

Ilgas sugrįžimas į gyvenimą

Prašyta nemažai istorijų apie priklausomus nuo alkoholio ir narkotikų žmones – daugelis iš jų pasakodavo, kaip sėkmingai atsikratė pražūtingo polinkio, ir tuomet viskas ėjosi kaip iš pypkės. Tokių istorijų su laiminga pabaiga būna, bet iš tikrųjų viskas nėra taip paprasta.

Teodora RAŠIMAITĖ



Į bendruomenes, kurios stengiasi padėti žmonėms, nustojusiems vartoti alkoholį ar narkotikus, sugrįžti į gyvenimą, dažniausiai kreipiasi gyvenimo užribyje atsidūrę žmonės

Įvairios šalys turi savo sistemas žmonių, sergančių priklausomybės ligomis, problemoms spręsti. Lietuvoje dar tik bandoma tokią sistemą sukurti, nors įvairiausių galimybių yra ir dabar. Viena iš jų – privačių asmenų ar katalikų organizacijų įkurtos bendruomenės, gaunančios vienokią ar kitokią paramą iš šalies – privačių asmenų, savivaldybių, Europos Sąjungos fondų.

Šios bendruomenės stengiasi padėti žmonėms, nustojusiems vartoti alkoholį ar narkotikus, sugrįžti į gyvenimą. Tai būna gana ilgas kelias, kuris priklausomybės ligomis sergančių žmonių gydykloje tik prasideda: žmonės būna praradę ne tik artimuosius, draugus, namus, bet ir socialinius įgūdžius – bendrauti, dirbti, pasirūpinti savimi. Dažniausiai tokios bendruomenės, kartais net protestuojant vietos gyventojams, įsikuria kaimo vietovėse.

Žingsnis po žingsnio

Viešojo įstaiga „Apsisprendi-

mas“ buvo įsteigta 2000 metais šioje srityje aktyviai dirbančių specialistų pastangomis. Ji įsikūrusi Ukmergės rajone, Lėno kaime. Viena iš minėtų aktyvistų – Svetlana Zaivej, šios įstaigos projektų vadovė.

Svetlanos ir įstaigos direktoriaus Vitalijaus Zaivej pastangomis buvo sukurta socialinės reabilitacijos ir integracijos programa, kurios trukmė – 53 savaitės. Ją sudaro 5 pakopos: adaptacinė, motyvacinė, prosocialių vertybių ugdymo, savanoriškumo ir asistentavimo, integracijos. Kiekvienai pakopai keliami tam tikri tikslai, kuriuos pasiekęs žmogus pereina į aukštesnę pakopą, gaudamas daugiau laisvės ir atsakomybės, ir tai jau savaime yra motyvuojantis veiksnys. Programa yra mokslškai pagrįsta, recenzuota Vilniaus pedagoginio universiteto (dab. Lietuvos edukologijos universiteto) specialistų.

Paprastai kalbant, pirmojoje pakopoje ugdytiniai pratinasi prie įstaigos tvarkos ir draus-

mės, antrojoje – suformuoja motyvaciją, trečiojoje – imama si savęs pažinimo programos, socialiai orientuotos vertybinės orientacijos. Mokomasi įveikti stresines situacijas, išreikšti asmeninius jausmus, įvaldyti problemų ir konfliktų sprendimo strategiją. Ketvirtojoje pakopoje ugdytinis įgyja daugiau savarankiškumo, mokosi būti darbuotojo pagalbininkas. Kai kurie žmonės, sėkmingai baigę programą ir pajutę pašaukimą, toliau dirba ar savanoriauja šioje srityje. Penktoji, baigiamoji, pakopa – integracijos, kai žmogus jau pasirengia sugrįžti į visuomenę.

Nuo antrosios pakopos žmogus gali susitikti su artimaisiais, mėginti atkurti sutrikusius santykius. Tačiau ne iškart – iš pradžių tai vyksta reabilitacijos centre kartu su socialiniu darbuotoju, vėliau galima lydymam socialinio darbuotojo vienai dienai išvykti į namus.

