samotě je preferována především svoboda konání, kdy se uživatel zabaví nejen sám, ale pokud chce dělat jakoukoliv činnost nebo svou činnost změnit, může tak učinit bez ohledu na ostatní.

Ve skupinovém užití je obvykle oceňováno vytváření zábavných situací v interakci více lidí, společná radost ze změněného vnímání okolí. Přítomnost dalších intoxikovaných jedinců umožňuje sdílet, doplňovat a společně rozvádět rozlet volných asociací, společně se radovat.

Další okolnost, která provází skupinové užívání, je zdroj konopí. Stačí, aby konopí vlastnil jeden z členů, a užít může celá skupina. Když má jeden, mají všichni a tak se sdružením několika jedinců zvyšuje pravděpodobnost, že někdo ze skupiny bude držitelem drogy. Sdílení konopí pak vytváří prostor pro revanš či protislužbu, ať už v podobě konopí, nebo jiné komodity. Samozřejmě, že možná závislost jednotlivých uživatelů na zdroji konopí od jiných spoluúčastníků vytváří zvláštní druh sociálních vazeb, které se někdy dají a někdy

nedají nazvat přátelstvím. Jedinci, pro které má konopí a stav intoxikace větší hodnotu než hodnota přátelství s členy skupiny, často skupinu v době tzv. krize, kdy je mezi uživateli nedostatek konopí, nenavštěvují. Nedostatkem konopí ve skupině lze tedy testovat kvalitu vztahů.

Konopí se zdá být výtečným pomocníkem v navazování nových sociálních kontaktů. Konopí uvolňuje komunikační bariéry a vzniklý pocit uvolnění a nevázanosti je příznivou okolností k seznámení. Pokud se setkají neznámí uživatelé konopí za účelem společného užití konopí, fakt společného zájmu je staví do otevřenějšího a přátelštějšího nastavení vůči ostatním. Jelikož užívání konopí funguje trochu jako klubová karta nějakého spolku, počet slabých sociálně-konopných vazeb může být poměrně vysoký. Uživatel se tak může relativně rychle seznámit se značným počtem uživatelského osazenstva hospody nebo studentské koleje. Toto je ziskem hlavně pro ty, kteří se považují za spíše introvertní, kterým konopí pomáhá s navazováním nových kontaktů.

V případě kamarádské skupiny, která měla mezi sebou nejdříve přátelské vztahy a až potom začala užívat konopí, se vztahy utužují. Společně zažívané konopné rauše se stávají společnou historií, společnými zážitky. Skupinu to tmelí.

Čím větší je psychický a sociální zisk s užíváním konopí, tím více je užíváno. V tomto průměru by byla míra pociťovaného zisku přímo úměrná náruživosti užívání. Pokud je vnímaný zisk opravdu veliký, pak je konopí užíváno často. V počátcích kariér jsou uživatelé až na výjimky skupinovými uživateli. Častým užíváním získávají více konopných sociálních vazeb nebo se více utužují v přátelských vztazích se skupinou kamarádů. S mírou náruživosti ovlivňují rychlost nebo míru integrace do konopných sítí. Někteří uživatelé mají z větší části ve svých sociálních sítích jen další uživatele. Integrace je pak vysoká. Stykání s někým jiným než s uživatelem je výjimečné. S mírou integrace do konopné uživatelské sítě a výskytem v ní zároveň uživatel ovlivňuje přímo nebo nepřímo výskyt konopí ve svém okolí. Regulací míry výskytu je pak pro mnohé i jistou regulací užívání. Jelikož je konopí zatím velice „ziskové“ není důvod odmítat v případě možnosti užít.

Z perspektivy kontroly užívání lze vymežit tři typy uživatelů.

1) Nekontrolující se uživatelé, pro které je stav intoxikace mnohdy jediným cílem a odměnou.

2) Uživatelé s určitou mírou kontroly, kteří svoje chování regulují podle vlastních pravidel nebo zásad užívání, která na jedné straně mohou být hodně volná, takže se svým chováním mohou limitně blížit k nekontrolujícím se uživatelům. Na druhé straně mohou mít pevné a jasné zásady, které mohou velkou měrou regulovat jejich užívání (užívání ve skupině nebo o samotě, vstup do skupiny nebo odmítání ve skupině, stanovením specifických situací – škola, práce apod.) Větší kontrolou se pak limitně blíží k třetímu typu uživatelů, což jsou kontrolující se uživatelé.

3) Kontrolující se uživatelé mají jasná pravidla užití, kdy ano a kdy ne. Kontrolují frekvenci a množství, pokud nechtějí užít, asertivně odmítají.

S mírou kontroly souvisí i míra náruživosti. Nekontrolující se uživatelé příliš neřeší podmínky, čas a místo užití. Mnohdy se najde málo dní v jejich měsíci, kdy nejsou intoxikovaní. Ti žijí život v intoxikaci. Uživatelé s určitou mírou kontroly míchají uživatelský život s neuživatelským více rovnoměrně (záleží na míře), rozhodně se v jejich životech objevují mnohem více normy a trávení času, které nemá s konopím nic společného. U kontrolujících se uživatelů je pak konopí jen doplňkem a občasnou zábavou, či způsobem relaxu, který mají plně pod kontrolou.

Na míru kontroly působí jak vlastní aktivita, tak sociální okolí, které může působit na individuální rozhodnutí.

Psychický zisk, kterému napomáhá sociální akcelerace a sociální zisk z užívání konopí v podobě integrace ovlivňují míru regulace užívání. V počátečních fázích kariéry jsou zmíněné zisky důvodem pro užití konopí.

