

ZAJEDNICA SUSRET
Psihosocijalni tretman ovisnika

Veljača, 2022.

UVOD

Zajednica Susret je neformalno nastala krajem 1990. u Splitu kao odgovor na tadašnju pojavu problema ovisnosti. Oko sr. Bernardice Juretić se okupila skupina građana-volontera i svoje djelovanje su započeli u samostanu sestara Službenica Milosrđa u Ćiril Metodovoj ulici u Splitu. No, shvaćali su da se moraju formalno organizirati kako bi mogli profesionalno djelovati. Jedini legalni oblik djelovanja je bio osnovati udrugu građana, budući da termin terapijske zajednice za ovisnike i slični oblici pomoći nisu postojali u hrvatskom zakonodavstvu. Tako se osniva Humanitarna organizacija „Zajednica Susret“ sa sjedištem u Splitu, na adresi Stari Pazar 2, u prostoru koji je dodijelio na korištenje grad Split uz veliko razumijevanje i potporu tadašnjeg gradonačelnika Onezina Cvitana i cijele gradske uprave. Početkom svibnja 1991. otvoreno je i savjetovalište za pružanje pomoći ovisnicima i članovima njihovih obitelji, kao i svima zainteresiranima. I danas savjetovalište djeluje u istom prostoru.

Pod imenom Zajednica Susret trenutno djeluju dva pravna subjekta: Humanitarna organizacija „Zajednica Susret“ i ustanova Dom za ovisnike Zajednica.

Naime, do 1999. jedini mogući oblik djelovanja je bio kao nevladina organizacija. Krajem 1999. dolazi do izmjene Zakona o socijalnoj skrbi koji predviđa osnivanje ustanove socijalne skrbi- doma za ovisnike o alkoholu, drogama i drugim opojnim sredstvima. Tako krajem 1999. udruga osniva ustanovu socijalne skrbi Dom za ovisnike Zajednica Susret koji obuhvaća tadašnja četiri terapijska centra (Cista Velika, Ivanovac, Paučje i Čiovo) koji su pružali uslugu psihosocijalnog tretmana u obliku terapijske zajednice ali ti termini tada nisu bili poznati u hrvatskom zakonodavstvu. Tek nekoliko godina kasnije donesen je Zakon o terapijskim zajednicama.

Danas djeluje udruga kroz svoje projekte i programe, a ustanova kroz pružanje usluga psihosocijalnog tretmana za ovisnike i članove njihovih obitelji. Dom za ovisnike trenutno ima Prihvatni terapijski centar Cista Velika, Terapijski centar Ivanovac i Stambenu zajednicu u Kaštel Novom kao zadnju fazu rezidencijalnog dijela programa.

ZAJEDNICA SUSRET

Kamen temeljac na kojem počiva rad ZAJEDNICE SUSRET, kako u savjetovalištu tako i u terapijskim centrima, predstavlja jedinstven pristup problemu ovisnosti koji nosi naziv **Projekt Čovjek** (Progetto Uomo). Kreirao ga je sedamdesetih godina prošlog stoljeća u Italiji don Mario Picchi koji je, istražujući terapijske pristupe rada s ovisnicima, došao u kontakt s američkim programom zvanim Daytop te ga je prilagodio kulturološkim specifičnostima europskog podneblja, posebno talijanskom mentalitetu. Tako su nastale prve terapijske zajednice koje su se brzo proširile.

Za vrijeme studija u Rimu (1986.-1990.), Bernardica Juretić susreće se s radom terapijskih zajednica i upoznaje don Pierina Gelminia, utemeljitelja Comunita' Incontro (Zajednica Susret), jedne od prvih terapijskih zajednica u Italiji i don Maria Picchia, utemeljitelja Talijanskog centra solidarnosti (CeIS) i Projekta Čovjek (Progetto Uomo).

„PROJEKT ČOVJEK“

Filozofija života “Projekt Čovjek“

Ovdje smo jer nema skloništa gdje se možemo skloniti od nas samih.

Dokle god se osoba ne suoči s drugim i ne ogleda se u njegovim očima, i u njegovom srcu, bježi.

Dokle god ne dozvoli da razotkriju njene tajne, iz njih nema izlaza.

Onaj tko se boji biti upoznat, ne može upoznati sebe samoga niti druge, ostaje sam.

Gdje se možemo bolje ogledati nego jedni u drugima? I tako zajedno osoba se može konačno i jasno pokazati sama sebi, ne više kao div iz svojih snova, niti kao patuljak iz svojih strahova već kao čovjek koji je dio cjeline kojoj daje svoj doprinos.

Na ovom tlu svi mi možemo pustiti korijenje i rasti, ne više sami kao u smrti, nego živi i sebi i drugima.¹

“Samo ti to možeš ali, ne sam!”

Projekt Čovjek nije jedna od terapija niti je tek jedna od metoda, on je prije svega mogućnost stavljanja čovjeka u centar svega, poput protagonista oslobođenog od svakog ropstva, usmjerenog prema obnovi, u potrazi za dobrim, za slobodom i pravdom.

Kada kažemo da nas **Projekt Čovjek** nadahnjuje, mi potvrđujemo kako vjerujemo u svako ljudsko stvorenje, neovisno o njegovim kvalitetama, kulturi, društvenom položaju te vjerskoj, ekonomskoj i političkoj moći.

„Projekt Čovjek“ je vrednovanje vlastite osobnosti poštujući istovremeno osobnost drugih bez traženja nagodbi ili konkurencije, promičući dijalog i suradnju. To je savjet pedagogije zainteresiranosti, prihvaćene kao suprotnost indiferentnosti, a koja poziva da se različitost drugog prihvati kao vrijednost, kao izvor uzajamnog obogaćivanja koje teži prema zajedničkom dijeljenju i istinskoj suradnji.

„Projekt Čovjek“ je nastao da prepozna vrijednost svih ljudi. Posebice onih najslabijih, siromašnih i onih koji se ne mogu braniti. To se može nazvati **rast u biti a ne u imati:** kao poziv da se hoda u slobodi.. I dok nas taj put vodi da neposredno pomažemo, istovremeno nas potiče da nudimo izravnu neposrednu pomoć te da gledamo naprijed i tako pridonosimo promjenama u društvu.

„Projekt Čovjek“ je neprestana provokacija koja nas tjera da se trgnemo. Prisiljava nas da se založimo za teme od velikog značaja, odgovarajući pri tom na sve potrebe i hitnosti

¹ Riječ je o filozofiji programa «Projekt čovjek» koji se čita svakog jutra na jutarnjem sastanku.

današnjice, direktno i odmah. Kao što su nam svojim primjerom pokazali Majka Terezija u Indiji i Marcello Candie u Amazoniji.

„Projekt Čovjek“ je ljubiti; ljubiti sva stvorenja i njihove vrijednosti poštujući ih i pomažući bez osuđivanja.

„Projekt Čovjek“ je shvaćanje sebe u zajednici. Pretpostavlja slušanje, spoznaju zajedničkog života, potporu i pomaganje, ponovno otkrivanje značenja žrtve, vrijednost patnje i odricanja. On znači imati povjerenja. Terapije koje smo usvojili, različite metode koje smo uspjeli ostvariti, edukacije...samo su sredstva. Mijenjaju se dakle terapije i strukture ali se ne mijenja **cilj: ponovno rođenje slabog i očajnog čovjeka.**

„Projekt Čovjek“ je dinamičan poticaj u neprestanoj evoluciji, upravo kao što je i ljudski život u vremenu. Cilj je, dakle, uvijek isti: boriti se protiv svih oblika ovisnosti, upoznati uistinu sebe, potvrditi vrijednost međusobnih odnosa i ljudske solidarnosti. To i čini „Projekt Čovjek“ školom života.

TEMELJNE TOČKE PROGRAMA „PROJEKT ČOVJEK“

1. Projekt Čovjek u ovisniku vidi nezrelu osobu, nesposobnu upravljati teškoćama, egzistencijalnim frustracijama, pa čak i vlastitim emocijama. Svladan vlastitim osjećajima, slab i impulzivan, pokazuje globalnu ovisnost o sredstvu ovisnosti. Ovisnost ima samo fiktivni značaj prikrivanja nesposobnosti osobe da stvori vlastitu samostalnost i da odraste.
2. Grupe su glavni instrument našeg rada. U njima korisnici, ponekad i s dramatičnim intenzitetom, izražavaju potisnute bolne situacije, nepriznate i nepoznate emocije ili neizražene ljubavi i mržnje, emotivna proživljavanja vezana uz njihovu prošlost. Stvarno suočavanje ima odgovarajuću funkciju: omogućuje im da krenu ispočetka na njihovu putu rasta i omogućuje im da zrelije žive iskustvo odgovorne ljubavi.
3. Našim korisnicima kažemo da je pristupanje programu njihov izbor. Štoviše, prvi zreo izbor u njihovu životu i da to potiče na povjerenje u njihove pozitivne sposobnosti koje do sada još nisu otkrili. *Nije terapeut taj koji uvjerava ovisnika već ovisnik treba uvjeriti terapeuta i ostale članove grupe u stvarnost svoje odluke da svoju prošlost zauvijek ostavi iza sebe.*
4. Na svom putu korisnik može računati na čvrstu potporu članova svoje grupe. Upravo one osobe koje su mu „pomogle“ u izboru ovisnosti, sada u pozitivnom smislu mogu postati poticaj za promjenu. Za odricanje ne samo ovisnosti nego i ponašanja uvjetovanih takvim načinom života.
5. Korisnik slobodno prihvaća odricanje od sitnih sloboda kojima trenutno nije u stanju upravljati. Ponovno će ih steći u programu imajući za cilj temeljnu slobodu. Da bi postigao mogućnost odgovornog života zrele i odrasle osobe osobađa se ropstva ovisnosti i svih njoj podređenih problema. Tom čovjeku kažemo da mora ponovno steći povjerenje njemz važnih osoba. A to može samo preko konkretnih činjenica. Mi vjerujemo u njegovu budućnost i njegove mogućnosti da se preodgoji kao čovjek.
6. Solidarnost prema ovisniku ne iskazuje se činima sažaljenja ili popuštanja nego odgovornom ljubavlju koja ponekad uključuje strogost i kažnjavanje za pogreške, a s konačnom svrhom da mu se pomogne boriti protiv recidiva, izolacije i opravdanja za pogrešna ponašanja.
7. Dok je ovisnik u programu, paralelno se radi s članovima njegove obitelji pomažući im da odgovorno pristupaju tretmanu, zauzimajući strategiju ponašanja koje će pomoći ovisniku na njegovu putu k zrelosti. S tom svrhom članovi obitelji sudjeluju u tjednim grupama koje vode roditelji bivših ovisnika i za to pripremljeni terapeuti.

Program „Projekt Čovjek“ je nekonfesionalnog tipa jer sagledava osobu u cjelini i ne posvećuje se samo jednoj dimenziji nego čovjeku u cjelini.

Zajednica Susret radi s odraslim ovisnicima o opojnim sredstvima, alkoholu, kocki i svim drugim oblicima ovisnosti. Prihvaća ovisnike s duplim dijagnozama (komorbiditetima), ovisnike na supstitucijskoj terapiji, majke sa maloljetnom djecom te ovisnike 50+ (starije osobe koje nisu za samostalan život, nemaju obitelj ili ih ne želi.) Budući da u dom za starije i nemoćne mogu tek sa navršениh 65 godina, do tada ih negdje treba smjestiti.

FAZE PROGRAMA

SAVJETOVALIŠTE

S obzirom da se terapijske zajednice –TZ (terapijski centri) najčešće nalaze izvan urbane sredine, otvaranjem savjetovališta u nekoj od većih gradskih sredina olakšava se pristup programu. Nije samo fizička dostupnost prednost postojanja savjetovališta, već se u savjetovalištu, koje je sastavni dio programa, odvijaju i terapijski procesi. Savjetovalište na taj način postaje centar u kojem se ostvaruje prvi kontakt s ovisnikom i njegovom obitelji.

Aktivnosti koje se provode u Savjetovalištu su:

1. priprema za ulazak u TZ, (individualni motivacijski razgovori s korisnicima, individualni i zajednički razgovori s članovima obitelji kad je moguće.)
2. grupe samopomoći za obitelji ovisnika
3. grupe za korisnike koji su završili program i nalaze se u fazi resocijalizacije.

