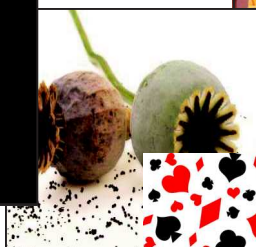


Szenvedély-HÁLÓ



• SZAKMAI •
SZOCIÁLIS SZÖVETSÉG
• AZ ICSW MAGYAR •
NEMZETI BIZOTTSÁGA

Arany Zoltán:

*A közösség szerepe
a függőségek kezelésében*

Arany - Albertné - Ambrózay:

*A szenvedélybetegek
családjának integrálása
a terápiás folyamatba*

Varga Sándor:

A kortárs segítő

Önvallomás

Koha Roberta:

*Pszichiátriai betegekkel
végzett csoportmunka*

Peter Handke:

Mikor a gyermek gyermek volt

A szociális munka szakmai közéleti lapja
Ára: 600 Ft/hó Előfizetve: 6.000 Ft/év

XIV. évfolyam 12. szám
2008. december



őszinte és igaz történetet, az én történetemet.

Eddig még erről nem beszéltem, most mondom el először.

Egy olyan emberről szól, aki eltolt magától mindent és mindenkit. Aki a saját érzelmei börtönében volt, elnyomott minden érzést, utálta az embereket, és mindent, ami vele történt.

Választottam. Mostanra tudom, hogy a nehezebbet választottam, de a jobbat. Eljöttem ide, tele rossz érzésekkel, kétségekkel és félelmekkel. Nem tudtam, mit fogok tenni. Azt viszont tudtam, hogy ez az utolsó esélyem.

Majd jött a semmiből valami, magam sem tudom mi, egy érzés, egy hang, de már nem bírtam elviselni a hosszú évek alatt szerzett fájdalmakat. Belefáradtam a magányba! Egy hideg csütörtöki napon történt meg, mikor úgy döntöttem, megpróbálom.

Ezt soha nem fogom elfelejteni. Az ablakhoz mentem, és a redőny repedésein keresztül néztem az embereket, akik dolgozni mentek. Közéjük akartam tartozni!

Mögöttem a sötét szoba, és minden, ami a múltira emlékeztetett. Választanom kellett: hátra vagy előre?

Elkezdődött az izoláció. Nem értetbályokat, doltam:



lációm. tem a százt gonminek ezek a „hü-



lyeségek”? Azt éreztem, osztyják az ész, de nem azt teszik, amit mondanak.

Közben metadon-elvonásom volt. Harcoltam magammal és a többiekkel. Azt gondoltam, ezek nem is igazi anyagosok. Azt már tudtam, hogy ez a hely kell nekem, és, hogy jobb, mint az előző terápiám.

Most elmondom milyen érzéseim voltak: Tele voltam félelemmel. Leginkább saját magamtól félttem. Telt az idő, és letettem a metadont. Megérte, hogy idejöttem! Kint nem ment volna, és ez erőt adott. Két hét volt, míg az elvonásom tartott. Ez nem volt valami kellemes időszak, de kisebb célnak megfelelt.

Az elvonásom harmadik napján elfogadták a tervemet, ami nagyon jó érzés volt. Azt éreztem, kezdnek bízni bennem.

Hallottam, hogy a terápiába lépésemkor tervet kell készítenem, és a közösség előtt fel kell olvasnom, majd el kell fogadtatnom velük. Félttem, de azt hazudtam, nem izgulok. A megbeszélésen feszültség volt bennem, amit próbáltam leplezni. Majd jöttek a kérdések. Azt gondoltam, hogy be akarnak forgatni. Nem akartam hagyni magam, de ez nem ment. Nem hitték el, hogy elegendem van abból az életből, amit éltem. Még indulatosabb lettem! Sikerült kihozniuk belőlem azt, amire nem vagyok büszke: indulatot és agressziót. Bukott minden. Akkor először szembe kerültem magammal. Nagyon sokféle érzés kavargott utána bennem. Azt éreztem, lenyomtak a földre. Tudtam, hogy szeretnek, bíznak bennem, és tudnak segíteni. Ez nagyon jó volt. Elsősorban a többiek hozzáállása, kemény szeretete, együttérzése segített utamon. Most jelenleg már tudok nyitni. Fontosak a többiek nekem, elkezdtem szeretni magam, látom azt is, hogy mi értékes bennem, vannak céljaim, és ki tudom mutatni érzéseimet.

