

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

ΣΧΟΛΗ:ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ:ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΜΟΝΑΔΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**ΘΕΜΑ:ΔΟΜΕΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΜΗΜΑΤΟΣ
ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗΣ «18 ΑΝΩ» ΤΟΥ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
ΑΘΗΝΩΝ**

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ:

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΜΑΓΡΙΠΛΗΣ

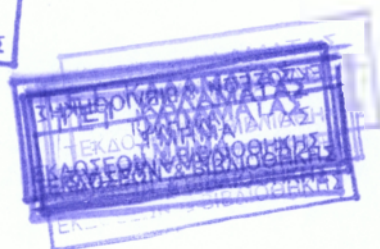
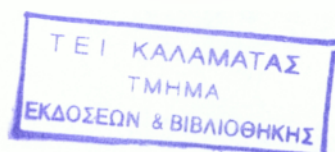
ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ ΔΗΜΟΥ

ΚΑΛΑΜΑΤΑ 2004

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

ΣΧΟΛΗ:ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ:ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΜΟΝΑΔΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ



ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**ΘΕΜΑ:ΔΟΜΕΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΜΗΜΑΤΟΣ
ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗΣ «18 ΑΝΩ» ΤΟΥ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
ΑΘΗΝΩΝ**

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ:

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΜΑΓΡΙΨΑΛΗΣ

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ: ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ ΔΗΜΟΥ

ΚΑΛΑΜΑΤΑ 2004

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ.....σελ 4
ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....σελ 6
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....σελ 7

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1 Ιστορική αναδρομή του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του Ψ.Ν.Α.....σελ 8
1.2 Φιλοσοφία τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ.....σελ 9
1.3 Βασικές αρχές του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ.....σελ 11
1.4 Δομές που λειτουργούν στα πλαίσια του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ.....σελ 19

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Η θεραπεία απεξάρτησης στο τμήμα 18 ΑΝΩ του Ψ.Ν.Α

2.1 Απόφαση θεραπείας-αίτημα βοήθειας.....σελ 24
2.2 Η ελπίδα της αλλαγής ως απειλή.....σελ 30
2.3 Η ανασυγκρότηση της προσωπικότητας.....σελ 32
2.4 Η ένταξη σε ομάδα.....σελ 36
2.5 Η θεραπευτική ομάδα.....σελ 38
2.6 Θεραπευτική σχέση- θεραπευτικός λόγος.....σελ 40
2.7 Ο ρόλος της ψυχοθεραπείας.....σελ 42
2.8 Το θεραπευτικό πλαίσιο ως διαμεσολαβητής της μετάβασης.....σελ 47
2.9 Η πρόληψη στην αυτονομία.....σελ 52
2.10 Η πρόληψη της υποτροπής.....σελ 54

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Τέχνη και θεραπεία. Η διαλεκτική τους σύνθεση στο πλαίσιο της απεξάρτησης.

- 3.1 Ο καταλυτικός ρόλος της τέχνης στη θεραπευτικά διαδικασία της απεξάρτησης.σελ 59**
3.2 Στόχοι που επιδιώκονται μέσα από την τέχνη θεραπεία.....σελ 61
3.3 Ο ρόλος της δραματοθεραπείας.....σελ 63
3.4 Η εγγραφή στην κουλτούρα.....σελ 64
3.5 Η συμβολή της τέχνης στις ψυχιατρικές θεραπείες.....σελ 66

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Δυνατότητες και δυσκολίες της Κοινωνικής Επανένταξης των Απεξαρτημένων

- 4.1 Κοινωνικός Αποκλεισμός.....σελ 69**
4.2 Αποκατάσταση.....σελ 71
4.3 Η Κοινωνική Επανένταξη ως Διαδικασία Μετάβασης.....σελ 71
4.4 Διαμονή και Εργασία.....σελ 72
4.5 Οι Σχέσεις με την οικογένεια και τους άλλους.....σελ 75

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑσελ 76

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....σελ 78

ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ

ΨΝΑ: Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αθηνών

ΨΝΘ: Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης

ΜΣΑ: Μονάδα Σωματικής Απεξάρτησης

ΟΚΑΝΑ: Οργανισμός Κατά των Ναρκωτικών

ΚΕΘΕΑ: Κέντρο Θεραπείας Εξαρτημένων

ΕΣΥ: Εθνικό Σύστημα Υγείας

*Στους γονείς μου
Και
Στην αδερφή μου*

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Στον πρόλογο αυτής της εργασίας θεώρησα σημαντικό να αναφέρω τους να λόγους που με ώθησαν να ασχοληθώ με το συγκεκριμένο θέμα. Η απεξάρτηση αποτελεί ένα από τα πλέον μεγαλύτερα προβλήματα της σύγχρονης εποχής.

Αρχικά ο λόγος που με ώθησε να ασχοληθώ μ' αυτό το θέμα είναι η αποσαφήνιση της έννοιας της «επιτυχούς θεραπείας» και ο τρόπος που οι έλληνες επαγγελματίες τον αντιλαμβάνονται προτού προσδιοριστεί η επιτυχία στη θεραπεία. Αυτή η ανάγκη προκύπτει από το γεγονός ότι ο όρος «θεραπεία» αποτελεί μια γενική έννοια, η οποία συμπεριλαμβάνει διαφορετικούς τύπους παρεμβάσεων, προσεγγίσεων και μοντέλων με αποτέλεσμα να προκύπτουν συχνά διαφορές ως προς τις απόψεις τω ελλήνων επαγγελματιών που μοιραία επηρεάζουν τον ορισμό της έννοιας «επιτυχία».

Έπειτα θεώρησα αναγκαίο να εξετάσω το τμήμα απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αθηνών την φιλοσοφία, δομή, την οργάνωση και την λειτουργία. Στο σημείο αυτό θα πρέπει να γίνει ιδιαίτερη αναφορά στις δυσκολίες που συνάντησα καθ' όλη τη διάρκεια της διεκπεραίωσης της εργασίας μου, κυριότερες από τις οποίες ήταν η αναζήτηση της βιβλιογραφίας. Τέλος θα ήθελα να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στον επιβλέπων καθηγητή μου κ Μαργριτλή Δημήτριο για την αμέριστη βοήθεια που μου παρείχε, στους γονείς μου για την υλική και ηθική τους συμπαράσταση καθώς επίσης και την κ Κοντζανίδου Νατάσσα για το υλικό που μου παρείχε.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Είναι γενικά παραδεκτό ότι οι χρήστες ναρκωτικών ουσιών αποτελούν μια κοινωνικά αποκλεισμένη ομάδα. Από μια υπάρχει η προκατάληψη, ο κοινωνικός στιγματισμός και η περιθωριοποίηση των χρηστών από το κοινωνικό σύνολο, πράγματα τα οποία δυσχεραίνουν την ενσωμάτωση του σε αυτό ακόμη και μετά την ολοκλήρωση της θεραπείας τους, ενώ από την άλλη οι ίδιοι οι τοξικοεξαρτημένοι έχουν να αντιμετωπίσουν κατά την εισαγωγή τους σε ένα θεραπευτικό πρόγραμμα, σε συνδυασμό με το πρόγραμμα της εξάρτησης και σημαντικές εκπαιδευτικές και επαγγελματικές ελλείψεις που συνηγορούν στη δυσκολία της κοινωνικής αποκατάστασης.

Προκειμένου να αντιμετωπιστεί ο κοινωνικός αποκλεισμός των χρηστών, η διαδικασία της απεξάρτησης θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει όχι μόνο την σωματική και την ψυχολογική αλλά και την κοινωνική διάσταση του προβλήματος της χρήσης ναρκωτικών. Μια ολοκληρωμένη θεραπευτική αντιμετώπιση θα πρέπει να προσβλέπει και στην κάλυψη των κοινωνικών αναγκών του χρήστη. Οι ανάγκες αυτές μπορεί να συμπεριληφθούν στα όρια που καθορίζουν η εξασφάλιση της στέγης, η επαγγελματική αποδοχή και η σταθερή θεραπευτική παρακολούθηση.

Για την επίτευξη των στόχων αυτών γίνεται προσπάθεια τόσο από εξειδικευμένους θεραπευτικούς φορείς όσο και από την πολιτεία μέσα από προγράμματα κοινωνικής επανένταξης, υπηρεσίες εκπαίδευσης και κατάρτισης καθώς και ειδικά προγράμματα επαγγελματικής απασχόλησης.

Τα θεραπευτικά προγράμματα¹ για χρήστες ναρκωτικών στη Ελλάδα παρέχουν υπηρεσίες κοινωνικής επανένταξης είτε κατά τα τελευταία στάδια της θεραπείας είτε σε εξειδικευμένα κέντρα κοινωνικής επανένταξης τα οποία παρακολουθούν οι χρήστες αφού ολοκληρώσουν τη φάση της κυρίως θεραπείας. Συνολικά, ο αριθμός των Κέντρων Κοινωνικής Επανένταξης είναι δεκατρία (13), εκ των οποίων 9 ανήκουν στο ΚΕΘΕΑ, 2 στον ΟΚΑΝΑ, 1 στη Μονάδα Απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ και 1 στον θεραπευτικό πρόγραμμα «ΑΡΙΩΝ» του ΨΝΘ.²

¹Εθνικό Κέντρο Επιστημονικής Τεκμηρίωσης, Ετήσια αναφορά για το 2000, Αθήνα 2002, σ 163

² Ο.π

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1 Ιστορική αναδρομή του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ.

Το 18 ΑΝΩ έχει τη ιστορία³ του, τη ιστορία της Μονάδας Απεξάρτησης του ΨΝΑ, της μιας από τις δύο μονάδες απεξάρτησης ολόκληρου του εθνικού συστήματος υγείας – δεύτερη βρίσκεται στη Θεσσαλονίκη. Στο πλαίσιο του 18 ΑΝΩ υλοποιούνται διάφορα προγράμματα απεξάρτησης πολλών τύπων, για ενήλικους και εφήβους, για άτομα διπλής διάγνωσης, ειδικά για γυναίκες, για ζευγάρια, για οικογένειες εξαρτημένων ατόμων, προγράμματα εσωτερικής διαμονής (in patient) και άλλα εξωτερικής παρακολούθησης (out patient). Όλες οι παρεμβάσεις του 18 ΑΝΩ στο χώρο των εξαρτήσεων από ουσίες (πρόληψη, θεραπεία, κοινωνική επανένταξη, εκπαίδευση, έρευνα) διαπνέονται από μια ανθρωποκεντρική φιλοσοφία, ανοιχτή σε νεωτερισμούς με σεβασμό στις αρχές της επιστήμης και της ηθικής. Στο όνομα 18 ΑΝΩ εμπεριέχεται ολόκληρη η ιστορία αυτής της Μονάδας.