### **Příčina konce užívání konopí**

Příčin úvah o změně vzorce užívání konopí je více. Nejčastěji se však tyto příčiny dají zařadit do kategorie negativně vnímaných účinků konopí. Negativních účinků je poměrně

velké množství a jsou vnímány a prožívány individuálně a subjektivně. Stejný účinek konopí může být vnímán různými uživateli různě, negativně, neutrálně či pozitivně. Některé druhy účinků nemusí uživatelé vůbec zaznamenat. Díky nestejnosti vnímání negativních účinků byl zamítnut původní předpoklad, že by mohly existovat typické příčinné, negativně pocíťované, účinky konopí.

Důležitou okolností příčiny konce užívání konopí je vnímání negativních účinků konopí v průběhu kariéry. Pokud se v prvních fázích kariéry objeví nějaké negativní účinky, pak proti nim nastupují obranné mechanismy, které negativní účinek racionalizují, popírají, hledají příčinu mimo samotnou rostlinu, což umožňuje další užití. V průběhu kariéry ovšem nastává změna. V pozdějších fázích jsou tyto negativní účinky už vnímány velice zřetelně jako nepříjemné. Jako klíčové pro uvědomění si negativních účinků je počet opakování. Náhodné nebo ojedinělé negativní účinky jsou ignorovány – popírány. To se děje zvláště na začátku kariéry. V průběhu kariéry se mohou opakovat. Opakující se negativní účinky jsou už brány vážně a stávají se významným hráčem při bilancování, zda je užití konopí ziskové, zda užít nebo neužít. Opakujícím se negativním účinkům je samozřejmě věnována pozornost a v případě uvědomění si jejich opakované přítomnosti, jsou uživateli analyzovány. U nekontrolujících se uživatelů a uživatelů s určitou mírou kontroly se většinou projevuje vysoká míra popření. Intoxikace přináší takový okamžitý zisk, který je těžké převážit občasné se vyskytujícími negativními účinky.

Stejně jako se mění vnímání negativních účinků v průběhu kariéry, tak se objevuje reflexe ztráty zábavného účinku konopí. Zatímco je na počátku kariéry oceňované bujaré veselí jedním z hlavních vyzdvihovaných zisků užívání konopí, v průběhu kariéry se toto veselí ztrácí, a tím se ztrácí i jeden ze základních zisků. Pokud jedinec pokračuje v užívání, užívání mu stále přináší zisk, a to v podobě ostatních psychických účinků, dále v podobě relaxace a sociálních zisků.

V některých případech se ukáže, že negativně vnímaný účinek má svoje příčiny ve špatně nastaveném settingu užití, čímž se zvyšuje opět významnost míry kontroly užívání. Dalším vlivem je náruživost užívání. Čím vyšší počet užití, tím vyšší možný počet negativně vnímaných zážitků. Užívání o samotě poskytuje možnost užití prakticky kdykoliv, užití ve skupině omezuje užívání na případy přítomnosti dalších osob. Někteří sociální uživatelé jsou ale obklopeni dalšími uživateli téměř neustále nebo vždy, když potřebují. Pro ně tento druh

kontroly ztrácí smysl. Užívání o samotě nebo ve skupině se ukazuje jako jeden z významných prvků kontroly.

### **Kontext – příznivá konstelace**

Přítomnost negativně vnímaného účinku je nutnou, nikoliv dostačující podmínkou pro ukončení kariéry nebo rapidní redukci.

Principy týkající se negativních účinků konopí, jakými se uživatelé přibližují konci uživatelské kariéry, jsou v podstatě dva. V jednom z nich se rozšiřuje **škála** negativně vnímaných účinků. Druhým principem zviditelnění negativního účinku je jeho **opakování**. Pokud se negativní účinek stává pravidelnou součástí užití konopí, opakovaným zažíváním vzrůstá neodbytnost a naléhavost přijetí nějakého opatření.

Zdrojem negativních pocitů je buď reflexe vlastních změn vnímání, nebo přítomnost dalších osob. Tato změna vnímání je doprovázena úzkostí z této změny. Negativní účinky konopí pociťované v přítomnosti dalších osob znepríjemňují sociální užití, což byl původně jeden z akcelérátorů zábavnosti, tedy zisků.

Kromě negativních účinků konopí hrají roli i negativně vnímané dopady na další oblasti mimo užívání konopí jako je škola, koníčky, vlastní aktivita apod.

Další okolnost, která hrála roli v ukončení kariéry, byl tlak partnera-neuživatele na partnera-uživatele. Tento tlak nebyl nikdy nijak výrazný a rozhodující, ale jeho existence a fakt dalších sociálních kontaktů mimo subkulturu uživatelů ze strany partnera neuživatele v konečném součtu ovlivňuje změnu vzorců chování.

### **Strategie – redukce, dočasná abstinence**

Jako reakce na negativně vnímané účinky přicházejí nejrůznější změny chování. Nejčastější dvě strategie jsou redukce a abstinence. Kontrola situací (setting), v kterých je příhodné užívat, a v kterých ne, představuje jedno z dalších opatření při vnímání negativních účinků konopí.

Redukce může probíhat už od prvních příznaků negativních projevů či zážitků. Předpokladem redukce je úvaha a zvážení kladů a záporů užití konopí, kdy stále převažuje zisk z užívání konopí. Se zvětšujícím se množstvím negace se zvyšuje i potřeba řešení,

omezení těchto zážitků. Pokud převáží ztráta nad ziskem, může místo pouhé redukce užívání dojít k abstinenci.

V případě zisku může volba způsobu redukce proběhnout mnoha způsoby. Kromě omezení užívání o samotě může jedinec zvažovat i omezení návštěv skupiny uživatelů v případě, že není rezistentní vůči skupinovému tlaku. Snížení počtu užívání je ovšem potřeba korigovat změnami v životním stylu. Pro uživatele hodně integrované do subkultury nebo nějaké skupiny uživatelů s malým nebo žádným kontaktem s neuživateli vzniká riziko sociální izolace. V případě uživatelské skupiny složené ze skutečných přátel se může zkomplikovat rozhodování, zda omezit kontakt se skupinou, či nikoliv.