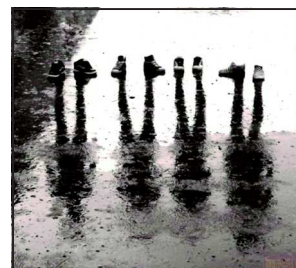
Türelmet, szeretetet, bizalmat, elfogadást kaptam az izolációm alatt, amit eddig még nem kaptam sehol soha. Hidd el, érdemes küzdeni! Jó érezni, és megtalálni magadat! Tarts velünk ezen az úton, megéri.”

ARANY ZOLTÁN

< aranyzoli@gmail.com >

Felhasznált irodalom:

- Ambrózay Anikó – Arany Zoltán: *Drog-rehabilitációhoz kapcsolódó szülőcsoport működésének sajátosságai*. Kézirat, 2003.
- Edward Kaufman M. D.: *Családi rendszerek és szerfüggés családterápiája*. Addiktológia szöveggyűjtemény, 61-70. Budapest, 1995.
- Huszárik Ilona – Kulmann Lajos – Tringer László: *A rehabilitáció gyakorlata*. Medicina, 2000.
- Martien Kooyman: *The therapeutic community for addicts*. Rotterdam, 1992
- Talabér György: *A Terápiás Közösség mint általános elmélet és modell*. Kézirat, é.n.



SZENVEDÉLYBETEGEK CSALÁDJÁNAK INTEGRÁLÁSA A TERÁPIÁS FOLYAMATBA

Cikkünkben a szegedi dr. Farkasinszky Terézia Ifjúsági Drogcentrum Rehabilitációs Intézetében működő drogfüggő fiatalok családtagjaival folytatott terápiás munka struktúrájának és fejlődési folyamatának bemutatását tűztük ki célul. A családokkal folytatott közös munkánk - igazodva a rehabilitáció folyamatához - a Terápiás Közösségi modell, az önszorgító csoportok filozófiáján és a rendszerszemléletű gondolkodáson alapul.

A drogfüggő családja

Számos elmélet foglalkozik a drogfüggők családjának szerepével a drogfüggőség kialakulásában és fenntartásában. Most csak azokat az elméleteket emeljük ki, amelyek a mi munkánkra is hatással voltak. Mivel családi rendszerben gondolkodunk, ezért a kábítószer-fogyasztást sok esetben a család patológiás működésének tüneteként foghatjuk fel.

A droghasználat fontos szerepet tölthet be a család széthullásának a megakadályozásában. A függő bűnbakká válik, így a szülőknek nem kell saját konfliktusukkal foglalkozniuk (Kaufman 1995). Ezáltal a drogfogyasztó magatartás egy homeosztatiszikus segédmechanizmus szerepét tölti be.

A másik jelentős elmélet a kódepencia jelensége, amely nagy szerepet játszik a függőség kialakulásában és fenntartásában. Kódepens az a személy, aki eltűri, hogy valaki más viselkedése alapvetően befolyásolja az övét, és energiájának nagy részét leköti más

emberek viselkedésének kontrollja (Iván 1992). J. Small szerint a kódependens személy gyermekkori sérüléseiből adódóan, felnőttkorában képtelen saját érzelmi vágyait és igényeit hatékonyan képviselni, másfelől kényszeresen törekszik olyan események, személyek kézben tartására, amelyek nem kontrollálhatók a számára (Kelen 1994).

A kódependens szülők megpróbálják kontrollálni gyermekük drogfogyasztását, az ebből adódó kudarcuk miatt egyre agresszívebben viselkednek gyermekükkel, de mindig megbánják a veszekedést. Han-



gulatukat elsődlegesen a gyermekük állapota határozza meg. Absztinens időszakokban jól vannak, a visszaesések alkalmával együtt esnek vissza gyermekükkel. Gyakran elkezdenek menekülni a helyzetből (pl.: költözködés), érdeklődési körük leszűkül, kerülnek családtagjait, barátait. Az idő előrehaladtával munkahelyi problémáik és anyagi gondjaik jelennek meg, megkezdődik a gyerek összes problémájának az átvétele. Napjuk nagy részét gyermekük megmentése tölti ki, gyakran ők maguk is illegális tevékenységbe keverednek. Ha ez a családi kontextus nem változik, akkor egy pozitív kimenetelű rehabilitációs folyamat végén a fiatal családba való visszatérése szinte száz százalékos visszaesés-veszélyt hordoz magában.

A család és a terápia kapcsolatának története és változása

A nemzetközi szakirodalom szerint az 1960-as évek második felében jelent meg a Terápiás Közösségekben a családok felé nyitás. Ezt megelőzően az Egyesült Államokban a drogfüggők számára létrehozott Terápiás Közösségek fejlődésének kezdeti stádiumában magát a közösséget tekintették a drogfüggők családjának, pótléknak a család helyett.

