

ОСОБЕНОСТИ НА ГРУПОВАТА РАБОТА СЪС ЗАВИСИМИ ЛИЦА В УСЛОВИЯТА НА ПЕНИТЕНЦИАРНА ИЗОЛАЦИЯ

Тончева Тони

Магистър психолог – Главна дирекция “Изпълнение на наказанията” - Министерство на правосъдието

През последните години числеността на зависими от психоактивни вещества в пенитенциарната администрация расте лавинообразно. Като специфична категория лишени от свобода, зависимите със своите особености и нужди поставят сериозни въпроси и предизвикателства по отношение на тяхното третиране. В резултат на това в Затвора гр. София се създаде група за работа със зависими лишени от свобода, като основната ориентация е в на когнитивно-поведенческата парадигма на базата на програма за работа с правонарушители “Мислене за промяна”. Предложеният материал представя някои щрихи от организацията, целите, процеса и междинни резултати на дългосрочно ориентираната програма за работа.

During the last years the number of persons dependent on psychoactive substances is marking an avalanche-like growth. Being a specific category of prisoners, addicts with their peculiarities and needs pose serious issues and challenges regarding their treatment. As a result, a group for working with addicted prisoners was set up in Sofia Prison, as the main focus in the work lies within the sphere of the cognitive-behavioral paradigm and is based on the programme for dealing with offenders “Thinking for change”. The suggested paper presents some traits of the organization, aims, process and intermediate results of a long-term oriented programme for work.

Деятелностите по организацията и протичане на груповата работа със зависими от психоактивни вещества в затвора премина през няколко етапа.

Като част от подготвителния етап по стартиране на работата бе проучване и избор на програми за работа със зависими лишени от свобода. Изборът ни на програмата “Мислене за промяна” се основава на факта, че тя е успешно прилагана в пенитенциарните системи на САЩ и Канада, където е доказала своята ефективност. На следващо място е фактът, че водещите бяха предварително обучени за работа по програмата от Уилям Плъм – психолог с дългогодишен опит за работа със зависими лишени от свобода и сертифициран преподавател.

Програмата бе адаптирана съобразно избраните от нас цели, времетраене, честота на срещите, ресурси на мястото на провеждане и очаквани резултати.

В самото начало пред екипа водещи, чиито ръководител съм, бе дискутиран въпроса за целите, подхода, резултатите и оценката им или предварително консолидиране около критериите за работа със зависими лица в затвора.

Отчетено бе, че съществуват няколко различни и понякога противоречащи си подхода. Нашият екип се спря на подход ориентиран към идеята за терапевтично повлияване, тъй като се стремим да прилагаме към пристрастените същите познавателно-поведенчески методи, които се използват в сходни програми за работа в пенитенциарните системи в Европа и САЩ. Както и другаде, “цикълът на промяната” - Проходка. Дж. О. и Ди Клементе (1984), “Транс теоретичният подход: пресичане на традиционните граници на терапията”, Хоумууд, Илиноис, е използван като рамка за работа и представяне на информацията.

Въпреки, че работата с пристрастени е по-ефективна, ако се осъществява в мултиинституционален контекст ние се надяваме, че този първи опит ще даде възможност за в бъдеще да се развият възможности за връзки и участие на ангажирани с проблема специалисти от НПО и други институции. На този етап за нас осъзнаването на собствената ни роля в този процес помогна да се отстранят заблудите, свързани с работата с токсикомани в контекста на пенитенциарното им третиране.

Първоначално преразгледахме собствените си разбирания за проблема зависимости и мястото ни в цикъла на промяна. Проучването на Шоу, макар и да датира от преди повече от

20 години, отразява проблеми, които съществуват и днес и които пречат на отношението ни към пристрастените или зависимите:

1. Несигурност по отношение на ролята – липса на увереност при работа със зависими;
2. Съответствие с ролята – липса на информация, квалификация, умения и др.;
3. Легитимност на ролята – не е ли това здравословен проблем?
4. Подкрепа за ролята – кой ще ми помага в тази задача?