Redukce užívání nemusí pocíťované negativní účinky vymýtit. Mohou se stále objevovat a stále znepríjemňovat užívání. To, co může oddalovat konečné řešení, jsou vzpomínky. Uživatel má spoustu hřejivých, krásných a radostných vzpomínek na okamžiky s konopím a s ostatními uživateli, na společně navštěvovaná místa, takže představa ztráty kontaktu s konopím a jeho pozitivními účinky se zdá být nepříjemná. Ve chvíli potřeby zvýšené regulace nebo redukce užívání hrají vzpomínky důležitou roli. Díky příjemným vzpomínkám mohou někteří uživatelé ignorovat přítomné nepříjemné prožitky nebo je považovat za dočasné.

Pokud se dostanou negativní vnímané účinky v kontextu dalších okolností do stavu neudržitelnosti, dochází k abstinenci. Abstinence je poměrně častým jevem. Kratší epizody abstinence v řádu týdnů se prolínají celou kariérou. Výsledkem dočasné abstinence je snížení vnímaných negativních účinků. Po abstinenci se někteří uživatelé vracejí na původní vzorec užívání, někteří volí vzorec jiný. Zpravidla se ale po nějaké době užívání vracejí negativně vnímané účinky a dilema se objevuje znovu: vzpomínky na příjemné účinky konopí a zážitky s ním, se skupinou kamarádů a další subjektivně vnímané přítomné zisky versus negativní účinky, které se postupně objevily, a další okolnosti.

Další okolností hrající roli při rozhodování je zvážení některých dalších oblastí života, na které má užívání konopí vliv. Týká se to většinou vlastní aktivity a produktivity v mimo-uživatelských aktivitách, školních úspěchů a neúspěchů, někdy se objevuje už zmíněný vliv partnera. Toto všechno závisí na náruživosti užívání konopí. Náruživější uživatelé mohou mít více oblastí života, které je ovlivněno tímto náruživým chováním. Na druhou stranu méně



náruživý uživatel s vyšší mírou regulace užívání se může vlivům do některých oblastí života jako je škola nebo vlastní produktivita díky regulaci vyhnout.

### **Typologie ukončení kariéry**

Po určitém počtu pokusů vyrovnat se s negativními účinky pomocí různě úspěšných strategií přichází zamyšlení nad udržitelností dalšího užívání. Někteří uživatelé toto rozmýšlení nad klady a zápory tematizují poměrně podrobně, někteří konstatují neudržitelnost díky všem negativům, která s užíváním konopí zažívají. Výrazným hodnocením stavu před ukončením kariéry byla reflexe nulového zisku. Změnou je nakonec rozhodnutí, které je výsledkem **rozvahy**. Postupné zkoušení strategií a rozvaha je ale pouze jeden průběh, jak k ukončení kariéry dochází.

Dalším typem ukončení kariéry je zásah **zlomové události**. Jedná se o takovou událost, která způsobí změnu vzorce užívání, většinou abstinenci. Zlomových událostí je více typů, jež lze rozlišovat dle dimenze síly zážitku na silně šokující a na potencionálně zlomové, tzv. poslední kapku. Silně šokující zlomová událost je charakteristická výjimečností. Je to zážitek, který vzniká v době intoxikace. Uživatel si tento zážitek prožije pouze jednou, ale je natolik silný a šokující, že nechce zažít jeho opakování. Proto se vzdává dalšího užívání. Pro uživatele, kteří zažijí šokující zlom, je charakteristická nízká až nulová reflexe předchozích negativních účinků. V jejich vidění kariéry bylo užívání konopí v pořádku, snad jen s mírnými výhradami, až do zlomové události, která vše ukončila.

Potencionálně zlomová událost je už ze svého názvu zlomová jen s určitou pravděpodobností. Pravděpodobnost vzrůstá při správné konstelaci a dostatečném počtu negativně vnímaných účinků konopí a dalších okolností a oblastí života, které užívání konopí ovlivňuje. Uživatel prožívá dlouhodobou nespokojenost s užíváním konopí nebo s jeho některými důsledky, ale přesto není ochoten nebo schopen, i přes převažující negativa, užívání ukončit. Pokud je konstelace negativ dostatečná, pak se zážitek potencionální zlomové události stává tzv. **poslední kapkou**. Dalším způsobem ukončení je zásah **vnější okolnosti**, která ukončení napomůže. Charakter události má blízko k poslední kapce s tím rozdílem, že se jedná o okolnost, která spadá mimo účinky konopí a rozvahu – je vnější. Tyto tři způsoby ukončení užívání jsou charakteristické pro tzv. aktivní uživatele.

Pro pasivní uživatele je charakteristický jiný způsob ukončení užívání. Svým pasivním přístupem a nižší integrací do uživatelské subkultury stačí mnohem slabší kombinace okolností a vnímaných negativních účinků. Oproti aktivním uživatelům je dostatečnou zlomovou událostí **ztráta zdroje konopí**. Aktivní uživatel obstará jiný zdroj konopí, pasivní uživatel přijímá tuto událost a redukuje užívání pouze na případy, kdy je možné konopí užít a tyto případy nijak nevyhledává. Vzhledem k jinému vnímání konopí, nižší frekvenci užívání se pasivní uživatelé vyhýbají navršení negativních účinků včasnou regulací a kontrolou svého chování, neboť zisk z konopí je jenom doplňkem v jejich životě, nikoliv stěžejním ziskem. Stejně jako absence zdroje je pro ně významná změna skupiny, nebo partner ne uživatel.