Mi magunk az indulástól (1995-től)

nagy hangsúlyt fektettünk a családnak a terápiába bevonására. Ez eleinte elsődlegesen a kapcsolattartásra korlátozódott, illetve a szülők és rehabilitálódó gyerekeik találkozásainak moderálására, de ez kevésbé bizonyult hatékonynak, mint az 1998-ban induló szülőcsoportos módszer, amely a függő gyermek terápiájával párhuzamosan zajlott. A terápia végén lehetőséget biztosítottunk közös családterápiás és konzultációs munkára. Alapvetően két fő célt tűztünk ki a szülőcsoporttal kapcsolatban:

Egy biztonságos hely megteremtése, ahol a problémájuk miatt gyakran izolálódott szülők újra átélhetik a csoporthoz való tartozás élményét. Olyan sorsközösség létrehozása, ahol stigmák nélkül beszélhetnek problémáikról, fájdalmaikról. A család felkészítése a gyermekük hazatérésére. Ebben a felkészítő folyamatban nagyon sok minden megtörténhet. Sok esetben elindulhat a családi rendszer megrekedt működésének fellazítása is.

A csoportot alapvetően egy nyitott - időhatáros - speciális csoportnak nevezzük (Yalom). A vezetők szerepe leginkább a folyamat facilitálása, az itt és most helyzet fenntartása. A gyakorlatban ez az eszközök biztosítását, a keretek és a folyamat kézbentartását, betartatását, valamint a visszajelzést jelentik. A vezetők szerepmódként is működnek. Minden alkalommal két külön részre osztottuk a foglalkozásokat. Az első rész témája: "Hogy vannak?". Fontos, hogy az "itt és most"-ban és csak saját magukról beszélhettek a szülők, a gyermekükről nem. A második rész rendszerint tematikus, 4 fő témát járt körül:

1.) Szülők által publikált írások bizonyos részeinek kiemelése (a szülők gyakran leírják saját tapasztalataikat, amelyeket külön-

féle egyesületek kiadnak, tekintettel arra, hogy ezek más szülők számára is hasznosítható tapasztalatok), ami a beszélgetés témájául szolgál.

2.) A másik eszköz a terápiában résztvevők által névtelenül összeírt kérdések. Ezek olyan kérdések, melyeket nem tudtak vagy nem mertek megkérdezni szüleiktől.

3.) Harmadik eszköz az aktuális problémák, nehézségek megbeszélése.

4.) A szülőcsoport utolsó fázisában egy-egy, a terápiás programot már régebben befejező fiatalot láttunk vendégül a csoporton. Fontos kitétel volt, hogy ne olyan fiatalot válasszunk, akinek valamelyik hozzátartozója részt vett a csoporton.

Összegezve a csoport célját, illetve azt a feladatot, amit felvállalhat, két fontos dolgot emelhetünk ki:

1. A helyzetek, szerepek átélésének minőségi változása: a szülők önmaguk számára válnak fontosnak, a drogtörténetben és a megváltozott élethelyzetben a saját érzelmeik, viselkedésük kapjon hangsúlyt.

2. A megmerevedett családi rendszer fellazítása és az átstrukturálás elindítása: alrendszer, határok, tiszta kommunikáció kialakításának elősegítése. Ez az átstrukturálás két szinten indul el. A terápiában lévő gyerek részéről: önállóság, felelősségvállalás, saját határok, elvárások meghatározása, konfrontálódás. Másrészt a csoportban dolgozó szülők részéről történő fejlődés, ami a legtöbb esetben hasonló irányban mozog.

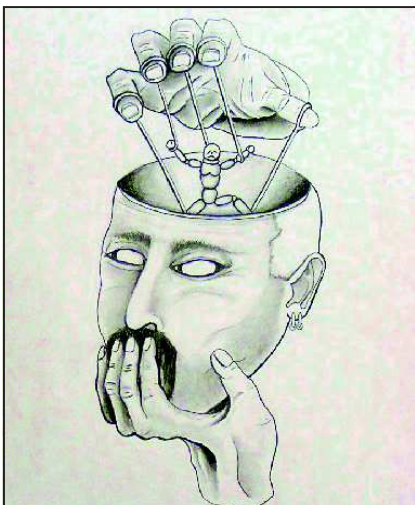
Hátrányként jelentkezett, hogy a szülők nagy része továbbra is azt gondolta, ha a gyermekük elvégzi a terápiáját, azt követően nincs szükségük közös segítségre a kapcsolatuk rendezésében.

