

Libor Votruba

ZAKLADATEL MEZINÁRODNÍCH PSYCHOTERAPEUTICKÝCH
KLINIK NEO CENTRUM V PRAZE.

„Chci lidem pomáhat, aby se opět postavili na své nohy, mohli se věnovat svoji práci a svým dětem a neohrožovali sebe ani své okolí. Jako se to podařilo mě,“ říká dnes Libor Votruba, který založil dvě pobytové a jednu ambulantní kliniku NEO Centrum, která poskytuje také služby v angličtině.

Co bylo pro Vás tedy stěžejní, když jste NEO Centrum zakládal?

Místo a kvalitní terapeuti. Podařilo se najít krásné, klidné budovy dýchající historií, kde najdou naši klienti dostatečný klid a anonymitu v malé skupině lidí. V jedinečném prostředí nad Vltavou se mohou za podpory našich terapeutů plně věnovat svojí léčbě. První vilu jsme pro tyto účely rekonstruovali. Po čase jsme našli ještě jednu v její těsné blízkosti. V obou jsou i bazény, sauny a zázemí pro trávení volného času. Protipólem je naše ambulantní klinika, která je v ryze moderním prostředí blíže centru města.

Zmiňujete kvalitní terapeutu. Jak složité bylo najít právě ideální tým?

Najít ty nejlepší terapeutu, kteří poskytují profesionální služby není jednoduché. Podařilo se nám vytvořit tým lidí, kteří mají neustále chuť se vzdělávat a jejich práce je baví. Jsme dnes proto schopni nabídnout skvělé terapeutu, psychology, psychiatry a adiktology, kteří jsou připraveni každému pomoci v jeho cestě k uzdravení. Fungují skvěle i jako tým. Můžeme tedy nabídnout komplexní péči, a to už od mladistvého věku až po starší lidi nebo vrcholové manažery.

V čem jste spatřoval slabé místo státních klinik?

Přestože jsem věřil, že mají schopné lékaře a terapeutu, hledal jsem něco víc intimního, soukromého se stoprocentní diskretností a anonymitou, což úplně nešlo. Na klinikách bylo mnoho lidí, mísily se tam různé typy závislostního chování a já jsem v té době patřil mezi známé pražské podnikatele a samozřejmě jsem nechtěl i kvůli mé rodině a zaměstnancům, aby se informace víc šířila. Podobnou zpětnou vazbu jsem dostal také od lidí, jejichž pozice byla společensky mnohem více v hledáčku pozornosti, jako jsou třeba sportovci či umělci. Ve střední Evropě jsem žádnou kliniku, která by splňovala tato kritéria, nenašel.

Libor Votruba si prošel před deseti lety turbulentním obdobím. Majitel společnosti Taiko, která již několik let pořádá světově uznávané Vánoční trhy v Praze, začal pracovní nasazení a tlak na výkon kompenzovat krátkodobými příjemnými pocity, které mu přinášel alkohol a později i drogy. Jeho úspěchy a náročný životní styl si začaly vybírat svou daň v podobě hned několika závislostí. Těsně před konečným duševním a fyzickým vyčerpáním si uvědomil, že se z toho už sám nedostane. V České republice ale v té době nenašel kliniku, která by splňovala jeho potřeby a požadavky na léčbu. Teprve až na klinice v JAR našel léčebný proces k uzdravení, během něhož se rozhodl, že něco podobného chce nabídnout ve střední Evropě, ve své domovské Praze.

Pandemie Covid 19, později válka na Ukrajině způsobily zvýšený zájem o psychology a terapeutu po celém světě. Narostla také čísla závislostí, depresí, úzkostí a dalších stavů, které lidé ještě před třemi lety tolik nepociťovali. Všude jsou dlouhé čekací lhůty, jak je to v NEO Centrech?

Snažíme se reagovat co nejrychleji. I já sám vím, že když se člověk rozhodne se svojí závislostí či psychickým problémem něco dělat, je potřeba, aby se tak dělo co nejdříve. Aby neměl čas příliš přemýšlet, nebo ho někdo neovlivnil z venku. Výhodou NEO Center je proto rychlá a cílená pomoc bez dlouhých čekání na termín nástupu na léčbu. Závislému chvíli trvá, než si sám připustí, že pomoc potřebuje, pokud už do tohoto bodu dojde a vyhledá pomoc, je to skvělé a je potřeba z toho těžit pro další léčbu.

Jak se na vás lidé dívají, když zjistí, že jste léčbou prošel?