18 ΑΝΩ ονομαζόταν ο άνω όροφος του περιπτέρου 18, μέσα στο Δαφνί, όπου στεγαζόταν από την δεκαετία του 1970, η κλινική Αλκοολικών και Τοξικομανών. Στο ισόγειο του περιπτέρου το λεγόμενο 18 κάτω, λειτουργούσε μια ψυχιατρική κλινική, όπου νοσηλεύονταν ψυχωτικές γυναίκες. Με αρχικό πυρήνα το 18 ΑΝΩ μια ολιγομελής θεραπευτική ομάδα, στα τέλη της δεκαετίας του '80, ήρθε σε σύγκρουση με τις κυρίαρχες τότε αντιλήψεις για τα ναρκωτικά, υλοποιώντας ένα πρόγραμμα απεξάρτησης, πρωτοποριακό για τον ελληνικό χώρο. Το 18 ΑΝΩ τότε ήταν η μόνη Μονάδα Απεξάρτησης του ΕΣΥ, δεν ήταν όμως θεσμοθετημένη ως πρόγραμμα, αφού μόνο η «Ιθάκη», και αργότερα το «ΚΕΘΕΑ», αναγνωρίζονταν επίσημα από τις Αρχές ως θεραπευτική δυνατότητα απεξάρτησης. Στα χρόνια που πέρασαν από τότε το έργο του 18 ΑΝΩ επεκτάθηκε και εκτός Ψυχιατρείου, καταλαμβάνοντας στο χώρο των εξαρτήσεων την κεντρική θέση που κατέχει σήμερα, μιας μάχμης Μονάδας, που διαμορφώνει μια διακριτή θέση και μια επαναστατική πολιτική στο επιστημονικό και το κοινωνικό πεδίο.

³ Μάτσα, Κ., *ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιάς. Το αίνιγμα της τοξικομανίας.*, εκδόσεις Άγρα Αθήνα 2001, σ 23-24,

1.2 Φιλοσοφία του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ

Η τοξικομανία αποτελεί βασικά ένα **μονοσήμαντο**⁴ τρόπο ύπαρξης μέσα στον κόσμο. Αυτός επιλέγεται πάντα από το άτομο. Ακόμα και οι περιστάσεις με τις οποίες συνδέεται δίνουν την εντύπωση του τυχαίου, η επιλογή γίνεται πάντα για κάποιους λόγους, συνυφασμένους τόσο με την ατομική ψυχοπαθολογία όσο και με το οικογενειακό του περιβάλλον. Κατά τον ορισμό του **CL.Olievenstein**⁵ «η τοξικομανία είναι αποτέλεσμα της συνάντησης μιας ουσίας με μια προσωπικότητα σε μια δεδομένη κοινωνικο-πολιτιστική στιγμή. Η όλη διαδρομή του ατόμου μέσα στον κόσμο των ουσιών συνδέεται με την προσωπική ιστορία, εξελίσσεται μέσα στο χρόνο και διαμορφώνει τη στάση του απέναντι στον εαυτό του και τους άλλους, δίνοντας του τη θέση και το ρόλο του περιθωριακού. Αποκλεισμένος απ' το σύστημα αναπαράγει με την τοξικομανία του τον ίδιο τον αποκλεισμό του. Όμως το χαρακτηριστικό της σημερινής γενιάς τοξικομανών είναι ότι δεν προβάλλει καμιά αντι-κουλτούρα αμφισβήτησης του κοινωνικού κατεστημένου, όπως οι γενιές της δεκαετίας του '60 ή και του '70. Παραμένει ιδεολογικά ενσωματωμένη στο σύστημα και τη λογική, μολονότι το σαρκάζει και το περιφρονεί. Χάνεται στη μοναξιά της απόλυτα παθητικής ύπαρξης. Το τραγικό σ' αυτή την στάση είναι ότι η φυγή από τη συγκεκριμένη πραγματικότητα, δια μέσου των ναρκωτικών, γίνεται στα πλαίσια της απελπισμένης προσπάθειας αυτών των παιδιών να βρουν τελικά μια θέση μέσα σ' αυτή, έστω και στο περιθώριο και παρά την εξαθλίωση, που αυτό συνεπάγεται.

Όλη αυτή η διαδρομή που φαίνεται να οδηγεί στην κόλαση και η διάρκεια της είναι διαφορετική για κάθε τοξικομανή μοιάζει με ένα κύκλο που ανοίγει τη στιγμή της συνάντησης με την ουσία και κλείνει τη στιγμή της απόφασης του να ενταχθεί σε ένα θεραπευτικό πρόγραμμα και ν' αλλάξει ριζικά τον τρόπο ζωής του.»

Θεραπευτικός πλουραλισμός

Η τοξικομανία ως κοινωνικό φαινόμενο⁶, αντιμετωπίζεται μόνο επεμβαίνοντας στους γενεσιουργούς παράγοντες στο σύνολο τους. Είναι απολύτως αναγκαία για την αντιμετώπιση του πολυπαραγοντικού αυτού φαινομένου, η οργάνωση ενός κρατικού δικτύου υπηρεσιών που θα συντονίζονται μεταξύ τους για

⁴ Μάτσα, Κ. *Θεραπεία απεξάρτησης: μια διαδικασία απελευθέρωσης*, τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 12, 1995 σ 109

⁵ Olievenstein, Cl., *θέση και αντικείμενο των μεταβατικών θεραπειών στη θεραπευτική αντιμετώπιση των σκληρών τοξικομανών*, τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. τεύχους 15, 1987, σ 22

⁶ Μάτσα, Κ., *Θεραπεία απεξάρτησης: μια διαδικασία απελευθέρωσης*, τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 12, 1995, σ 109-110

να ανταποκριθούν στις ανάγκες της πρόληψης , της θεραπείας αλλά και της κοινωνικής επανένταξης των αποθεραπευμένων τοξικομανών

Η θεραπευτική προσέγγιση του εξαρτημένου ατόμου, πρέπει να είναι πολυεστιακή (άτομο, οικογένεια, ομάδα), παρεμβαίνοντας στη βάση ενός συνολικού πλάνου σε όλες τις παραμέτρους του προβλήματος.

Ο τοξικομανής σαν ένα πρόσωπο που πάσχει- όχι ο απλός χρήστης κάποιας ουσίας- μπορεί να θεραπευτεί μόνα εφόσον το **αποφασίσει** ο ίδιος και ενταχθεί σ' ένα πρόγραμμα απεξάρτησης που ο **ίδιος** έχει επιλέξει.

Η θεραπεία απεξάρτησης δεν μπορεί να είναι αναγκαστική ούτε να γίνεται με ατομική παρακολούθηση στο ιατρείο του ψυχιάτρου ή του παθολόγου ούτε βέβαια στο ψυχιατρείο δημόσιο ή ιδιωτικό. Γίνεται σε ειδική Μονάδα, με το δικό της πρόγραμμα και τις δικές της υπηρεσίες. Η Πολιτεία πρέπει να εξασφαλίζει τη δυνατότητα λειτουργίας πολλών τύπων προγραμμάτων για κάθε τύπο τοξικομανούς.

Δεν υπάρχει θεραπεία πανάκεια, ούτε μαγικές λύσεις. Κάθε τοξικομανείς όταν αντιμετωπίζεται θεραπευτικά πρέπει να εξετάζεται με την ιδιαιτερότητα του. Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία δεν υπάρχει μια ειδική «τοξικομανιακή» δομή προσωπικότητας που να καθορίζει εκ των προτέρων μια ειδική θεραπευτική στρατηγική. Υπόβαθρο της εξάρτησης οποιοσδήποτε τύπος προσωπικότητας (νευρωτικός-ψυχωτικός- οριακός κλπ), με την ιδιαίτερη ψυχοπαθολογία του. Υπάρχουν βέβαια κάποια κοινά χαρακτηριστικά σ' όλους τους τοξικομανείς, τα οποία αφορούν μια ελλειμματική, όχι σταθερά δομημένη προσωπικότητα με μεγάλα συναισθηματικά κενά , με εξωπραγματικά χαώδη, και μη αυθεντικά ιδανικά του εγώ με εμφανή την έλλειψη ενός συστήματος αξιών, με μια βιτρίνα ψεύτικου αντικορφομισμού, έντονο το φόβο της μοναξιάς και την αγωνία της απόρριψης, έντονη ανασφάλεια , με μια ταυτότητα χωρίς συνοχή υπό τη διαρκή απειλή της διάλυσης.

Τ Ε Ι Κ Α Λ Α Μ Α Τ Α Σ
Τ Μ Η Μ Α
Ε Κ Δ Ο Σ Ε Ω Ν & Β Ι Β Λ Ι Ο Θ Η Κ Η Σ

1.3 Βασικές αρχές του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ

Το αίτημα της ένταξης στο θεραπευτικό πρόγραμμα

Η ένταξη στο θεραπευτικό πρόγραμμα⁷ αρχίζει όταν η απόφαση απεξάρτησης εκφράζεται λεκτικά σαν αίτημα θεραπείας από τον ίδιο τον τοξικομανή στο συμβουλευτικό σταθμό

Το αίτημα είναι αυθεντικό όταν διατυπώνεται από τον **ίδιο** τον τοξικομανή και όχι από τους γονείς του ή από άλλα αγαπημένα του πρόσωπα και απευθύνεται στους θεραπευτές του συγκεκριμένου προγράμματος, στη βάση της αποδοχής της όλης φιλοσοφίας του. Όταν αυτό περιορίζεται μόνο με μια συνταγή φαρμάκων δείχνει ότι η αληθινή απόφαση απεξάρτησης δεν έχει ακόμη ληφθεί.