### **Konec konopné kariéry: Dočasná abstinence, trvalá abstinence nebo kontrolované užívání**

Po uvědomění, že selhávají strategie jednání jako redukce či dočasná abstinence, kdy součet negativ hravě přebijí téměř nulové zisky, nebo vlivem nějaké zlomové události dojde k urychlení tohoto uvědomění, pak většinou přichází abstinence. Tato abstinence je dlouhodobá. Během ní se uživatelé oprostí od vzorců životního stylu, který vedl mnohdy k velice nepříjemným zážitkům, najdou nové způsoby trávení volného času, někdy vytvoří nové sociální vazby. Po určité době, kdy vzpomínky na negativně vnímané zážitky s užíváním konopí trochu „vyblednou“, nadchází okamžik, kdy zvažují opětovné užití konopí. Pro spokojeně abstinující, kteří se integrují do neuzivatelského života je myšlenka na návrat nepřijatelná. Pro určitou část uživatelů se tedy může tato dlouhodobá abstinence změnit v trvalou.

Někteří ale po určité dlouhodobé abstinenci mohou zatoužit po ziscích, které zažívali na počátku kariéry. Vzhledem k dlouhodobé abstinenci to je lákavá úvaha. Výsledek těch, co zkusí po dlouhé době abstinence zase užít konopí, je dvojího druhu. Jedni si prožijí opět negativní zážitek s konopím tak, jak ho zažívali před dlouhodobou abstinencí. Zkusí to jednou až několikrát v průběhu několika týdnů až měsíců a při stálém negativním prožitku se utvrzují, že má pro ně větší zisk abstinovat.

Druzí zažijí pozitivní zážitek. Ale máje na paměti negativní zážitky, nedělají velké závěry z prvního neproblematického užití, zůstávají takříkajíc při zdi a velice opatrně zkoušejí. Z těchto opatrných uživatelů, kteří po dlouhodobé abstinenci užívají bez větších obtíží se stávají kontroloující se uživatelé.

I tito druzí díky dlouhodobé abstinenci mění vzorce trávení volného času, mají nové záliby nebo se vracejí ke starým. Mnozí opustili školu a našli si práci. Mnozí drogoví kamarádi díky jejich abstinenci zmizeli z jejich života. Uživatelé se také za dobu abstinence naučili konopí odmítat, tudíž mohou pokračovat ve vztazích i s přáteli, kteří konopí užívají.

### **Shrnutí:**

Počáteční vnímané zisky z užívání konopí během kariéry slábnou, zvláště pak zisk humoru a zábavy. V průběhu kariéry se objevují negativní účinky konopí, které znepríjemňují uživatelům užívání. V počáteční fázi se může jednat o občasné obtíže, postupem času se stávají obtíže stálicemi a přibývá i jejich rozmanitost. Uživatelé zpočátku ignorují jejich výskyt, ale pod tlakem přibývajících nepříjemností buď redukují nebo dočasně abstinují. V případě návratu k náruživému užívání se opět dostávají obtíže. Přestání s konopím se děje čtyřmi způsoby.

#### Ukončení konopné kariéry pro aktivní uživatele

1) Uživatelé po dlouhodobé nespokojenosti s účinky konopí a bilancích kladů a záporů docházejí k závěru, že negativa převažují nad pozitivy (zisky), a nakonec se rozhodují pro dlouhodobou abstinenci.

2) Uživatelé sice dlouhodobě reflektují nějaké negativní obtíže, ale stále se nemohou rozhodnout. K rozhodnutí jim pomůže potencionálně zlomová událost, kterou vnímají jako poslední kapku, který napomůže rozhodnutí abstinovat.

3) Uživatelé téměř nereflektují negativní účinky konopí nebo jen okrajově. Jejich rozhodnutí abstinovat přichází se šokujícím zážitkem, jehož síla odrazuje uživatele od dalšího užívání.

Po dlouhodobé abstinenci přechází část abstinujících do abstinence trvalé. Část z abstinujících zkusí znovu užít, ale se stejně negativními účinky, takže se utvrzují ve správnosti abstinence. Druhá část abstinujících po vyzkoušení zažívá pozitivní účinky. Z nich se stávají kontrolující se uživatelé.

#### Ukončení kariéry pro pasivní uživatele:

4) Pasivní uživatelé ukončují kariéru přijetím vnějších okolností jako je absence zdrojů konopí nebo změna skupiny. Mohou přecházet do kontrolujícího se užívání bez dlouhodobé abstinence.

## **7.2. Diskuse**

### **Konec konopné kariéry**

Pozorný čtenář odhalil, že úplné ukončení konopné kariéry nastalo jen pro určitou část zkoumaných uživatelů. Aby nedošlo k nedorozumění, raději připojím komentář. Při rekonstrukci celého příběhu, a zejména událostí, které se dějí po dlouhodobé abstinenci, tedy možného relapsu, se uživatelé rozdělují na dvě skupiny. Jedni pokračují v abstinenci a druzí mnohdy pokračují v kariéře v kontrolovaném modu užívání. Pro pokračující abstinenty se jedná o faktický konec konopné kariéry. U uživatelů s příjemně prožitým relapsem, kteří pokračují rekreačním užíváním, se jedná také o konec, i když v jiném smyslu slova. I když fakticky aplikují psychotropní látky do svého těla a prožívají rauš, tak považují svoje náruživé „hulící“ období za ukončené. Prohlášením, že „už nehulí“, reflektují uživatelé opuštění vzorců chování a stylu života spojených s náruživým užíváním konopí. Takže konec se v tomto případě váže spíše na náruživý způsob užívání konopí a neznamená úplné vyloučení konopí z jejich životů.

### **Kam se poděla závislost?**

V celé analýze se neobjevil koncept závislosti jako jeden z možných faktorů, který by mohl ovlivňovat konec užívání. Došlo k tomu z toho důvodu, že sami respondenti problém závislosti v *procesu přestávání* netematizovali. Jejich tématem byly objevující se obtíže a vytrácení pozitiv pociťovaných na počátku kariéry. Syntéza zjištění o „konci“ konopné kariéry je z tohoto interpretativního pohledu správná. Nebylo by ovšem správné nechat otázku závislosti úplně bez povšimnutí.