Samozřejmě jak kdo. Poslední dobou mi ale připadá, že se tento pohled mění a také to je cíl mé kliniky. Většinou se třeba na lidi závislé na alkoholu veřejnost dívá tak, že si za to můžou sami a je potřeba je nějak potrestat, ale člověk, který je závislý na čemkoli je nemocný a potřebuje pomoc. Není zodpovědný za svou závislost, ale je stoprocentně zodpovědný za to, že ji léčí. Svou zkušenost se závislostí vnímám jako důležitou pro další pomoc ostatním. Při hledání sebe sama jsem se také vydal do Thajska, kde jsem se naučil meditovat. V Praze jsem pak založil meditační centrum Tisaranā. Programy thajských meditací jsou dnes také součástí našich léčebných programů v Neo Centru.

Na jak dlouho doporučujete využít služby vašich pobytových klinik?

Program doporučujeme samozřejmě individuálně, nicméně vždy je to tak na čtyři nebo šest týdnů. Ale fungují i kratší pobyty například pro lidi, kteří prožívají syndrom vyhoření nebo velké úzkosti a deprese. Kapacita jednoho domu je maximálně jedenáct lidí. To splňuje naši vizi o anonymitě, klidu a soukromí.

Pracujete s klienty individuálně?

Naši terapeutu pracují individuálně i ve skupinových terapiích. K dispozici je i psychiatr a internista. Hlavními pilíři jsou psychoterapie, meditace a dvanáctikrokový program anonymních alkoholiků a anonymních narkomanů, který tu probíhá.

A jak pokračují lidé po této léčbě, dochází k vám do ambulantní kliniky?

Příprava na to, co nastane po opuštění kliniky, je velmi důležitá. Klienty jen zastavíme, naučíme je se na sebe dívat, neutíkat sami od sebe, což každý závislý dělá. Učíme je být schopný projít si i bolestivými situacemi, které život přináší, bez toho, aby se museli opíjet nebo brát drogy. Naše ambulantní klinika je jim samozřejmě k dispozici v rámci doléčování. Nejen z osobní zkušenosti každému doporučujeme docházet na setkání anonymních alkoholiků a narkomanů. Každý úspěch a šťastný a zdravý pacient nás naplňuje silou do další práce.

Nabízíte také své terapeutické služby se zaměřením na firmy a jejich manažery?

Už dlouhodobě spolupracujeme s firmami nebo jejich manažery či majiteli. Řešíme závislosti, individuální psychoterapie, párové či rodinné terapie nebo péči o rodinné příslušníky. Zvedla se také poptávka na posunutí osobního růstu a koučingu. Pomáháme zavádět interní směrnice ohledně péče o duševní zdraví zaměstnanců. V Ambulantní klinice máme na tuto problematiku přímo konkrétní specialisty Jiřího Vacka a Irenu Pilařovou.



Diskrétnost, individuální přístup a vysoká úspěšnost léčby – to je síť psychoterapeutických klinik NEO Centrum, které poskytují péči 21. století

Soukromé kliniky NEO Centrum fungují už více než 5 let a své služby nabízejí ve dvou pobytových klinikách a ambulantní klinice v Praze.

Tým profesionálních terapeutů, individuální léčebné procesy, rodinné prostředí a možný rychlý nástup – to je základ, na kterém stojí již více než pět let pilíře NEO Center.



Situace posledních let způsobuje zvýšený zájem o psychologa a terapeuty po celém světě. Narostla také čísla závislosti, depresí, úzkostí a dalších stavů, které lidé ještě před třemi lety tolik nepociťovali. Zvyšuje se poptávka po terapeutech pro teenagery a mladé dospělé, psychologů je totiž stále málo. Profesionální tým terapeutů z NEO Centra nabízí širokou pomoc v oblasti psychického zdraví i závislosti. Ambulantní služby je také možné využívat na zdravotní pojišťovny.

Rychlá a kvalitní léčba závislosti a péče o psychické zdraví

NEO Centrum spolupracuje s předními odborníky v adiktologickém oboru a její zástupci se účastní psychologických konferencí. Poptávka po terapeutech poslední dva roky roste. Psychických poruch, špatného duševního zdraví a závislosti v postcovidové době přibývá a lidé na sebe v osobním i profesním životě vyvíjí stále větší tlak, který ale poté těžce balancují. Nejčastějšími problémy, které řeší pacienti kliniky jsou závislosti, fobie, deprese, úzkosti a krize různého druhu. Terapeuti NEO Centra zaznamenali nárůst o svoje služby především v souvislosti s covidovým

obdobím, pracovní nejistotou, válkou i dalšími situacemi, které negativně ovlivňují psychický stav. Terapeuti NEO Centra jsou schopni reagovat rychle a léčit pacienta na ambulanci i pobytových klinikách prakticky bezprostředně poté, co se pro léčbu rozhodne.