Το αίτημα αυτό είναι πάντα αμφιθυμικό, ακριβώς γιατί ο τοξικομανής δεν είναι ικανός, στην κατάσταση που βρίσκεται να κάνει μια σταθερή προσωπική επιλογή και πρέπει να ενισχυθεί προς αυτήν την κατεύθυνση. Έχει πολύ μεγάλη σημασία η στιγμή που διατυπώνεται αυτό το αίτημα μέσα σ' ολόκληρη την ιστορία του. Συνήθως αποτελεί την κατάληξη της μακρόχρονης, οδυνηρής περιπέτειας του με τις ουσίες, το τέλος του συνεχούς «πήγαιν' έλα» στο βασίλειο των σκιών. Η απόγνωση του, η βαθιά εσωτερική του κούραση από την εξαθλίωση με την οποία είναι συνυφασμένος αυτός ο τρόπος ζωής εκφράζεται συνήθως με την κραυγή ή τον ψίθυρο «Δεν αντέχω άλλο. Δεν πάει άλλο. Μέχρις εδώ.»

Το αίτημα της θεραπείας έχει πάντα το χαρακτήρα του **επείγοντος** με την έννοια ότι απαιτεί άμεση ανταπόκριση από την μεριά των θεραπειών αφού αποτελεί για το άτομο, τη συγκεκριμένη στιγμή που διατυπώνεται, τη μόνη ορατή διέξοδο στο τραγικό αδιέξοδο της ζωής του. Σ' αυτό το σημείο είναι ιδιαίτερα σημαντικός ο ρόλος του θεραπευτή που υποδέχεται τον τοξικομανή στο πρόγραμμα και τον βοηθά να κατανοήσει τι σημαίνει γι' αυτόν θεραπεία και για ποιόν θέλει να την κάνει. Μήπως για τους γονείς του, που τον πιάζουν ή γιατί τον κυνηγά μια εκκρεμής δικαστική υπόθεση ή η αστυνομία; Σ' αυτές τις περιπτώσεις η θεραπευτική προσπάθεια είναι βραχυκυκλωμένη και δεν μπορεί να προχωρήσει.

Ακόμη και αν αρχίσει αργά η γρήγορα θα την εγκαταλείψει. Η θεραπεία μπορεί να είναι αποτελεσματική μόνο αν αντιμετωπίζεται σαν μια **λύση ζωής**, που

⁷ Μάτσα, Κ., *Θεραπεία απεξάρτησης: μια διαδικασία απελευθέρωσης*, τετράδια ψυχιατρικής Αρ. τεύχους 12, 1995, σ.111

επιλέγεται ελεύθερα από τον ίδιο, με όση δύναμη του δίνει η απελπισία του. Η πρώτη θεραπευτική πράξη, λοιπόν εγγράφεται στο αίτημα του τοξικομανή, που αντιπροσωπεύει γι' αυτόν εφόσον αποκρυπτογραφηθεί, την αδήριτη ανάγκη του να βρει τη θέση του ως κοινωνικό υποκείμενο.

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό και δρα ενισχυτικά ως προς την απόφαση θεραπείας το να υποδεχτεί τον τοξικομανή και να εγκαθιδρύσει τον πρώτο διάλογο μαζί του ένας πρώην χρήστης, αποθεραπευμένος και μέλος της θεραπευτικής ομάδας. Μέσα απ' αυτό το διάλογο, που πρέπει να συνεχισθεί θα ξεκαθαριστεί το κίνητρο, ή η σχέση με την ουσία και ή λειτουργία της μέσα στην όλη ψυχική οικονομία του εξαρτημένου ατόμου. Έτσι αρχίζει το δέσιμο του μ' αυτό το νέο κόσμο χωρίς ουσίες, που είναι ακόμα άγνωστος, αλλά φαντάζει γοητευτικός.

Αλλαγή τρόπου ζωής και συμβόλαιο θεραπείας.

Η απεξάρτηση ισοδυναμεί με την διαδικασία αλλαγής⁸ του τρόπου ζωής του εξαρτημένου ατόμου και όχι την υποκατάσταση μιας εξάρτησης από μια άλλη είναι μια διαδικασία μακρόχρονη και δεν αποβλέπει απλά στην αποχή από τις ουσίες, αλλά στην εξασφάλιση εκείνων των όρων ζωής που θα το κάνουν **να μην έχει ανάγκη τις ουσίες.**

Η συμμετοχή σ' ένα τέτοιο πρόγραμμα πρέπει να είναι όχι μόνο εθελοντική αλλά και ενεργητική. Απαιτεί να δώσει σ' αυτό όλο τον εαυτό του. Αρχίζει με την υπογραφή ενός **συμβολαίου** που περιγράφει τις αρχές και τους κανόνες λειτουργίας του. Το συμβόλαιο πρέπει να συζητείται αναλυτικά από την αρχή, φωτίζοντας όλες τις πτυχές της θεραπείας και δίνοντας τη δυνατότητα στο θεραπευτή να γνωρίσει τον τοξικομανή και να κερδίσει την εμπιστοσύνη του. Έχει μεγάλη σημασία να μην μείνουν σ' αυτή την πρώτη συνάντηση κενά, σκοτεινά σημεία, πράγματα ανείπωτα. **Η θεραπευτική σχέση** που δημιουργείται στην αρχή και αναπτύσσεται στη συνέχεια έχει μεγάλο ειδικό βάρος για τη θεραπευτική διαδικασία και μπορεί να παίζει ένα ρόλο καθοριστικό στην όλη πορεία του ατόμου σ' αυτήν.

Βασικοί στόχοι της όλης θεραπευτικής διαδικασίας είναι :

- ν' αλλάζει το εξαρτώμενο άτομο την ιδέα που έχει για τον εαυτό του
- να κατακτήσει την ικανότητα να αισθάνεται άνετα με τους άλλους
- να αντλεί ικανοποίηση από τις ίδιες τις αλλαγές του

⁸ ο.π

- ν' αποκτήσει ενδιαφέρον και ικανότητα για δουλειά και για δημιουργία
- να βρει τη δύναμη και το θάρρος να παλεύει για να ξεπερνά τις δυσκολίες
- να πάρει τη ζωή στα χέρια του, χαράζοντας το δικό του δρόμο, προς μια κατεύθυνση , έχοντας κόψει τις γέφυρες με τον παλιό του κόσμο.

Η αρχή της ισοτιμίας

Το θεραπευτικό πρόγραμμα στηρίζεται βασικά στη θεραπευτική ομάδα, η οποία απαρτίζεται από θεραπευτές, έμπειρους και εκπαιδευόμενους με διαφορετικούς ρόλους (ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, επισκέπτριες, νοσηλεύτες, εργοθεραπευτές, δραματοθεραπευτές, χοροθεραπευτές, πρώην χρήστες κ.λ.π) που αλληλοσυμπληρώνονται. Τα μέλη της, που θεωρούνται όλα ισότιμα, αναπτύσσουν μια συνθετική δραστηριότητα σε πολλά επίπεδα, διατηρώντας όμως τη σταθερότητα και την ομοιογένεια της ομάδας ως θεματοφύλακα των αρχών του προγράμματος⁹.

Η θεραπευτική ομάδα οργανώνει στα πλαίσια του προγράμματος διάφορες δραστηριότητες, που συναρθρώνονται στην εμπειρία της ομάδας. Κατά τον Racamier «Οι διαφορετικές δραστηριότητες και η διαφορετική επαγγελματική εκπαίδευση των μελών της θεραπευτικής ομάδας¹⁰, που εξασφαλίζουν τη διάκριση των ρόλων και εγκαθιδρύουν τη διαφοροποίηση στο εσωτερικό της, διευκολύνουν το παιχνίδι των ταυτίσεων, σ' ένα χώρο ζωής, με νέες απαιτήσεις , νέες φιγούρες , νέα πρότυπα. Μπορούμε να πούμε ότι η θεραπευτική ομάδα αποτελεί τον καταλύτη της θεραπείας»

Βασική αρχή λειτουργίας του προγράμματος είναι η αρχή της **ισοτιμίας**, που ισχύει για θεραπευτές και θεραπευμένους. Η τήρηση της, έργο δύσκολο ιδιαίτερα σ' ένα δημόσιο ιδρυματικό πλαίσιο, γίνεται δυνατή μόνο με την ανάπτυξη ενός ειλικρινούς και ανοιχτού **διαλόγου** ανάμεσα σε όλους και για όλα τα ζητήματα.¹¹ Δεν υπάρχουν αυθεντίες στο πρόγραμμα ούτε ιεραρχικά επίπεδα. Η θεραπευτική ομάδα δεν στέκεται απέναντι στον τοξικομανή αλλά δίπλα του, στο πλευρό του.

Τα όρια που πρέπει να θέτει στον εαυτό του ο τοξικομανής δεν κατακτώνται μέσα από τη λειτουργία ενός ιεραρχικού μοντέλου θεραπείας , αλλά μέσα από τη

⁹ Μιχαλαρέας Η, *Τα Ναρκωτικά σαν κοινωνικό φαινόμενο*, τετράδια Ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 19, 2002, σελ 123

¹⁰ Μάτσα, Κ., *Θεραπεία απεξάρτησης: μια διαδικασία απελευθέρωσης*, τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 12, 1995, σ 111

¹¹ Ollivénstein, Cl, *θέση και αντικείμενο των μεταβατικών θεραπειών στη θεραπευτική αντιμετώπιση των σκληρών τοξικομανών*, τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 15, 1987, σ 25

διαρκή προσέγγιση και συνειδητοποίηση των αιτιών της εξάρτησης του, την ανασυγκρότηση της προσωπικότητας του, τη συνειδητή αλλαγή της στάσης του μέσα στο συγκεκριμένο πλαίσιο του προγράμματος. Μέσα σ' αυτό αρχίζει να οργανώνει την ζωή του σ' ένα νέο πρόσφορο συναισθηματικά και προστατευτικό θεραπευτικό περιβάλλον.

Η θεραπεία αρχίζει με την ¹² με την ένταξη του στο πρόγραμμα και περιλαμβάνει τη σωματική, την ψυχική του ανεξάρτηση και την κοινωνική του επανένταξη, με ιδιαίτερη έμφαση στην πρόληψη της υποτροπής. Η θεραπευτική διαδικασία πρέπει να προσανατολίζεται όσο το δυνατόν περισσότερο στην εξωτερική πραγματικότητα. Δίνεται μεγάλη σημασία στην τήρηση του θεραπευτικού συνεχούς, (οι ίδιοι θεραπευτές σε όλες της φάσεις, από την αρχή μέχρι το τέλος της θεραπευτικής διαδικασίας).