Systém odměny je jedním z vnitřních autoregulačních mechanismů pro kontinuální zajištění potřeb nutných pro přežití, reprodukci a pocitu tělesné pohody. Situace potřebné pro přežití *„jsou spojeny s libým pocitem (odměnou), aby se byla zvýšena pravděpodobnost, že dojde k jejich zopakování* [Dvořáček, Miovský, Šulcová 2008; závorka v původním textu – pozn. T.N.]. Také užívání konopí přináší jeho uživateli příjemný libý pocit, který má tendenci opakovat. Tento pocit se projevuje v pohodě a zábavnosti, které uživatelé při užití reflektovali. Příjemné pocity verbalizované uživateli se postupně ztrácely. Zůstává otázkou, nakolik bylo centrum odměny odpovědné za pokračování v užívání konopí dokonce i ve chvíli, kdy racionálním kalkulem došli k závěru, že náklady na užívání konopí v podobě nepříjemností daleko převyšovaly zisky v podobě příjemných pocitů a sociálních interakcí.

Zvážíme-li, že někteří uživatelé reflektovali obtíže s užíváním konopí např. rok nebo dva, pak souvislost s centrem odměny nabízí jedno z možných poměrně uspokojivých ozřejmění jejich setrvačnosti v užívání.

Jak jsem už uvedl, respondenti závislost netematizují, až na dva případy, a to Hudebníčka a Jindry Hojera. Tyto dva participanty v případě zmínky o závislosti považují za deviantní případy vybočující z ostatního vzorku, protože oba dva prošli „vzdělávacím programem“ léčebny závislostí v Bohnicích.

Pro ostatní respondenty není závislost tématem, až na výjimku, kterou je chvíle rozhodnutí, že budou abstinovat. V tu chvíli se někteří respondenti vymezují vůči abstinenčním příznakům v tom smyslu, že je **nepocítují**. Nulové abstinenční příznaky si vykládají jako absenci závislosti. Abstinenční příznaky jsou ale jenom jednou z šesti složek, podle kterých se závislost diagnostikuje (viz odd. 1.7.). Pokud promítnu těchto šest bodů do výpovědí respondentů, tak až na několik výjimek mezi pasivními a kontrolujícími se uživateli by téměř všichni pravděpodobně splňovali – alespoň ve vrcholu své kariéry – tři kritéria potřebná pro diagnostiku závislosti. To je ovšem jen dohad, protože narativní způsob vedení rozhovorů byl směřován od začátku spíše ke konci kariéry. Rozhovor byl veden volně tak, aby respondenti přinášeli pro ně důležitá témata v procesu přestávání. Nebyl veden tak, aby odhalil možná kritéria pro závislost.

Pokud už byla zmíněna některá kritéria pro stanovení závislosti (např. body E, F v odd. 2.7.), tak to rozhodně nebylo ze strany respondentů vědomé. Jediné vědomé vyjádření bylo vůči somatickým projevům – abstinenčním příznakům. Toto zjištění ukazuje, že uživatelé neinterpretovali některé projevy jako závislostní.

V tomto smyslu je možné využít zjištění v oblasti sekundární prevence – snižování škod. Zjištění, že někteří uživatelé mají psychické potíže s užíváním konopí i několik let a netematizují problém závislosti, i když zmiňují některé typické projevy závislostního chování, by mohl být signálem pro prevenci škod a zaměření se na osvětu o možnosti vzniku a rozeznání závislosti na konopí. Otázkou pro další výzkum je, zda uživatelé, kteří v souvislosti s konopím pocítují nějaké obtíže, tyto projevy znají jako projevy závislosti, ale popírají je a nebo jsou pro ně abstinenční (somatické) příznaky jediným uvěřitelným indikátorem možné závislosti.

## **Racionalita, hodnoty, postoje**

V závěrech této práce se jeví uživatel jako racionální bytost. Uvažování o roli racionality v procesu přestávání je ovšem nepřesné. Kroky, které respondenti podnikají vůči uvědomovaným negativním účinkům, podléhají i iracionální složce uvažování o příjemných a nepříjemných zážitcích. Přístup k objektu (chování) závisí na názoru o objektu (kognice) a libosti či nelibosti pociťované vůči objektu (emoce). Celý příběh o konci konopné kariéry by tedy bylo možné nazírat sociálně psychologickými koncepty postojů a jejich změny [Hayes 2000: 95-115].

Uživatelé na začátku své kariéry přijali kladný postoj vůči konopí a jeho užívání. Z některých vyprávění je patrné, že proces přestávání trval několik měsíců. V tomto období zažívali respondenti negativní zážitky (negativní emoce) a pokud nebyla „agonie“ zastavena silným emocionálním zážitkem (zlomem), který by přebil poslední zisky mnohdy už jen psychické, dostali se uživatelé do okamžiku rozhodnutí, změny postoje. Délka období snášení negativních účinků konopí může být prodloužena silou konzistentnosti ostatních postojů, vůči které byly občasné zažívané negativní účinky nedostatečným impulsem ke změně. V průběhu měsíců a někdy let přestávání v čase dospívání a rané dospělosti pravděpodobně proběhla i změna žebříčku hodnot. Hodnoty, které „předstihly“ zisk z užívání konopí, pak v okamžiku rozhodnutí mohly mít vliv na přijetí alternativního postoje ke konopí. Posun hodnoty užívání konopí na žebříčku hodnot by mohla dokládat i změna vzorce užívání po dlouhodobé abstinenci na „konci“ kariéry. Všichni uživatelé, kteří se po této abstinenci ke konopí vrátili, je užívali kontrolovaným způsobem a věnovali více času jiným zájmům než konopí.

