*PSIHOSOCIJALNI TRETMAN PO PRINCIPU*

***„PROJEKT ČOVJEK“***

(za internu uporabu)

**UVOD**

Zajednica Susret je neformalno nastala krajem 1990. u Splitu kao odgovor na tadašnju pojavu problema ovisnosti. Oko sestre Bernardice Juretić okupila se skupina građana/volontera i svoje djelovanje započeli su 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 bio je 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 Onesina 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 SUSRET.

Naime, do 1999. godine jedini mogući oblik djelovanja bio je u vidu nevladine organizacije. 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 (Cistu Veliku, Ivanovac, Paučje i Čiovo) koji su pružali uslugu psihosocijalnog tretmana u obliku terapijske zajednice. Ipak, 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.

**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. Oko stotinjak terapijskih zajednica/komuna danas djeluje u Italiji.

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. Prolazi iskustvo boravka i rada u zajednici te dvije godine tamo volontira. Također upoznaje i drugog velikog utemeljitelja terapijskih zajednica, don Maria Picchia, utemeljitelja jedne od najvećih terapijskih zajednica CeIS (Centro Italiano di Solidrieta') te se ubrzo i educira za rad po principima **Projekt Čovjek**. 1991. godine počinje s radom prvo savjetovalište koje u začetku radi s ovisnicima i priprema ih za odlazak u terapijske zajednice u Italiji. Početkom 1991., don Pierino dolazi u Hrvatsku pronaći adekvatnu lokaciju za otvaranje prve terapijske zajednice na području bivše Jugoslavije, a vjerojatno i na području Balkana. Odlučuje se za staru župnu kuću u Cisti Velikoj koju na raspolaganje daju tadašnji župnik don Pave Medić i splitsko-makarski nadbiskup don Ante Jurić. Don Pierino osigurava sredstva za obnovu kuće te se u lipnju 1991. godine, otvara zajednica u Cisti Velikoj s devet Talijana i jednim Hrvatom. No, period entuzijazma je kratko trajao budući da se zbog rata muškarci povlače u Italiju posljednjim trajektom koji je isplovio iz Splita za Anconu, krajem kolovoza 1991. Kako ratne strahote nisu jenjavale niti je broj ovisnika opadao, a zbog rata nisu mogli u inozemstvo na tretman, Bernardica se odlučuje na samostalni program te 15. prosinca 1992. godine otvara prvu hrvatsku terapijsku zajednicu u Cisti Velikoj, a potom se otvaraju još tri (u Paučju kod Đakova, Ivanovcu kod Okučana i ženska terapijska zajednica na Čiovu). 2000. godine počinje s radom i prva terapijska zajednica u Republici Srpskoj te Bosni i Hercegovini.

Uz odobrenje don Pierina i u znak zahvalnosti prema njemu i svemu što je učinio za otvaranje terapijske zajednice u Hrvatskoj, Bernardica odlučuje dati zajednici ime Zajednica Susret što je prijevod od Comunita' Incontro te koristiti logo kao što ima upravo i Comunita' Incontro kojeg čine tri galeba u krugu. Za terapijski program preuzima program **Projekt Čovjek** (Progetto Uomo) radi njegove strukture te podrazumijeva sudjelovanje stručnjaka u procesu rehabilitacije. Potporu u edukaciji djelatnika i roditelja dao je CeIS Brescia (Centar Solidarnosti Brescia) na čijem je čelu tada bio otac Fiorenzo Reati.

Potporu programu dao je i sam don Mario Picchi preko svoga zamjenika Juana Corellia koji je nekoliko dana boravio u Zajednici Susret planirajući suradnju.

**„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]](#footnote-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 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 na prihvaćanje različitosti drugog kao vrijednosti, kao izvora uzajamnog obogaćivanja koje teži prema zajedničkom dijeljenju i istinskoj suradnji. **Projekt Čovjek nastao je da bi prepoznao 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 na hodanje u slobodi i kao put koji nas upućuje na traženje Boga u čovjeku. I dok nas taj put vodi neposrednom pomaganju, istovremeno nas potiče nuditi izravnu neposrednu pomoć te gledati naprijed i tako pridonositi promjenama u društvu. **Projekt Čovjek je neprestana provokacija koja nas tjera da bi se trgnuli.** Prisiljava nas na zalaganje za teme od velikog značaja, odgovarajući pri tom na sve potrebe i hitnosti današnjice, direktno i odmah. Kao što su nam svojim primjerom pokazali Majka Terezija u Indiji i Marcello Candie u Amazoniji.

