

Beszámoló

Mallorca, 2003. 08. 30-09. 05.

A Projecte Hombre Szövetség (Spanyolország) Baleár-szigeteken működő programja, a Domin Alapítvány (Lengyelország), a Leo Amici Alapítvány (Magyarország) és a Belvárosi Tanoda Alapítvány Megálló Csoport (Magyarország) egy nemzetközi programban vesz részt. Ennek az együttműködésnek a legfontosabb célja az, hogy megismerve egymás munkáját egy tükröt tartsunk magunknak: a látottak alapján, kicsit kívülről értékeljük a saját munkánkat, ötleteket, impulzusokat kapva alakítsuk saját működésünket, máshol jól működő programokat, terápiás eszközöket átvegyünk (átadjunk), és adaptálás után használjunk.

A találkozó céljai:

- A Projecte Hombre Szövetség munkájának, alapelveinek, szervezeti felépítésének, programjának, kezelési helyeinek bemutatása
- Képzés: az „Idejében” családi prevenció program tanulmányozása, workshop, az adaptáció előkészítése

A Projecte Hombre alapelvei

Mottó: „Egy valóság két arccal”

Alapelvek:

- A P.H. Szövetség jogilag és gazdaságilag önálló intézményekből áll. Mindenhol ugyanazok az alapelvek és a munkamódszerek
- A szenvedélybetegségnél a kiindulási pont nem az anyag, hanem az ember. A P.H. nem a drog ellen, hanem az emberért küzd.
- Harcosok vagyunk az emberért, hogy önállóan és szabadon élhessen.
- Hűség a szervezet filozófiájához, de hűség a változó valósághoz is.
- Fontos a hozzáértés és a folyamatos képzés. Ez azonban csak akkor működik, ha megmarad az elkötelezettség, az önkéntesség, a szív (szakmai komolyság-önkéntes szív).
- A program minden eleme felekezettől és pártoktól független.
- Nyitottnak kell maradni a másságra: minden ember más személyiség
- A kábítószer-használat bárhol kialakulhat, de mindenhol saját fejlődési formája van. Mindig vannak új anyagok, de a régiak megmaradnak.
- A kábítószer-használat illetve a kábítószer-függőség kialakulása egy soktényezős folyamat, ezért sokféle szempontból lehet (és kell) vizsgálni (jogi, politikai, társadalmi, szociális, pszichológiai stb.).
- Fontos, hogy a kábítószer-használat, a drogfüggőség jelenségeit vizsgálva ne legyen egyoldalú, kizárólagos a szemléletünk: integráltan (személyi, társadalmi szinteken), komplex módon (pszichológiai, pedagógiai, orvosi, szociológiai megközelítés) gondolkodjunk, és cselekedjünk. Fontos, hogy kiegyensúlyozott legyen a tevékenységünk, soha ne váljék egyoldalúvá
- Fontos a folyamatos képzés. A szakmai ismeretek elsajátítása mellett a csapatmunka elsajátítása elengedhetetlen.
- A programok lehetőséget adnak a szenvedélybetegeknek a droghasználatból való kiszállásra. A program azonban nem menedékhely: fontos a folyamatos pozitív változás. A program végén el kell hagyni a P.H. Segítőként, illetve önkéntesként csak három év múlva lehet visszatérni a szervezetbe. A szenvedélybeteg ne a szervezet felé, hanem a saját harcaért érezzen tiszteletet.

- Az összes programból nem zárnak ki senkit visszaesés esetén, de egy korábbi fázisnál kell folytatni / újra kezdeni a programot

A Projecte Hombre története

A Baleár-szigeteken az 1970-es évektől robbanásszerűen terjedt a kábítószerhasználat. Ibiza az európai hippy mozgalmak központja lett. Ezekre reagálva kezdődött a szenvedélybetegekkel foglalkozó ellátórendszer kiépítése a Baleár-szigeteken. Az önálló intézmények egy része később egész Spanyolországban egy szervezetbe tömörült. A tagintézmények jogi és gazdasági önállósága megmaradt, de a közben csatlakozó, majd a P. H. Szövetség segítségével (helyi igényekre szerveződő, a sajátosságokat figyelembe vevő, az alapelveket elfogadó) szerveződő új intézmények jobban tudták érvényesíteni igényeiket. Közös információs és média központ (ez Mallorcán található), közös pályázatok a tartományi és központi kormányznál, nagy jelentőségű támogatók megnyerése (nagy cégek, focicsapatok): ezek a praktikus előnyei a szövetségnek. Közben az egyes kezelőhelyek a szervezet koordinálásával egy ellátási láncot hoztak létre, és a felmerülő igények szerint ezek új programokkal bővülnek.