Pomocí teorie postojů pak lze také odlišit dočasnou abstinenci vůči trvalé. V dočasné abstinenci se změnila pouze konativní složka postoje a složky kognitivní i afektivní byly konzistentně pro další užívání, které pokračovalo po skončení abstinence. Na rozdíl od toho u dlouhodobé abstinence vedoucí k ukončení kariéry se jedná o změnu celého souboru postojů vůči konopí, vůči způsobu trávení volného času, vůči sociálnímu okolí atd. Množství postojů, které je potřeba změnit na cestě ke konci kariéry, by vysvětlovalo, proč uživatelé otáleli se změnou i přes převahu nákladů na užívání konopí tak dlouho, dokud nepřišla zlomová událost.

Hodnotová a postojová perspektiva přináší novou optiku, odlišnou od té, která byla v mé analýze použita. Zkoumání ukončení kariéry optikou postojů a změn hodnot by proto bylo vhodným námětem pro další výzkum.

## **Přání otcem myšlenky**

Respondenti během sumarizace svých nepříjemných zážitků rozhodujících pro ukončení zmiňovali i některé, které se na první pohled zdály jako „malicherné“. U nich byla zdůrazňována jejich nepříjemnost: studené ruce nebo dušnost. Pak byly také zmíněny „plíce“ jako jedno z bilančních negativ. V některých případech (ne ve všech) tato negativa budila dojem násilně přeceňovaných negací.

V kontextu nových perspektiv jako „boj“ s centrem odměny na cestě k abstinenci a obtížná změna množství do té doby konzistentních postojů by tato negativa mohla být zveličována proto, aby negativní vliv konopí nabyl větší síly a účinnosti pro změnu postoje. V případě, že postoj změnili a neužívají, ale stále mají v paměti pocit pohody a štěstí způsobený působením účinku konopí na centrum odměny, pak zveličování problematičnosti závěru kariéry může fungovat jako pádný důvod pro ukončení kariéry. Zážitku by byl funkčně přidělen negativnější význam, než jaký ve skutečnosti měl, aby pomohl převážit a rozhodnout bilanci v neprospěch konopí a stát se impulsem pro změnu postoje v dlouhotrvajících nepříjemnostech s konopím.

Přání ukončit kariéru by bylo rozhodující pro interpretaci zážitku. To by také částečně vysvětlovalo, proč byly některé zážitky jako omdlení definovány různě na začátku a konci kariéry.

### **7.3. Závěr**

Tato práce přináší nový vhled do problematiky přestávání užívání konopí. Výzkum byl proveden na vzorku skryté populace uživatelů, kteří měli problémy s užíváním konopí, ale typicky nepožádali o pomoc formální instituci. Nepožádání o pomoc mohl ovlivnit fakt, že uživatelé sami sebe nedefinovali jako závislé, i když mnozí v některé fázi pravděpodobně splňovali kritéria pro diagnostiku závislosti.

Přestávání s konopím bylo popsáno jako celistvý proces s použitím paradigmatického modelu, který zahrnuje všechny důležité prvky příběhu. Délka procesu je odvislá od míry subjektivně vnímaných obtíží a sociálních okolností. U aktivních uživatelů probíhá ukončení užívání konopí třemi způsoby:

- 1) bilančním rozhodnutím (porovnáním kladů a záporů)
- 2) bilančním rozhodnutím, které je urychleno nepříjemnou událostí – poslední kapkou
- 3) zlomovou událostí (silný, šokující zážitek)

Pro pasivní uživatele ukončující kariéru je typická spíše akceptace změny okolních podmínek než vlastní rozhodnutí.

Pro teorii kontrolovaného užívání, které je poměrně málo zkoumané, byl odhalen nový poznatek o managementu vztahů s uživatelskou skupinou při přestávání. Jednak se jedná o soustředění na čistě skupinové užívání (ne o samotě), pak rozložení volného času na více skupin, odmítání užití ve skupině nebo nenavštěvování skupiny. Výsledky o managementu užívání jsou navíc přímo využitelné v oblasti sekundární drogové prevenci.

Výzkum konce konopné kariéry přinesl odhalení, že mnozí uživatelé definují sami sebe jako uživatele s ukončenou kariérou, i když ve skutečnosti konopí dále užívají, ale kontrolovaným způsobem. Změna užívání konopí na kontrolované je odstartování pozitivním relapsem po dlouhodobé abstinenci.



## Slovník

**bong** – speciální nástroj – pomůcka na kouření marihuany, kde je kouř filtrován skrze vodu.

**bongo** – africký buben

**hulení** – synonymum slova marihuana, zde v konotaci ke kouření. Rostlinu, sušinu i hašiš lze nazvat „hulením“. Jedinec, který se chystá vykouřit joint, si jde **zahulit**. Intoxikovaný jedinec je pak **zhulený**.

**gěčko** – slang. výraz pro gram sušeného konopí (hašiše)

**joint, špek, brko** – konopná cigareta

**matroš** – označuje konopný materiál, marihuanu nebo hašiš. Může označovat i jiné drogy, jako pervitin.

**osobáček** – joint pro jednoho, kouří se o samotě, tedy kdykoliv uživatel chce.

**páv, prd, prásk** – synonyma slova šluk, tedy nádech kouře do plic. (Dát si prda/práska/páva.)

**pytel** – malý igelitový pytlík o různých několikacentimetrových rozměrech (cca 3x5 a více), v kterém se prodává/uchovává konopí. Typický pytel má kolejničový uzávěr.

**skunk** – šlechtěné konopí typické vysokým obsahem THC a pronikavou vůní, podle které bylo toto konopí spojování se zvířetem skunkem, po kterém je pojmenováno.