Norinčiųjų gydytis – nedaug

S. Zaivej sakė, kad pradinis samanymas buvo užsiimti vaikų ir jaunimo reabilitacija, mat ji pati nemažai metų dirbo socialinį darbą su vaikais. Tačiau nepilnamečiai negali gydytis be tėvų sutikimo, tad vaikų reikėdavo laukti, todėl dabar priimami bet kokio amžiaus asmenys.

„Vis dėlto norinčiųjų gydytis nėra daug, gana dažnai kreipiasi tie, kuriems gresia laisvės atėmimo bausmė“, – mūsų nuostabią kalbėjo pašnekovė, pabrėžusi, kad dirbant su vaikais yra ir kitų niuansų, ne tik teisinių, – vaikams sunku įvertinti praradimus, nes jie dar nieko neturi, yra kažkieno išlaikytiniai, dėl jauno amžiaus jiems nesuprantama ir mirties baimė. Kita vertus, pasak moters,

priklausomybės ligos – sunkios, gydymas – ilgas, ir ne kiekvienas žmogus tai atlaiko, kad ir kokio amžiaus būtų. Svetlana pabrėžė, kad ypač sunkus psichologinis keitimasis – žmogus turi sukurti save kone iš naujo.

Tačiau, pašnekovės teigimu, sergančiųjų priklausomybės ligomis nereikėtų supriešinti su visuomene – daugelis iš mūsų nepajėgūs pakeisti savo mąstymo ir elgesio stereotipų, nors ir suvokiame, kad jie mums trukdo gyventi. „Juk kas iš tikrųjų yra blāvus žmogus? Tas, kuris galvoja, ką sako, girdi, kas jam sakoma, nieko neprisigalvodamas, nuolat dirba, deda pastangas, tobulėja. Vargu ar daug tokių žmonių rastume mūsų socialiai pažeistoje visuomenėje. Iš tikrųjų tai greičiau siekiamybė“, – kalbėjo S. Zaivej.

Pasak pašnekovės, jokia būdu negalima nurašyti priklausomybės ligomis sergančių žmonių – jiems reikia suteikti teisę keistis ir būti pripažintais visuomenės. Net ir sėkmingai baigusių reabilitaciją žmonių visuomenė nepasitinka išskėstomis rankomis, nes jų nesupranta, nežino, kaip su jais elgtis, ir, žinoma, prisimena juos kitokius.

Reikia keistis visiems

Nesikeičia ir visuomenės įpročiai. Nors egzistuoja aksioma, kad bet kokia priklausomybe sergantys žmonės negali vartoti jokių psichiką veikiančių medžiagų, taip pat ir alkoholio, dažnai reabilitaciją baigusis žmogaus artimiesiems atrodo, jog nebus nieko blogo, jei žmogus išgers alaus ar vyno – svarbu, kad tik nevartotų narkotikų. Tačiau iš tikrųjų tai yra dagtis, kuris anksčiau ar vėliau sukels sprogimą.

Pati Svetlana, nevartojanti jokių svaigalų ne todėl, kad kažkada būtų buvusi priklausoma, o dėl to, kad, jos teigimu, nepakenčia apsvaigimo būsenos, sakė, jog yra susiformavęs toks stereotipas, kad nevartojantis alkoholio žmogus – liūdna, nuskriausta būtybė, kad alkoholis pakelia nuotaiką, pagerina santykius su aplinkiniais. „Ypač su priešingos lyties atstovais“, –

juokdamasi pridūrė. Vis dėlto tikroji bėda slypi giliau – žmonės be alkoholio sunkiau bendrauja, nemoka išreikšti savo jausmų, spręsti problemų, tačiau jeigu jas išsprendę, nebeįstoją poreikio vaisingintis. (Tiesa, padėtis gerėja – nenorintiems vaisingintis alkoholiu žmonėms šiais laikais jau nebereikia ieškoti „rimtų“ priežasčių: vairuoja, geria vaistus ir t. t.)