Като основен проблем за нас се очерта потребността от супервизия на работата ни. Поради това особено внимание през цялото време отделяхме на вътрешната супервизия в екипа, като за нуждите ни от външна супервизия използвахме експертното мнение на колеги и супервизия на протоколите от г-н У. Плъм по електронна поща.

Следващ момент бе обсъждане на мотивацията ни, с цел избягване на намалена ангажираност към работата. Редовно организирани срещи по изграждане на екипа донякъде снижаваха риска, но потребността от споделяне и супервизия на работата ни е проблем, за който търсим по-нататъшно разрешаване.

На следващо място важно за нас бе гледната точка на зависимите по отношение на това кои са те, какъв е проблема им, кой може да помогне и какви са очакванията им в резултат на участие в груповата работа. Често срещана нагласа сред зависимите бе да гледат на себе си като на пациенти, които се нуждаят от лечение. Вярата, че добре приложените медицински познания ще сложат край на зависимостта им от наркотиците без каквито и да било усилия, е доста разпространена. В този контекст се срещаха и съпротиви на първоначалния етап от груповата работа: “Вие не сте лекари, не ми предписвате лечение, не можете да ме разберете и помогнете”.

В обобщение може да се каже, че начинът, по който водещите и лишените от свобода разговаряха за проблемите и ги идентифицираха, зададе тона на:

- Реакцията водещите;
- Очакванията на зависимите;
- Вероятния изход.

Информацията, която имахме предвид на този етап, е:

• Резултатите от проучванията показват, че няма един-единствен медицински или лечебен подход, който да дава по-добри резултати от останалите. Основните променливи са правилната оценка, бързият достъп до подходяща помощ и задържането на лицето в съответната програма.

• Основните акценти на работата бяха ориентирани към няколко проблема. Те включват:

- Да се помогне на зависимите да идентифицират своите проблеми;
- Да бъдат мотивирани да променят поведението си;
- Да им се помогне да мислят по-ясно за последиците от своите действия;
- Да им се помогне да правят информиран избор;
- Да се поставят задачи;
- Да се насърчават и малките постижения;
- Да се стабилизира промяната;
- Зависимите да бъдат противопоставяни на действителността.

При формиране на групата отчетохме някои специфики на организиране на групата по отношение на:

Рискове: приоритетно най-голямо внимание да се отделя на високо рисковите случаи при които има и най-много възможности за подобрене.

Потребност: потребностите от промяна и терапия трябва да бъдат правилно идентифицирани. При терапията вниманието трябва да се насочи към онези аспекти от мисленето на закононарушителите, които са криминогенни и податливи на промяна.

Адаптивност: формата на терапия трябва едновременно да бъде общо приложима и адаптирана към нуждите на индивида.

Следващият подготвителен момент бе селекция на желаещите да участват в програмата. За да отговорим на критериите за участие и да ориентираме помощта си съобразно нуждите на лишените от свобода се спряхме на формата мотивационно интервю, в което се ориентирахме към адаптирано по У. Р. Милър 1993г. интервю, със следните съставляващи го сфери:

Индивидуална отговорност:

- Акцент върху личния избор по отношение на бъдещата употреба на психоактивни вещества

- Целите се договарят на базата на наличните данни, ресурс и предпочитанията

- Спиране на употребата на вещества по време на участие в програмата е желана цел

Оправомощаване на участниците:

- Считаме, че индивида е в състояние да поеме контрол и да прави избор

- Интервюиращият се стреми да накара лишения от свобода сам да формулира и да изрази загрижеността си по отношение на пристрастеността си

Отрицание, съпротиви, лъжи

- Отрицанието, съпротивите и лъжите се възприемат като модел за междуличностно общуване, повлиян от поведението на водещия

- На лъжите и отрицанието се отвърща с разсъждения

- Признава се, че употребата на дадено вещество е приятна

Етикети

- Съществува общ стремеж да не се използват етикети. Счита се за безполезно да се изтъргне признание за пристрастеност