Természetesen a P.H. Szövetség mellett sok más állami és civil kezelőhely működik még Spanyolországban. Azt éreztük, hogy a P.H. egyes programjai, kezelőhelyei emberi léptékűek, mindenki mindenkit ismert, de mégis lehetett érezni a nagy szervezet nyújtotta előnyöket: ha ki kell emelni valakit a terápiás közösségből, akkor máshova lehet irányítani; a kezelőhelyek hálózata lefedi az egész országot; nagyobb erőket lehet mozgósítani a társadalom részéről (sok önkéntes, állandó támogatók).

A Projecte Hombre programja

Mottó: „A végső cél az egyén személyes szabadsága”

A programok elemei hasonlóak, de folyamata személyenként más és más. A programok „hálózata” sokféle lehetőséget kínál a szenvedélybetegek különböző motiváltságára, élethelyzetére reagálva.

A folyamat három legfontosabb eleme:

- 1. Befogadás:** valamelyik központba érkezik segítséget kérő szenvedélybeteg. A terápiás célok megfogalmazása, megfelelő program kiválasztása. Cél: annak felismerése, hogy változást szeretne. Motiváció erősítése. Eltávolodás az anyagtól, baráti kapcsolatok megszakítása. **VISELKEDÉSBENI VÁLTOZÁSOK.**
- 2. Személyiség változása:** valamelyik terápiás helyen az érzésekkel, érzelmekkel való munka. További motiváció, nem csak a leállásra, hanem a józan életre. Gondolkodás megváltoztatása, tanulás. **ÉRZELMI VÁLTOZÁSOK**
- 3. Reszocializáció:** a társadalomba való visszailleszkedés előkészítése. Új célok kitűzése, munkahelykeresés, új kapcsolatok kialakítása. **TÁRSADALMI KAPCSOLATOK KIALAKÍTÁSA**

Ezek általános célok, melyeket a különböző programok más-más módon érnek el. Nagyon fontos a családokkal való munka („háromlábú szék”: program+függő, aki segítséget kér+család). A családdal való munka, illetve a kapcsolat újjászervezése nem minden esetben történik meg, de ha van esély a kapcsolat rendezésére, akkor bevonják a családot, és a fiatal terápiájával párhuzamosan a családoknak is igazi „terápiát” dolgoztak ki: önsegítő, tematikus csoportok, szülőiskola (érzések, minták, kommunikáció, konfliktuskezelés stb.). A program fontos eleme a családtag, vagy egy „józan” barát, ismerős: teljesen soha nem

szakítják ki a fiatalt a társadalomból, még a terápiás otthonból is haza-(illetve el) mehetnek hétvégeken, csak különleges esetekben van teljes elszakítás (ha nincs család vagy barát, illetve jobb nem erőltetni a kapcsolatfelvételt). Ezeket az utazásokat (ami egyben fontos terápiás feladat) azonban már előtte tervezik, utána pedig értékelik egyénileg és csoportosan, mind a terápiással, mind a családdal.

A P.H. programjai

1. **Hagyományos program:** Kezelési láncként 1984 óta működik. Elemei: Befogadó Ház, Terápiás Közösség, Félutas Ház. A program általában 2 év, de ez személyenként változó (általában hosszabb), gyakran 3 év. Ez a program a bázis, ennek a programnak vannak alternatívái, illetve más módon is el lehet kezdeni a programot, és valamelyik szakaszába (terápiás közösség, félutas ház) becsatlakozni. A programban bizonyos pozitív változást kell elérni, hogy valaki továbbhaladhasson. Ha ez a változás nem stabil, akkor „vissza lehet menni” egy előző fázisba, ami persze nem büntetés, hanem egy lehetőség.

Befogadó Ház: A hagyományos program első eleme, de magában az épületben van még a drogambulancia, a Családhelyettesítő Otthon és a P. H. szervezet helyi adminisztrációs központja, illetve az országos információs és médiaközpont. Sokan jelentkeznek itt, innen irányítják őket a megfelelő programokba.

Ha valaki szer hatása alatt áll, vagy nem elég nagy a motiváció az igazi terápiára, akkor a **Drorambulanciára** küldik. Ezt ők „Gyökereknek” hívják, és a hagyományos orvos-kliens találkozásokon, illetve gyógyszeradagoláson túl beszélgetéseken, csoportokon próbálják a helyzetük értékelésére, a tényleges terápiára motiválni a szenvedélybetegeket.