Ovo su osnovne aktivnosti svakog savjetovališta, ali treba napomenuti kako je to najčešće i administrativni centar, kao i to da svoje aktivnosti može proširiti i na preventivne aktivnosti u široj socijalnoj sredini.

Priprema za ulazak u TZ – terapeut u savjetovalištu, kao i ostalo osoblje, dio su ambijenta bez osuda i predrasuda. Prvi kontakt s ovisnikom se ostvaruje upravo u savjetovalištu i to prvim razgovorom. Razgovor u savjetovalištu nije psihoterapija, već ima oblik individualnog savjetovanja. Terapeut koji obavlja razgovore na prvom sastanku radi procjenu potreba i razloga zbog kojih je ovisnik došao. Ovo je procjena motivacije. Ako je ovisnik došao sam, neophodno ga je motivirati da u program pokuša uključiti i članove obitelji ili ključnu osobu iz njegovog života. Riječ je svakako o rijeđem slučaju. Ono što je puno učestalije je upravo obitelj koja napravi pritisak na dolazak korisnika. Prvi razgovor bi se trebao završiti s prvim dogovorom koji čini trokut između terapeuta – ovisnika – obitelji (ili službe koja je ovisnika motivirala na ulazak u tretman).

Tijekom pripreme svi potencijalni korisnici informiraju se o pravilima i programu, te procedurama vezanim za prijem i rehabilitaciju. Sve neophodne informacije dobiju se kroz savjetodavni rad, te iste dobiju i u pisanom obliku u vidu letaka. Također im se stave na uvid informirani pristanci, pravila i ostala dokumentacija koju će potpisati ukoliko se odluče ući u program. Djelatnici koji pripremaju korisnike za psihosocijalni tretman pomažu im i u prikupljanju potrebne dokumentacije (vađenje dokumenata, odlazak u CZSS, prikupljanje liječničkih nalaza i dr.)

Neophodna priprema za ulazak u TZ podrazumijeva i prikupljanje neophodnih nalaza, kao i pripremu osobnih dokumenata. Terapeut je zadužen za davanje jasnih uputa ovisniku i njegovoj obitelji. Ovo se može nazvati, u određenom smislu, kao tehnički dio dogovora koji je napravljen. Ova faza traje ovisno o motivaciji i suradnji korisnika. Obično od 15 dana pa i do tri mjeseca. Objektivna priprema podrazumijeva minimalno mjesec dana.

Program „Projekt Čovjek“ je terapijsko-edukativnog karaktera. Dakle, ima svoj početak i kraj jer on je samo jedna mala epizoda, naravno važna, u životu osobe koja ga koristi. Da bi program bio uspješan, nudi korisniku mogućnost vezati iskustva koja doživljava u procesu uz svoju prethodnu priču i zatim ju projicirati u budućnost.

Dinamika razvojnog procesa korisnika u programu je sljedeća:

PRIHVAT

To je period kada korisnika traži „ono nešto“ kao zamjenu za sredstvo ovisnosti. U ovom periodu potrebno je osobi pomoći da se što lakše prilagodi na život u zajednici, da prihvati pravila koja najšešće u početku ne shvaća i ne prihvaća, poticati je na aktivno sudjelovanje u grupama i motivirati ju da se koristi dijalogom kao sredstvom istine, a ne laži. Treba stvoriti ozračje povjerenja.

Korisnik, odvajajući se od fizičke ovisnosti i postupno od psihičke, postaje svjestan svoje egzistencijalne realnosti, mogućnosti i potencijala. Svjesnost svojih djela i misli usmjeravaju ga izabrati daljne promjene i traženje novog rasta i nove odgovornosti. U okviru prihvata moguć je i detox. Namijenjen je osobama koje su na zamjenskoj terapiji (metadonom do 100 mg ili buprenorfinom bez ograničenja doze) te terapiji psihofarmacima.

Može trajati od 3 do 8 mjeseci.

U tom razdoblju za svaku osobu se postavljaju ciljevi:

- stabilizacija na najmanjoj mogućoj dozi zamjenske terapije i/ili ostalih psihofarmaka,
- transfer (prijelaz) s jedne vrste lijekova na druge.

U ovoj fazi, kontakti se ostvaruju putem pisama i telefonskih poziva. Aktivnosti programa provode se kao i u fazi terapijske zajednice, ali intenzitetom prilagođenim individualnim potrebama i mogućnostima svakog pojedinca.

U ovoj fazi korisnik je predmet promatranja i psihološke obrade od strane stručnog tima. Izradit će se osobni karton korisnika i napraviti individualni terapijski plan. U ovoj fazi će se od korisnika tražiti samoprocjena koja će se usporediti sa procjenom stručnog tima i te analize će služiti za procjenu spremnosti za prelazak u slijedeću fazu tretmana.

Aktivnosti

- Individualni razgovori s psihologom po potrebi
- Individualni razgovor s operaterom po potrebi
- Razgovor s psihijatrom po potrebi
- Terapijske grupe- j ednom tjedno
- Radne aktivnosti: planiraju se mjesečno, a obavljaju svakodnevno
- Sportske i rekreativne aktivnosti planiraju se tjedno
- Organiziranje slobodnog vremena planira se na tjednoj bazi

Očekivani rezultati

- Osobna uključenost (angažman) korisnika.
- Stabilizacija farmakoterapije ili potpuno skidanje s nje gdje je moguće
- Stabilizacija ili skidanje zamjenske terapije
- Prihvaćanje psihosocijalnog tretmana
- Usvajanje pravila zajednice
- Usvajanje dobrih navika suživota, poštivanja i poslušnosti
- Sazrijevanje neophodne motivacije za aktivno surađivanje na postizanju ciljeva programa

Terapijski tim u Prihvatnom centru

Voditeljica tretmana –odgovorna za ukupni psihosocijalni tretman (psiholog)

Koordinatorica centra (soc.radnica)

Medicinska sestra

Socijalna radnica, psiholog, 3 asistenta (2bivši ovisnici), koordinator radno-okupacijskih aktivnosti, koordinator sportskih i kulturnih aktivnosti

Psijijatar-vanjski suradnik

TERAPIJSKA ZAJEDNICA

Osnovni element TZ je život u zajednici. Ovo je važna karakteristika TZ koja ju ističe i odvaja od ostalih tretmana za ovisnike . Svrha postojanja zajednice je njena organizacijska struktura, formalna pravila i norme kao i neformalna, specifičnost kulture i sredine u kojoj se zajednica nalazi, vrijednosti, uvjerenja i slično. To je čini sličnom s drugim zajednicama kao što su npr. Religiozne zajednice, zatvori, bolnice, vojska...

Ono što našu terapijsku zajednicu razlikuje od ostalih zajednica je to što se tretira jedan specifičan problem, odnosno ovisnost, s ciljem dolaska do transformacije stila života i promjene osobnog identiteta kod osobe s problemom. TZ koristi zajednicu kao metodu koja pojedincu pomaže doći do željene promjene. Ovisnik se ne može izliječiti sam; u zajednici u kojoj živi s grupom pojedinaca koji su u različitim fazama rješavanja istog problema, ovisnik se počinje osjećati prihvaćenim i vraća mu se vjera za oslobođenjem od svoje ovisnosti.

Struktura zajednice, odnosno njena socijalna organizacija, osobe koje su dio programa (terapeuti i korisnici) i svakodnevno i dosljedno organizirane aktivnosti (psihoterapijske grupe, individualni rad, poslovi i odgovornosti, sastanci, rekreacija...) su upravo osmišljeni tako da potiču izliječenje, učenje i promjenu u samom pojedincu. Zajednica stoga postoji kako bi potaknula promjenu svake osobe koja je dio cjeline.

Mnogi ovisnici o psihoaktivnim supstancama (PAS) nikad nisu imali funkcionalan život. Zloupotreba droga doprinijela je velikim psihološkim disfunkcijama, kao i socijalnom deficitu u smislu problema na poslu, u školi te promjenama socijalnih vještina. Ovisnici su najčešće antisocijalni, stigmatizirani ili imaju problem s prihvaćanjem vrijednosti *normalnog života*.

Stoga se za ovisnika uključivanje u program čini poput prvog uključivanja u život u kojemu postoje pravila i red. Program podrazumijeva radno-okupacijsku terapiju te individualnu i grupnu psihoterapiju. Promjena životnog stila i identiteta za ovisnika su povezani proces kroz koji prolazi tijekom programa, a podrazumijeva i promjenu doživljaja samog sebe. Prihvaćajući život zajednice i njene vrijednosti, ovisnik postepeno prihvaća i mijenja sebe.

Koncept samopomoći je filozofija i zahtjev za svaku osobu koja se uključi u program terapijske zajednice. Primarno, ovisnik uči preuzeti odgovornost za sebe i za svoj oporavak. Dakle, mora u potpunosti sudjelovati u svakodnevnom obavezama.

Svi segmenti u terapijskoj zajednici - operateri (terapeuti), korisnici, dnevni poslovi, grupe, sastanci, seminari i ostalo - predstavljaju svrhu procesa oporavka ovisnika.

Samopomoć nije prije svega pomoć samom sebi, već podrazumijeva i uzajamnu pomoć. Stariji korisnici programa preuzimaju odgovornost za mlađe u vidu podrške i pomoći.

Smisao oporavka korisnika, njegovog osobnog rasta i prihvaćanja *ispravnog života* ogleda se u svakodnevnom konfrontacijama i dijeljenjima iskustava, doživljaja i osjećaja na grupama. Stariji korisnici uvijek su model mlađima i osiguravaju im podršku ohrabrujući ih u ustrajanju u svakodnevnom interakcijama s drugima. Kako bi ovisnik ostao i završio program, njegov glavni zadatak svakog dana je jačanje motivacije, spremnosti i posvećenosti.

Oporavak ovisi o pozitivnim i negativnim pritiscima za promjenom. Različiti su razlozi zašto se osoba uključuje u program terapijske zajednice kako bi se oslobodila ovisnosti o psihoaktivnim sredstvima. Najčešći razlozi su pritisak obitelji, poslodavca, problemi sa zakonom i slično, a ponekad (što je uistinu rjeđe) motivacija je unutarne prirode i osoba se sama želi uključiti u program, jer uviđa da ne može sama riješiti problem. Ulazak u TZ je uvijek dobrovoljan, odnosno slobodan izbor (uvjetno rečeno) i osoba ima izbor napustiti program u svakom trenutku.

Živjeti život zajednice nije lako niti jednostavno, to je svakodnevna borba ovisnika sa samim sobom. Prihvaćanjem obaveza, zadataka, odgovornosti i pritiska, kod ovisnika se stvara unutrašnja napetost koja se postepeno i uz podršku drugih razriješava kako bi ovisnik promijenio svoj stil života i samog sebe.

Korisnika se promatra kao osobu s problemom, koja će kroz boravak u TZ napraviti bihevioralne, kognitivne i emocionalne promjene, neophodne *za život vani, bez droge*.

Bihevioralne promjene uče se od antisocijalnih vještina koje su se razvile kroz period drogiranja, do prihvaćanja pozitivnih socijalnih i interpersonalnih vještina.

Kognitivne promjene će se odvijati u pravcu promjene u mišljenju, donošenju odluka i učenju rješavanja problema na racionalan način.

Emotivne promjene će biti postignute kada ovisnik nauči kontrolirati svoje emocije i o njima komunicirati.

Kao što je već rečeno, sam naziv **Projekt Čovjek** upućuje na to kako je u centru pažnje osoba sa svim svojim dimenzijama. Program TZ koji traje od 6.-18. mjeseci, u kojemu je osoba izolirana iz socijalne sredine, omogućuje 24-satno promatranje korisnika i to u svim njihovim dimenzijama - od toga kako rade i kakve su im radne navike, kakva je interakcija s ostalim korisnicima, kao i s terapeutima, kako se odnose prema životnom prostoru u kojem trenutno žive, održavaju li osobnu higijenu i koliko su uključeni u grupe i sastanke koji su obavezni dio programa. Svakodnevna ponašanja i stavovi koje korisnici izražavaju i koji postaju vidljivi u zajednici otvaraju mogućnost za pronalaženje bazične problematike svakog korisnika. To su temeljne točke u kojima se ovisniku počinje ukazivati i raditi pritisak na neophodnu promjenu kako bi kroz proces i interakciju s drugima upoznao sebe, prihvatio sebe i mijenjao sebe. Svi korisnici prolaze kroz bolan proces i u svakodnevnoj su borbi sa samim sobom. Napetost dodatno potiče i svijest kako uvijek mogu otići te je ostanak njihov izbor.