Ομαδική και ατομική ψυχοθεραπεία

Με την ψυχοθεραπευτική εμπειρία¹³ σαν εμπειρία σχέσης ωριμάζει η προσωπικότητα του τοξικομανούς. Κατακτά την αυτοπεποίθηση και την αυτογνωσία του μέσα από την επιμονή και την οδυνηρή διερεύνηση και συνειδητοποίηση των αιτιών της εξάρτησης του σε όλα τα επίπεδα

Με τη συμμετοχή του σε μια ομάδα ψυχοθεραπείας αρχίζει να λειτουργεί σαν κοινωνικό άτομο προσπαθώντας να εκφραστεί ελεύθερα και να δημιουργήσει σχέσεις με άτομα όμοια του, που μπορεί ίσως να μην γνώριζε πριν αλλά κάνουν την ίδια προσπάθεια να βρουν και ν' ακολουθήσουν στη ζωή τους ένα καινούριο δρόμο, χωρίς ναρκωτικά, δίνουν την ίδια μ' αυτόν μάχη. Σ' αυτή τη δύσκολη πορεία η ομάδα γίνεται ο φυσικός χώρος του, το στήριγμα του στις στιγμές της αδυναμίας του. Εδώ μαθαίνει να μιλά ελεύθερα και ειλικρινά, να ακούει τους άλλους, να αναλύει και να απορρίπτει ρόλους και να δημιουργεί αληθινές σχέσεις, έξω απ' το πλαίσιο εξάρτησης. Μαθαίνει να βλέπει καθαρά την πραγματικότητα, τη δική του και των άλλων χωρίς μύθους και αυταπάτες. Μαθαίνει να εκφράζει τους φόβους του και τις αδυναμίες του, να αποδέχεται και σιγά να αγαπά τον εαυτό του, να πολεμά τον εγωισμό του και τον ατομικισμό του που τον απομακρύνει από τους άλλους, να κάνει ο ίδιος και να δέχεται την κριτική των άλλων. Με την βοήθεια των συντονιστών της

¹² Μάτσα Κ., «θεραπεία ανεξάρτησης: μια διαδικασία απελευθέρωσης», τετράδια ψυχιατρικής.

Αρ.Τεύχους12, 1995, σ 112-113

¹³ ο.π

ομάδας – συνήθως είναι δύο μαθαίνει να διερευνά, να κατανοεί και να ξεπερνά τα προβλήματα που παρουσιάζονται στις σχέσεις του με την ομάδα και που συμπεκνώνουν τα προβλήματα που χαρακτηρίζουν όλες τις μέχρι τώρα σχέσεις του (με τους γονείς του και τα άλλα κοντινά του πρόσωπα). Οι ομάδες απαρτίζονται από 5 μέχρι 8 , κατά μέσο όρο , άτομα και διατηρούν την ίδια σύνθεση και τους ίδιους συντονιστές από την αρχή μέχρι το τέλος του προγράμματος. Η διατήρηση της συνοχής και της σταθερότητας των ομάδων είναι ένας διαρκώς επιδιωκόμενος από τους θεραπευτές στόχος που απαιτεί τη χρησιμοποίηση απ' αυτούς διαφόρων τεχνικών.

Ανάμεσα στις μορφές ψυχοθεραπείας που χρησιμοποιούνται προς την κατεύθυνση της ελεύθερης έκφρασης των συναισθημάτων και της εξοικείωσης των τοξικομανών με το σώμα τους, συγκαταλέγεται και **η δραματοθεραπεία, η μουσικοθεραπεία, η χοροθεραπεία κλπ.**

Τελικός στόχος όλης της ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας δεν είναι με κανένα τρόπο η ψυχιατροποίηση του προβλήματος της εξάρτησης, αλλά η κατάκτηση απ' τον ίδιο τον τοξικομανή της ανεξαρτησίας του (πρώτα απ' όλα συναισθηματικής) και της αυτονομίας του. Μόνο έτσι μπορεί το άτομο να καλύψει τα κενά του , να βρει και να ικανοποιήσει τις πραγματικές συναισθηματικές ανάγκες του και να ωριμάσει, να ενηλικιωθεί, σταματώντας πια να παίζει το ρόλο του παιδιού «που τα θέλει όλα και τα θέλει τώρα». Μόνο έτσι μπορεί να πετάξει μακριά του και να μην ξαναχρειασθεί «τα δεκανίκια» της ουσίας και ν' αντιμετωπίσει, στηριγμένος στις δικές του δυνάμεις, τις δυσκολίες, τα προβλήματα, τις ματαιώσεις της καθημερινής πραγματικότητας και να δημιουργήσει το δικό του ζωντανό κόσμο, με τις αξίες του τα ενδιαφέροντα του, τις χαρές, τις λύπες του. Μόνο έτσι μπορεί να δομήσει τη νέα, κοινωνική του ταυτότητα, να αναλάβει τις ευθύνες του και να κάνει τις δικές του συναισθηματικές επιλογές Αυτό είναι το στάδιο της ψυχικής δημοκρατίας όπου κατακτά τη δυνατότητα να βάζει όρια στη ζωή του , να ακολουθεί κανόνες και να δέχεται απαγορεύσεις χωρίς να έλκεται απ' αυτές, τη δυνατότητα να οικοδομεί το δικό του ιδεολογικό πολιτιστικό και ψυχικό ΕΓΩ, αναπτύσσοντας αληθινές, άμεσες και ουσιαστικές κοινωνικές σχέσεις.

Η ρήξη με την ουσία και τον κόσμο της

Θεμέλιο της όλης θεραπευτικής διαδικασίας είναι η **ρήξη**¹⁴ του ατόμου με την ουσία και τον κόσμο της. Αυτό σημαίνει αφ' ενός την πλήρη αποχή του από κάθε ουσία νόμιμη η παράνομη (συμπεριλαμβανομένου και του αλκοόλ) και αφ' ετέρου την απομάκρυνση του από κάθε πρόσωπο ή χώρο που σχετίζεται άμεσα ή έμμεσα με την ουσία, ακόμα και αν πρόκειται για πρόσωπο του στενού ή του ευρύτερου οικογενειακού του περιβάλλοντος.

Η αποχή ελέγχεται και εργαστηριακά (με την ανίχνευση τοξικών όσιων στα ούρα). Η εξέταση των ούρων γίνεται συστηματικά από τη πρώτη στιγμή της ένταξης στο πρόγραμμα μέχρι την τελευταία σαν βασικός όρος του προγράμματος , που αναγράφεται και στο συμβόλαιο και δεν είναι για κανένα λόγο διαπραγματεύσιμος .Αν κάποιος αισθάνεται ότι ο έλεγχος αυτός «παραβιάζει την ελευθερία του» τότε μπορεί να μην επιλέξει αυτό το πρόγραμμα.

Για το πρόγραμμα η ρήξη αφορά όλες τις ουσίες χωρίς καμιά διάκριση χημικής σύστασης η φαρμακευτικής ιδιότητας. **Από τη σκοπιά της θεραπείας** για τον τοξικομανή όλες οι ουσίες παίζουν τον ίδιο ρόλο στην ψυχική του οικονομία, λειτουργούν σαν το «δεκανίκι» του σαν «μεσολαβητές», σαν ενδιάμεσοι στη σχέση με τον εαυτό του και τους άλλους.

Η παρέμβαση στην οικογένεια

Ο τοξικομανής προσωποποιεί το σύμπτωμα της κρίσης της κρίσης της οικογένειάς του.¹⁵ Η οικογένεια μπορεί να θεωρείται σαν ανοιχτό σύστημα αλληλεπιδράσεων και συγκρούσεων των μελών της.

Η παρέμβαση της θεραπευτικής ομάδας αποβλέπει στην απενοχοποίηση των γονέων και τη δημιουργία αληθινών σχέσεων των μελών της οικογένειας μεταξύ τους, μέσα από την εγκατάσταση μιας όσο το δυνατόν πιο ελεύθερης επικοινωνίας ανάμεσα τους ,μέσα από ένα διαρκή διάλογο που να αποκαλύπτει τη δυσλειτουργία του οικογενειακού συστήματος, τις αιτίες και τις συνέπειες της στην ψυχική οικονομία του εξαρτημένου ατόμου και όλων των άλλων.

Η τοξικομανία μπορεί να θεωρηθεί σαν το σύμπτωμα της παθολογίας της οικογένειας το **μυστικό** της το **βάσανο** της, αυτό που φέρνει κοντά τους γονείς και καλύπτει τα ιδιαίτερα προβλήματα που έχει η δική τους σχέση, δίνοντας συχνά στον

¹⁴ ο.π

¹⁵ Μάτσα, Κ., «Ο τοξικομανής και η οικογένεια του. διδακτορική διατριβή», Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, Ιατρική Σχολή, 1997, σ 34

τοξικομανή το ρόλο του αποδιοπομπαίου τράγου η εξίλαστήριου θύματος. Μέσα στη οικογένεια του τοξικομανούς ο καθένας παίζει κάποιο ρόλο, πάντα με άξονα αναφοράς την τοξικομανία αλλά με μπλοκαρισμένες όλες τις διόδους επικοινωνίας ανάμεσα στα μέλη που την απαρτίζουν.

Η παρέμβαση της θεραπευτικής ομάδας κάνει την δυνατή **αναπαλαίωση** του προβλήματος, την αλλαγή δηλαδή του πλαισίου αναφοράς, που επιτρέπει μια νέα τοποθέτηση ή ερμηνεία, για να βγει όλη η οικογένεια απ' την αδιέξοδη κατάσταση στην οποία βρίσκεται. Πραγματοποιούνται λοιπόν συναντήσεις με τους γονείς, με όλη την οικογένεια, γίνονται ομάδες γονέων, συμμετέχουν συχνά οι γονείς στις ομάδες ψυχοθεραπείας των εξαρτημένων παιδιών ή ακόμα, σε κάποιες περιπτώσεις, γίνεται και θεραπεία οικογένειας.