**Projekt Čovjek znači ljubiti;** ljubiti sva stvorenja i njihove vrijednosti poštujući ih i pomažući bez osuđivanja.

Evanđelje ne kaže kako je ljubiti čovjeka važnije nego li ljubiti Boga već kaže kako ljubav za bližnjega otkriva stav onoga koji se daruje. Onaj pomak koji nam dopušta izaći iz naše zatvorenosti, našeg egoizma i naše oholosti.

**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 u druge i u Boga. 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, čovjek pokazuje globalnu ovisnost o sredstvu ovisnosti. Ovisnost ima samo fiktivni značaj prikrivanja nesposobnosti osobe stvoriti vlastitu samostalnost i odrasti.
2. Grupe su glavni instrument našeg rada. U njima korisnici, ponekad i dramatičnog intenziteta, 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 krenuti ispočetka na njihovu putu rasta i omogućuje im zrelije živjeti iskustvo odgovorne ljubavi.
3. Našim korisnicima kažemo kako je pristupanje programu njihov izbor. Štoviše, prvi zreo izbor u njihovu životu koji 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 kako svoju prošlost zauvijek ostavlja 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, oslobađa se ropstva ovisnosti i svih njoj podređenih problema. Tom čovjeku kažemo kako mora ponovno steći povjerenje njemu važnih osoba, a to može samo preko konkretnih činjenica. Mi vjerujemo u njegovu budućnost i njegove mogućnosti preodgajanja kao čovjeka.
6. Solidarnost prema ovisniku ne iskazuje se činima sažaljenja ili popuštanja nego odgovornom ljubavlju koja ponekad uključuje strogoću i kažnjavanje zbog pogreške, a s konačnom svrhom pomaganja u borbi protiv recidiva, izolacije i opravdanja za pogrešna ponašanja.
7. Dok je ovisnik u programu, paralelno se radi s članovima njegove obitelji pomažući im odgovornom pristupanju tretmanu, zauzimajući strategiju ponašanja koje će pomoći ovisniku na njegovu putu prema zrelosti. S tom svrhom članovi obitelji sudjeluju u tjednim grupama koje vode roditelji bivših ovisnika i za to pripremljeni terapeuti.

**OSOBA I OVISNOST**

Tko je zapravo ovisnik?

Na to jednostavno pitanje nije lako dati jednostavan odgovor.

Ovisnost je već dugi niz godina sablast koja život u društvu čini nemirnim i oduzima spokoj svakoj obitelji. U prošlom stoljeću više se radilo o opojnim sredstvima i alkoholu dok se danas susrećemo s nekoliko tipova ovisnosti: ovisnost o psihoaktivnim sredstvima, ovisnost o alkoholu, ovisnost o igrama na sreću ili kockanju, ovisnost o pornografiji, ovisnost o hrani, ovisnost o internetu…

Ono što je učinjeno do sada nije bilo dovoljno za zaustavljanje ove epidemije čije se štete ne mjere samo u broju mrtvih, već i u teškim gubicima životne energije. Da bismo mogli shvatiti ovaj problem, prvo je potrebno razumjeti zašto postoji jedan tako raširen i uznemirujuć fenomen. S ovim pitanjem treba se suočiti s poniznošću onog koji nema odgovor u džepu i zbog toga osluškuje svaki glas i proučava, bez predrasuda, svaki pokušaj objašnjenja. Ali odmah, nakon toga, hitno je i prijeko potrebno učiniti nešto konkretno i zajedničkim snagama (i država i društvo, institucije i volonteri). Ne kao konkurencija, već zajedno.

Ne razumiju još svi kako to da se osobe, vrlo često i jako mlade, odlučuju na korištenje i uzimanje supstanci koje ugrožavaju, uz fizičko i mentalno zdravlje, i sposobnost djelovanja. Rješenja koja se nude njišu se između pokušaja umanjivanja ovog mračnog zla i zahtjeva za drastičnim represivnim intervencijama prema onima koji raspačavaju ili koriste opojna sredstva. Sve se više čuje glas onih koji žele i zahtijevaju nekoga tko bi očistio društvo od droge i drugih ovisnosti na bilo koji način, pod svaku cijenu i što je prije moguće. Tražilo se rješenje snaga reda te su se zatvori punili osobama koje su koristile opojna sredstva, a za koje zatvorska kazna nikako ne može biti preodgojna, kako bi želio zakonodavac.

