



Az Európai Unió
támogatásával



ÁTJÁRÓK

2022-1-HU01-KA210-ADU-000083157

Parovi, porodice, ljudski odnosi: metoda terapije parova i porodične terapije u lečenju i zbrinjavanju zavisnika (razmena iskustava, sumiranje dobre prakse)

Rezime

Horváth Mária, Geréb Tünde
Bonus Pastor Alapítvány

2023

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.





Ovaj stručni materijal sastavila je Fondacija Bonus Pastor na osnovu svog dosadašnjeg stručnog iskustva. Izvod od istog se može pročitati i na rumunskom, ali je ceo dokument napisan na radnom jeziku projekta, odnosno na mađarskom.

U ovom stručnom materijalu proučavamo rad među zavisnicima i njihovim porodicama Fondacije Bonus Pastor (BPA), stavljajući fokus na porodični sistem. Izdvajamo oblasti koje omogućavaju i primenjuju pristup porodične terapije. Dve ključne reči oko kojih se gradi stručni materijal su zavisnost i porodični pristup.

Svrha stručnog materijala je razmena iskustava i prenošenje dobre, korisne prakse stručnjacima koji rade u drugim oblastima pomoći. Naravno, to ne znači da zavisnicima nije apsolutno neophodno da se sa njima bave kvalifikovani pomagači – adiktolozi ili porodične terapeute – već da je, iz perspektive integrativiteta, dobro znati i razumeti šta se dešava na ovom polju.

U prvom delu rada dajemo pregled definicija koje se odnose na pojam porodice, porodične životne cikluse, delovanje i zadatke porodičnog sistema i porodični odnosi zavisnika; dok u drugom delu prelazimo na opis korišćenih terapijskih metoda, sredstava i dobrih praksi.

Ne postoji zavisnost od jedne osobe, svaki zavisnik utiče na živote još najmanje četvoro ljudi, u njihovoj porodici, među prijateljima i u poslovnom okruženju. Stoga je pomoć u radu sa porodicom i užom-širom okolinom neophodna u lečenju zavisnosti. Da bismo razumeli dinamiku porodice, moramo jasno znati pojam porodice. Promena u kulturi i sistemu verovanja koji definiše porodicu povlači sa sobom i definiciju dinamike porodice, zbog čega su predstavnici porodičnog konsultativnog pristupa (SAMHSA/CHAT protokoli za poboljšanje tretmana) kreirali takve kategorije koje pojam porodice tumače u prilično širokom spektru. Prema njihovoj definiciji razlikujemo tradicionalnu porodicu, veliku porodicu i izabranu porodicu, a prema tome ko živi zajedno u domaćinstvu, nuklearnu porodicu i veliku porodicu.

Svaki životni ciklus u porodici znači nove izazove i nove zadatke. Takvi životni ciklusi su udvaranje, brak, njegova početna faza, rođenje deteta, problemi u srednjoj fazi braka, odseljenje odrasle dece, starosna granica za odlazak u penziju, itd. Svaki ciklus zahteva razvoj nove operativne metode, što može biti kritičan period u životu porodice, izaziva krizu. Simptomi koji se javljaju u periodu promene životnog ciklusa mogu biti i privremeni, ali ako porodica ne može da ih reši i nije u stanju da fleksibilno izvrši neophodne promene, kriza može postati trajna i dovesti do ozbiljnih simptoma jednog ili više članova porodice.

Jedan od važnih zadataka porodice je da obezbedi sigurnost svojim članovima. Obrasci odnosa i pisana ili nepisana pravila prisutna u funkcionisanju porodice često odražavaju nasleđena uverenja i nesvesno prenete obrasce ponašanja od prethodnih generacija. Istraživanja koja ispituju transgeneracijsko nasleđe takođe obuhvataju i kako doživljene



traume utiču na sledeću generaciju, kako se nasleđuju uloge žrtve i obrazovni principi, vrednosti i obrasci suočavanja koji su razvijeni kao rezultat traume, iako mlađa generacija nije bila direktno izložena ovim efektima. Mapiranje transgeneracijskog nasleđa je važan deo rada sa porodicama i parovima, jer često upravo u tome nalazimo korene patološkog funkcionisanja porodice. One porodice funkcionišu zdravo koje uspeju da stvore sigurnost za članove porodice. Nasuprot tome u porodici koja ne funkcionise na zdrav način, narušena je sigurnost i poverenje. Emocionalne, a često i fizičke potrebe dece tokom razvoja, odrastanja ostaju nezadovoljene i teško se nose sa životnim izazovima i kao odrasli. Nisu sposobni formirati zdrave odnose, bore se sa problemima samopoštovanja, a u svakodnevnim problemima se često pojavljuje ili „prenosi“ zavisnost, kao strategija suočavanja. Prisustvo zavisnosti održava disfunkcionalni sistem, a disfunkcionalni porodični sistem reaguje i održava zavisnost.