**sklo, sklíčko** - skleněná trubička na konci rozšířená, do které se dává konopí. Systém užití je velice podobný systému fajfky. Slouží pro skunky, kde stačí užít malé množství k dosažení žádané míry intoxikace nebo pro osobní užití, pokud si chce uživatel dát pouze jedno či dvě potáhnutí. Posledním důvodem pro užití skla, stejně jako fajfky, může být vychutnávání a rozlišování chutí, které se nejlépe provádí v čistém stavu (tabákem nezředěném).

**stíha** – jedná se o nepříjemný prožitek, sekvence událostí nebo představ, pro které je charakteristická úzkost, strach, nejistota.

**šot** – šot označuje způsob kouření jointa, používá se ve chvíli, kdy je hořící část jointa již blízko filtru a kouř je nepříjemně ostrý a žhavý. Při tzv. šotu se vkládá do úst část, která hoří a místo sání se kouř vyfukuje. Tento kouř ochlazený vzduchem někdo z dalších uživatelů vtahuje do plic. Jelikož je kouř ochlazován vzduchem, provádí se šot v závětrí nebo hodně z blízka. Pro vzdáleného pozorovatele by se mohlo zdát, že se uživatel dávající šota a uživatel přijímající šota dotýkají hlavami nebo líbají.

**vykydlost** – pocit totální ztráty energie, fyzická pasivita, mentální strnulost (odd. 2.3.)

**zásek** – výraz pro maximální soustředěnost na obraz, zvuk, kdy se uživatel přestane třeba i hýbat a reagovat na okolí, protože je maximálně soustředěn na daný vjem nebo je zaneprázdněn vlastními vnitřními představami a myšlenkami. Uživatel působí dojmem, že zkameněl, že se zasekl v čase.

**zkouřenost, zhulenost, vykašenost, kaše** – to je stav intoxikace, kdy uživatel pociťuje účinky konopí. Pro větší pestrost výrazů zvláště v analytické části budu používat tyto synonyma, pokud je užití sami respondenti nebo se užití těchto slov bude více hodit k povaze sdělované informace.

## Literatura

Adamec, C. S., R. O.Pihl, L. Lester. 1976. „An analysis of the subjective marijuana experience.“ *International Journal of the Addictions* 11: 295–307.

Adams, A. J. et al. 1975. „Alcohol and marijuana effects on static visual acuity.“ *American Journal of Optometry & Physiological Optics* 52: 729-735.

Ashton H., J. et al. 1981. „The seed and soil: Effect of dosage, personality and starting state on the response to A-9-tetrahydrocannabinol in man.“ *British journal of Clinical Pharmacology* 12: 705-720.

Bech, P., L. Rafaelsen, O. J. Rafaelsen. 1973. „Cannabis and alcohol: estimation of time and distance.“ *Psychopharmacologia* 32: 373-381.

Becker, H.S. 1953. „Becoming a marihuana user.“ *The American Journal of Sociology* 59(3): 235-242.

Block R.I., J.R. Wittenborn. 1984. „Marijuana effects on visual imagery in a paired-associate task“. *Perceptual and motor skills*. 58(3): 759-766.

Cami, J., et al. 1991. „Effects of subjekt expectancy on THC intoxication and disposition from smoked hashish cigarettes.“ *Pharmacology, Biochemistry and Behaviour* 40: 115-119.

Castle D., R. Murray. 2004. *Marijuana and Madness*. New York: Cambridge University Press.

Clarke, R.C. 1998. *Hashish!* Los Angeles: Red Eye.

Cohen D.A., L.H. Kaal. 2001. *The irrelevance of drug policy*. Amsterdam: CEDRO / UvA

Duševní poruchu a poruchy chování. Popisy klinických příznaků a diagnostická vodítka. Mezinárodní klasifikace nemocí – 10. revize. Praha: psychiatrické centrum Praha, 1992. 282 s. – Zprávy č. 102

Dvořáček, J. 2008. Akutní psychické komplikace po užití konopných drog: bad trip. Pp. 250-257 in Michal Miovský. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Dvořáček, J., M. Miovský, A. Šulcová. 2008. „Závislost na konopných drogách“. Pp. 273-286 in Michal Miovský et. al. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Earleywine, M. 2002. *Understanding Marijuana*. New York: Yale University.

Earleywine, M. 2005. *Mind-Altering drugs: The science of subjective experience*. Oxford University Press.

Ellingstad, T.P. et al. 2006. „Self-change: A pathway to cannabis abuse resolution.“ *Addictive Behavior* 31: 516-530.

Foltin, R.W., M.W. Fischman, M.F. Byrne. 1988. „Effects of smokem marijuana on food intake and body weight of human Libiny in a residential laboratory.“ *Appetite* 11: 1-14

Gabrhelík, R. et al. 2008. „Vzorce užívání konopných drog a parafernálie.“ Pp.132-135 in Michal Miovský et al. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Gabrhelík R., T. Zábranský, M. Miovský. 2008. „Modality konopných drog.“ Pp. 125-131 in Michal Miovský et al. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Gabrielová, H. (rok neuveden). „Konopí jako obnovitelný zdroj energie.“ [online].[cit. 10.5.2008]. Dostupné z: <[http://www.ekoporadna.cz/wiki/doku.php?id=energie:konopi\\_jako\\_obnovitelnny\\_zdroj\\_energie](http://www.ekoporadna.cz/wiki/doku.php?id=energie:konopi_jako_obnovitelnny_zdroj_energie)>.

Gabrielová, H., M. Ruman. 2008. „Botanika konopí.“ Pp. 63-68 in Michal Miovský et al. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Gautier, T. 1846/1966. „The hashish club.“ In D. Salomon (Ed.), *The marijuana papers* (pp. 121-135). New York: Bobbs-Merril.

Goodwin, R.D., D.M. Fergusson, L.J. Horwood. 2004. „Association between anxiety disorders among young persons: results of a 21 year longitudinal study.“ *Journal of psychiatric Research* 38: 295-304.