Program ima svoje jasno određene faze koje se ne mogu preskakati te jasno određenu hijerarhiju, a učenje je učenje po modelu. Prihvaćanje filozofije, faze koje su prošli za starije korisnike znači postati modelom od kojih uče mlađi, znači napredovanje s obzirom na strukturu poslova i preuzimanje sve većih odgovornosti. Kako je apsolutna istina, u riječi i djelu, jedan od osnovnih

principa TZ, dijeljenje osobnih osjećaja i iskustava također pomaže jačanju i učvršćivanju pozitivnih promjena u identitetu korisnika.

Ključ oporavka je u spontanom *buđenju*. Korisnik počinje osjećati psihičko rasterećenje jer je shvaćen i prihvaćen od grupe. Korisnici razvijaju bliske odnose s drugima dijeleći zajednička iskustva, riječi i napretke, kao i eksplicitne geste poput zagrljaja, ruke na ramenu ili jednostavno osmijeha. Pozitivna atmosfera je duh koji treba vladati u zajednici.

Primjer procesa učenja u TZ koji može rezultirati napretkom u osobnom rastu je novi posao koji korisnik dobiva i kroz koji dokazuje efikasnost, što utječe na vrednovanje i prihvaćanje samog sebe: biti odgovoran za sebe i druge omogućuje jedan sasvim novi socijalni i interpersonalni doživlja. Naravno, svaka nova odgovornost nosi sa sobom novu problematiku s kojom se korisnik suočava i često nazaduje na ranije faze te dolazi do povećanja tenzije što pojačava osjećaj krivnje i samoodbacivanja jer je upravo to bila karakteristika ranijih interpersonalnih odnosa. Razvijanjem vještine komuniciranja direktno će rezultirati rješavanjem konflikata koji su postojali. Svaki posao i odgovornost koju nosi sa sobom inicira nove situacije u kojima se produbljuje svijest o sebi. Ustrajnost u svladavanju i prihvaćanju obaveza vodit će korisnika prema osobnom rastu.

Svaka TZ ima svoju specifičnu kulturu koja potiče ispravan način života i oporavak. Terapijska zajednica ima svoju programsku filozofiju. Jedan od rituala je recitiranje filozofije svakog jutra s ciljem nadahnuća duha zajednice i iniciranja pozitivnog početka dana.

Dalje, kulturu zajednice čine i slavlja, tradicije i specifični rituali. Generalno u TZ se slave etnički, nacionalni i lokalni praznici, rođendani i slično. Primjer univerzalnog rituala je upravo svakodnevno čitanje filozofije TZ. Također, s vremenom svaki korisnik ispriča svoju osobnu priču i slušatelj je priče drugih. Ovo je obavezni dio programa i osobna priča sa svim tragičnim detaljima obaveza je i početak jedne nove faze programa. Stariji korisnici također drže govor pred završetak programa. Svaka individualna priča je izuzetno učinkovit prenositelj poruke o mogućnosti pozitivne promjene osobnosti.

Zajednica kroz svoj razvoj počinje s vremenom prenositi, s koljena na koljeno, priče bivših korisnika. Može se reći kako se razvijaju i legende. Prisjećanja na osobne priče bivših korisnika su također primjer kako je promjena moguća i kako osoba koja završi program kreira svoj vlastiti život. Fotografije kako sadašnjih, tako i bivših korisnika te terapeuta danas su svojevrsni vremeplov na zidovima u TZ. Likovi osoba s fotografija također su znak povezanosti s drugima koji su u prošlosti prolazili isti put *povratka*. Na ovaj način grade se pozitivni korijeni, nadahnjuje se duh i život u TZ.

Za vrijeme motivacijskih razgovora ili u prihvatu korisnik bi trebao shvatiti situaciju u kojoj se nalazi. Slijedeći korak bi bio da tu svjesnost pretvori u traženje pravih vrijednosti i traženje pomoći koju mu može pružiti terapijska zajednica. Trebao bi osmisliti i napisati zahtjev kojeg će uputiti starijim korisnicima zajednice. Oni su ga spremni prihvatiti ali od njega traže da pokaže zalaganje i motivaciju da se potpuno uključi u strukturu zajednice. Terapijska zajednica postaje njegova obitelj. Terapijska zajednica je kuća za jednu veliku obitelj u kojoj postoje prava i obaveze.

Terapijska zajednica je mikrosocijalna sredina izolirana od sredstava ovisnosti. Ona korisnicima nudi iste poteškoće i probleme s kojima se u društvu nisu znali nositi ali im nudi i odgovarajuću pomoć.

Vrlo brzo će korisnik shvatiti da njegov problem nije sredstvo ovisnosti nego da ga je koristio kao bijeg od stvarnosti. Stoga se tretman još naziva i „terapija stvarnosti“.

U ambijentu koji je socijalno zagaraniran i strukturiran od zajednice, korisnik napreduje putem svoje svjesnosti i provjere problema, razriješava vlastiti identitet, vrijednosnu strukturu, uloge i ciljeve za samog sebe u odnosima s drugima, poštujući svoju prošlost i svoju osobnost. Ova faza je namijenjena osobama koje su uspostavile apstinenciju od svih sredstava i oblika ovisnosti. Traje od 6- 18 mjeseci(ovisno o sredstvu ovisnosti) Za svaku osobu se individualno postavljaju ciljevi podijeljeni u dvije razine:

Prva razina

- upoznavanje sebe,
- prihvaćanje sebe kao ovisnika,
- povećanje stupnja prihvaćanja programa,
- poboljšanje kvalitete odnosa s drugim osobama u terapijskoj zajednici,
- povećanje sposobnosti prepoznavanja vlastitih osjećaja i osjećaja drugih,
- upoznavanje vlastitih obrambenih mehanizama (napad, povlačenje i sl.),
- usvajanje konstruktivnih oblika komuniciranja (adekvatno iskazivanje emocija, primanje i davanje konstruktivnih kritika i dr.).

Druga razina

- analiza bitnih životnih segmenata (obitelj, školovanje, odrastanje, seksualnost) kako bi korisnik spoznao problematične situacije i razloge koji su potpomogli razvoju ovisnosti,
- obiteljski razgovori s ciljem poboljšanja međusobnih odnosa i komunikacije,
- davanje povjerenja kroz prihvaćanje višeg stupnja odgovornosti,
- odlasci na provjere i češći izlasci iz centra.
- sposobnost stvaranja realnih i ostvarivih projekata za budućnost (percepcija vlastitih granica i mogućnosti),
- sposobnost traženja pomoći u kriznim situacijama,
- svijest o rizičnim ponašanjima (upotreba alkohola, druženje s ovisnicima) i izbjegavanje istih,
- svijest o smislenom životu, duhovnim potrebama, vlastitim vrijednostima i sl.,
- potvrda razine postignute autonomije (sedmodnevni boravci kod kuće kao priprema za završetak programa u zajednici-provjere).

PRAVA KORISNIKA

Kontakti se ostvaruju putem pisama, telefonskih poziva i posjeta. U prvom dijelu programa korisnici ne smiju bez nadzora napuštati centar dok su u program. Odluku o vremenu i broju provjera donosi stručni tim.

U drugom dijelu programa upućuje se na procjenu radne sposobnosti, profesionalnu orijentaciju – odlazak u Zavode za zapošljavanje. Pred kraj programa TZ dozvoljava se korištenje mobitela i interneta, mogućnost provođenja slobodnog vremena izvan centra (kino, kava, koncerti, bazeni, izleti i sl.) bez nadzora, mogućnost školovanja, doškolovanja, prekvalifikacije i usavršavanja te druge pogodnosti, a sve prema procjeni stručnog tima.

Ukratko, važno je ponovno naglasiti kako terapijski program ima za cilj pomoći ovisniku postati slobodnim čovjekom. Terapijska zajednica je efikasna pomoć onome koji ima potrebu osloboditi vlastitu vitalnu energiju kako bi postao u punom smislu odrastao i slobodan čovjek, sposoban realizirati svoj pozitivni životni projekt, kako bi naučio biti dobro sa samim sobom i s drugima bez pomoći umjetnih supstanci.

Zajednica je poluotvorenog tipa, što znači kako ne postoje ograde, ali njene granice trebaju biti zaštićene. Informacije trebaju ulaziti i izlaziti, ali nijedna osoba bez posebne dozvole ne može doći u posjet TZ.

Kao što je već rečeno, TZ je sve što sudjeluje u kreiranju terapijskog i edukativnog ambijenta: broj korisnika, njihovo iskustvo, njihove godine (ne moraju biti homogeni), nivo kulture, organizacija, pravila i vrijednosti, struktura, administracija, osoblje i sredstva koja su na raspolaganju.

Osnovna pravila su:

- zabrana zloupotrebe alkohola i droge,
- zabrana verbalnog i fizičkog nasilja.

Da bi se omogućile pretpostavke za osobni i društveni rast, korisnik dobiva seriju istovremenih zahtjeva, a da se pri tom nikad ne odbaci osnovno pravo na zdravlje i na slobodu napuštanja TZ kad i ukoliko to osoba odluči.

Prvi zahtjev je da se uključivanjem u program korisnik odriče slobode kretanja te ne može posjećivati nikoga koga ne znaju terapeuti niti njega može posjećivati itko tko nije uključen u program.

Drugi zahtjev je odricanje spolnih odnosa. Seksualnost je energija i komunikacija, prekidom se stimulira njegovo komuniciranje na drugi način.

Treći zahtjev je poštivanje sporazuma samopomoći napravljen na početku i sudjelovanje u svim aktivnostima zajednice.

Osnovni procesi rasta kod korisnika događaju se na nivou bihevioralne, kognitivne i afektivne sfere. S obzirom na strukturu, sve promjene događaju se postepeno i uzajamno.

Početak je fokusiran na promjene u ponašanju. Ponašanje je nešto što je objektivno vidljivo te se mogu vidjeti i napretci koje je korisnik postigao.

Dakle, jedna od glavnih odlika zajednice je red, rad i odgovornost. Ništa nije prepušteno slučaju i svaki korisnik ima svoju ulogu u funkcioniranju zajednice. Svaki dan u terapijskoj zajednici je strukturiran i isplaniran.

Kako bi došlo do željenih promjena, život u TZ podrazumijeva prihvaćanje pravila zajednice:

- ostati čist,
- ustrajati i sudjelovati na psihoterapijskim grupama, poslu, prihvaćanju obaveza,
- održavati zajednicu čistom i voditi računa o osobnoj higijeni,
- ponašati se odgovorno prema sebi, drugima i cijeloj zajednici,
- usvojiti nove socijalne vještine kao što su društvenost, manire, poštovanje i održavanje obećanja.

Filozofija ispravnog života u TZ također podrazumijeva i usvajanje vrijednosti TZ, kao što su:

- iskrenost,
- pouzdanost,
- odgovornost i briga za druge,
- radna etika.

Sve navedeno najčešće je u suprotnosti s dotadašnjim kaotičnim životom koji je ovisnik vodio, stoga nailazi na mnoge poteškoće. Život u zajednici je borba sa samim sobom 24 sata svakoga dana kroz trajanje programa.

Program kroz psihoterapiju i radnu terapiju stavlja fokus na to da korisnici počnu gledati sebe kao moralna društvena bića. S obzirom na to da ovisnici imaju lošu sliku o sebi, preplavljeni su negativnim utjecajima iz prošlosti i s vremenom su izgubili potrebu ulagati u sebe. Da bi došlo do promjene, korisnici uče napraviti razliku između tri bitne činjenice učenja o sebi:

1. Osoba je u osnovi dobra.

Dok ponašanje, stavovi i razmišljanja korisnika mogu biti pogrešna ili loša, u svojoj suštini osoba je ipak dobra. Kroz tretman, kada korisnik osjeti kako je prihvaćen i shvaćen od strane drugih, može probuditi u sebi sve dobro što je bilo potisnuto. Većina ovisnika povezuje svoje loše ponašanje sa doživljajem samog sebe koje je u osnovi loše. Učeći razliku između ponašanja od doživljaja sebe osnova je promjene identiteta. Promjenu slike o sebi povratno prati i promjena ponašanja u pozitivnom smjeru.

2. Sada i ovdje.

Prihvaćanje filozofije života sada i ovdje u suprotnosti je od prošlosti korisnika koji je uvijek živio *nekad* i *kad bude*. Korisnik se ohrabruje i trenira preuzeti odgovornost i postati svjestan onoga što je u sadašnjosti. Biti svjestan sebe sada i ovdje omogućuje korisniku početi raditi realne planove za budućnost.