Ha valaki az eső beszélgetésen átesett, és elég motiváltnak tűnik, bekerül hagyományos program első fázisába (ez a Befogadó Ház), ami egy nappali rehabilitációs otthon, de a kezelés több fázisából vannak itt fiatalok (például ide járnak dolgozni, az újakat „irányítani”, „motiválni” a Félutas Ház első és második fázisában lévő terápiások) Egész napos terápiát biztosít, csoportokkal, egyéni esetkezeléssel, egyénre szabott programmal.

Családhelyettesítő Otthon: a Befogadó Házban működik. Olyan szenvedélybetegek élhetnek itt, akiknek nincs hol lakniuk (esetleg börtönből szabadultak), terápiás szempontból jobb, ha nem a családjukkal élnek. Ugyanúgy vesznek részt a terápia „befogadás” szakaszában, csak több szabályt kell betartaniuk az együttélés miatt.

Az első beszélgetés során csak a legfontosabb információkat mondják el a programról a jelentkezőnek. A beszélgetések során az élettörténet, a jelenlegi élethelyzet kerül elő. A első napokban még nem kerül a fiatal csoportokba. Ha az elvonási tünetek csökkentek (2-5 nap után) bekerül az **1. csoportba**. Ez az „irányadó” csoport. Cél: eltávolodás az anyagtól, motiválás a hosszú terápiás munkára (vállalja azt az elkötelezettséget, ami ezzel jár). Viselkedésváltozások: napi időbeosztás tartása, egyéni ápoltság, higiénia legyen újra belső kényszer (aki otthonról jár be, annak ez kb. 2 hét, aki a Családhelyettesítő Otthonban lakik néhány nap). Azzal foglalkoznak, ami „ma van”. **2 csoport:** középső (közvetítő) csoport. A problémák beazonosítása. Őszinteség: nem ellenőrzik, hogy fogyasztottak-e, de csak kíséreléssel mehetnek el. Felelősség: elkezdnek figyelni a másokra. **3. csoport:** „előközösség”. Mottó: „A probléma nem a szer, hanem én vagyok”. Cél: felkészülés a közösségi életre. A terápia folyamán mindenkiről folyamatos, naprakész „nyilvántartást” vezetnek: milyen csoportokon vett részt, mikor és milyen fontos

viselkedésbeli változás érzékelhető stb. Ezekből a feljegyzésekből a későbbi kezelőhelyek láthatják, kinél hogyan zajlott a terápia korábbi szakasza.

A „befogadás” általában 6 hónapig tart, de ez függ az egyéni motiváltságtól. (A Családhelyettesítő Otthonban élőknek általában ez 3-4 hónap), akár 8-10 hónap is lehet. Akkor ebben a programban 43 fő vett részt, felük az Otthonban lakott. Sok önkéntes dolgozik a Házban, és az „újakkal” való munkába bevonják az „idősebb” terápiásokat is. Közösen ebédel minden itt dolgozó, a „befogadó” és a „félutas” fázisban lévő fiatal. Érdekeség, hogy az egész központ egy nagy kolostorépületben működik (és ahogyan a legtöbb kezelőhely épületét, ezt is a katolikus egyháztól kapták használatra), és az ebédlő egy templomban kapott helyet.

Terápiás Közösség:

Filozófia: „Azért vagyunk itt, mert nincs semmilyen más menedékhely, ahová magunk elől menekülhettünk...”

Ez egy hosszúterápiás, zárt közösség. A Befogadó Házból kerülnek ide a fiatalok. Az elsődleges eszköz az érzelmekkel való munka: az érzések felismerése, beazonosítása, hogyan reagáltam rá korábban, hogyan lenne jó ezután reagálni rá. Az érzések előhívásához, a konfliktusok keletkezésére jó eszköz a szinte percekre szabályozott időbeosztás, a munka, a már-már túlzott tisztaság. Természetesen többféle csoport működik: több kiscsoport, hetente négy Ház Nap, ahol mindenki jelen van, péntekenként a hétvégét előkészítő-megbeszélő, majd hétfőn értékelő-megbeszélő csoport, nemcsak a terápiásoknak, hanem külön a hozzátartozókból álló „szülőcsoportnak” is (a hétvégéket a fiatalok csak indokolt esetekben töltik a közösségben).