Kao što je već pomenuto, zavisnost je bolest koja pogađa celu porodicu, utiče na porodične interakcije, odnose i funkcionisanje. Kao rezultat prisustva dugotrajnog zavisničkog ponašanja, kod članova porodice bez izuzetka se razvija sazavisnost, koja pokazuje iste biološke, psihološke i socijalne simptome kao i sama zavisnost od supstanci. Suzavisnost je stoga simbiotska spletenost u kojoj problem partnera igra posebnu ulogu u uzajamnoj pripadnosti, ali i opravdava brižnu i kontrolnu ulogu suzavisne osobe. Ako je neki oblik zavisnosti bio prisutan u porodici jedne strane, to ga je u ranom uzrastu socijaliziralo na suzavisno funkcionisanje, kako to primer A.M. i M.K. i dokazuje.

U terapijskim sesijama ključnu ulogu igra rad sa besom, gubicima, niskim samopoštovanjem i razvijenim obrascima ponašanja koji su rezultat suočavanja sa složenim traumama i prepoznavanje njihovog uticaja na odraslo doba života. Stoga u praksi Fondacija Bonus Pastor posebnu pažnju posvećuje radu sa porodicom kako u 12-dnevnoj terapiji tako i u dugotrajnoj terapiji.

U drugom delu stručnog materijala predstavljamo metodologiju porodično-centriranog pristupa i njegove terapijske alate koje koristimo, navodeći i sopstvena iskustva.

Naši terapijski programi se odvijaju ambulantno (individualna, parna i porodična terapija) ili u rezidencijalnom sistemu (12-dnevni terapijski program ili program dugotrajne terapije). Stanovnici Terapijskog Doma praktično žive u sistemu koji podseća na porodičnu strukturu, gde su oporavak i povratak individualne odgovornosti olakšani faktorima odnosa kroz grupne dinamičke procese. Njihov važan element je istraživanje funkcionisanja porodice iz koje se potiče, mapiranje obrazaca odnosa, suočavanje sa zadobijenim ranama i povredama, tugovanje i otpuštanje gubitaka. Jedan deo procesa se odvija u grupnim terapijskim sesijama. Deljenje životnog puta koje se donosi na jutarnjim sastancima podeljeno je na periode i detaljno obrađeno. Ove podele često izazivaju veoma jake emocije. Podržavajuće i inkluzivno prisustvo terapijske grupe i empatijska razmišljanja pomažu u procesu lečenja.



Drugi deo rada sa porodicom iz koje potiče, odvija se u individualnim terapijskim sesijama. U skladu sa studijama slučaja, predstavili smo metode sa kojima radimo u okviru individualne, u paru ili porodične terapije. To uključuje, na primer, istraživanje i obradu životnog puta koji se koristi u okviru individualnih terapija koje se odvijaju u okviru dugog terapijskog procesa (bes, tuga, gubitak, zastoj, obrada tajni i trauma, itd.). Druga razmena iskustva je predstavljanje upotrebe alata u ambulantnoj ili porodičnoj terapiji (vremenska linija, porodično stablo, začarani porodični crtež, porodična statua, korišćenje Dixit karata, seksualna skulptura od plastelina, crtež odnosa, četvoronožni sto kao metafora odnosa, mapiranje resursa, otvorena komunikacija o emocijama, direktna komunikacija itd.). Smatrali smo važnim da opišemo jednu kriznu intervenciju, predstavimo podržavajući i istraživački pristup, kao i metod orijentisan na pronalaženje rešenja. Koristimo ove pristupe – čak i naizmenično od sesije do sesije – tokom vođenja slučaja.

Jedan od alata terapije orijentisane na rešenje je **model lečenja u pet koraka** za porodice koji su zavisnici sa više problema. Koraci su sledeći: prepoznavanje problema, definisanje ciljeva, fokusiranje na rešenja, odnosno razgovor o promeni, sprovođenje intervencija, a zatim obezbeđivanje napretka. Još jedan alat fokusiran na rešenje je čudesno pitanje Stiva de Šazera, koje se fokusira na izuzetak: kada pacijent kaže da je „uvek depresivan“, mi obraćamo pažnju na to kada nije, tj. na izuzetak.

Vođeni najboljim namerama, ovde smo prikupili svoja iskustva i dobre vežbe. Parafrizirajući ideju autobiografske knjige Ingmara Bergmana „Najbolje namere“ (Izdavačka kuća Europa, Budimpešta, 2012) (njegov način izražavanja kroz umetnička sredstva je ekvivalentan istraživačkoj terapiji), možemo sa sigurnošću reći da sve nas: naše roditelje, sebe kao roditelja/stručnjaka, ali i čitavo naše društvo vodi najbolja namera za smislenim i korisnim životom i prenošenjem dobrih iskustava/dobrih praksi, ali ona nekako ne stignu uvek do cilja. Ovo je osnovna situacija našeg života, fokus profesije pomagača. Međutim, nikada ne treba odustati od dobrih namera i nade da ćemo