3. Ulagati u sebe i u druge.

Eksplisitna instrukcija svim korisnicima uključenim u program jest da moraju učiti organizirati i reorganizirati vlastite živote. Ovo je jako teško za ovisnika koji sebe ne prihvaća, osjeća sram i podcijenjuje se ili se u nekim slučajevima precijenjuje. S obzirom na to da su kroz godine drogiranja izgubili oslonac, ne znaju što žele biti ili postići. Zbog stigme, predrasuda i lošeg ponašanja prijašnjeg života koji su vodili, nisu ni sigurni mogu li postati dio zajednice. Kroz tretman korisnik ponovo izgrađuje temelje ulažući u sebe i postavljajući sebi nove realne ciljeve.

Prihvatiti program i živjeti isti znači prihvatiti **deset osnovnih principa TZ:**

1. Iskrenost i čestitost.

Bez iskrene komunikacije s drugima i samim sobom, kao i važnosti direktnog izražavanja onoga što osoba osjeća i kako reagira, nema napretka. Ovo je za ovisnika suočavanje sa samim sobom i preispitivanje vlastitog ponašanja koje traje kroz sve faze programa. Neiskrenost vodi ili bolje rečeno ostavlja osobu i dalje u socijalnoj izolaciji, a prikrivanje osjećaja i razmišljanja u TZ znače ili regresiju ili stagnaciju.

2. Odgovornost i žrtva

To što činiš, činiš za svoje dobro.

3. Ljubav i briga za bližnjega.

Ovaj princip zajedno s drugim principom podrazumijeva kako korisnici moraju prihvatiti u određenom nivou i odgovornost za oporavak drugih. Koncept programa je takav da svaki novi korisnik dobije *starijeg brata ili sestru* koji će ga uvesti u zajednicu, njen život i pravila te mu pomoći nadići početne poteškoće u prilagodbi. Briga o drugima direktno utječe na osobnu uključenost u program. Korisnik, dok pomaže drugima, pomaže i samome sebi. Odgovornost za druge ne podrazumijeva samo podršku i ohrabivanje, već i konfrontiranje, izazove, kritiziranje ponašanja koja nisu u skladu s ciljevima tretmana. Ova dva principa su također i u suprotnosti s kodeksom koji je postojao na ulici ili u

zatvoru, odnosno u ovisničkoj subkulturi gdje su ovisnici zatvorena sredina koja podrazumijeva zaštitu od istine.

4. **Ponašaj se onako kakav bi želio biti.**

Ponašaj se onako kakav bi želio biti radije nego kao osoba koja si bio! Ovo podrazumijeva motiviranje sebe, obvezivanje za posao i žrtvovanje. S obzirom na težinu i zahtjeve koje program stavlja pred korisnika, to često rezultira otporom i neprihvatanjem. Direktne instrukcije starijih korisnika i terapeuta guraju osobu naprijed, uz prihvatanje pravila bez obzira što još uvijek ne razumije njihovu bit. Prihvatajući pravila i principe jednom, shvatit će zašto su cijeli život živjeli pogrešno.

5. **Tko ne radi, ne jede.**

Terapijski program uči korisnike klasičnoj radnoj etici. To je set učenja dobrih navika, pouzdanosti i zasluživanja nagrade, dobrih postignuća, zadovoljstva u radu i osobnoj posvećenosti zadacima. Važno je naglasiti kako učenjem radnoj etici kroz poslove u zajednici izlazi na vidjelo pravo lice osobe, odnosno dobiva se uvid u kompletnu osobnost i njene probleme. Korisnici moraju naučiti prestati kroz život očekivati nešto, a da pri tom ne daju ništa!

6. **Ono što daš, to ćeš i primiti.**

Ovaj princip odnosi se prije svega na ohrabrivanje osobe da bude i može biti velikodušna podržavajući i ohrabrujući druge kroz program ustrajanja, dajući im svoje vrijeme i energiju kad god je to moguće. Oporavak se promatra kao posjed zarađen teškim procesom učenja, svjesnost o tome koliko je mijenjanje samoga sebe bolno. Korisnici svoj napredak vide kao vrijednost, ali istovremeno kao i poklon koji se može dati i drugome.

7. **Imaj povjerenja u grupu i onoga tko brine o tebi.**

Prihvatanje programa i života TZ istovremeno znači i povjerenje u grupu. Karakteristika većine ovisnika je nepovjerenje. Posebice je izražen i uočljiv skepticizam mlađih korisnika; nesigurni u sebe, oni su nesigurni i u druge. Međutim, stariji korisnici, terapeuti i ostali uključeni u program trebaju biti pozitivan model koji će svojom iskrenošću, žrtvom, kritikom i dosljednošću pomoći mlađem korisniku razviti povjerenje u grupu i onoga tko vodi tu grupu. Ako se povjerenje u druge ne razvije, korisnik neće imati niti povjerenje u sebe kako može ustrajati što može, nažalost, završiti i napuštanjem programa i TZ.

8. **Trudi se shvatiti, a ne biti shvaćen.**

Prihvatiti ovaj princip za korisnika znači moći više naučiti o sebi slušajući druge, a ne uporno pokušavati nametati osobne racionalizacije i opravdanja.

9. **Bolje je davati nego primiti.**

Razviti altruizam, naučiti dati sebe bez očekivanja kako će to biti vraćeno. Osoba se daje kada vjeruje u sebe i ono što može dati, a to se odnosi na iskustvo i razumijevanje. Naučiti davati bez očekivanja nečeg zauzvrat za korisnika znači početak razvijanja samopouzdanja.

10. **Ne možeš napredovati, ako svoj napredak ne podijeliš s drugima.**

Promjena karaktera, svijest o sebi bolan je proces za svakog korisnika. TZ je sredina u kojoj se osoba suočava s problemima i obavezama živeći u grupi. Konstantno preispitivati sebe, osjećati emocije, naučiti se nositi s osjećajem krivnje i srama, prihvatiti tko su bili i

što u biti jesu smatra se napretkom. Promjena osobnosti može nastati jedino ako se dijeli s grupom.

Navedenih deset osnovnih principa i vrijednosti, koje korisnici usvajaju tijekom boravka i oporavka u TZ navedni su i preuzeti principi terapijskih zajednica Comunita Incontro (Zajednica Susret) iz Italije, koja uspješno djeluje već skoro 50 godina na području Italije i u mnogim drugim zemljama diljem svijeta (Španjolska, Francuska, Slovenija, Argentina, Tajland...). Međutim, postoje varijacije principa i jasno je iz navedenog kako se mnogi od njih prepliću te usvajanje jednog podrazumijeva usvajanje i drugog principa. Svaka TZ postavlja i razvija svoje vrijednosti i principe koji su osnova mijenjanja životne filozofije, stoga navodimo još nekoliko principa ili prijedloga principa koje bi bile maksime TZ:

- vrijedno je učiti,
- korak po korak,
- ne gomilaj probleme, počni jednostavno od početka,
- postoje stvari na koje ne možemo utjecati niti ih mijenjati, jedino sebe možemo mijenjati,
- nema borbe bez boli,
- sjeti se odakle si došao kako bi uvijek znao gdje ideš,
- biti svjestan znači biti živ i drugo.

Pravila TZ su stroga i pored podrške, ovisnik je izložen stalnim iskušenjima. Recidivi u razmišljanju i ponašanju podliježu edukativnim mjerama koje s obzirom na pojedinca i procjenu situacije donosi terapeut. Odluke terapeuta koji provode 24 sata s grupom su eksplicitne i moraju se poštovati.

Tijekom programa i završenih faza, korisnik mora biti sposoban prepoznati koji su to osobni okidači zloupotrebe droge, od čega je i zašto bježao. Korisnik uči kako osvijestiti automatske misli, percepciju i osjećaje koji su poticali autodestruktivno ponašanje.

Razumjeti sebe pospješuje svijest o prošlim događajima i iskustvima. Prihvatajući sebe u kontekstu vlastite prošlosti pomaže ovisniku uvesti red u svoj nesređeni, kaotični život i nadići krivicu i stid, stanja nastala uvidom i apstinencijom. Ovo je bolan proces, ali glavna svrha shvaćanja prošlosti je prihvaćanje sadašnjosti. Ovisnik ne može mijenjati događaje iz prošlosti, niti nad njima ima kontrolu. Međutim, proces promjene sebe omogućuje ovisniku promjenu svojih reakcija i emocija na prošle događaje.

Apstinencija od droge, kao i bilo kojeg drugog sredstva ovisnosti, uvjet je za trajnu promjenu. Recidivi kroz program vraćaju osobu na početne faze, u regresiju. Također, konzumiranje droge u sredini kao što je TZ, odnosno *drug free* sredina, može imati negativne posljedice na kompletan život u TZ. Upravo to je prije svega razlog podlijevanju strogom pravilu koje najčešće osobu isključuje iz programa i tretmana zloupotrebom droge. Incidenti se događaju, posebice mlađim korisnicima koji najčešće pokušavaju unijeti drogu u TZ. Ovisnik koji je zbog zloupotrebe droge isključen iz programa, u situaciji ponovne potrebe ili želje započinjanja tretmana ponovo počinje proces ispočetka, od javljanja u savjetovalište gdje se radi nova procjena i individualni plan.

Na samom početku programa naglasak je na bihevioralnim promjenama. Promjene u ponašanju postepeno utječu na promjene u razmišljanju, što vodi sve većem uvidu u osobnu problematiku i slabosti na kojima ovisnik mora raditi.

Proces bihevioralnih promjena služi se sljedećim sredstvima:

1. Struktura i podjela poslova

Budući da je riječ o zajednici, postoje potrebe koje kao društvena grupa treba zadovoljiti. Dakle, klasificiraju se vrste poslova za kojima grupa ima potrebu i korisnici se dijele u grupe koje obavljaju neophodne poslove. Količina poslova ovisi direktno o broju korisnika i o potrebama koje oni i TZ izražavaju. Radom korisnici uče osnovne vrijednosti samog rada, odnosno kako svatko ima pravo zaraditi kruh vlastitim radom i time doprinijeti grupi čiji je dio. Kroz rad korisnik uči kako se odnositi u skupini, razviti vlastite sposobnosti i dijeliti i pokazivati drugima to što zna raditi i učiti od drugih ono što ne zna raditi. Učenje je također rad i to treba prihvatiti. Može se dodati kako korisnici često vrednuju vrste poslova od onih nižih, manje plemenitijih i slično. To gubi smisao ako se želi pokazati kako svaki posao, pa i onaj najniži, ima svoju vrijednost ako je napravljen dobro i dostojanstveno. Dakle, nije vrsta posla ta koja oplemenjuje, nego je osoba ta koja daje vrijednost vlastitom radu.

2. Struktura uloga i odgovornosti (funkcija)

Odgovornosti treba podijeliti u najrealnijem mogućem obliku kako bi se postigla dobra organizacija kuće i poslova. Posebnu pažnju treba obratiti na broj ovih uloga - organizacija s puno poglavica i malobrojnim indijancima nikada neće funkcionirati. Korisnika se želi naučiti prihvatiti odgovornost dajući mu ulogu, biti savjestan, naučiti upravljati vlašću u različitim funkcijama koje obavlja, a da pri tom ne odbacuje vlastitu humanost.

3. Struktura vremena

Sve aktivnosti, kao i ukupan život zajednice imaju strukturirano vrijeme, ne samo zato što je to ljudska individualna potreba, nego zato što društvena grupa ne može živjeti bez nje, u suprotnom bi zavladao kaos. Za samog korisnika struktura vremena omogućuje mu naučiti vlastitu unutarnju disciplinu i poštovati druge. Reguliranje različitih aktivnosti i života unutar zajednica služe davanju ritma socijalnog i individualnog procesa.

4. Jutarnji sastanak

Ovaj vremenski prostor posvećen je pregledu i kritici devijantnih ponašanja svih korisnika. Na jutarnjem sastanku moraju biti prisutni svi korisnici kao i terapeuti koji su sastavni dio i utječu na ambijent zajednice. Pored pregleda prethodnog dana i kritika koje se upućuju, daju se i smjernice na čemu raditi u toku dana kako bi se promijenilo ponašanje. Jutarnji sastanak sastoji se od dva dijela: u prvom se kritiziraju pojedinačna ponašanja koja su korisnici uočili dan prije i koji idu protiv kodeksa zajednice; u drugom dijelu daju se općenite informacije i nastoji se podići atmosfera s ugodnim stvarima koje korisnici pojedinačno ili grupno mogu ponuditi, pozitivna razmišljanja, završavajući s nečim zajedničkim, obično pjesmom.