A közösség struktúrája: látogatásunkkor 37 fiatal volt terápián. 6 főállású segítő dolgozik velük, és jól képzett önkéntesek segítenek kreatív foglalkozások, szabadidős programok, és nem iskolarendszerű tanulás szervezésével. A terápiások egymást is „felügyelik”, „irányítják”. Az egyes munkafolyamatokat és az otthon területét is egységekre (szektorokra) bontják, melyeknek a terápiások közül van felügyelője, aki irányítja az adott terület rendben tartását, illetve az adott munkafolyamat (kertészet, műhely, főzés, mosás stb.) elvégzését. A teendők megszervezése és kiosztása a koordinátorok dolga, akik tartják a kapcsolatot a segítőkkal. A munkavégző-felügyelő-koordinátor szerepek természetesen cserélődnek, aszerint, hogy ki hol tart a saját fejlődésében. Fontos, hogy a munka értékét, nehézségét is megtapasztalják a fiatalok, és rájöjjenek, hogy milyen fontos a szolidaritás, a többiek segítése.

A program időtartama személyenként változó: 6-12 hónap. A fiatalok a Félutas-Házba kerülnek, ott folytatják a terápiát még kb. egy évig.

Félutas Ház: a hagyományos program 3. fázisa. A cél: az életbe való visszailleszkedés. 3 szakasza van.

A szakasz: „fél-bentlakás” Hétfőtől-péntek délutánig laknak a lakásban. Megtervezett heti program. Célok: új barátságok, társadalmi kapcsolatok kialakítása. Megtalálni az egyensúlyt az érzelmek és a cselekedetek között. Ismerjék fel a pénz értékét, tanulják meg beosztani (kapnak „zsebpénzt”, ebből kell fedezni személyes kiadásait). Reggelente a befogadó házba mennek át, ott segítenek a munkákban, beszélgetnek a terápiát most kezdőkkel. Ez a szakasz általában 3 hónapig tart, de ha kell, akár a Terápiás Közösségbe is vissza lehet menni.

B szakasz: Cél: reszocializáció. Legális munkát kell vállalni szerződéssel, és be kell osztani a pénzt, erről pontos bevétel-kiadás rovatot kell vezetni. Szabadidőben a felépített társadalmi kapcsolatokat kell tudatosan ápolni. H-K-Cs délelőttönként, illetve esténként (a munkaidő szerint) csoportok: milyen nehézségek, milyen sikerek. Megtervezni a hétvégét. Probléma, kérdés esetén bármikor telefonálhatnak. Ha nem sikerült lakást találni, illetve visszaköltözni a szülőkhöz, akkor ebben a szakaszban még lehet a Házban lakni. Általában 3 hónapig tart. Az utolsó hónapban már nincs

közös programtervezés a hétre. Időnként visszatérnek a Befogadó Házba, néhány órára: megosztás-csoportokat tarthatnak.

C szakasz: 2 hónap alatt fokozatosan megszűnnek a rendszeres, tematikus csoportok, az önsegítő csoportokon a részvétel ajánlott. A 3. hónaptól egyéni munka a terapeutával, heti találkozás. A 4. hónaptól kéthetente találkozás a terapeutával. 5-6 hónap: csak telefonos kapcsolattartás a terapeutával.

2. **Projecte Jove:** kamaszoknak (14-21) szóló program. Általában 1 éves ambuláns, nappali terápia, az egyéni igényekre reagálva. A józanságra való motiváció a cél, de kisebbek a követelmények, mint pl. a hagyományos programban. Munka és tanulás mellett is végezhető, félnapos elfoglaltságot jelent. A szülők számára kötelező a „szülőiskola”.
3. **Cyberjove:** A fiataloknak szóló program egyik eleme, melynek működése kettős: van egy virtuális és egy valóságos programhely. A virtuális hely tulajdonképpen egy interaktív honlap (www.cyberjove.com), ahol sok programajánló, információ, fiataloknak összeállított (erőszak-, szex, és „anyagmentes”) játékok, tesztek, zenék stb. érhetők el. A program „valódi” terepe egy hétvégén esténként-éjszakánként nyitva tartó klubhelyiség a város (Palma) azon részén, ahol sok Disco, Bar stb. található. Egy szociális munkás válaszol az esetleges kérdésekre, lehet ingyenesen internetezni, sakkozni, társasozni, videózni stb.
4. **Projecte Horaibaixa („kokainprogram”):** délutáni, ambuláns kezelés kokainfüggőknek. A résztvevők megőrizhetik eredeti egzisztenciájukat, életritmusukat. Jelenleg 70, átlagosan 30 (21-56) éves, „felépített” életű, de függő felnőtt vesz részt a programban, akik főleg külső nyomásra (csalás, munkahely) kerülnek a programba. Eszköz: tematikus és önsegítő csoportok, egyéni terápia.
 1. szakasz: „diagnózis”, életstruktúra felmérése. A viselkedés, gondolkodás megváltoztatása.
 2. szakasz: érzelmek felismerése és kifejezése. Újra felépíteni a környezetüket, kapcsolataikat. (új barátságok, kapcsolatok)