Στόχος της θεραπευτικής παρέμβασης στην οικογένεια δεν είναι μόνο η εξαφάνιση του συμπτώματος της τοξικομανίας ενός ή περισσότερων μελών της, αλλά και η αποκατάσταση ουσιαστικών σχέσεων ανάμεσα στα μέλη της, στη βάση της κατανόησης του διαλόγου, του αλληλοσεβασμού. Συμμετέχοντας στη θεραπεία η ίδια η οικογένεια ανανεώνεται, τα δυναμικά της αλλάζουν και η στάση της διαφοροποιείται. Δεν μπαίνει πια στη θεραπευτική ομάδα η αρχική μυστική πρόκληση των γονιών, που εκφράζεται με διάφορους τρόπους «αποτοξινώστε το παιδί μου αλλά μην το αλλάξετε». Η αλλαγή του βιώνεται, οι αντιστάσεις συζητούνται και ξεπερνιούνται, η οικογένεια σαν σύστημα αυτοοργανώνεται και δίνει τη μάχη με την εξάρτηση του παιδιού της, σαν σύμπτωμα της δικής της κρίσης.

Σ' αυτή τη διαδικασία ο τοξικομανής μπορεί να σπάσει τους νοσηρούς δεσμούς με την οικογένεια του, να οργανώσει ανεξάρτητα απ' το οικογενειακό του περιβάλλον τη ζωή του και να μην ξαναγυρίσει στις ουσίες μόλις βρεθεί και πάλι μπροστά σε δυσκολίες.

Κοινωνική επανένταξη και αποκατάσταση

Εδώ πραγματοποιείται η τελευταία φάση του προγράμματος¹⁶ με διάρκεια περίπου 10 μήνες. Η θεραπευτική διαδικασία δεν αποσπά το εξαρτημένο άτομο από το κοινωνικό του περιβάλλον αλλά του δίνει τη δυνατότητα να προετοιμαστεί για την επάνοδο του και την ένταξη του στο κοινωνικό σύνολο καθώς επίσης και να οργανώσει τη ζωή του.

¹⁶ Μάισα, Κ., *Θεραπεία απεξάρτησης: μια διαδικασία απελευθέρωσης*, τετράδια ψυχιατρικής. Αρ. Τεύχους 12, 1995, σ 114-116

Αν η τοξικομανία εγγράφεται χωρίς καμία αμφιβολία στο πεδίο της ψυχοπαθολογίας, εν τούτοις υπερβαίνει στους περιορισμούς οποιουδήποτε αναγωγισμού και επιβεβαιώνεται σαν μια κατ'εξοχής εκδήλωση της δυστυχίας μέσα στον πολιτισμό.

Αυτό σημαίνει ότι η διαδικασία απεξάρτησης δεν πρέπει με κανένα τρόπο να νοηθεί ως ένας τρόπος διαχείρισης της τοξικομανίας για χάρη της κοινωνίας αλλά σαν μια **διαδικασία απελευθέρωσης του ατόμου** από τα φαρμακευτικά και τα κάθε είδους **δεσμά**, μια διαδικασία μεταμόρφωσης του σε κοινωνικό υποκείμενο, που επιλέγει να οργανώσει τη ζωή του σε αντίθεση με τα επικρατούντα κοινωνικά στερεότυπα της εύκολης φυγής από την πηγή της αντίφασης.

Στόχος της θεραπείας δεν μπορεί να είναι να συμβιβάσει τον τοξικομανή με την άθλια πραγματικότητα από την οποία κάποτε επιχείρησε να φύγει διαμέσου των ναρκωτικών αλλά να τον κάνει ικανό να σταθεί **μέσα σ' αυτήν** και όχι στο περιθώριο και να την αντιμετωπίσει όπως είναι χωρίς μύθους, χωρίς αυταπάτες, χωρίς φυγές, να αντιπαρατεθεί μαζί της και με την ιδεολογία της, ανοίγοντας ευρύτερους ορίζοντες στους προβληματισμούς του, δίνοντας ευρύτερες διαστάσεις στην καθημερινή του δραστηριότητα και έτσι βρίσκοντας τελικά αληθινό **νόημα** στη ζωή του. Μόνο έτσι μπορεί να πάρει υπεύθυνα και σοβαρά τη ζωή του στα χέρια του, δίνοντας διαρκώς τη μάχη του ενάντια στην οικονομική υποκρισία για να κατακτήσει και να διατηρήσει την πραγματική ανεξαρτησία και την αυτονομία του απελευθερωμένους από φόβους, προκαταλήψεις, μύθους, αυταπάτες, διακρίσεις και αποκλεισμούς.

Η θεραπευτική διαδικασία απεξάρτησης είναι ένας δύσκολος δρόμος που δεν επιτρέπει να χάσεις από τα μάτια σου το στόχο σου ούτε για μια στιγμή. Είναι ένας δρόμος που απελευθερώνει, μέσα από τη συνειδητοποίηση όλων των κοινωνικών αντιφάσεων που διαθλώνται στο άτομο και καθορίζουν τη ζωή του. Δεν οδηγεί στον παράδεισο αλλά σίγουρα απομακρύνει από την κόλαση καθώς το άτομο γίνεται ικανό να ζει την αμεσότητα του παρόντος, και να δίνει ουσιαστικό περιεχόμενο στη ζωή του σε μια διαρκή μάχη με τη **ΕΞΑΡΤΗΣΗ**, σε όλα τα επίπεδα.

1.4 Δομές που λειτουργούν που λειτουργούν στα πλαίσια του τμήματος απεξάρτησης «18 ΑΝΩ» του ΨΝΑ

Συμβουλευτικός Σταθμός

Εδώ γίνεται η πρώτη επαφή του εξαρτημένου με το θεραπευτικό πρόγραμμα.

Στο Συμβουλευτικό Σταθμό:

- ✓ Δίνονται πληροφορίες στα εξαρτημένα άτομα για θέματα που τους αφορούν.
- ✓ Ενημερώνονται τα εξαρτημένα άτομα με κάθε λεπτομέρεια για το θεραπευτικό πρόγραμμα, τις δυσκολίες που πιθανώς θα αντιμετωπίσουν αλλά και τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να τις ξεπεράσουν.
- ✓ Πραγματοποιούνται η ευαισθητοποίηση του εξαρτημένου ατόμου στο πρόβλημα του, η σταθεροποίηση της απόφασης του, η εμπλοκή του στη θεραπευτική διαδικασία και η ένταξη του στο θεραπευτικό πρόγραμμα μέσα από ατομικές συνεδρίες, ομάδες στήριξης, ομάδες ψυχοθεραπείας, ομάδες έκφρασης.
- ✓ Δίνονται πληροφορίες σε άτομα, ομάδες και φορείς της ψυχικής υγείας σχετικά με το πρόβλημα των ναρκωτικών.

Λειτουργούν προγράμματα συμβουλευτικής γονέων και θεραπείας.

Ανοιχτή Γραμμή

Πρόκειται για τηλεφωνική υπηρεσία ειδικευμένη σε θέματα που αφορούν την χρήση / κατάχρηση ουσιών και αλκοόλ. Παρέχει αντικειμενική πληροφόρηση, βοήθεια, κατεύθυνση και παραπομπή προς τις υπάρχουσες θεραπευτικές δομές. Είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Ένωσης τηλεφωνικών γραμμών βοήθειας και συμμετέχει σε προγράμματα ανταλλαγής και εκπαίδευση επιστημόνων.

Τμήμα Εφήβων Νέων

Παρέχεται πληροφόρηση συμβουλευτική και θεραπευτική αντιμετώπιση του προβλήματος της χρήσης και κατάχρησης ουσιών σε εφήβους και νέους και τις οικογένειες τους. Το τμήμα Εφήβων και Νέων είναι μέλος Ευρωπαϊκών Δικτύων. Αναπτύσσει επίσης προληπτικές και εκπαιδευτικές δραστηριότητες. Αποτελεί Εκπαιδευτικό Κέντρο για τους μεταπτυχιακούς φοιτητές ψυχολογίας των Α.Ε.Ι.

Κέντρο Ημέρας Εφήβων και Νέων Χρηστών Τοξικών Ουσιών

Δομή που επιτρέπει στους εφήβους και νέους που έχουν ήδη σταθεροποιήσει την αποχή τους από τις ουσίες να συνεχίσουν μέσα από καθημερινή παρουσία στο χώρο τη θεραπευτική τους πορεία μέσα από διάφορες ψυχοθεραπευτικές δραστηριότητες.

Πρόγραμμα Ατόμων Διπλής Διάγνωσης

Απευθύνεται σε εξαρτημένους στους οποίους συνυπάρχει ανοικτή ψυχιατρική διαταραχή. Πραγματοποιούνται ατομική, ομαδική ψυχοθεραπεία, ομάδες υποδοχής έκφρασης κ.α.

Τμήμα Ψυχολογικής Απεξάρτησης Τοξικομανών «18 ΑΝΩ» ΨΝΑ(Στο Κέντρο της Αθήνας)

Θα λειτουργήσει μέσα στο 2004 εφόσον προσληφθεί το αναγκαίο έμπειρο και εκπαιδευμένο προσωπικό.

Τμήμα ψυχολογικής απεξάρτησης τοξικομανών «18 ΑΝΩ» (Μέσα στο ΨΝΑ)

Εδώ πραγματοποιείται η Β' φάση του προγράμματος. Η διάρκεια παραμονής είναι έξι μήνες. Στη φάση αυτή, το εξαρτημένο άτομο μέσα από διάφορες θεραπευτικές διαδικασίες (ατομική, ομαδική, ψυχοθεραπεία, δραματοθεραπεία, θεραπεία μέσω της τέχνης) προσπαθεί να συνειδητοποιήσει τους πραγματικούς λόγους που τον οδήγησαν στην εξάρτηση, να ανασυγκροτηθεί ως προσωπικότητα και να αναζητήσει νέους τρόπους ζωής.

Τμήμα Κοινωνικής Επανάταξης.

Εδώ πραγματοποιείται η τελευταία φάση του προγράμματος με διάρκεια περίπου 10 μήνες, εξωτερικής παρακολούθησης όπου ο θεραπευόμενος προετοιμάζεται για την επάνοδο και την ένταξη του στο κοινωνικό σύνολο. Λειτουργούν εκτός από την ατομική και την ομαδική ψυχοθεραπεία, ομάδες ραδιοφώνου, θεάτρου, μουσικής τέχνης, φωτογραφίας, χορού, χοροδράματος, αγγειοπλαστικής, κοσμήματος, πολιτισμού, κινηματογράφου κλπ σε ειδικά διαμορφωμένους χώρους στο Κέντρο Πολιτισμού και Δημιουργίας του τμήματος.

Λειτουργεί επίσης Κοινωνικός Ξεβόνας για εκείνους που αντιμετωπίζουν προβλήματα διαμονής.