Jutarnji sastanak je optimalni termometar klime u zajednici: je li rad realan ili ne, funkcionira li proces, postoje li suočavanja na dinamičkim i statičkim grupama. I na kraju, dozvoljava konkretan uvid svakog dana u pojedinačna ponašanja koja se mijenjaju.

5. Osobna prozivka ili ukazi

Definirana je unutar jutarnjeg sastanka, međutim razlikuje se i prema tome upotrebljava li se u svakodnevnom životu od strane terapeuta ili korisnika. Budući da je to zahtjev za neposrednom promjenom ponašanja koje se kosi s kodeksom zajednice, upotrebljava se kadgod osobna situacija korisnika to zahtjeva.

6. Službeni ukaz

Kad obična ukaz ne urodi plodom, kako bi se korisniku pomoglo da ispravi ono što je loše i što ne želi mijenjati, poziva ga se u ured operatera gdje obično četiri ili pet osoba, vrlo odlučno mu ukažu na težinu i ozbiljnost onoga što radi i upozoravaju ga da mu nitko neće dozvoliti da tako nastavi dalje.

7. Edukativno iskustvo

Riječ je o iskustvu učenja kojemu zajednica pribjegava kada korisnik jednostavno pokaže kako je izvan dinamike samopomoći, kada kritike na ponašanje ne urode plodom i prema tome njegov proces rasta je blokiran. Osnovni cilj je pomoći korisniku ponovo uspostaviti kontakt s vlastitim JA, postati svjestan navika koje skriva određeno ponašanje i pokazati pravac kako bi se promjene pokrenule. Ovo je za korisnika regresija, ali i istovremeno trenutak za ići naprijed u osobnom razvoju.

8. Sportska aktivnost

Droga je simptom samouništenja, a činjenicom da zajednica nudi mogućnost različitih sportskih aktivnosti, korisnik ima mogućnost ponovo stabilizirati fizičku vitalnost koja je izgubljena. Osim toga, sport bilo koje vrste zahtjeva veliku samodisciplinu i sposobnost uključivanja u grupu, razvija sposobnost ujedinjavanja snaga za postizanje rezultata te predstavlja iskustvo međuovisnosti

9. Seminar

Riječ je o sredstvu za infomiranje u kojem se pretpostavlja kako sudionici imaju mogućnost izraziti što misle i znaju o temi o kojoj se raspravlja i uloga voditelja je uloga animatora, moderatora (onaj koji ublažava, drži sve pod kontrolom), podrška i sinteza znanja koja se nudi od svih. Razlikuje se od lekcije gdje učitelj uči o onome što on zna, a što učenici ne znaju. Koncept seminara je učiti postepeno, gdje znanje svakoga postaje znanje cijele grupe. Na ovaj način tko zna manje nije zgažen osudama i tko zna više ne može se umisliti, već nastaje jedna podjela znanja u filozofiji samopomoći. Pretostavka je kako je svaki sudionik uzet u obzir sa svojim znanjem, a ne kao prazna vaza. Ovo sredstvo se koristi pri temama koje su teške za raspravljanje jer se odnose na stečenu edukaciju, na uvjetovanje i na suzbijanje.

10. Slobodno vrijeme

Definicija slobodnog vremena u terapijskom programu zauzima veliki značaj u terapijsko-edukativnom procesu. To nije vrijeme koje treba ispuniti jer se ne zna što s njim, nije ni vrijeme koje pod svaku cijenu treba organizirati terapeut. Dakle, nije drugorazredno vrijeme u odnosu na terapijsko. Pod slobodnim vremenom podrazumijeva se vremenski prostor slobodno osmišljen od bilo kakve ponuđene aktivnosti.

Slobodno vrijeme je edukativno i terapijsko. Dozvoljeno je aktiviranje egzistencijalnih nedostataka, unutrašnjih praznina, nedostatka interesa, nesposobnost biti sa samim sobom i reaktivno odgovaranje na vlastite potrebe. Dozvoljava razvijanje sposobnosti i ne završava se samo u odmoru, rekreativnim aktivnostima, već i u alternativnim i kreativnim aktivnostima. Važno je ne zaboraviti kako zlouporaba sredstava ovisnosti započinje baš u slobodnom vremenu. S toga je važno svakog korisnika educirati o slobodnom vremenu i njegovom kvalitetnom korištenju. Dakle vrijeme u programu treba biti tako strukturirano da korisnici svaki dan imaju na raspolaganju slobodno vrijeme. Svi moraju raditi 8 sati, ali dan nije napravljen samo od 8 već od 24 sata, od čega 8 ide na posao, 8 za slobodno vrijeme i 8 za odmor.

Korisnik se u slobodnom vremenu može odmarati, zabavljati i razvijati osobne interese.

Ukratko, rad je jedan od načina duhovnog i moralnog obogaćivanja osobe i vodi prema autonomnom i zdravom životu pojedinca u društvenoj zajednici. Sve gore navedeno dato je kako bi se dobio bolji uvid u program, odnosno onaj dio programa koji se odnosi na radnu terapiju. Sistem uloga je definiran mjesečnim odgovornostima za svakog pojedinca. Radni tjedan je obilježen radnim dijelom dana, obavezama, terapijskim grupama, seminarom, razgovorima dok je vikend usmjeren na slobodno vrijeme, rekreaciju, individualne razgovore i komunikaciju. Tako kroz sistem pravila i načinom življenja koji je prototip realnog života i svih njegovih aspekata, korisnik stječe uvid u sebe i svoje slabosti, ali i mijenja sistem vrijednosti.

Grupna psihosocijalna terapija realizira se u okvirima grupa samopomoći gdje članovi putem ukazivanja, metodom socijalnog ogledala i uzajamne podrške nastoje doći do uvida, kako bi se stvarno suočili i prevladali aktualne probleme. U njima se čak nekada i s dramatičnim intenzitetom izražavaju bolne i frustrirajuće situacije, potisnutne i nejasne emocije i emotivna proživljavanja vezana za njihovu prošlost. S vlastitim slabostima, labilnošću i nemoći, ovisna osoba mora se suočiti, ali ona to ne može sama. Zbog toga ona na svojem putu može računati na čvrstu podršku članova svoje grupe koji se nalaze u istom problemu. Zajedničkim djelovanjem i uzajamnom pomoći stvaraju se uvjeti za pozitivne promjene, ne samo odricanja od ovisnosti nego i ponašanja uvjetovanih takvim načinom života.

Korisnici terapijskog programa terapijske zajednice podijeljeni su u grupe s obzirom na fazu terapijskog procesa u kojoj se nalaze.

Postoje četiri terapijske grupe: grupe D, C, B i A koje se realiziraju tijekom terapijskog procesa u terapijskoj zajednici i grupa resocijalizacije koja se odvija u socijalnom okruženju. Prolaskom kroz ove faze programa, smatra se da je ovisnik završio **Program Čovjek u TZ**.

Sva sredstva koja se koriste u programu kako bi dovele do bihevioralnih promjena odražavaju se i u kognitivnoj i u afektivnoj sferi svakog štićenika. Upravo su psihoterapijske grupe sredstva koja stoje na raspolaganju svakog korisnika.

Statička grupa je susret gdje svaki štićenik ima mogućnost izraziti vlastite osjećaje, usporediti ih s osjećajima drugih članova grupe, naučiti ih prepoznati i tako preuzeti odgovornost za njih kako bi upravljao vlastitim emocijama. Grupe su podijeljene tako da su članovi grupe u istoj fazi programa gdje se suočavaju s istim ili sličnim problemima. Metoda grupe je uvijek metoda samopomoći, voditelj grupe je terapeut i njegova uloga je animirati i koordinirati grupu. Suočavanje ima najveću funkciju jer razvija grupu kao ogledalo za pojedinca. Sve što se korisniku događa van grupe u svakodnevnom životu zajednice, analizira se na grupama. Pravilo grupe je poštovanje svakog člana. Grupa se ne napušta, ne upotrebljava se sila i to je profesionalna tajna. Važno je poštovati ritam grupe, odnosno pravila - isti dan, isti sat, isto mjesto.

O onome što je bilo na grupi ne razgovara se izvan grupe.

Dinamička grupa je susret načešće dva korisnika koji su u konfliktu, a nisu ga uspjeli razriješiti i iskomunicirati, već uz pomoć terapeuta koji je medijator riješavaju aktualnu problematiku. Cilj grupe je izraziti emocije ljutnje koje su se nagomilale zbog međusobnih odnosa.

Grupa analize gdje se raspravlja o specifičnim argumentima kao: obiteljski problemi, seksualni i općenito o odnosima.

Ekspanzivna grupa (gruppo esteso)-u toj grupi se može o bilo čemu raspravljati, uglavnom izađu svi problemi koje osobu muče jer ta grupa može trajati i trideset sati u kontinuitetu. Ta grupa se treba dobro pripremiti i organizirati jer je vrlo zahtijevna i za korisnike i onoga tko ju vodi.

Negativna grupa-stil života koji nudi terapijska zajednica zahtijeva i određenu pozitivnost u ponašanju. Dakle, ove grupe služe za ispražnjavanje svakog negativnog osjećaja koji se odnosi na

stari način života. Također je način da se nauči upravljati i kontrolirati ona stanja koja su u prošlosti naštetila osobi.

Ciljevi ove faze su

- Shvatiti smisao pravila
- Shvatiti da je vlastito ponašanje plod interakcije raznih elemenata (motivacija, stavovi...)
- Aktivno sudjelovati u životu zajednice
- Pokazati da je u stanju prihvaćati sve ozbiljnije obaveze
- Usvojiti elementarna pravila „vanjskog života“ i primijeniti ih
- Zadati si konkretne i ostvarive ciljeve unutar svakog referentnog područja
- Pokazati sposobnost usvajanja i realiziranja nekih osobnih ciljeva u zajednici
- Potpuno samostalno obavljanje osobnih zadataka i vjerovati u ono što čini
- Sudjelovanje u svim slobodnim i ostalim aktivnostima, stječući kompetencije „specijalizacije“ (uasavršiti se u nekom području)
- Pokazati duh altruizma
- Aktivno sudjelovati u osobnoj i kolektivnoj provjeri

Očekivani rezultati

- Korisnik postaje svjestan raznih vlastitih aspekata (fizičkog, intelektualnog, estetskog, moralnog, kreativnog) kao i njihovog razvoja u svjetlu uravnoteženog razvoja cijele osobe
- Ponovno otkrivanje psihofizičkih sposobnosti, suočavanje s drugima i sa stvarnošću, naučiti postaviti ciljeve i napraviti program kako ih postići ustrajnošću, regularnošću, vježbom
- Svjesnost o vlastitoj ulozi u grupi, korištenje dijaloga s iskrenošću i jasnoćom
- Odgovorno korištenje slobodnog vremena
- Osjećaj gratifikacije koji pruža posao i obavljeni zadaci
- Živjeti konkretne prilike samostalnosti, odgovornosti, izbora

Terapijski tim u TZ

Voditeljica tretmana (psiholog)

Voditeljica centra (psiholog)

Ostali djelatnici. Socijalna radnica, socijalni pedagog, 4 asistenta (3 bivša ovisnika sa završenom edukacijom za asistenta), radno okupacijski animator

RESOCIJALIZACIJA

Nakon prihvata i terapijske zajednice resocijalizacija je zadnja faza programa. U TZ život se odvija u zatvorenom i zaštićenom ambijentu po strogo strukturiranom programu. U fazi

resocijalizacije, korisnik se premješta u novu kuću (stambenu zajednicu) gdje, iako se zadržava odnos zajednice, korisnik ipak drukčije organizira vrijeme. Mora preuzeti veće odgovornosti. Prijelaz treba biti postepen jer susret s realitetom je surov gdje se, izvan zajednice, mora suočavati sa svakodnevnim obavezama i odgovornostima. Tri su faze u resocijalizaciji i ovo je faza terapijskog programa u kojoj je plan programa maksimalno individualiziran.