3.szakasz: váljanak belsővé a korábbi célok, értékek. A program általában 5-6 hónap, heti 2-3 csoporttal. A jelentkezők kb. 70 %-a nem csinálja végig a programot, viszont nagy részük nem esik vissza.
5. **Alacsony Küszöbű Otthon (alternatív program):** az utcáról beeső, azonnali ellátást igénylő kábítószer-függők részére. Alacsony motiváció, metadon használata. Cél: folyamatos méregtelenítés, a motiváció felkeltése a tényleges terápiára, együttélés megtanulása, viselkedésbeli változások elérése. Új program, még a kísérleti fázisban van. A szabályok még alakulóban. 10-12 fő, koedukált, 4 segítő. Gyakori visszaesés. Általában 3 hónap. Utána a hagyományos program a Befogadó Házban (metadon nélkül), vagy Terápiás Közösség metadonnal.
5. **Terápiás Közösség Metadonnal:** Cél: méregtelenítés, csoportterápia eleinte metadonnal, majd annak fokozatos elhagyásával. 25 fő 4 segítő. Általában 10-12 hónap, utána a hagyományos program félutas háza, illetve egy másik Terápiás Közösség. Csoportok, munka.
6. **Prevenációs Program:** a P.H. folyamatosan képez tanárokat (iskolai prevenció program), felügyeli az iskolai prevenciót, közösségi és családi prevenció kurzusokat tart.

„Idejében” családi prevenció program:

A programot a Projecto Hombre Szövetség dolgozta ki. Olyan szülőknek szól, akiknek a gyermeke valószínűleg kapcsolatba került az illegális drogokkal, esetleg rendszeresen használ legális drogokat (alkohol, cigaretta), és olyan veszélyeztetettségi faktorok (romló iskolai teljesítmény, veszélyes viselkedési formák a baráti társaságban, nem működő kommunikáció a családban stb.) vannak az életében, amelyek miatt a kapcsolata a szülőkkel, a társaival (és önmagával) nem jól működik. A program célja:

- a szülő(k)ben csökkentjük a bizonytalanságot, a tehetetlenséget
- ismertessük a droghasználattal kapcsolatos legfontosabb tényeket, tudatosítsuk, hogy a droghasználat csak tünet
- kommunikációs technikák gyakorlásával motiváljuk a szülőket, hogy törekedjenek a jobb, tisztább kommunikációra a családban
- a normák, szabályok fontosságának hangsúlyozása. A normák kialakításának és következetes betartásának fontosságára hívjuk fel a szülők figyelmét, és gyakorlatok segítségével tükröt tartunk, hogy felismerhessék hogyan lehetne jobban működtetni a normákat a saját családjukban
- a szülőkből tudatosítani kell, hogy a félelmek, bizonytalanságok okozata szorongásos állapotban nem tudnak helyesen cselekedni. Gyakorlatok segítségével próbáljuk felismerni, és leállítani ezeket a folyamatokat
- konfliktuskezelési modellek segítségével próbálunk alternatívákat nyújtani a korábban használt „megoldások” helyett

Az „Idejében” Családi Prevenció Program megismerése volt a mallorcai látogatásunk másik fontos célja.

A program részletes bemutatása, az egyes foglalkozások tematikájának részletes megismerése, a gyakorlatok nagy részének elvégzése után nagyon jónak találtuk a programot, és úgy gondoltuk, hogy Magyarországon is jól tudnánk alkalmazni. Megállapodtunk egy részletes megvalósítási tervben, amelyet a Megálló Csoport stábjá is támogat. Ennek értelmében január végére elkészült az oktatói kézikönyv és a szülőknek szóló füzetek nyersfordítása. 2004. január 24-30: a P.H. (szervezet négy munkatársa) és a Megálló Csoport találkozója: BTA Megálló Csoport programjának, tevékenységeinek bemutatása és a prevenció programmal kapcsolatos kérdések, tapasztalatok megbeszélése.

Munkaterv 2004-re:

- az „Idejében” családi prevenció program fordításának tökéletesítése
- egy használható, de még nem nyomdai minőségű, ideiglenes „kézikönyv és szülői füzetek” elkészítése
- 2004. április : találkozó Mallorcán. Nemzetközi konferencia, focibajnokság
- az első csoporttal kipróbálni a prevenció programot
- a tapasztalatok alapján a kézikönyv és a füzetek szövegének és ábraanyagának véglegesítése
- a prevenció program értékelési rendszerének kidolgozása és alkalmazása
- 2004. június: a lengyelországi találkozón a tapasztalatok elemzése
- 2004 július: a prevenció program alkalmazása