- Обективните данни за пристрастеността се представят спокойно, без на лишения от свобода да се налагат заключения

Решение на проблема

- Лишеният от свобода е този, който взема решения и предприема действия по отношение на проблема с пристрастеността си

В резултат на тази дейност от всички желаещи подбрахме петнадесет лишени от свобода, с които стартирахме груповата работа. В процеса числеността им се редуцира до осем в края на цикъла, като причините бяха освобождаване от затвора - двама, преместване в друго поделение – двама, напускане на програмата – един, отстраняване от програмата – един, предсрочно освобождаване – един.

Благодарение на администрацията на затвора, предварително бе избрано място за работа, което, подпомогна груповия процес. С оглед на другите дейности по третирането бяха избрани срещи веднъж седмично, за времето м/у 13.30 и 15.00ч., като общата продължителност на програмата е шест месеца.

По своята същност програмата бе ориентирана към седем основни компонента:

Концепции и дефиниции

Мислене: Какво казваме на себе си?

Вътрешен контрол: Обучение за това как да се държим в ситуации с други хора.

Разрешаване на проблеми: Умения за справяне с трудни ситуации.

Това, как мислим, оказва въздействие на това което правим

Познавателна самопромяна: Наблюдавайте мислите и чувствата си. Къде има риск чувствата ви да ви вкарат в неприятна ситуация? Използване на нови начини на мислене, за да намалите този риск.

Задача за свободното време: Опишете чувствата и мислите си в две конфликтни ситуации. Опишете чувствата си в една високо рискова ситуация.

Грешки в мисленето и изкривени начини на мислене

Познавателни изкривявания.

Задача за свободното време: Опишете две грешки в мисленето, които водят до престъпно поведение.

Да се научим да наблюдаваме мисленето си

Обяснение относно това, какво е доклад на мисленето.

Обективност на мисленето. Нагласи и убеждения. Личен авторитет.

Задача за свободното време: Напишете един доклад на мислите за конфликтна или високо рискова ситуация. Мисловен дневник.

Да разбираме емоционалните си усещания

Емоции и усещания.

Задача за свободното време: Кои емоции и усещания са свързани с криминално поведение? Кои емоции и усещания са свързани с пристрастеност към психоактивни вещества?

Планиране за предотвратяване на рилапс

Вътрешни фактори с висок риск:

- Мисли
- Чувства
- Поведение

Задача за свободното време: Изгответе пълен списък на вътрешните фактори с висок риск. Приложете по едно умение или една намеса за справяне с всеки вътрешен фактор с висок риск.

Основните компоненти на програмата бяха разположени във времето според нуждите и темповете на участниците в групата, като съществено внимание се обърна на планиране за предотвратяване на рилапс при лишението от свобода, на които им предстоеше освобождаване преди края на програмата. За тази цел използвахме и предварително договорената възможност за индивидуални сесии с всеки участник. Индивидуалните сесии бяха ограничени до три за целия период, с цел да се използват ресурсите на групата за помощ да се избегне евентуалният отказ от групова работа и заменянето ѝ с индивидуално-консултативна и терапевтична такава.

Като логическа поредица от стъпки, всяка групова сесия представляваше структурирана поредица от “седмична среща” – вариант на сутрешните срещи практикувани в терапевтичните общности, кратка образователна част, съдържаща информация относно аспект на зависимостта, терапевтична част и заключителна част .

В образователната част застъпени бяха комуникация и умения за справяне, особености на криминалното мислене, емоции и усещания под въздействие на различните вещества, критерии за формирана зависимост, целеполагане и постигане на резултати и други значими теми. Презентациите бяха с продължителност до двадесет минути, като участниците можеха да избират темата, сами да набавят материали, или да бъдат подпомагани при подготовката от водещите с консултации и материали.