Također se pokušavalo, a i dalje se pokušava, pobijediti drogu s ulice kontroliranom uporabom drugih sredstava, ali ni heptanon ni subutex nisu dostatni za ovu borbu.

Ta farmakološka iluzija samo je sol na rani. Za jednu efikasnu strategiju rehabilitacije i prevencije koja ne bi odustala od već učinjenih stvari, potrebno je usredotočiti pažnju na glavnog glumca ove drame modernih vremena - osobu u nevolji. Pa tko je zapravo onaj ili ona koga zovemo OVISNIK?

Naš rad usmjerava pažnju na čovjeka kojeg shvaćamo kao „**osobu s problemom više“.** Ovaj način suočavanja sa situacijom radikalno mijenja kut gledanja i olakšava pokušaj približavanja - droga je simptom jednog zla i nevolje koja se ne tiče samo mladih. Susret s drogom, kako na legalnom tržištu lijekova i alkohola, tako i na onom ilegalnom, stavlja svakome na raspolaganje anestetik pritiscima života i životnom naporu. Dakle, bijeg koji prihvaćanje vlastite odgovornosti odgađa do vječnog sutra. *Ovisnik o opojnim sredstvima ili bilo kojem drugom sredstvu ovisnosti, ne može biti definiran kao delinkvent, bolesnik, uživatelj u porocima, okrivljenik ili žrtva. On je osoba u situaciji slabosti, u vremenu samoće koju je potrebno pratiti bez kompromisa, prestrašena osoba koju treba podržati i ohrabriti, osoba koja je izgubila vrijednosti i potrebno ju je ponovno motivirati i oživjeti.*

Upravo stoga što je ta osoba sposobna ponovno zagospodariti svojim životom, nalazeći u samoj sebi snagu za ponovni početak i oslobođenje, naš program inzistira na individualnoj odgovornosti ovisnika u izboru ovisnosti. S tim se ne umanjuju psihološki, socijalni, ekonomski, društveni i drugi faktori koji mogu utjecati na osobne odluke. Ono što najviše pogađa ovisnike je slaba vezanost za život i za sve ono što u društvenim okvirima ima neko značenje. Potreseni su, boje se budućnosti i zbog toga klonu u samoći njihovog malog svijeta. Korisnici psihoaktivnih supstanci često se pojavljuju kao osobe u krizi identiteta, u konfliktu sa samim sobom, u bijegu pred vlastitim odgovornostima, u potrazi za neposrednim blagostanjem koje nikada ne uspijevaju osigurati, u nemogućnosti (nesposobnosti) rješavanja problema koje obitelj, posao, škola, emocionalni odnosi stavljaju pred njih. Pesimisti su, imaju vrlo nisko samopoštovanje i samopouzdanje i žive u ogromnom strahu kako neće biti cijenjeni od drugih. Takvim osobama malo znače strogi zakoni ili zamjenski lijekovi. Njima može pomoći jedino društvo koje se ozbiljno preispituje o kvaliteti osobnog i društvenog života i koje najslabijima učinkovito pomaže ponovno zadobiti sposobnost živjeti kao odrasli, slobodni i vedri ljudi. U našim inicijativama pažnju usmjeravamo na konkretne potrebe čovjeka u nevolji želeći mu ponuditi privremenu pomoć putem iskustva ispunjenog vrijednostima koje ga čine protagonistom ponovnog osobnog rođenja i pozitivnog ulaska u društvo. Ovaj program nudi više od borbe protiv ovisnosti. On pruža pomoć za život i uvjerenje da osoba, ako je slobodna, ne bježi u ovisnost. Ako se vjeruje u jedno više civilizirano društvo krojeno po mjeri čovjeka, nužno je oduprijeti se ravnodušnosti i strahu.