Léčebný program na pobytových klinikách

Rezidenční pobytové kliniky nabízejí prostor se konečně zastavit a dát dostatečnou pozornost vyřešení svých problémů. Léčba je postavena individuálně a obsahuje více než 20 terapií týdně. Velký důraz je kladen také na meditace, edukaci a vytvoření bezpečného prostředí, kde má klient pocit absolutního přijetí a porozumění.

Klinika nabízí individuální i skupinové terapie, psychiatrické konzultace, celosvětově uznávanou metodu 12 kroků anonymních alkoholiků, rodinné a párové terapie i prevenci relapsu – předcházení rizikovým situacím a efektivnímu řešení selhání.

K dispozici je také dostatečné zázemí na aktivní i pasivní formu odpočinku ve volném čase. Na obou klinikách je bazén, sauna i vybavená knihovna.

Léčba teenagerů – nová výzva pro terapeuty NEO Centra a pomoc budoucí generaci

Podle Národního ústavu pro duševní zdraví až tři čtvrtiny duševních onemocnění propukají před 18. rokem, polovina pak už před 15. narozeninami. Podle údajů České asociace pro psychoterapii dosahuje léčba u psychoterapeuta průměrně úspěšnost až 72%. Důležitá je rychlá pomoc. NEO Centrum se proto zaměřuje na duševní pomoc budoucí generaci a terapeuti se speciálním vzděláním pracují s teenagery. Právě rodiče dětí a teenagerů se na odborníky nejčastěji obracejí s úzkostmi, sebepoškozováním či dokonce s pokusy o sebevraždu. Výjimkou nejsou panické ataky, hledání vlastní identity (včetně té genderové), problémy s vrstevníky, sourozenci v rodině, projeví se poruchami chování, experimentováním s návykovými látkami, poruchami příjmu potravy či právě zmíněným sebepoškozováním. Výhodou NEO Centra je spolupracující multioborový tým. V případě nezletilých klientů nepracuje jen individuálně, ale také s celou rodinou. V rámci poskytovaných terapií spolupracuje také se zdravotními pojišťovnami.

Co o nás řekli naši klienti

„Můj pobyt v NEO Centru mi s největší pravděpodobností zachránil život. Ukážou vám zde cestu ke střízlivosti a novému životu. Nabízí tu velmi intenzivní terapeutický zážitek. Je ale jen na nás, jak s tím naložíme a jak se ke své léčbě postavíme. Pokud chcete využít podanou pomocnou ruku je NEO Centrum přesně to pravé místo.“
Martin, střízlivý alkoholik

„NEO Centrum změnilo totálně můj vztah k vlastnímu životu. Ze závislé trosky, jsem se stala opět funkční partnerkou, mámou, dcerou. Velká radost a můj životní úspěch!“
Eva, maminka

„Tak dlouho jsem si myslel, že mám vše pod kontrolou, až jsem málem přišel o všechno. Děkuji za nasměrování na cestu, na které jsem znovu našel svůj život a sebe samého.“
Daniel, podnikatel

„Moje kariéra šla ke dnu a už jsem nevěřil, že budu znovu závodit. Už jsem vlastně nevěřil, že ještě budu žít. V NEO mi ukázali, že jde všechno, když opravdu chci.“
Lukáš, sportovec

„Z vrcholu na to největší dno. Tak jsem se cítil, když jsem nastupoval do NEA. Málem jsem přišel o firmu a svou rodinu. A sám sebe. Dostal jsem možnost si to vše znova získat a nechci o tu šanci přijít.“
Jaroslav, majitel firmy

NEO Centrum

Psychoterapeutické rezidenční kliniky v Praze, Česká republika.

Flexibilní a osobní přístup / Možnost rychlého nástupu / Vysoká úspěšnost léčby / Tým špičkových terapeutů / Individuální péče o klienta / Nadstandardní služby / Anonymita

Poskytujeme odborná řešení problémů se závislostmi a pomoc v různých oblastech psychologie, psychoterapie a psychiatrie.

Ambulantní léčba prostřednictvím osobních nebo online terapií.

Pobytová léčba na privátních klinikách také v anglickém jazyce.

Ambulantní klinika, Voctářova 2436/3a, Praha 8, +420 770 143 385, recepce@neocentrum.cz
www.neocentrum.cz

neo | psychoterapeutická
centrum | klinika