FAZA A

Korisnik ima više privilegija: može koristiti telefon, ima novce na raspolaganju, slobodu, kontakte s obitelji. Pomaže u savjetovalištu obavljati motivacijske razgovore i raditi pripreme za zajednicu kao i obavljati ostale poslove koje mu zadaju. Ovo je vrlo osjetljiva faza i korisnik mora biti u uskom kontaktu s operaterom. Treba imati tri grupe tjedno gdje se analizira sve što se događa u ovoj široj realnosti. Posebno se ocjenjuje slika o sebi u novom momentu. Voditelj i drugi članovi procjenjuju kada će prijeći u fazu B.

FAZA B

Korisnik mora odlučiti što će raditi po završetku programa, treba tražiti posao i treba imati kontakte s „vanjskim svijetom“. Većinu vremena provodi izvan zajednice, posjeduje novac, kupuje za sebe i za grupu s kojom živi. Ima dvije grupe tjedno koje mu pomažu oko prijelaza iz terapijske grupe u grupu s kolegama na poslu te razjašnjava osobne probleme u odnosu na cilj koji treba postići.

FAZA C

Korisnik treba pronaći smještaj i posao izvan zajednice i pokazati da je u stanju brinuti o sebi, o trošenju novca, o slobodnom vremenu, prijateljstvima. Ispred sebe ima poteškoće od kojih je u prošlosti bježao u ovisnost. Poznaje svoja ograničenja i svoje kapacitete i konkretno mora pobijediti svoje strahove da bi živio.

Krajnja procjena će biti znak da mu je put rasta dao snagu suočiti se s poteškoćama s kojima će se uvijek suočavati, a ne se skrivati sebi samome i drugima.

Program resocijalizacije

1. Nakon procjene tima da je korisnik postigao ciljeve zadane u prethodnim fazama programa u terapijskoj zajednici, s njim se radi plan i program budućih ciljeva: koji tip posla bi želio, gdje bi želio živjeti, općenito koji su mu životni planovi.
 - a) Određuje se datum ulaska u stambenu zajednicu (resocijalizaciju).
 - b) Voditelj terapijske zajednice piše izvješće i ciljeve korisnika.
 - c) Obitelj korisnika obavještava se telefonski o njegovu prelasku u iduću fazu te se također to najavi i na grupi roditelja.
 - d) Korisnik ima „probni rok“ od 30 dana da bi se vidjelo kako će se prilagoditi.

2. Kada korisnik dođe u stambenu zajednicu, upoznaje ga se s pravilima koja su utemeljena na pravilima terapijske zajednice, samo su puno dublja i fleksibilnija. Korisnik mora početi živjeti normalan svakodnevni život i to na idući način:
 - a) Sam se buditi.
 - b) Pripremiti doručak.
 - c) Na vrijeme biti na radnom mjestu.
 - d) Obavljati svakodnevne obaveze i upravljati danom kako je naučio u terapijskoj zajednici.
 - e) Biti spreman suočiti se sa svakodnevnim situacijama.
 - f) Ako posjeduje osobni automobil ne može ga koristiti.
3. Prvih 30 dana ne može odlaziti na vikend, ali po zaslugi, može dobiti dnevnu dozvolu za izlazak.
4. Dobit će ograničen džeparac da može kupiti cigarete i ostale sitne potrepštine. Tako će moći početi upravljati manjom količinom novca kako bi se naučio upravljati mjesečnom plaćom.
5.
 - a) Ima najmanje dvije grupe tjedno i po potrebi može zatražiti individualni razgovor.
 - b) Svaki osobni zahtjev treba biti provjeren.
6. Ako kroz prvi mjesec dokaže da je u stanju nositi se sa životom izvan zajednice, izlazi iz probne faze i uključuje ga se u **fazu A** koja traje 1- 3 mjeseca, računajući od datuma kad je izašao iz terapijske zajednice.

U tom periodu korisnik preuzima više odgovornosti kao što su:

- a) Izlasci vikendom.
- b) Povećan džeparac.
- c) Počinje tražiti posao ili započinje neku edukaciju ili prekvalifikaciju.
- d) Ako bi želio ostati raditi u zajednici i ako to stručni tim procjeni kao moguću ideju, započinje edukaciju.
- e) Ako posjeduje osobni automobil, može ga koristiti.

U ovom periodu, korisnik ne može imati kontakt ni s jednom osobom koju nije upoznao operater u kući i s njom obavio razgovor. Korisnik može izaći samo dva puta tjedno i vikendom, ali uvijek pod kontrolom te se treba vratiti u kuću u vrijeme koje je programom određeno.

FAZA B

Ako se korisnika pusti u fazu B, automatski mu se povećavaju i odgovornosti kako prema zajednici, tako i prema njegovom vlastitom životu i odlukama vezanim uz njegovu budućnost. Uvijek u dogovoru s operaterom i uz njegovu pomoć. Sada ima više slobode poput:

- a) Odlaziti na posao i biti sam preko dana.
- b) Više se družiti na večer i preko vikend.,
- c) Otvoriti tekući račun i karticu dati na čuvanje u sef zajednice.

- d) Ukoliko zarađuje, može novac štediti za budućnost, budući da mu je stan osiguran u stambenoj zajednici.
- e) Ima jednu grupu i dva osobna razgovora.
- f) U ovom periodu korisnik izlazi na piće. Mora naučiti piti umjereno, bez opijanja.

FAZA C

Kada korisnik postigne ciljeve iz faze B i urednog je ponašanja, prebacuje se u fazu C.

- a) Sada korisnik bira gdje će živjeti; u obitelji ili sam.
- b) Svaka dva tjedna dolazi na grupu podrške.

Nakon perioda od 30-60 dana kako je korisnik izvan programa i primjereno se ponaša, radi se završni intervju, poput onoga kojeg je imao na kraju faze terapijske zajednice. S tim je korisnik uspješno završio program.

Tim stambene zajednice čine voditeljica tretmana, psiholog i mentorica.

Stambenu zajednicu svakodnevno posjećuje mentorica koja je na raspolaganju (telefonski) 24 sata dnevno. Pri ulasku u stambanu zajednicu korisnici dobivaju broj od mentorice, ali samo za **HITAN** slučaj. Mentorica treba voditi računa kako ne bio došlo do zlorabe.

Psiholog (*case manager*) dolazi povremeno i odrađuje psihoterapijske grupe i razgovore.

Sve terapijske intervencije se evidentiraju i sastavni su dio osobnog kartona korisnika (*cartella*).

Prije nego li korisnik uđe u stambenu zajednicu, obaviti će razgovor s voditeljicom tretmana koja će s njim odrediti srednjoročne i dugoročne ciljeve.

Mentorica će obaviti razgovor s operaterom koji je vodio korisnika u prethodnoj fazi kako bi ju upoznao sa stanjem korisnika.

Uloga socijalnog mentora

Socijalni mentor je svakodnevno nazočan u stambenoj zajednici.

- Koordinira funkcioniranje radno terapijskih aktivnosti.
- U suradnji s voditeljem tretmana i terapijskim timom (psiholog, socijalni radnik) dogovara terapijske intervencije.
- Pomaže korisnicima kod rješavanja administracije, prijave privremenog boravka, traženja posla, uspostave kontakata s lokalnom zajednicom...
- Kontrolira obavljanje dnevnih obaveza korisnika te vodi brigu o održavanju kuće, poštivanju unutarnjih pravila.
- Kontrolira stanje i potrošnju namirnica kao i ostalih roba.
- Pomaže korisnicima u upravljanju vlastitim financijama.
- Pregledava prostorije u kojima borave korisnici.
- Popunjava dokumentaciju za osobni karton korisnika (kartelu-zadnja faza)
- Suraduje s voditeljem tretmana, voditeljima centara, stručnim radnicima, voditeljicom projekta, administrativnim osobljem u tajništvu.
- Suraduje s lokalnom zajednicom i institucijama.
- Mentorica, po svojoj procjeni i u dogovoru s voditeljicom tretmana, može povesti korisnike u šetnju, planinarenje, na neku izložbu, predstavu, kino, koncert i slično.

Kad korisnik uđe u stambenu zajednicu dobiva broj od mentorice koja je na raspolaganju 24 sata dnevno. Budući da je svakodnevno nazočna u zajednici, broj služi samo za **HITAN** slučaj.

Pri ulasku u stambenu zajednicu korisnik mora potpisati pravila o unutarnjem redu, odnosu prema drugim korisnicima i prema susjedstvu.

Imat će osigurana tri obroka koja će sami, naizmjenice, spremati.

Između sebe će izabrati jednu osobu koja će se brinuti za nabavu hrane i ostalih potrepština. Prije nabave, popis treba pregledati i odobriti mentorica. Zajedno s mentoricom se dogovara tjedni meni.

Dok korisnik ne počne zarađivati, može raspolagati samo sa svojim džeparcem i jednokratnom socijalnom pomoći, kada ju dobije. No, ni taj novac ne dobiva odmah u cijelom iznosu. Mentorica mu daje dnevno malu količinu novca, dovoljnu za kavu ili sok. Strogo se vodi evidencija o uplatama i isplatama. Svaku isplatu potpisuju korisnik i mentorica.

Ako se korisnici uz odobrenje mentorice dogovore za zajednički izlazak, onda ravnomjerno dijele trošak ili svatko plaća svoj račun. I za tu prigodu dobivaju određenu količinu novca, prema procjeni mentorice.

Kad korisnik počne zarađivati novac, ne raspolaže odmah s cijelim iznosom. Prvo dobiva dnevni iznos, potom tjedni i na koncu mjesečni. Ako pokaže povjerenje, mentorica i voditeljica tretmana će mu moći odobriti mjesečno raspolaganje novcem. Ukoliko bi došlo do zlorabe povjerenja, o tome će se razgovarati i po potrebi će se poduzeti odgovarajuće mjere. To može biti povrat na dnevni džeparac ili tjedni, a po potrebi može biti i drastičnija mjera koju će donijeti zajedno voditeljica tretmana i mentorica.

Pri ulasku u stambenu zajednicu korisnik može imati mobitel ukoliko može plaćati troškove kartice ili pretplate. Ako nema vlastiti mobitel, a radi se o hitnoj situaciji, može zamoliti mentoricu da mu omogući kratak razgovor sa svoga mobitela.

Zabranjeno je „žicanje“ mobitela, cigareta ili lijekova od drugih korisnika. Ako do toga dođe, korisnici su to dužni prijaviti mentorici.

U kući postoji **knjiga evidencije** ulazaka i izlazaka u kuću i iz kuće. Svaki korisnik treba napisati ime i prezime, vrijeme izlaska, razlog izlaska i gdje ide, vrijeme povratka i potpis. Svaki izlazak treba biti odobren od strane mentorice.

Uz mentoricu koja je prisutna na dnevnoj bazi, dolazi i psiholog jednom tjedno ili korisnici idu na razgovor sa psihologom, ovisno o fazi programa.

Psihijatar je vanjski suradnik

RASPORED DANA U RESOCIJALIZACIJI

Radnim danom

- 7.00 - ustajanje (ukoliko netko ima obaveze, ustaje kada treba)
- Osobna higijena i pospremanje kreveta do 7.30
- 7.30 - doručak i kava
- 8.00 - 12 .00 - radne aktivnosti
- 12.00 - 12.30 - slobodno vrijeme

- 12.30 - ručak
- Do 14.00 slobodno vrijeme
- 14.00 - 20.00 - radno terapijske aktivnosti (grupe, individualni razgovori i analiza dana)
- 20.00 - večera
- 21.00 - 22.30 - slobodno vrijeme (može se organizirati zajedno ili pojedinačno u dogovoru s mentorom)
- 22.30 - 23.00 - odlazak na počinak

Subota

- 8.00 - ustajanje
- Osobna higijena i pospremanje kreveta do 8.30
- 8.30 - doručak i kava
- 9.00 - jutarnji sastanak i planiranje tekućeg dana
- 10.00 - 12.00 - radne aktivnosti
- 12.00 - 12.30 - slobodno vrijeme
- 12.30 ručak
- Do 14.00 - slobodno vrijeme (odmor)
- 14.00 - 19.30 - završavanje poslova koji nisu završeni dopodne; slobodne aktivnosti
- 19.30 - večera
- 20.30 - 23.00 - slobodno vrijeme
- 23.30 - odlazak na počinak

Nedjelja

- Ustajanje do 10.00 sati. Doručak priprema svatko za sebe
- 13.00 - ručak
- 14.00 -19.00 - slobodno popodne
- 19.30 - večera
- 20.30 - 22.30 - slobodno vrijeme
- 22.30 - 23.00 - odlazak na počinak

Unutarnja pravila

1. Nema droge, alkohola niti nasilja.
2. Mogu se uzimati samo lijekovi propisani od liječnika.
3. Zabranjeno je unošenje bilo kakvih lijekova izvana, a da nisu odobreni od liječnika.
4. Mentor može odobriti lijekove za bolove ili temperaturu ukoliko procijeni da su potrebni.
5. Ako dođe do zlorabe bilo kojeg sredstva, korisnika se ne udaljava odmah, ali se o tome razgovara.
6. Kod ponavljanja recidiva, korisnika se može vratiti u terapijsku zajednicu ili u prethodnu fazu resocijalizacije, ovisno o duljini programa i težini recidiva.
7. Strogo je zabranjeno pušenje unutar objekta.
8. Dozvoljeno je pušiti do 15 cigareta.
9. Korisnik u početku ne može posjedovati novac i njime slobodno raspolagati. To postiže postepeno.
10. Novac i vrijedni predmeti su u sefu u centralnom uredu i novac se dobiva prema planu i programu napravljenom s mentorom i stručnim timom.
11. Posjete nisu dozvoljene.