**OPERATER (djelatnik) U PROJEKTU ČOVJEK**

Operater u **Projektu Čovjek** je odgojitelj koji brine o osobi dopuštajući joj neovisan i samostalan rast, pomažući razviti vlastiti, jedinstveni, neponovljivi ljudski potencijal. Odgojitelj ne očekuje nagradu niti zahvalu. Njegova je snaga nadasve poniznost, potrebna kako bi susreo drugoga poštujući njegovu složenost, intimnost, samostalnost i identitet. Potrebno je, dakle, imati smisao nove pedagoške zadaće koja je pred nama. Pravi operater - odgojitelj mora biti ljudski i iskustveno bogata osoba. Osoba željna učenja i sposobna u svakodnevnom poslu i u svakom trenutku otkriti kako je život dar i kako je život pun darova. Kada sol želi dati okus hrani, topi se. Ako svijeća želi osvijetliti one koji su u kući, mora izgorjeti.

**U našem odgojno-terapijskom programu biti operater znači biti sol, biti svjetlo. Žrtvovati nešto od sebe u korist drugih da bi se crpila snaga iz ovih razmjena punih životne energije.**

Operater stoji uz osobu s poteškoćama, ne kao nadglednik, ne kao dobrotvor ili učitelj, već kao suputnik i kao ljudsko biće s istim životnim problemima s kojima se mora suočiti svaki dan. Kriterij izbora operatera nije isključivo vezan uz akademske kvalifikacije nego uz spoj njegovih ljudskih sposobnosti: SLUŠANJE, DOSTUPNOST, SLUŽBA, a onda dolaze na red one profesionalne vještine. Temeljna edukacija operatera potrebna je ne samo zbog osnovnog znanja o poslu već i za procjenu sebe kao osobe. Kao što uvijek mora biti za onoga koji ima veću odgovornost u zajednici, operater se mora čuvati od opasnosti ne zloupotrijebiti vlastitu moć. On sudjeluje u hijerarhiji službe u kojoj tko ima više, više i daje. Metode, tehnike, sredstva ne smiju nikada prevladati nad pravim protagonistom života - čovjekom. Vođenje života u terapeutsko-edukativnim strukturama mora biti iznimno pažljivo kako bi se izbjegao svaki oblik psihološkog nasilja koje može dovesti do stvaranja jedne nove ovisnosti u zajednici ili o grupi odgajatelja. Operater je najnormalnija osoba koja na svoja leđa stavlja zapregu i zajedno s drugima odlučno vuče. Ovaj predvodnik se oslanja na milost u najširem smislu:

- NADU kako bi u srcima drugih mogao hraniti povjerenje u život,

- VJERU kako bi mogao voditi grupu prijatelja i sebe prema jednom cilju, a to je život,

- PONIZNOST priznajući da je sredstvo jednog nacrta puno većeg od sebe. Na sposobnost primanja i slušanja, na prihvaćanje drugog, na jednu motiviranu službu, neprekidnu i kvalitetnu, izbjegavajući zamke zavisti, ljubomore, oholosti.

**FAZE PROGRAMA**

**SAVJETOVALIŠTE**

S obzirom na to da se TZ najčešće nalazi 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 tako postaje centar u kojem se ostvaruje prvi kontakt s ovisnikom i njegovom obitelji.

Obavezni psihoterapijski tretmani koji se provode u Savjetovalištu su:

1. priprema za ulazak u TZ,
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 rjeđem slučaju. Ono što je puno učestalije je upravo obitelj koja napravi pritisak na dolazak korisnika. Prvi razgovor bi trebao završiti prvim dogovorom koji čini trokut između terapeuta – ovisnika – obitelji. Neophodna priprema za ulazak u TZ podrazumijeva 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.

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**

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 daljnje 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 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.

***Aktivnosti:***

* individualni razgovori s psihologom po potrebi,
* individualni razgovor s operaterom po potrebi,
* razgovor s psihijatrom po potrebi,
* terapijske grupe: jednom tjedno,
* radne aktivnosti: planiraju se mjesečno, a obavljaju svakodnevno,
* sportske i rekreativne aktivnosti planiraju se tjedno,
* organiziranje slobodnog vremena planira se na tjednoj bazi.

**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 njezina 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 drugim zajednicama kao što su npr. religiozne zajednice, zatvori, bolnice, vojska...