Jei priklausomas žmogus nesuvokia minėto mąstymo grėsmės, vadinasi, reabilitacija nepavyko, mąstymas nepasikeitė, ir jis anksčiau ar vėliau vėl pateks į „Apsisprendimą“ ar kitą bendruomenę. „Ir tai yra gerai, – šypsojosi pašnekovė. – Jei nepavyksta pirmąjį kartą, gali pavykti antrąjį ar trečiąjį. Dėl to nereikėtų gėdytis.“

Pasmerkę patys save

Nors, atrodo, informacijos apie priklausomybės ligas apstu, dažnai nežinome, ne tik kaip elgtis su sveikstančiu žmogumi, bet ir su vartojančiu alkoholi. S. Zaivej teigimu, jokie pamokslai ir smerkimai nepadedą: niekas jų nepasmerks labiau, nei jie patys save yra pasmerkę. Jų pažadais ir priesaikomis negalima tikėti, nes priklausomi žmonės moka tobulai manipuliuoti aplinkiniais. Juos tik reikia nuolatos nepalaujamai skatinti gydytis – jei keli žmonės per dieną tai pakartos, galbūt žmogus susimąstys.

Pašnekovės manymu, pinigų nei sergantiems artimiesiems, nei žmonėms gatvėje jokių būdu negalima duoti, nes tai tik stumia į pražūtį.

„Kartą netoli prekybos centro prie manęs priėjo siaubingai atrodanti moteris ir paprašė lito alui. Aš jai pasiūliau tuojau pat vykti į mūsų reabilitacijos centrą ir tikrai būčiau nuvežusi. Bet ji nepanoro...“ – pasakojo Svetlana.

Sunkiausia yra su vaikais – vartojantį suaugusįjį galima ir išnamų išvaryti, o juk vaiko neišvarysi. Be to, tėvai labai sunkiai pripažįsta vaikų priklausomybę.

„Galėčiau papasakoti daugybę istorijų. Sakykim, kartą sesė, pamačiusi, kad brolis leidžiasi narkotikus, iškvietė mane kaip specialistę. Buvo atliktas testas, ir vaikas prisipažino, kad yra apsvaigęs. Tačiau tėvai labiausiai susirūpino dėl to, kaip vaikas baigs mokyklą, – prisiminė specialistė. – Pasakiau tėvams, kad jiems

reikia pasirinkti – arba paskatinti sūnų gydytis, arba pirkti jam narkotikus, kad galėtų išlaikyti egzaminus. Tuomet mama paklausė: „O kur juos parduoda?“

Kalbėdama apie pasveikimą nuo šių sunkių ligų, S. Zaivej pabrėžė, kad pirmiausia reikia nurimti ir tiesiog pasikliauti aukštesnėmis jėgomis.

Lietuvoje yra ir katalikiškų reabilitacijos vietų, kuriose taip pat vadovaujamos griežta tvarka, panašia kaip vienuolynų regula.

Malda ir tvarka

Atokiame Plungės rajono Pakutuvėnų kaime „Susitaikinimo sodybos“ bendruomenę 1995 metais įkūrė pranciškonų vienuoliai. Iš pradžių ten gyveno keli broliai, atvykę „iš idėjos“. Ilgainiui bendruomenėje atsirado daugiau dvasinės atgaivos ieškančių žmonių, taip pat ir svečių, tarp kurių buvo nemažai prašančių pagalbos nuo narkotikų kenčiančių asmenų. Palaipsniui reabilitacija tapo bendruomenės kryptimi.

Bendruomenei pagarsėjus vis dažniau lankėsi spaudos atstovai, gausėjo svečių, atvykdavo net ekskursantai autobusais... Vieta tapo pernelyg „madinga“, vienuoliai ir kiti trokštantys susikaupimo žmonės nebeteko ramybės. 1999-ųjų rudenį bendruomenė buvo panaikinta tikintis, kad „madai“ praėjus viskas grįš į savo vietas.

2001 metais „Susitaikinimo sodyboje“ įsikūrė sveikstančių narkomanų bendruomenė, kurioje nuolat gyvena 10–13 žmonių. Gyvenimo bendruomenėje laikas – iki 1 metų. Čia naudojama anoniminių alkoholikų ir narkomanų reabilitacijos principais – vadinamąja 12 žingsnių ir 12 tradicijų programa.

Pasak „Susitaikinimo sodybos“ socialinės darbuotojos Virginijos, užsiimančios organizaciniais reikalais, didelių bėdų dėl priimančių asmenų jie nėra turėję, nes reikalaujama, kad jie būtų perėję detoksikaciją ir „Minesotos“ reabilitacijos programą.