Ξεβόνας Κοινωνικής Επανένταξης 25 θέσεων

Καλύπτει τις ανάγκες των θεραπευόμενων του τμήματος Κοινωνικής Επανένταξης.

Κέντρο Εκπαίδευσης και Δημιουργίας

Στόχος του Κέντρου είναι να αποκτήσει πρότυπο χαρακτήρα να λειτουργήσει πρωτοποριακά αξιοποιώντας την εμπειρία και την ιστορία της Μονάδας. Το κέντρο αυτό είναι ένας χώρος ζωντανός, πηγή έμπνευσης και δημιουργικότητας. Στο χώρο αυτό λειτουργεί βιβλιοθήκη, αίθουσα διαλέξεων και ομάδων, ραδιοφωνική ομάδα, καλλιτεχνικό εργαστήρι, ομάδα αξιοποίησης. Αποτελεί επίσης τη βάση υλοποίησης ενός πλατύτερου προγράμματος εκπαίδευσης στις εξαρτήσεις.

Κ.Ε.Κ Τμήμα Ενισχυτικής Διδασκαλίας

Το εξειδικευμένο Κέντρο Κοινωνικής και Επαγγελματικής Κατάρτισης του «18 ΑΝΩ» σαν στόχο έχει τη δημιουργία προγραμμάτων κατάρτισης για τα μέλη της Κοινωνικής Επανένταξης λαμβάνοντας υπόψη τόσο τις ανάγκες της αγοράς εργασίας, τόσο και τις ιδιαίτερες ανάγκες των υπό εξάρτηση ατόμων. Παράλληλα με την κατάρτιση θα αναπτυχθούν και άλλες δραστηριότητες όπως επαγγελματικού προσανατολισμού, προώθηση στην αγορά εργασίας. Το Πρόγραμμα Ενισχυτικής Διδασκαλίας υλοποιείται με την συνεργασία και την παράλληλη προσπάθεια καθηγητών του Υπουργείου Παιδείας και συντονίζεται από τη Διεύθυνση Αγωγής του Υπουργείου Παιδείας. Το πρόγραμμα απευθύνεται σε θεραπευόμενους του τμήματος Κοινωνικής Επανένταξης και σκοπό έχει την απόκτηση γνώσεων, την ενίσχυση αυτοεκτίμησης και τη συνέχιση ή ολοκλήρωση της εκπαίδευσης τους προκειμένου να βάλουν επαγγελματικούς στόχους ανάλογους με τις υπόλοιπες προσωπικές τους ανάγκες.

Τμήμα Οικογενειακής Συμβουλευτικής και Θεραπείας (Ανοιχτό πρόγραμμα)

Απευθύνεται σε εξαρτημένα άτομα, αρκετά καλά δομημένα ψυχικά, των οποίων κάποιες από τις σχέσεις (κοινωνικές, εργασιακές, συναισθηματικές) δεν έχουν

μεγάλη έκπτωση. Παρέχει επίσης συμβουλευτική οικογενειών και ζευγαριών και γίνονται ομάδες γονέων, είτε τα παιδιά τους είναι στο πρόγραμμα, είτε όχι

Κέντρο Υποδοχής Εξαρτημένων Γυναικών

Απευθύνεται σε όλες τις γυναίκες που έχουν πρόβλημα με την χρήση ουσιών και τις οικογένειες τους.

Στο Κέντρο Υποδοχής παρέχονται υπηρεσίες συμβουλευτικού και θεραπευτικού χαρακτήρα.

- ✓ Στο χώρο αυτό πραγματοποιείται η πρώτη φάση του προγράμματος απεξάρτησης γυναικών (υποδοχή, εμπύχωση, ευαισθητοποίηση), μέσα από ατομικές και ομαδικές διαδικασίες. Ως προς το πρόγραμμα απεξάρτησης μητέρων το κέντρο παρέχει:
- ✓ Συμβουλευτικές υπηρεσίες για την αντιμετώπιση των πολλαπλών ψυχοκοινωνικών και ατομικών προβλημάτων που αντιμετωπίζουν (γυναικολογικές εξετάσεις, ενημέρωση στην αντισύλληψη, στεγαστικά προβλήματα, εύρεση εργασίας, δυνατότητες σε σχέση με την φροντίδα και εκπαίδευση παιδιού.
- ✓ Ολιγόωρη απασχόληση του παιδιού που εξασφαλίζει τη συμμετοχή της μητέρας σε ατομικές ή ομαδικές δραστηριότητες.
- ✓ Ενημέρωση και συμβουλευτική όσον αφορά την ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη και εκπαίδευση του παιδιού.

Άμεση παραπομπή σε κοινωνικές υπηρεσίες σχετικά με την φροντίδα του παιδιού (δυνατότητες αναδοχής, επιδομάτων κλπ) στο πλαίσιο συστηματικής συνεργασίας με τις υπηρεσίες αυτές, ανοιχτή τηλεφωνική επικοινωνία (ανοιχτή γραμμή) για την αντιμετώπιση κρίσιμων καταστάσεων.

Λειτουργεί Δίκτυο φορέων υποστήριξης μητέρων, που έχει δημιουργηθεί με πρωτοβουλία του «18 ΑΝΩ».

Ειδικό Πρόγραμμα Γυναικών

Απευθύνεται σε εξαρτημένες από ψυχοτρόπες ουσίες γυναίκες. Είναι κλειστό και η διάρκεια παραμονής είναι έξι μήνες. Εδώ οι εξαρτημένες γυναίκες προσπαθούν να συνειδητοποιήσουν τους λόγους που τις οδήγησαν στην εξάρτηση και να αναζητήσουν νέους τρόπους ζωής μέσα από διάφορες

ψυχοθεραπευτικές διαδικασίες (ατομικές, ομαδική ψυχοθεραπεία, δραματοθεραπεία, θεραπεία μέσω τέχνης).

Ειδικό πρόγραμμα για εξαρτημένες μητέρες και τα παιδιά τους θα λειτουργήσει μέσα στο 2004, εφόσον προσληφθεί το αναγκαίο έμπειρο και εκπαιδευμένο προσωπικό.

Πρόγραμμα Φυλακών

Απευθύνεται σε φυλακισμένους τοξικομανείς και περιλαμβάνει ομάδες στήριξης και ευαισθητοποίησης. Λειτουργεί μέσα στις φύλακες Κορυδαλλού (Δικαστικές, Γυναικείες, Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Κρατουμένων). Επίσης γίνονται ομάδες αποφυλακισμένων τοξικομανών στον Συμβουλευτικό Σταθμό.

Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Στελεχών στις Εξαρτήσεις

Περιλαμβάνει ειδικά ετήσια σεμινάρια που απευθύνονται σε ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, φοιτητές κ.α. παράλληλα πραγματοποιούνται και ταχύρυθμα προγράμματα εκπαίδευσης πάνω σε ειδικά θέματα του χώρου εξάρτησης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗΣ ΩΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΒΑΘΙΑΣ ΑΛΛΑΓΗΣ

2.1 Απόφαση θεραπείας – αίτημα βοήθειας

Ο εξαρτημένος από ουσίες παίρνει την απόφαση¹⁷ να ενταχθεί σε ένα πρόγραμμα απεξάρτησης όταν βιώσει μ' όλη την τραγικότητα της απόγνωσης του, ότι ο κύκλος της περιπλάνησης στον κόσμο των ουσιών έχει πια, με τον έναν ή τον άλλο τρόπο κλείσει. Πολλοί παράγοντες στην αλληλοδιαπλοκή τους, έχουν συντελέσει στο να βιώσει, αυτή τη συγκεκριμένη στιγμή, μια τέτοια κατάσταση. Οι πιέσεις της οικογένειας ή των φίλων, οι δικαστικές εκκρεμότητες, το αίσθημα της εγκαταλείψης και της τραγικής μοναξιάς, η έλλειψη στέγης και τροφής η δραματική κατάσταση της υγείας του, παθολογικά και άλλα προβλήματα, ο θάνατος από τα ναρκωτικά ενός δικού του προσώπου. Όλα αυτά και πολλά άλλα, έχουν παίξει το ρόλο τους στο να οδηγηθεί στη μεγάλη απόφαση. Εκείνο όμως που μέτρησε καταλυτικά την κρίσιμη στιγμή κι έκανε το δυνατό «κλυο» μέσα του ήταν το «δεν αντέχω άλλο τον εαυτό μου», το αίσθημα ότι έπεσε πολύ χαμηλά. «Ως εδώ ήταν δεν πάει άλλο» είπε κάποια στιγμή. Αυτό το αίτημα περισσότερο ίσως από το φόβο του θανάτου αποκτά ειδικό βάρος μέσα του συντελώντας καθοριστικά στο να κλείσει ο κύκλος της πορείας του μέσα στις ουσίες.

Αυτός ο κύκλος είναι πάντα προσωπικός. Κανείς δεν μπορεί να προκαθορίσει ποια στιγμή θα κλείσει. Σε άλλους κρατά λίγο, σε άλλους μια ολόκληρη ζωή. Κι επειδή αυτός ο κύκλος ανάγεται τελικά σε έναν συγκεκριμένο τρόπο ζωής, η διάρκεια του αλλά και το εύρος, η ποιότητα και η ποσότητα των εμπειριών που μπορεί να περιλαμβάνει καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό τόσο από τον ίδιο τον εξαρτημένο όσο και από το περιβάλλον στο οποίο ζει. Μπορεί λοιπόν να επηρεαστεί από πολλούς παράγοντες που έχουν να κάνουν με τον ίδιο, με τους ανθρώπους γύρω του, με όρους της ζωής του.

Η ουσία και ο κόσμος της δεν ανάγεται σε μια ανώτερη δύναμη μπροστά στην οποία ο εξαρτημένος δεν έχει παρά να συνειδητοποιήσει την αδυναμία του, για να μπορέσει να αντισταθεί. Έχει θετικό κίνητρο θεραπείας ο τοξικομανής που έχει λόγους να θέλει να αλλάξει τρόπο ζωής, κάνοντας τη ρήξη με τις ουσίες.