Ono što našu terapijsku zajednicu razlikuje od ostalih zajednica je tretiranje jednog specifičnog problema, odnosno ovisnosti, 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, poslovi i odgovornosti, sastanci, rekreacija…) su upravo osmišljeni tako da potiču izlječenje, 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 vidu 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 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 svakodnevnim 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 svakodnevnim konfrontacijama i dijeljenjima iskustava, doživljaja i osjećaja na grupama. Stariji korisnici uvijek su model mlađima i osiguravaju im podršku ohrabrujući ih u ustrajanju u svakodnevnim 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) je motivacija unutarnje prirode i osoba se sama želi uključiti u program, jer uviđa kako 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 razrješava 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 mišljenu, 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 koji traje od 6 do 18 mjeseci, u kojem 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 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 doživljaj. 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. Razvijanje vještina 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. Idući korak bi bio pretvoriti tu svjesnost 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 pokazivanje zalaganja i motivaciju kako bi se potpuno uključio 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 zagarantiran i strukturiran od zajednice, korisnik napreduje putem svoje svjesnosti i provjere problema, razrješava 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 do 12 mjeseci. 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 programu. 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 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 ni jedna 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), razina 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 ako 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 poštovanje 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 napreci 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 s doživljajem samog sebe koji je u osnovi loš. Učeći razliku između ponašanja od doživljaja sebe osnova je promjene identiteta. Promjenu slike o sebi povratno prati i promjena ponašanja u pozitivnom smjeru.

1. 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.

1. Ulagati u sebe i u druge.

Eksplicitna 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 podcjenjuje se ili se u nekim slučajevima precjenjuje. 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.

1. Odgovornost i žrtva.

To što činiš, činiš za svoje dobro.

1. 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 dobiva *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 ohrabrivanje, već i konfrontiranje, izazove, kritiziranje ponašanja koja nisu u skladu s ciljevima tretmana. Ova dva principa su 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.

1. 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 neprihvaćanjem. Direktne instrukcije starijih korisnika i terapeuta guraju osobu naprijed, uz prihvaćanje pravila bez obzira na to što još uvijek ne razumije njihovu biti. Prihvaćajući pravila i principe jednom, shvatit će zašto su cijeli život živjeli pogrešno.

1. 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!

1. 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.

1. Imaj povjerenja u grupu i onoga tko brine o tebi.

Prihvaćanje 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.

1. 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.

1. Bolje je davati nego primati.

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.

1. 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 navedeni 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 sankcijama 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 droga, 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. Prihvaćajući 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 podlijeganju 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 u 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.

1. 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.

1. 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.

1. 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 kroz dan 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 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.

1. Osobna *prozivka* ili kritika

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 kad god osobna situacija korisnika to zahtjeva.

1. Službena kritika

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

1. 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 skrivaju određeno ponašanje i pokazati pravac kako bi se promjene pokrenule. Ovo je za korisnika regresija, ali i istovremeno trenutak kretanja prema naprijed u osobnom razvoju.

1. 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.

1. Seminar

Riječ je o sredstvu za informiranje u kojem se pretpostavlja kako sudionici imaju mogućnost izraziti što misle i znaju o temi o kojoj se raspravlja, a 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. Pretpostavka 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.

1. 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 bivanja sa samim sobom i reaktivno odgovaranje na vlastite potrebe. Dozvoljava razvijanje sposobnosti i ne završava 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 strukturirano tako 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 dramatičnim intenzitetom izražavaju bolne i frustrirajuće situacije, potisnute i nejasne emocije i emotivna proživljavanja vezana uz 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**.

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

***Statička grupa*** je susret gdje svaki korisnik 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 izvan 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 najčešće dva korisnika koji su u konfliktu, a nisu ga uspjeli razriješiti i iskomunicirati, već uz pomoć terapeuta koji je medijator rješavaju aktualnu problematiku. Cilj grupe je izraziti emocije ljutnje koje su se nagomilale zbog međusobnih odnosa.

***Grupa analize*** je grupagdje se raspravlja o specifičnim argumentima kao što su obiteljski problemi, seksualni problemi i općenito problemi u odnosima.

***Ekspanzivna grupa (gruppo esteso) -*** u toj grupi može se 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 zahtjevna i za korisnike i za 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 naučiti se upravljati i kontrolirati ona stanja koja su u prošlosti naštetila osobi.

**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 korisnika se premješta u novu kuću (stambenu zajednicu) gdje korisnik može ipak drukčije organizirati vrijeme, a iako se zadržava odnos zajednice, mora preuzeti veće odgovornosti.

Prijelaz treba biti postepen jer susret s realitetom je sukob gdje se, izvan zajednice, mora suočavati sa svakodnevnim obavezama i odgovornostima. Tri su faze u resocijalizaciji i ovo je faza terapijskog programa u kojoj plan programa treba biti maksimalno individualiziran.