Visi gyvenantieji „Susitaikinimo sodyboje“ vadovaujasi vienuolynuose įprasta dienvartarke, vadinama regula, daug dėmesio skiriama malda, visi dalyvauja kasdienėse šv. Mišiose. Tačiau, „Susitaikinimo sodybos“ socialinės darbuotojos

teigimu, žmogaus priklausymas Katalikų Bažnyčiai, jo tikėjimas ir net krikšto faktas netikrinamas. Jeigu bendruomenės narys nemoka maldų, nuo dienvartarkės jis neatleidžiamas, tiesiog būna kartu su visais. Nors, savaime suprantama, dažniausiai šią bendruomenę renkasi tikintys ar norintys atgaivinti tikėjimą žmonės.

Taip pat visi bendruomenės nariai dirba – prie žemės, prie gyvulių, ir tai irgi suteikia dvasinės atgaivos.

Patekti nelengva

Bendruomenėje valgoma numatytu laiku, beje, kaip rašoma taisyklėse, „tai, kas yra padėta ant stalo“.

Yra ir daugiau apribojimų, kurie leidžia išsaugoti dvasinę ramybę. Pavyzdžiui, norint paskambinti, reikia prašyti leidimo. Bendruomenės nariai nežiūri televizijos laidų, muzikos ar garso įrašų klausosi tik tuo atveju, jei niekas neprieštarauja. Žinoma, nesilaikantys taisyklių asmenys su bendruomene turi atsiveikinti. Patekti į „Susitaikinimo sodybą“ negalima kada panorėjus – joje tegali gyventi tiek žmonių, kiek gyvena, o kadangi buvimo bendruomenėje laikas nėra trumpas, laisvų vietų neatsiranda dažnai.

Dievui padedant

1997 metais Varėnos rajono Panaros kaime įsikūrusi „Pilnų namų bendruomenė“ – taip pat katalikus vienijanti bendrija, kurioje gali rasti paguodą ir kamuojami priklausomybės ligų žmonės. Bendruomenę sudaro pasišventusieji broliai, besiren-

gantieji pasišvęsti ir globotiniai ar atliekantys reabilitaciją asmenys. Į bendruomenę priimami tik vyrai nuo 18 iki 30 metų.

Bendruomenės nariai keturis kartus per dieną dalyvauja šv. Mišiose, įvairiose dvasinėse pratybose, taip pat dirba ir studijuoja. Nors bendruomenėje galioja griežta vienuolynų tvarka, daug dėmesio skiriama ne tik maldai, bet ir švietimuisi – atvyksta įvairių mokslo sričių lektoriai, organizuojami paskaitų ciklai. Bendruomenė turi savo ženklą, aprangą ir šūkį „Gailėstin-gumas ir ištikimybė“. Kaip teigiama taisyklėse, bendruomenėje nepageidaujami televizoriai, radijo aparatai, muzikos grotuvai ir pasaulietiška spauda.

„Pilnų namų bendruomenės“ moderatorius brolis Laimonas Mituzas sakė, kad bendruomenėje gali gyventi iki 15 žmonių, tiesa, laisvų vietų nebūna – norintieji čia patekti turi laukti eilėje. Dažniausiai į juos kreipiasi viską pradėję, neturintys kur eiti žmonės. Vis dėlto baigiantis reabilitacijos laikui (jis gali trukti iki pusantrų metų) globotiniai turi pradėti dairytis, kur gyvens toliau.

Brolio Laimono teigimu, jų bendruomenėje gali gyventi ir netikintys žmonės, beje, iš tikrųjų daugelio iš jų ryšiai su tikėjimu, kaip ir su žmogiškuoju gyvenimu, yra nutrūkę. Tačiau ir netikintieji turi laikytis nustatytos tvarkos, dalyvauti šv. Mišiose. Pasak pašnekovo, niekas į bendruomenę žmonių varu nevaro – jie gali pasirinkti kitą bendruomenę ar ją palikti. Vis dėlto žmonės renkasi šios bendruomenės prieglobstį, ir kai kam tai gali būti gyvenimo galimybė...



Specialistų teigimu, jokių būdu negalima nurašyti priklausomybės ligomis sergančių žmonių