¹⁷ .Μάτσα, Κ., *ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιάς. Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 130- 131

Η απόφαση του να ενταχθεί στο θεραπευτικό πρόγραμμα απεξάρτησης 18 ΑΝΩ ισοδυναμεί με την προσωπική του απόφαση να εγκαταλείψει τον κόσμο των ουσιών, μεταβαίνοντας στον κόσμο των «καθαρών». Πρόκειται για μια δύσκολη μετάβαση, καθόλου ευθύγραμμη, γεμάτα αμφιταλαντεύσεις, παλινδρομήσεις, φόβους, άγχος, ανασφάλεια. Αυτή η απόφαση που βασικά πρέπει να την πάρει ο ίδιος και σ' αυτό δεν μπορεί να υποκατασταθεί από κανένα, ακόμη και αγαπητό του πρόσωπο, μπαίνει σε δοκιμασία κάθε στιγμή. Ο φόβος της αποτυχίας γίνεται φάντασμα που απειλεί να καταστρέψει κάθε προσπάθεια. Η αγωνία για το πώς μπορεί να ξαναρχίσει να βλέπει τον κόσμο χωρίς να βρίσκεται υπό την επίδραση ουσιών μετατρέπεται σε μια ισχυρή δύναμη που τον ωθεί ξανά προς την χρήση.

Οι πιέσεις, εσωτερικές και εξωτερικές, που αισθάνεται να ασκούνται πάνω του είναι τρομακτικές. Σ' αυτές, ιδιαίτερα, τις κρίσιμες στιγμές ο εξαρτημένος έχει ανάγκη από την έντονη παρουσία προσώπων σημαντικών γι' αυτόν που μπορούν να ασκήσουν συναισθηματική πίεση πάνω του στηρίζοντας και ενισχύοντας την απόφαση θεραπείας. Αυτή η πίεση που μπορεί να πάρει πολλές μορφές, διαφορετικές σε κάθε περίπτωση, θα λειτουργήσει ως αντίβαρο στην έντονη τάση του να ξαναγυρίσει στον κόσμο των ουσιών εγκαταλείποντας ως ανέφικτη την ιδέα της ένταξης του σε θεραπευτικό πρόγραμμα.

Αν υποχωρήσει σ' αυτή την τάση, αν διακόψει, μετά από ένα μικρό, άλλοτε άλλης διάρκειας, φωτεινό διάλειμμα, την προσπάθεια του να σταματήσει να κάνει χρήση ουσιών, τότε δεν επιστρέφει απλώς στα ίδια. Κάτω από το βάρος της ντροπής για την αποτυχία, με έντονο το αίσθημα της ενοχής και της ανικανότητας, παραδίνεται με τρομακτική απελπισία στον κόσμο των ουσιών, επιζητώντας το τέλος.

Παρ' όλα αυτά, έστω και στον πάτο της κόλασης, κάτι μένει από κάθε προηγούμενη έστω και αποτυχημένη απόπειρα να σπάσει τα δεσμά της εξάρτησης του. Κάθε υποτροπή μπορεί να συνιστά ένα παραπέρα βήμα στη διαδικασία εξόδου από την τοξικομανία. Σχεδόν κανείς εξαρτημένος δεν εντάχθηκε σε πρόγραμμα απεξάρτησης χωρίς προηγουμένως να επιχειρήσει μόνος του, κλεισμένος στο σπίτι του, στην εξοχή, κάπου με φάρμακα ή στεγνά, την αποτοξίνωση του. Η στιγμή της επίσκεψης στο πρόγραμμα και της διατύπωσης του αιτήματος ένταξης του σε αυτό είναι η στιγμή της διάλυσης και των τελευταίων αυταπατών του ότι θα τα καταφέρει μόνος του. Είναι η στιγμή της πλήρους παραδοχής της αδυναμίας του να απεξαρτηθεί χωρίς θεραπευτική

βοήθεια. Συνήθως αποτελεί την κατάληξη μιας μακρόχρονης περιπλάνησης στο λαβύρινθο των ουσιών, το τέλος ενός συνεχούς πηγαινέλα στο βασίλειο των σκιών.

Η απόγνωση, η βαθιά εσωτερική κούραση από την εξαθλίωση με την οποία είναι συνυφασμένος αυτός ο τρόπος ζωής εκφράζεται συνήθως με την κραυγή, άλλοτε με τον ψίθυρο «δεν αντέχω άλλο», που έχει σαν αρχικό αποδέκτη του τον θεραπευτή και σαν τελικό όλο τον κόσμο των «καθαρών». Η απόφαση αυτή αποκτά ιδιαίτερο βάρος και μπορεί να αποτελέσει ισχυρό κίνητρο για θεραπεία μόνο αν αποτελέσει ισχυρό κίνητρο για θεραπεία μόνο αν αποβλέπει σε κάτι περισσότερο και βαθύτερο από την απλή διακοπή της χρήσης της ουσίας και από μια απλή συνταγογράφηση. Και αυτό το περισσότερο και το βαθύτερο είναι χρέος του ψυχοθεραπευτή του προγράμματος να το αναδειξει, να κάνει ξεκάθαρη την ανάγκη της αλλαγής του εαυτού του, να δώσει περιεχόμενο στην άμορφη, ρευστή ακόμα επιθυμία ενός νέου τρόπου ζωής, να εμπνεύσει την πίστη στη δυνατότητα πραγμάτωσης της, να ζωντανέψει την ελπίδα. Είναι αυτός που πρέπει να ακούσει το μήνυμα του τοξικομανούς και να συλλάβει το μήνυμα που αυτό εκπέμπει. Είναι αυτός που πρέπει να τον πείσει να κάνει το μεγάλο βήμα και να ενταχθεί στο πρόγραμμα, υπογράφοντας το συμβόλαιο θεραπείας.

Μέσα από την θεραπευτική σχέση που θα συνάψει μαζί του θα γίνει δυνατή η μετατροπή της αρχικής εξωτερικής ακόμα ανάγκης «να κόψει» σε εσωτερική ανάγκη, του αρχικού εξωτερικού κίνητρου σε εσωτερικό, θετικό, ισχυρό κίνητρο που θα τροφοδοτήσει την απόφαση του. Στο πλαίσιο της θεραπευτικής σχέσης, φορτισμένης με τεράστια σημασία και δύναμη ο τοξικομανής θα μπορέσει να ξεκαθαρίσει το τι σημαίνει θεραπεία και τι επάγεται η αλλαγή που αυτή σηματοδοτεί. Την εύχεται, την προσδοκά αυτή την αλλαγή η αντίθετα την βιώνει ως απειλή;

Σε όλα τα ερωτήματα που τον βασανίζουν πρέπει να γίνει ικανός να αναζητήσει απαντήσεις. Αυτές όμως δεν πρέπει να τις δώσει ο θεραπευτής. Πρέπει να εμπεριέχονται στους προβληματισμούς που ο ίδιος οφείλει να αναπτύξει, γιατί μέσα από όλη την προβληματική μπορεί να δοθούν «απαντήσεις» στα ερωτήματα που προέκυψαν από τις δυσκολίες και τους φόβους που τα γέννησαν. Και είναι αυτές οι απαντήσεις στο σύνολο τους που θα διαμορφώσουν τους όρους για τη διατύπωση του αιτήματος θεραπείας. Το αίτημα αυτό είναι πάντα αμφιθυμικό, ακριβώς γιατί ο τοξικομανής δεν είναι κανός, στην

κατάσταση που βρίσκεται, να κάνει μια σταθερά προσωπική επιλογή και πρέπει να ενισχυθεί προς αυτή την κατεύθυνση.

Το αίτημα του τοξικομανούς για θεραπεία πρέπει πάντα να αναλύεται από το θεραπευτή που γίνεται ο αποδέκτης- αλλά από ολόκληρη τη θεραπευτική ομάδα- με όρους νοήματος, που του δίνει το συγκεκριμένο άτομο, λειτουργίας μέσα στην ψυχική του οικονομία και αναγκαιότητας. Το αίτημα αυτό έχει πάντα χαρακτήρα του επείγοντος. Γι' αυτό ακριβώς πρέπει να βρει άμεση ανταπόκριση, αφού, αν δεν την βρει, μπορεί να μη γίνει δυνατή η επαναδιατύπωση του, είτε γιατί ο εξαρτημένος, με την συναισθηματική αστάθεια που τον χαρακτηρίζει, τις φοβίες, τις ανασφάλειες του, άλλαξε γνώμη είτε γιατί τον πρόλαβε μια υπερβολική δόση η κάποιο άλλο «μοιραίο συμβάν».

Υπάρχει βέβαια και η αντίθετη άποψη. Κατά τον S. Geismar Wienotka: *«η μη αντιμετώπιση ως επείγοντος του αιτήματος του τοξικομανούς μπορεί να αποκτήσει τη λειτουργία ενός φίλτρου με την έννοια ότι η αναμονή θα του δώσει τη δυνατότητα να ξεκαθαρίσει και να σταθεροποιήσει την απόφασή του. Έτσι θα εξακολουθήσουν να έχουν το αίτημα της θεραπείας μόνο όσοι έχουν ισχυρό, θετικό κίνητρο».*

Στην κρίσιμη πρώτη συνάντηση¹⁸ του εξαρτημένου με το θεραπευτή που εκπροσωπεί το πρόγραμμα απεξάρτησης, στο οποίο αποφασίζει να ενταχθεί, δυο αντίθετες δυνάμεις βρίσκονται σε μάχη μέσα του- η μια τον ωθεί προς την ουσία και η άλλη προς την αντίθετη κατεύθυνση.

Η εξάρτηση από ουσίες πρέπει να αντιμετωπίζεται σαν μια διαδικασία που εμπεριέχει μια αντίφαση. Οι δύο όροι αυτής της αντίφασης, ο ένας ενεργητικός (η τυραννική ανάγκη της χρήσης της ουσίας) και ο άλλος παθητικός (η άρνηση της ίδιας της εξάρτησης) βρίσκονται σε ενότητα και διαρκή σύγκρουση, εμπεριέχοντας και τη δυνατότητα της λύσης αυτής της βασανιστικής αντίφασης. Η δυνατότητα όμως θα γίνει πραγματικότητα και η λύση θα δοθεί όταν μέσα από τη σύγκρουση των δύο αντίθετων όρων προκύψει ένας τρίτος όρος, η ανάγκη της ρήξης με την ουσία, ως υπέρβαση τόσο της ανάγκης της ουσίας όσο και της απλής άρνησης της εξάρτησης. Ποτέ σε καμιά άλλη ανθρώπινη κατάσταση, η ανάγκη της ρήξης δεν είναι τόσο απόλυτη και τόσο επιτακτική όσο εδώ, αυτή την κρίσιμη στιγμή. Αυτή όμως η ανάγκη μπορεί να αναδειχθεί στις πραγματικές της

¹⁸ Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιές. Το αίτημα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα, 2001, σ 134-136

διαστάσεις μόνο με τη διαμεσολάβηση του θεραπευτή που τον υποδέχεται στο πλαίσιο του θεραπευτικού προγράμματος.