**FAZA A**

Korisnik ima više privilegija: može koristiti telefon, ima novca 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 se 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 kako 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.

**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 postati 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, posredstvom 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 odvojiti se od terapijskog programa, ponovno obraditi osjećaje krivnje i s jedne i s druge strane te uspostaviti veze s prirodnom i društvenom okolinom dok ne dostigne svoj osobni odnos zajedništva.

**VRIJEDNOSTI UČENJA ZAJEDNICE**

Postoje riječi, definicije, etikete koje se neprestano ponavljaju u našim terapijsko-edukativnim programima tako da čine njihovu konstrukciju. Jedan od tih pojmova je **prihvat novih korisnika**. Prihvat za nas nije samo faza u programu već je dimenzija slušanja i pažnje prema svima bez diskriminacije i predrasuda. Onome tko kuca na naša vrata ne možemo odgovoriti s DA ili NE na bazi ekonomske situacije, socijalne kulture, političkog i religioznog uvjerenja ili na bazi njegove osobne iskaznice ili pak potvrde o mjestu prebivališta.

Posebno **slušanje** je od temeljne važnosti, a radi se o jednoj zahtjevnoj ljudskoj kvaliteti jer to znači slušati bez izražavanja sudova i predrasuda, prihvatiti i odrediti stanje empatije, biti dakle na mjestu drugog dok nam govori o sebi, ali bez zauzimanja prostora drugog i mijenjanja s njim. Zbog toga što se komunicira ne samo riječima već i rukama, očima, tijelom, slušati znači dati pažnju i tumačiti ove neverbalne poruke koje često otkrivaju puno više od riječi.

Pojam **terapijska zajednica** mora se koristiti s preciznošću. Vrijednost grupe ima veliku važnost. Znanost i iskustvo dokazuju da otpori osobe koja živi jednu jaku životnu nevolju mogu biti pobijeđeni pod pritiskom homogenog zajedništva prijatelja pa život u zajednici može biti sam po sebi trenutak formiranja jedne odrasle i uravnotežene osobnosti. Zajednički put nalazi konkretan izraz za zajednicu koju naziva terapeutskom. Osim što osobi u poteškoći nudi boravak u alternativnom ambijentu od onog iz kojeg potječe, stavlja mu na raspolaganje trajni oslonac posredstvom točno definiranih psiholoških dinamika koje pomažu pri spoznaji i nadvladavanju uzroka vlastite egzistencijalne nevolje.

Sljedeći pojam koji je potrebno pažljivo koristiti je **oporavak.** Ne želimo ponovno prilagoditi osobu na jedan društveni sistem već joj ponuditi biti sredstvo i protagonist za ostvarenje vlastitog projekta kvalitetno drugačijeg života, sudjelujući i u promjeni ukupne društvene zajednice.

**Solidarnost -** prva vrijednost terapijskog programa nije sažalijevanje niti javna pomoć već je sigurnost u sposobnost čovjeka zajedno s drugima sagraditi svoj život.

**Volontarijat** nije zastupanje, već aktiviranje ljudskih i društvenih energija i izvora s ciljem da svi budu protagonisti, svojevrsna promocija osoba koje vlastitu nevolju pretvaraju u svjedočanstvo i trud.

Obitelj, u skladu s mogućnostima, obnaša primarnu ulogu u našim intervencijama, što zbog doprinosa koji se od nje traži u oporavku korisnika, što zbog puta koji su sami članovi obitelji dužni prijeći. Operaterima je često neophodna suradnja roditelja, braće i sestara, bračnih drugova, prijatelja koji se u punom smislu mogu definirati kao terapeutski partneri. Polazeći od ovih pretpostavki, naši programi osobama u poteškoćama nude specifičan način intervencije, duboko iskustvo poznavanja sebe, podučavanje prema slobodi, bratskom dijeljenju te razvoju dosad pokopanih životnih energija.

Sve ovo zajedno ima za cilj pomoći osobi u dostizanju ravnoteže između osjećaja i razuma, unutar jednog edukativnog ambijenta čiji se zakoni zovu: **poštovanje prema sebi i drugima, zanimanje, povjerenje i sudjelovanje.**

**DUHOVNOST U PROGRAMU**

Zajednica surađuje s mjesnom crkvom, ali nije crkvena institucija niti molitvena grupa. U sklopu našeg programa ne postoje religiozne aktivnosti na koje su prisiljeni roditelji i korisnici.