Hathaway, A.,D. 2004. „Cannabis careers reconsidered transitions and trajectories of committed long-term users.“ *Contemporary Drug Problems* 31/Fall: 401-423.

Halikas, J.A., Goodwin, D.W., Guze, S.B. 1971. „Marihuana effects. A survey of regular regular users.“ *Journal of the American Medical Association* 217: 692-694.

Halikas, J.A., R.A. Keller, C.L. Morse. 1982. „Effects of regular marijuana use on sexual performance.“ *Journal of Psychoactive drugs*.14: 59-70.

Hayes, N. 2000. *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál. 246 s. ISBN 80-7367-283-6.

Hendl, J. 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. 407 s. ISBN 80-7367-040-2.

Hughes J.R. et al. 2008. „Attempts to stop or reduce marijuana use in non-treatment seekers.“ *Drug and Alcohol Dependence*: 180 – 184.

Chait, L.D., J. Pierri. 1992. „Effect of smoken marijuana on human performance: A critical review.“ in L. Murény, A. Bartke (Eds.), *Marijuana/cannabinoids: Neurobiology and neurophysiology*: 387-423. Boca Raton, FL:CRC.

Chen K., D. Kandel. 1998. „Predictors of cessation of marijuana use: an event history analysis.“ *Drug and Alcohol Dependence* 50: 109–121.

Kalina, K. 2003. Úvod do drogové politiky: základní principy, pojmy, přístupy a problémy. In KALINA et al. 2003. Drogy a drogové závislosti 1. Mezioborový přístup. Praha: Úřad vlády ČR.

Kirk, J.M., P. Dotty, H. Wit. 1998. „Effects of expectations on subjective response to oral delta-9-tetrahydrocannabinol.“ *Pharmacology, Biochemistry and Behavior* 59: 287-293.

Lyons, M.J., et al. 1997. „How do genes influence marijuana use? The role of subjective effects.“ *Addiction* 92: 409-417.

Mattes, R.D., L.M. Shaw, K. Engelman. 1994. „Effects of cannabinoids (marijuana on taste intensity and hedonic ratings and salivary flow of adults).“ *Chemical Senses* 19: 125-140.

McPartland, J. M., V. Mediavilla. 2002. „Other constituents of cannabis: Noncannabinoid components.“ In F. R. Grotenhermen & E. Russo (Eds.), *Cannabis and cannabinoids: Pharmacology, toxicology and therapeutic potential* (pp. 401–411). New York: Haworth Press.

Mikulas, W.L. 1996. „Sudden onset of subjective dimensionality: A case study.“ *Perceptual and Motor Skills*, 82: 852-854.

Miovská, L., J. Vacek, R. Gabrhelík. 2008. „Uživatelé konopných drog.“ Pp. 162-168 in Michal Miovský. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2

Miovský et al. 2008. „Historie užívání konopí a konopných drog.“ Pp. 21-57 in Michal Miovský et al. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2

Morávek, J. 2007. Kontrolované užívání drog: co nám přináší výzkum uživatelů, kteří s drogami umějí zacházet. *Adiktologie* (7)4, 445-455.

Morningstar, P., D. Chitwood. 1983. *The Patterns of Cocaine Use. An Interdisciplinary Study*. Rockville: NIDA

Nechutný, T. 2006. „*Rizika užívání marihuany a strategie jejich zvládnání očima aktérů.*“ (rukopis). Praha: Univerzita Karlova, Fakulta sociálních věd, Institut sociologických studií. 40 s.

Robinson, R. 1996. *Velká kniha o konopí.* Praha: Volvox Globator. 281 s. ISBN 80-7207-339-7

Silverman, D. 2005. *Ako robiť kvalitatívny výskum.* Bratislava: Ikar. 327 s. ISBN 80-551-0904-4

Simon, R. 1997. *Estimating prevalence usány the Case-finding Metod: an overview.* Lisabon: EMCDDA.

Strausse, A., J. Corbinová.1999. *Základy kvalitativního výzkumu.* Boskovice: Albert. 194 s. ISBN 80-85834-60-X.

Szuster, R.R., E.B.Pontius. 1998. „Campos. Marijuana sensitivity and panic anxiety.“ *Journal of clinic psychiatry* 48: 427-429.

Tart, Ch.T. 1970. „Marijuana intoxication: common experiences.“ *Nature* 226: 701-704.

Tart, Ch.T. 1971. *On being stoned.* Palo Alto, CA: Science and Behaviour Books ISBN 0-8314-0027-7 [online]. Dostupné z: <<http://www.druglibrary.org/special/tart/tartcont.htm>>.

Vacek, J. 2008. „Prožitek akutní intoxikace.“ Pp. 220-239 in Michal Miovský. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium.* Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Victor, H.R., J.C. Grossman, R. Eisenman. 1973. Openness to experience and marijuana use in high school students [abstracts]. *Journal of consulting and clinical psychology* 41: 78–85.

Weil A.T. 1970. Averse reaction to marijuana. *New England journal of medicine* 282: 997-1000.

Wilson, S.R., F. Maguire. 1985. Self-Esteem and subjective effects dutiny marijuana intoxication [abstract]. *Journal of drug Issues*, Special Issue: Drugs: Euphoria and aphrodisia, 15: 263-271.

Zábranský, T. 2008. „Potence a kultivace konopí.“ Pp. 70-79 in Michal Miovský. *Konopí a konopné drogy: adiktologické kompendium*. Praha: Grada. 533 s. ISBN 978-80-247-0865-2.

Zinberg, N. E. 1984. *Drug, Set, and Setting*. New Haven: Yale University Press. [online]. Dostupné z: <<http://www.druglibrary.org/schaffer/lsd/zinberg1.htm>>.

Zimmerová, L., J.P. Morgan. 2003. *Marihuana: Mýta a fakta*. Praha: Volvox Globator. 242s. ISBN 80-7207-463-6.