12. Korisnici, u dogovoru s mentorom i ovisno o fazi programa, mogu odlaziti u posjete.
13. Sa susjedima i lokalnom zajednicom kontaktira mentorica, tek po njenom naputku i preporuci mogu korisnici.
14. Treba strogo poštivati dobrosusjedske odnose.
15. Ne smije se proizvoditi buka koja bi ometala okolinu.
16. Glazba i TV se drže na diskretnom volumenu.
17. Kuća se mora održavati čistom i urednom.
18. Raspored radnih aktivnosti i odgovornosti će biti izvješten na oglasnoj ploči, a dogovarat će se na tjednoj bazi te usklađivati s obvezama korisnika.
19. Zaposleni korisnici sufinancirat će svoj boravak npr. tjednom nabavkom hrane.
20. Korisnici će izrađivati tjedne planove aktivnosti i verificirati s mentoricom.
21. Prema objektu i imovini se treba odnositi s maksimalnom odgovornošću.
22. Ukoliko zbog nepažnje dođe do oštećenja predmeta, zidova i sl., korisnik će popravak istih morati sam osigurati.
23. S hranom treba odgovorno postupati (da ne dođe do bacanja i rasipanja).
24. Korisnici su dužni poštivati sva ljudska prava čovjeka i izbjegavati sve oblike nasilja.
25. Svi korisnici imaju ista prava, neovisno o nacionalnosti, vjeroispovijesti, političkom ili bilo kojem drugom uvjerenju.
26. Ovisno o fazi programa, korisnici imaju individualne razgovore i terapijske grupe.
27. Obavezno je sudjelovanje u terapijskim i radnim aktivnostima.
28. Korisnik treba aktivno tražiti posao i mogućnost doškolovanja, prekvalifikacije, edukacije ili odraditi društveno koristan rad ukoliko je propisana sudska mjera.
29. U slučaju napuštanja stambene zajednice, korisnik sa sobom treba ponijeti sve svoje osobne stvari. Novac mu se ne daje nego se šalje pouzdanom kontakt osobi ili uplaćuje na račun korisnika.

RAD S OBITELJIMA

Obitelj je područje gdje se suprotstavljaju generacijske razlike, obiteljske prošlosti i sadašnjost. Ona se mora suočiti s normalnim, očekivanim krizama, vezanim za periode života-rođenja, vjenčanja, smrti-, a isto tako i s krizama čiji su razlozi nerazumijevanja među članovima obitelji ili stresovi koji potječu od strane okoline.

Uključiti obitelj u terapijsko-edukativni program znači pomoći joj da postane aktivni protagonist, a ne pasivni element koji snosi promjene ili koji reagira bojkotirajući posao napravljen od strane korisnika i zajednice. Naše se intervencije temelje na korištenju tehnika obiteljske terapije i psihologije grupe. U program pokušavamo uključiti cijelu obiteljsku jezgru i ako je moguće i korisno, širu obitelj, preko grupa, kolokvija, seminara.

Osnovni je cilj reagirati u najkritičnijim razdobljima obiteljske zajednice. Taj cilj je lakše postići kada i sama obitelj zahtijeva pomoć i zatraži sudjelovanje u programu. U takvim je situacijama neophodno ponovno uspostavljanje uloga unutar obitelji i poboljšanje komunikacije među članovima, svjesno prihvaćanje ovisnosti vlastitog člana obitelji i neriješenih konflikata koji su prethodili ovisnosti, omogućavanje decentralizacije problema usredotočenog na ovisnika te ponovno aktiviranje svih izvora i funkcije obiteljske zajednice. Osim toga, obitelji se pomaže da se odvoji od terapijskog programa, ponovno obradi osjećaje krivnje i s jedne i s druge strane, te uspostavi veze s prirodnom i društvenom okolinom dok ne dostigne svoj osobni odnos zajedništva.

PRAVILA ZA ULAZAK I BORAVAK U TERAPIJSKOM CENTRU

- Svim korisnicima u programu psihosocijalne rehabilitacije u Zajednici Susret zabranjeno je konzumiranje opojnih sredstava i alkohola.
- Korisnik/ca u programu psihosocijalne rehabilitacije prihvaća pretragu (osobnu i osobnih stvari) pri ulasku u Centar te naknadno prema procjeni terapeuta. Ako se utvrdi posjedovanje nedopuštenih sredstava, iste će biti oduzete.
- Novac i ostale vrijedne stvari koji korisnik/ca donese u terapijski centar se pohranjuju u njegovu blagajnu do izlaska iz programa.
- Svaki korisnik/ca (ako je pušač) ima pravo na dnevnu količinu cigareta koja je propisana u terapijskom centru i koja je jednaka za sve korisnike, osim u slučajevima zabrane ili redukcije kao disciplinskih terapijskih mjera.
- Korisnik/ca je obvezan poštovati satnicu programa u terapijskom centru te sve aktivnosti: obroke, radno-okupacijske aktivnosti, slobodno vrijeme, terapijske grupe, osim kada terapeut odluči drugačije).
- Svaki korisnik/ca dužan je prihvatiti pomoć i nadzor starijeg korisnika/ce u zajednici u periodu prilagodbe u centru.
- Korisnik/ca prihvaća ograničenost kretanja u smislu samovoljnih neopravdanih udaljavanja iz centra.
- Nisu dopušteni telefonski razgovori osim uz dopuštenje i nadzor od strane odgovornog terapeuta u terapijskoj zajednici.
- U terapijskom centru nema nasilja, ni verbalnog ni fizičkog.
- U centru nisu dopušteni seksualni odnosi niti ponašanja koja bi se mogla u tom smislu okarakterizirati.
- Prvi ponovni boravak u obitelji, a radi provjere do tada postignutih rezultata, može biti nakon najmanje godinu dana programa te po procjeni terapeuta.
- Ako korisnik/ca samovoljno napusti centar prije završetka programa, eventualni povratak u centar može uslijediti tek nakon odluke stručnog tima.
- Korisnik/ca koji odluči samoinicijativno napustiti program dužan je prije napuštanja terapijskog centra sa sobom preuzeti sve svoje osobne stvari i isprave te o tome potpisati izjavu. Sve što ne ponese sa sobom ostavlja na raspolaganju za potrebe terapijskog centra.
- Ako korisnik/ca samovoljno prekine sudjelovanje u programu i napusti terapijsku zajednicu, centar nije u obvezi financirati korisnikovo putovanje.
- Korisnik/ca se obvezuju poštovati ostala programska pravila i kodeks ponašanja kako u centru tako i za vrijeme boravka izvan centra.
- Nepoštovanje ovih pravila dovodi do primjene odgojno terapijskih mjera, a u težim slučajevima, do prekida terapijskog programa i udaljavanjem iz centra.
- Korisnik/ca je dužan poštivati civilizacijske norme uvažavanja različitosti po nacionalnosti, religijskom opredjeljenju, spolu, rasi itd., odnosno konvencijom UN-a utvrđenih ljudska prava.
- Suglasan sam da se nadležnim pravosudnim tijelima, zdravstvenim ustanovama, tijelima državne uprave i drugim nadležnim organizacijama mogu dostavljati potvrde o mom smještaju u Dom za ovisnike u funkciji rješavanja mojih životnih okolnosti, bez pribavljanja moje posebne pismene suglasnosti.

Prihvaćam sva gore navedena pravila i svojim potpisom to potvrđujem.

Potpis: _____

U _____ dana _____

POTREBNI NALAZI I DOKUMENTACIJA ZA ULAZAK U DZO ZAJEDNICA SUSRET

1. PRIKUPITI SLJEDEĆE NALAZE:

- NALAZ PSIHIJATRA (važeći po datumu)
- ANTI – HIV (ELISA)
- MARKERI HEPATITISA B I C
- TPHA, VDRL (EIA antitreponemski test)
- EEG p.p. – prema dogovoru sa savjetnikom za pripremu
- NALAZ DERMATOLOGA (može i obiteljski liječnik izdati potvrdu)
- NALAZ GINEKOLOGA

2. JAVITI SE U NADLEŽNI CENTAR ZA SOCIJALNU SKRB RADI POKRETANJA POSTUPKA ZA DONOŠENJE RJEŠENJA O SMJEŠTAJU, POTPISATI ZAMOLBU ZA SMJEŠTAJ I PRIKUPITI DOKUMENTACIJU: javiti savjetniku za pripremu imena i prezimena te broj telefona socijalnog radnika/ce

3. REDOVITO SE JAVLJATI U SAVJETOVALIŠTE TIJEKOM PRIPREMNOG RAZDOBLJA DOLASKA U PRIHVATNI CENTAR:

- OBAVEZNO JE DOĆI U PRATNJI PSIHIČKI ZDRAVE OSOBE TE:
- DONIJETI OSOBNU ISKAZNICU, ZDRAVSTVENU ISKAZNICU I ISKAZNICU DOPUNSKOG ZDRAVSTVENOG OSIGURANJA TE ORIGINALNE SVIH NALAZA
- DONIJETI TERAPIJU ZA 8 DANA, S TIM DA SE PRVA DOZA TERAPIJE PIJE NA DAN ULASKA U PRIHVATNI CENTAR
- DONIJETI 24 KUTIJE CIGARETA CRVENOG YORKA

Savjetovanište „Zajednica Susret“ u Zagrebu, II Cvjetno naselje 17A, Zagreb

Tel/fax: 01/6040-198 ; mail: zagreb@zajednica-susret.hr

Savjetovanište „Zajednica Susret“ u Splitu, Stari Pazar 2, Split

Tel. 021/361200; Fax. 021/361311; mail: split@zajednica-susret.hr

POPIS STVARI KOJE MUŠKARCI SMIJU IMATI U TERAPIJSKOM CENTRU

ODJEĆA (zimski i ljetni)

Majica kratkih rukava	3 kom
Majica dugih rukava	3 kom
Košulja	4 kom
Trenirka	2 kom
Sportski komplet	1 kom
Traperice	2 kom
Radno odijelo	2 kom
Jakna ili kaput	2 kom
Kapa, šal, rukavice	1 kom
Remen	1 kom

OBUĆA

Cipele	2(1) kom
Tenisice	1(2) kom
Papuče	1 kom

PRIBOR ZA OSOBNU HIGIJENU

Pribor za brijanje
Aftershave (bez alkohola)
Dezodorans
Pribor za nokte

RUBLJE I POSTELJINA

Bokserice, gaće	6 kom
Potkošulja	6 kom
Čarape	5 kom
Pidžama	2 kom
Veliki ručnik	2 kom
Mali ručnik	2 kom

Posteljina
(jastučnica, šlifer, plahta) 2 kom

Naznačeni broj stvari je maksimum i ne znači kako korisnik mora imati sve stvari s popisa ako ih inače ne nosi.

Kod izbora odjeće se na prvo mjesto stavlja udobnost i praktičnost i nema potrebe kupovati novu.

U Zajednicu se ne nosi mobitel, mp3, nakit, vrijedni predmeti, vrijedni satovi i sl.