No, terapijski program podrazumijeva duhovnost. Terapijsko je iskustvo zasigurno i duhovno iskustvo. To potvrđuje činjenica kako očajne osobe - roditelji, i duhovno ugrožene osobe - korisnici, pomoću topline intenzivne odgovorne ljubavi i zahtjevne solidarnosti ponovno postaju bića sposobna voljeti. To je sigurno rezultat duhovnog puta.

„Osoba nezadovoljna ljudskom dimenzijom htjet će krenuti u potragu za transcendentalnim humanizmom. Naravno da će biti pomognut terapijskim iskustvom u kojem se poštuju mnoge vrijednosti koje pripadaju i u autentičnom duhovnom iskustvu - solidarnost, poštovanje, poštenje, podjela, oprost, veselje, ponovno rađanje. Ukratko: novi život.“ (don Mario Picchi)

Korisnike upućujemo i u specifičnost religije: vjerujemo da je kršćanstvo ispunjenje duhovne potrage svakog čovjeka. Govorimo korisnicima i o Isusu Kristu Sinu Božjemu i savršenom čovjeku. Ovim otvorenim kršćanskim pristupom poštuje se sloboda svijesti i savjesti svakog pojedinca, no kod korisnika nastojimo pobuditi i probuditi neku vrstu zdravog nemira zbog bitnih životnih vrijednosti.

Kad se korisnicima pomogne postaviti sebi pitanje o dubini smisla života i o dubokom smislu stvari, tada se stavlja u pokret traženje duhovnosti.

**Duhovnost** se može definirati kao nastojanje u smjeru traženja istine i hod prema transcendenciji. Dakle, svakom je prepuštena odluka i odgovornost razviti vlastitu duhovnost, dijalogizirati s njom u traženju zadnjeg temelja egzistencije.

Duhovno iskustvo vodi potvrđivanju bića što se tiče životnog smisla. Otkriće apsolutnog smisla postojanja upućuje na apsolutne istine koje se pretvaraju u vrijednosti značajne za sebe samoga, a na temelju kojih se pojedinac može ostvariti u potpunosti.

Duhovni put vodi u spontano rađanje osobnog vjerovanja, baš zbog potrebe pojedinca za identificiranjem, davanja imena ovoj potrazi kako ne bi ostao nigdje. Potvrda osobnog vjerovanja dopušta novo tumačenje realnosti i doživljaja svakodnevice. Cilj pojedinca postaje dosljednost između sebe unutrašnjeg i sebe otvorenog. Odavde potječe kako je osobno vjerovanje izvor snage, značajna motivacija u ključnim trenucima života.

**DODATAK**

**POPIS STVARI KOJE MUŠKARCI SMIJU IMATI U TERAPIJSKOM CENTRU**

**ODJEĆA (zimska i ljetna)**

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

**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

**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

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**

Gaćice (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.

**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 ORIGINALE 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

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

Tel/fax: 01/6040-198 zagreb@zajednica-susret.h

IZJAVA - T

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:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**I Z J A V A**

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 Zagrebu, \_\_\_\_13.09.2019 g.\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

--------------------------------- \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(ime i prezime obveznika)

(adresa)

(kontakt)

**I Z J A V A**

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 povjerljivosti.

|  |
| --- |
| 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 upućen/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 dobrobit 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. |

**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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

14.00-16.00 popodnevni odmor

16.00-16.15 kava

16.15-16.30 marenda/užina

16.45-18.45 radno vrijeme

19.15 gledanje Dnevnika

19.30 večera

20.30-21.30 kulturno-zabavna večer

21.30 higijena

22.00 spavanje

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.

**SADRŽAJ**

* Uvod
* Zajednica Susret
* „Projekt Čovjek“
* Temeljne točke programa „Projekt Čovjek“
* Osoba i ovisnost
* Operater u „Projektu Čovjek“
* Faze programa
* Savjetovalište
* Prihvat
* Terapijska zajednica
* Resocijalizacija
* Rad s obiteljima
* Vrijednosti učenja zajednice
* Duhovnost u programu

1. Riječ je o filozofiji programa «Projekt čovjek» koji se čita svakog jutra na jutarnjem sastanku. [↑](#footnote-ref-1)