A 2007-es évben nyilvánvalóvá vált, hogy a társadalmi, gazdasági változások kapcsán újragondolásra érett az eddigi programunk. A környezeti feltételek és a klientúra változása (szubkulturális jellegű felváltotta a fogyasztói magatartás, életkori összetétel alacsonyabb) magával hozta a terápiás modul átalakítását: időben rövidebb és dinamikusabb, élménycentrikusabb terápiás folyamat, valamint több habilitációs elem beépítése vált szüksé-

gessé. Ennek következtében a családokkal való kapcsolatrendszer kiépítését is újragondoltuk, így a terápiában résztvevő kliens szüleivel való kapcsolata szorosabbá és aktívabbá vált. Míg 10 évvel ezelőtt a kliens csak 3-4 hónap elteltével találkozhatott a családjával, addig az új modulban 1 hónap eltelte után megindulhat a közös munka. A családtagok meghívást kaphatnak gyermeküktől egy-egy csoportos foglalkozásra és ünnepre is.

Magában a terápiás folyamatban direktbben és strukturáltabban jelenik meg a családdal és környezettel való foglalkozás. Erre tematikus csoportok segítségével készülhet fel a szenvedélybeteg, míg a család az önszolgáltató csoport keretei között foglalkozhat saját életével és a környezetéhez fűződő kapcsolatával. A közös találkozás családterápia, illetve családi konzultáció keretein belül történik meg.

Az első két találkozás a segítő jelenlétében zajlik, melynek célja a kapcsolat újrafelvétele, információk cseréje, valamint az, hogy a szakember rendszerében lássa a szenvedélybeteget a hatékonyabb felépülési folyamat véghezvitele érdekében. Másik fontos cél, hogy a



A mentális figyelmem arra összpontosul: elérjem nálad, hogy azt csináld, amit én szeretnék.

szülő és a gyermek is megfogalmazhassa, kimondhassa régóta cipelte fájdalmát és büntudatát. Ettől a ponttól kezdve a szakember visszavonulhat, amennyiben a felek képesek a közöttük kialakuló folyamatot továbbvinni. Erre kaphatnak egyéni segítséget, önszolgáltató csoportok formájában. Ebből adódóan a

találkozások, és a közös munka rendszeressé válik, melyet a terápiában lévő kliensek maguk terveznek meg, és készülnek fel csoportos segítség által.

Abban az esetben, ha mindez kevésnek bizonyul, akkor két út lehetséges:



A szakember újra jelen van a találkozásoknál, és facilitálja a beszélgetést, folyamatot. Ezáltal egy-egy elakadáson átsegítheti a családtagokat.

Amennyiben a konzultációs technikák kevésnek bizonyulnak, és a családban is megfogalmazódik konkrét, megoldásra váró probléma, valamint egy strukturáltabb terápiás munka igénye, akkor lehetőségük van családterápiás szolgáltatás igénybevételére már a terápiás folyamat elejétől kezdve, amely a kliens talpra-állása után is folytatható.

Így lehetőség nyílik arra, hogy ne csak a családi rendszer berögzült működése lazuljon fel, hanem beinduljon egy másodlagos, mélyebb szintű változás a család struktúrájában. Az elmúlt év tapasztalatai azt mutatják, hogy akik igénybevételek ezt a lehetőséget, azok nagyobb arányban maradtak bent a terápiás folyamatban és fejezték be azt.

A párkapcsolatban élő kliensek esetében az élettársuk, gyermekeik

bevonása a terápiás folyamatba szintén fontos, és hasonló mechanizmus alapján működik, mint a fentebb leírt szülőkkel való munka. Összességében elmondható, hogy a strukturális változások, a család rehabilitációs folyamatba való integrálása élőbbé és hatékonyabbá

tette a több mint 10 évvel ezelőtt megalapozott terápiás modellt.

ARANY ZOLTÁN

< aranyzoli@gmail.com >

ALBERTNÉ DANCÓS ANGÉLA

AMBRÓZAY ANIKÓ

< ambrozay@gmail.com >

Felhasznált irodalom:

- Arany Zoltán: *Hozzá tartozói csoport a Terápiás Közösségj modellben*. 2003 (kézirat)
- Dr. Kelemen Gábor: *Az addikciók széles spektruma*. Alkohológia füzetek 27, Budapest 1994.
- Martien Kooyman: *The therapeutic community for addicts*. Rotterdam 1992.
- Dr. Iván Éva: *Kodependencia Végeken*. 1992/2. 3.évf. 2.sz., 1992.
- Talabér György(é.n.): *A Terápiás Közösség, mint általános elmélet és modell*. (kézirat)
- Rimanóczy Ildikó: *Hét kemény drogos év alatt szerzett tapasztalataim*. Más Világ - Önkontroll Egyesület 1999.
- Edward Kaufman M. D.: *Családi rendszerek és szerfüggés családterápiája*. Addiktológia szöveggyűjtemény 61-70. Budapest, 1995.