POPIS STVARI KOJE ŽENE SMIJU IMATI U TERAPIJSKOM CENTRU

ZIMSKA ODJEĆA

Traperice	2 kom
Trenirka	2 kom
Majica, dolčevita	2 kom
Košulja	2 kom
Pulover ili vesta	4 kom
Sportski komplet	1 kom
Ogrtač za tuširanje	1 kom
Šal, kapa, rukavice	1 kom
Jakna	2 kom

LJETNA ODJEĆA

Majice	
kratkih rukava	6 kom
Lagane hlače	2 kom

RADNA ODJEĆA

Hlače, majice,
jakna ili vesta (za
rad u vrtu i oko
kuće)

RUBLJE I POSTELJINA

Gačice (ne tangice niti čipkasto rublje)	10 kom
Potkošulja	5 kom
Grudnjak	4 kom
Bodi	2 kom
Čarape	7 kom
Hulahopke	5 kom
Pidžama	2 kom
Ručnik za plažu	1 kom

OBUĆA

Kućne papuče
Tenisice
Zimske cipele
Ljetne cipele

Radne cipele
Šlape za tuširanje
(japanke ili slično)

KOZMETIKA

Pribor za brijanje
Krema, mlijeko i tonik za lice
Dezodorans
Mlijeko za tijelo
Intimni sapun
Gel, pjena ili lak za kosu
Pribor za nokte
Šminka (sjenilo, maskara, puder, rumenilo, ruž)
Lak za nokte (nježne boje)
Boja za kosu (ako već imaju obojenu kosu)

Korisnica ne mora imati sve stvari s popisa ako ih inače ne nosi.

Kod izbora odjeće se na prvo mjesto stavlja udobnost i praktičnost i nema potrebe kupovati novu.

U Terapijskom centru se ne koristi novac, mobitel, mp3/mp4, nakit, vrijedni predmeti, vrijedni satovi i druge vrijednosti.

IZJAVA - TERAPIJA

Kojom ja, _____, kao korisnik Doma za ovisnike Zajednica Susret, potvrđujem da sam upoznat sa svim pravilima Doma, a posebno i specifično u odnosu na terapiju koju pijem i to na način:

- vrstu i količinu terapije određuje i mijenja isključivo nadležni liječnik,
- propisano se obvezujem uzimati sukladno liječničkim uputama tijekom boravka u Domu,
- u slučaju izlaska iz Doma preuzet ću terapiju dostatnu za 24 sata, odnosno do dolaska svom liječniku u grad iz kojeg dolazim.

Uzimam na znanje da svako ponašanje izvan ovog uvjetuje otkazivanje smještaja u Domu, a svi eventualni neredi izazvani nepoštivanjem propisa djelovanje nadležnih službi.

Svjestan sam da prije izlaska iz terapijskog centra moram sam, kao odrasla odgovorna osoba, planirati svoju daljnju prijavu nadležnom liječniku po mjestu prebivališta.

Datum:

Korisnik:

IZJAVA

Kojom ja _____, broj osobne: _____ izjavljujem da svojom voljom i na temelju rješenja centra za socijalnu skrb ulazim u Dom za ovisnike ZAJEDNICA SUSRET, Stari Pazar 2, Split.

Na temelju liječničke dokumentacije sa sobom nosim propisanu mi terapiju. Kako putujem u pratnji _____, ovom izjavom potvrđujem da sam toj osobi predao terapiju kako bi je čuvala na putu do krajnjeg cilja putovanja.

Terapija se sastoji od ukupno :

U _____, g..

(ime i prezime obveznika)

(adresa)

(kontakt)

IZJAVA

Ja _____ (obveznik),

obvezujem se da ću jednom mjesečno dostavljati 2 šteke cigareta (York, crveni),

najkasnije do 20. dana tekućeg mjeseca za sljedeći mjesec, za korisnika

_____ iz _____,

koji se prima na smještaj _____.

OBVEZNIK: _____

KORISNIK: _____

U _____, dana _____

IZJAVA

Kojom ja _____, korisnik usluge smještaja i tretmana u Domu za ovisnike ZAJEDNICA SUSRET, ako po rješenju CZSS ostvarim pravo na mjesečni džeparac od 100,00 kn izjavljujem da ću isti nastojati redovito utrošiti na osobne potrebe, uključujući duhan, odnosno trošiti sukladno svojim potrebama i željama, ali ne suprotno ciljevima tretmana.

Od istog novca, ako ne postoji drugi izvor sredstava, suglasan sam da se izdvoji za troškove puta po izlasku iz terapijskog centra od zadnjeg/ih mjesečnog/ih iznosa, kao i da se refundira ostvareni trošak do primitka rješenja od CZSS.

Korisnik

MJEŠOVITI PRIHVATNI CENTAR CISTA VELIKA – Informirani pristanak

Kao odrasla osoba koja samovoljno prihvaća sudjelovanje u programu i podršci koje pruža DZO ZAJEDNICA SUSRET neophodno je da si upoznat/a s pravilima, pravima i ograničenjima s obzirom na Program **Projekt čovjek**, kao i s povjerljivošću.

Informacije o korisniku-ci
Ime i prezime: _____
OIB: _____
Prebivalište/boravište : _____
Datum rođenja: _____

PRIHVATNI TERAPIJSKI CENTAR CISTA VELIKA – informacije, pravila, povjerljivost

POVJERLJIVOST

Očekivanja vezana za program i programske aktivnosti navedeni u nastavku: korisnik/ca ima pravo na povjerljivost s obzirom na savjetodavni rad tijekom pripreme u PTC na temelju Zakona o zaštiti osobnih podataka. DZO ZAJEDNICA SUSRET zakonski ne može dijeliti sadržaj vezan za povijest ili aktualnu situaciju korisnika/ce, bez izražene dozvole (osim u okviru stručnog tima za odobrenje prijema). Kako je neophodno radi statističkih podataka pratiti generalna obilježja i trendove, DZO će ukloniti sve identifikacijske informacije vezane za korisnika/cu.

DZO ZAJEDNICA SUSRET prati zakonske propise o povjerljivosti, korisnik/ca treba biti upoznat/a u izuzetke kada se uključuju nadležna tijela i institucije:

1. Ako postoji opravdan razlog za koji postoji indikator da bi korisnik/ca mogla povrijediti drugu osobu.
2. Ako postoji dobar razlog za vjerovati da korisnik/ca zlostavlja i zanemaruje dijete ili vulnerabilnu odraslu osobu.
3. Ako postoji opravdan razlog za vjerovati da bi korisnik/ca povrijedio/la sebe

Sudjelovanje u programu **Projekt Čovjek** sa sobom nosi potencijalni emocionalni rizik. Pristup emocijama i mislima o kojima korisnik/ca duže vrijeme ne žele misliti, dio su procesa ozdravljenja koji može biti bolan. Važno je biti svjestan činjenice da je rizik vrijedan za dobiti promjene na koju korisnik/ca pristaje.

Pravila programa u PTC CISTA VELIKA na koje korisnik/ca pristaje potpisom:

1. U svome radu, radnici su dužni poštovati temeljna ljudska prava – dostojanstvo, privatnost i autonomiju pojedinca; voditi se moralnim načelima, na što se obvezuju i korisnici.
2. Svi uključeni, radnici i korisnici usluga, dužni su poštovati nacionalnu, rasnu, vjersku, spolnu, kulturnu i svaku drugu različitost, a sve sa svrhom poticanja i razvijanja međusobne tolerancije i uvažavanja!

3. Tijekom trajanja pripreme za prijem u PTC dolazit ću na zakazane savjetodavne termine u nadležno savjetovalište gdje ću imati psihoedukaciju o spolno i krvlju prenosivim bolestima, kao i reproduktivnom zdravlju.
4. Bilo kakav oblik verbalne ili fizičke agresije, prema osoblju i drugim korisnicima programa smatrat će se indikatorom za automatsko isključenje iz programa.
5. Seksualni odnosi među korisnicima strogo su zabranjeni i indikator su za automatsko isključenje iz programa.
6. Korisnici usluga moraju poštovati kućni red i propisane norme ponašanja korisnika u zajednici.
7. Poštovat ću i redovno uzimati propisanu terapiju izdanu od stane nadležnog psihijatra i razumijem da o svojoj terapiji i dozi ne mogu razgovarati ni s kim osim s terapijskim timom PTC-a i psihijatrom.
8. Pristajem da nalaz psihijatra tijekom moje uključenosti u program bude u posjedu DZO ZAJEDNICA SUSRET te da medicinski i terapijski tim ima uvid u moju medicinsku dokumentaciju.
9. Suglasan sam da ću u točno određeno vrijeme osobno dolaziti po propisanu terapiju.
10. Suglasan sam propisanu terapiju popiti pred osobljem.
11. Dužnost svog osoblja uključenog u provedbu ovog programa uključuje strogo pravilo povjerljivosti i tajnosti vezano uz osobne podatke i uključenost korisnika u program.

Izjava o suglasnosti:

Ja, _____, ovim dajem svoj pristanak za sudjelovanje u programu unutar PTC i to tako što sam informiran/a o programu i programskim aktivnostima te da ću poštovati gore navedena pravila programa. Nepoštovanje ovih pravila predstavlja indikaciju za isključenje iz programa.

INFORMIRANI PRISTANAK ZA KORIŠTENJE OSOBNIH PODATAKA

Ja.....
Rođen/a u
Adresa
Ušao/la u DZO Zajednica Susret dana.....

Informiran sam o korištenju i zaštiti mojih osobnih podataka:

Dajem pristanak na korištenje()

Ne dozvoljavam korištenje ()

IZJAVLJUJEM

Da sam upoznat/a s činjenicom da je terapijski centar u kontaktu s institucijama koje su me uputile kao i sa zdravstvenim i ostalim ustanovama koje se brinu o mom psiho-socijalnom oporavku te da međusobno izmjenjuju podatke.

Također sam informiran/a da djelatnici terapijskog centra me mogu u bilo kojem trenutku testirati na prisutnost opojnih sredstava ili alkohola.

Potpis korisnika

Potpis djelatnika Zajednice Susret

U _____

INFORMIRANI PRISTANAK NA SNIMANJE I FOTOGRAFIRANJE

Ja _____

Rođen/a u _____

Adresa _____

Ušao/la u Zajednicu Susret _____

DOZVOLJAVAM

NE DOZVOLJAVAM

Da me snimanju i/ili fotografiraju djelatnici Zajednice Susret u bilo kojoj prigodi i za bilo koju namjenu (edukaciju, internu upotrebu...).

Ovo ovlaštenje je važeće dok ga svojevolumeno ne promijenim.

Korisnik

U _____

IZJAVA O PREKIDU PROGRAMA ILI NAPUŠTANJU TERAPISJKOG CENTRA

Ja,

Izjavljujem da ukoliko napustim program, prihvaćam da mi djelatnici Zajednice Susret ne daju sav moj novac (ukoliko ga imam) kao ni kreditne kartice, nego da sve o trošku primatelja pošalju na adresu nekog od članova obitelji čije ću ime i adresu javiti u roku od 10 dana od dana napuštanja programa.

Također izjavljujem da u slučaju prekida programa, Zajednica Susret nema nikakvu odgovornost prema mojim osobnim stvarima koje sam ostavio/la u centru.

Potpis korisnika

Potpis djelatnika

U _____

STRUKTURA DANA
TC Ivanovac i TC Cista Velika

07.00-07.30 buđenje i higijena
07.30-08.00 doručak, kava
08.15-08.30 jutarnji sastanak
08.30-12.00 radno vrijeme
12.30-13.00 ručak
13.00-14.00 slobodno vrijeme
14.00-15.00 popodnevni odmor
15.00-15.15 kava
15.15-15.30 marendu/užina
15.45-18.45 radno vrijeme
19.15 gledanje Dnevnika
19.30 večera
20.30-21.30 organizirane ili slobodne večeri
21.30 higijena
22.00 odlazak na počinak
22.30 gašenje svjetla i laku noć

Podjela **medikamentozne terapije** je nakon obroka, odnosno prema uputama liječnika.

Raspored vrijedi za sve dane osim **srijede i subote**, kada je sportsko poslijepodne te **nedjelje** kada je slobodno vrijeme.

Različite **grupe i radionice** održavaju se u radno vrijeme i sudjelovanje na istima je obavezno jer su dio programa odvikavanja od ovisnosti.

Tijekom radnog vremena, osim grupa i radionica, korisnici rade različite **poslove** (npr. kuhanje, pospremanje, briga o okolišu i slično) te sudjeluju u **kreativnim aktivnostima** (npr. izrada suvenira, nakita, ukrasnih predmeta...), obavljaju **sezonske poslove** kao i poslove specifične za centar u kojem se nalaze.