В основния етап от програмата усилията бяха насочени към това пристрастените лишени от свобода да намерят опора в собствените сили да разрешават проблемите чрез друг вид поведение, вместо употребата на вещества. Търсеха се индивидуални психологически

опори, които да компенсират емоционално – познавателните дефицити, които да подпомогнат справянето с чувствата на ярост, срам, вина, уязвимост и самотност.

Мечтаните, бленувани в състояние на интоксикация еуфорични преживявания да се заменят с вяра в собствените сили за справяне. Иначе казано, желанието за промяна не само да бъде подкрепено, но то да се превърне във воля за промяна.

Основна опора на терапевтичното въздействие бяха личностните ресурси на всеки индивид, антикриминогенните нужди, като напредъка се съобразяваше с целите и темповете на всеки един участник в групата.

Междинните резултати отчитахме чрез попълване на работен лист, регистриращ мнението на всеки правонарушител, като подробно дискутирахме резултатите и маркирахме следващите стъпки.

РАБОТЕН ЛИСТ : РЕГИСТРИРАНЕ НА ПРОМЯНА:

Да променя употребата на алкохол/наркотици

1. Употребата на алкохол/наркотици, която се опитах да променя, беше _____
2. Защо исках да я променя?
3. Опитвал ли съм преди:
Ако да, какво се случи?
Ако не, защо не съм?
4. Как пристъпих към промяната?
5. Поисках ли помощ от някой друг?
Ако да, каква помощ, от кого и какво се случи?
Ако не, защо не съм?
6. Какво помогна за желаната промяна?
7. Какво попречи на желаната промяна?
8. Какъв беше резултатът?
9. Какво научих за себе си?
10. Какво научих за предприемането на промени в живота ми?

По отношение регистриране на успеха при справяне с проблемите използвахме:

РАБОТЕН ЛИСТ : СПРАВЯНЕ С ПРОБЛЕМА

1. Не е необичайно : проблемите са обичайна част от живота
: най-добрият подход към проблемите е да се опиташ да се справиш с тях
: по-добре е да идентифицираш и да се заемеш с проблемите още в зародиш (отколкото да се криеш и надяваш)
: СПРИ – ПОМИСЛИ – ВАРИАНТИТЕ СА? – по-добре, отколкото да сте импулсивни
2. Владеене на проблема : може да означава да признаете, че сте сгрешили
: може да се наложи да се промените
: може да се наложи да развиете нови умения
: поемайте отговорност за начина, по който мислите, чувствате и действате, а не предпочитайте да виждате другите (или алкохола/наркотиците) като източник на проблема
3. Освобождаване на пространство : осъзнаване, че трябва да работите по въпроса
: освободете пространство, поставете другите въпроси по-

ниско в скалата

: намерете пространство, за да се справите с проблема (буквално, физически или в съзнанието ви).

ЗАБЕЛЕЖЕТЕ: Някои от причините, поради които не решавате проблемите си, може да се окажат същите, които пораждаат проблемите ви с пиенето/наркотиците.

Посочете по скалата от 1 до 10

Колко сте импулсивни

1 _____ 10
Много Не съм

Колко сте склонни да отлагате нещата или да се заемете с тях веднага

1 _____ 10
Отлагам Заемам се

Помислете как да можете да увеличавате резултатите си малко по малко.

По отношение на дефицитите разглеждахме някои най-често срещани когнитивни изкривявания, срещани сред пристрастените:

Какво ви потиска

- | | |
|--|---|
| Самооценката | - от оценяването на конкретна характеристика се потискате изцяло. „Не мога лесно да се сприятелявам, значи съм безполезен”. |
| Неправилно определяне на взаимовръзките | - не се разбира истинската причина/кой носи отговорността за поведението ви. „Не мога да престана да пия, докато гаджето ми се държи толкова лошо”. |
| Гледна точка на тунела | - забелязва се незначителна част от наличната информация – не разполагате с цялата относима информация, в което се коренят погрешните идеи. „Щом не се напивам до несвяст, значи нищо ми няма”. |
| Негативизъм | - мислите единствено за недостатъците у вас и обкръжението ви, като пренебрегвате положителните аспекти. |
| Персонализиране | - в по-голяма степен, отколкото е реалистично, се виждате в центъра на внимание. „Ако пия кока-кола цяла вечер, всички ще ме обсъждат”. |
| Свръх-обобщаване | - понеже нещо може да се е объркало, извеждате общо правило. „Този път се провалих, никога няма да успея. Аз съм неудачник”. |
| Придаване на прекомерно значение и омаловажаване | - липса на усет за точните пропорции на дадено събитие, забележка или грешка. „Пак взех наркотик, а казах, че няма. Няма как нещата да не се влошат”. |
| | - всичко или нищо. „Или ще реша проблема днес, или никога няма да успея”. |

Като превенция и промяна на негативното самоопределяне и мислене:

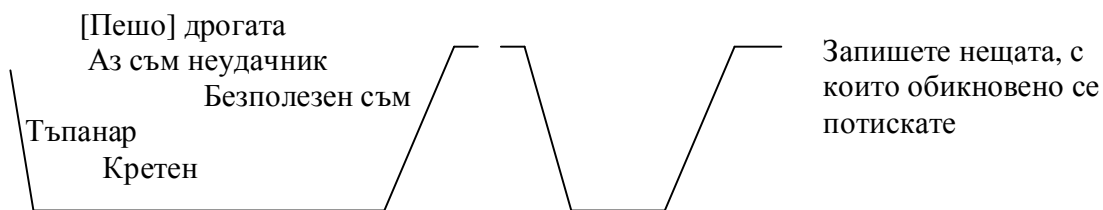
РАБОТЕН ЛИСТ : ОТРИЦАТЕЛНО САМООПРЕДЕЛЯНЕ

Възпиране на мисли

Когато започнете да си казвате неща, които ви потискат – веднага осъзнайте това – извикайте „СТОП!“ Ако смажете мислите, те няма да повлияят върху вашето поведение. Има вероятност мислите да се завърнат, но постепенно все по-добре ще ги разпознавате и възпирате.

Изхвърляне на мислите

Представете си метла, с която смитате всички безполезни думи, мисли и чувства – представете си ги събрани на купчинка и после изхвърлени в кошчето. Изхвърлете и вашите още сега.



Смяна на мислите

Когато се завърнат неприятните, предизвикващи тревожност мисли и чувства – сменете ги с положителни и приятни мисли. Заменете ~~катастрофата~~, която предвиждате с по-добър резултат, заместете ~~провалите~~, за които постоянно си спомняте, с постиженията, които сте направили.

Не чакайте появата на негативните мисли, за да се настроите положително – запишете своите качества, развийте ги.

В заключение на този междинен етап от работа по програмата, можем да отбележим това, което за нас бе безспорен успех, а именно постигнатото доверие в програмата, групата и водещите. Пенитенциарната среда е дефицитна на взаимно доверие и постигнатото до момента ни окуражава в понататъшната работа със зависими лишени от свобода. Успешно преминалите през шест месечния етап логично се явяват една стабилна основна група, към която се надяваме на следващите етапи да се присъединят нови участници.

Предстои задълбочено обсъждане в екипа на грешките, случаите на отпадане или отстраняване от програмата, с цел прецизиране на понататъшната работа. В процес сме на търсене и договаряне на супервизия на екипа, както и на обособяване на терапевтично пространство в затвора, с цел стабилизиране на постигнатите резултати, гарантиране на сигурността на програмата и терапевтичните намеси.

Литература:

У. Р. Милър (1993), “Провеждане на мотивационни интервюта с лица, които имат проблеми с алкохола”, в “Бехевиорална психология”, бр. 11, стр. 147-172.

Проходка. Дж. О. и Ди Клементе (1984), “Транстеоретичният подход: пресичане на традиционните граници на терапията”, Хоумууд, Илиноис.

Ричард Нелсън-Джоунс, “Ефективни мисловни умения”, Касел, 1989