Η έκβαση της σύγκρουσης που διαδραματίζεται δραματικά μέσα του και παίρνει συχνά τη μορφή της αμφιθυμίας θα κριθεί σε μεγάλο βαθμό από τη στάση του θεραπευτή, που πρέπει να τον υποδεχθεί με ζεστασιά, ενδιαφέρον, πίστη στη δυνατότητα του « να τα καταφέρει» όχι μόνος του αλλά μαζί του, στο πλαίσιο του προγράμματος, στηρίζοντας τον με την σταθερότητα της παρουσίας του, τη σιγουριά της γνώσης και της εμπειρίας του. Η παρουσία του μπορεί να βαρύνει μέσα του περισσότερο από την ουσία παίρνοντας τη θέση της, κάνοντας τον να νιώσει την απροσδιόριστη ακόμα γοητεία μιας ανθρώπινης σχέσης που τον βάζει σ' έναν καινούριο δρόμο, κάνοντας τον ικανό να αγαπήσει τελικά τον εαυτό του και να γευτεί την πραγματική ζωή όπως είναι, και όχι σαν « παραμύθι». Γιατί είναι αυτή η σχέση που με το βάρος της μπορεί να παίζει καταλυτικό ρόλο στην όλη διαδικασία, να ενισχύσει το κίνητρο και την απόφαση του να έρθει σε ρήξη με την ουσία, βγάζοντας την από την ζωή του. Πρόκειται για σχέση αλληλεπίδρασης θεραπευτή και θεραπευομένου, πέρα απ' το σύμπτωμα.

Σ' αυτή την πρώτη συνάντηση ο θεραπευτής δεν πρέπει να εμφανίζεται ούτε ως παντοδύναμος, αυτός που κατέχει «μαγικές λύσεις», ούτε ως απορριπτικός. Αντίθετα, μέσα στην απλότητα της σταθερής παρουσίας του θα πρέπει να τον καλέσει να μιλήσει για τον εαυτό του, όχι για την ουσία του, να τον καλέσει σε μια προσωπική δέσμευση, που θεμελιώνεται στην ανάγκη της ρήξης με την ουσία και εγκαινιάζεται μια δυνατή θεραπευτική σχέση, που θα παίζει καταλυτικό ρόλο στη θεραπευτική διαδικασία καθ' όλη τη διάρκεια της.

Ο θεραπευτής που «υποδέχεται» τον εξαρτημένο στο πρόγραμμα παίρνει τη θέση τη θέση του ενδιάμεσου τρίτου ανάμεσα σε αυτόν και την ουσία. Παρεμβαίνει σ' αυτή τη σχέση του τοξικομανούς με την ουσία για να τη σπάσει. Παρεμβαίνει σαν συνομιλητής ο οποίος σέβεται τον άνθρωπο που ζητά βοήθεια, σε όποια κατάσταση και αν βρίσκεται. Γνωρίζοντας ότι κάθε τοξικομανής αποτελεί μια ιδιαίτερη περίπτωση, με σεβασμό στη μοναδικότητα και στον πόνο του, ο θεραπευτής προσπαθεί να τον φέρει στο δικό του πεδίο, να μιλήσουν ανθρώπινα στη γλώσσα του προγράμματος και όχι της «πίτσας», να κερδίσουν ο ένας την εμπιστοσύνη του άλλου, να συναλλαγούν όχι με τους όρους της ουσίας αλλά κόντρα α' αυτήν. Στόχος του είναι να τον κερδίσει στον κόσμο των «καθαρών». Τον βοηθά να αναλύσει ο ίδιος το αίτημα του με όρους

αναγκαιότητας, νοήματος, λειτουργίας, να κάνει διάλογο, να προσεγγίσει διαλεκτικά τα πράγματα, να διεκδικήσει. Η διεκδίκηση όλων όσα έχει ανάγκη, αρχίζοντας από το απλούστερο, το επόμενο ραντεβού, μετατρέπει σιγά σιγά το αίτημα θεραπείας σε ανθρώπινη σχέση. Αυτός είναι ο πρώτος κοινωνικός δεσμός που είναι ικανός να εγκαθιδρύσει στη βάση της ρήξης του με τις ουσίες. Σιγά σιγά έρχεται σε επαφή και με άλλα μέλη της θεραπευτικής ομάδας, τον ατομικό ψυχοθεραπευτή του καθώς και τους συντονιστές των ομάδων, που λειτουργούν στο πλαίσιο του προγράμματος. Αυτοί θα γίνουν από δω και πέρα οι συνομιλητές, που θα διαμεσοποιήσουν τη σχέση του με ολόκληρη την κοινωνία.

Πολλοί αναφέρονται στη μικρή προσέλευση των εξαρτημένων στα προγράμματα απεξάρτησης και στην «έλλειψη κινήτρου» του εξαρτημένου στη θεραπεία του, της άρνησης του να εγκαταλείψει τα ναρκωτικά. Οι λόγοι της μικρής προσέλευσης των τοξικομανών στα θεραπευτικά προγράμματα (5-10% σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία) είναι πολλοί. Καλύπτουν ένα ευρύτατο φάσμα, που εκτείνεται από τον μικρό αριθμό διαθέσιμων προγραμμάτων σε σχέση με τις πραγματικές ανάγκες μέχρι τις κοινωνικές αντιλήψεις που συντηρούνται και αναπαράγονται διαρκώς με τη συμβολή και των Μ.Μ.Ε και αφορούν τον «ανίατο» χαρακτήρα της τοξικομανίας ως αρρώστιας από την οποία πάσχει ένα από τη φύση του ανήμπορο και εν πολλοίς καταδικασμένο άτομο. Μέσα από τέτοια κοινωνικά στερεότυπα διαμορφώνεται μέσα στη κοινωνία αλλά και μέσα στην οικογένεια ένα κλίμα που αποθαρρύνει τον τοξικομανή, ενισχύοντας σε τρομερό βαθμό τους φόβους και τις ανασφάλειές του.

Σε μια εποχή που όλα αποτιμώνται με μέτρο την αρχή του «κόστους και της αποδοτικότητας» η «έλλειψη κινήτρου» μπορεί να γίνει άλλοθι του θεραπευτή για μια «επιλογή ασθενούς» που γίνεται με κριτήρια όχι θεραπευτικά αλλά εθνικότητας, χρήματος, οικονομικής κατάστασης, οροθετικότητας, κλπ. Μια επιλογή που προσαρμόζεται στα μέτρα του θεραπευτή, ως φορέα κοινωνικών και οικονομικών αξιών, και λειτουργεί τελικά εις βάρος του θεραπευμένου. Το λεγόμενο «δύσκολο περιστατικό» και το μικρό ποσοστό επιτυχίας έχει οδηγήσει σε πολλές περιπτώσεις την αποπομπή πολλών τοξικομανών από θεραπευτικά προγράμματα. Εδώ όμως τίθεται τα μεγάλα ζητήματα ηθικής; Και δεοντολογίας. Πως μπορούν τελικά να διασφαλιστούν τα ανθρώπινα δικαιώματα του τοξικομανούς και πρώτα απ' όλα το δικαίωμα στη θεραπεία;

Ο κίνδυνος της κατάχρησης εξουσίας από τη μια μεριά του θεραπευτή ενεδρεύει κάθε στιγμή και επιβάλλει συχνή επαγρύπνηση από τη θεραπευτική ομάδα και συστηματική εποπτεία. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι δεν πρέπει να ελέγχεται το κίνητρο του εξαρτημένου. Το αντίθετο μάλιστα. Θα πρέπει να υπάρχει για να ενισχυθεί, να ενισχυθεί μέσα από την θεραπευτική σχέση, στο πλαίσιο του θεραπευτικού προγράμματος. Η αποτελεσματικότητα της θεραπείας κρίνεται σε μεγάλο βαθμό απ' την ύπαρξη ή όχι κινήτρου. «Όταν ο ασθενής παραδέχεται με τη θέληση του το πρόβλημα του και έχει ειλικρινές κίνητρο για αλλαγή η μάχη έχει σε μεγάλο βαθμό κερδιστεί, ανεξάρτητα από την θεραπευτική τεχνική.

Θα πρέπει βέβαια να τονίσουμε ότι συχνά μια ψυχοπαθολογική κατάσταση (κατάθλιψη, έντονο άγχος, φοβίες, παραληρηματικές και άλλες ψυχωτικές καταστάσεις) μπορούν να δίνουν εξωτερικά την εικόνα της έλλειψης κινήτρου, μια εικόνα που αλλάζει μόλις αντιμετωπιστεί (φαρμακευτικά και ψυχοθεραπευτικά) η συγκεκριμένη ψυχολογική κατάσταση.

2.2 Η ελπίδα της αλλαγής ως απειλή

Το αίτημα του τοξικομανούς να ενταχθεί στο πρόγραμμα απεξάρτησης 18 ΑΝΩ και να σταματήσει τη χρήση ουσιών εμπεριέχει εν δυνάμει την ελπίδα της αλλαγής. Σ' αυτήν την αρχική στιγμή η έννοια της αλλαγής είναι ακόμα ασαφής και εν πολλοίς απροσδιόριστη. Συνυφαίνεται σε μεγάλο βαθμό με την απόγνωση που γεννά η εξαθλίωση του και λειτουργεί μέσα στο αμφιθυμικό πλαίσιο του ίδιου αιτήματος.

Το ίδιο το κίνητρο για θεραπεία μπορεί να γίνει μια εσωτερική, προσωπική υπόθεση που θα τον διαπεράσει και θα τον κινητοποιήσει μόνο μέσα από την παρέμβαση του ειδικού θεραπευτή. Σ' αυτόν θα πρωτοεκφραστούν τα αρνητικά συναισθήματα που τον βασανίζουν, και πρώτα απ' όλα ο φόβος. Αυτό που κυρίως φοβάται δεν είναι τόσο η στέρηση της ουσίας όσο «η στέρηση της στέρησης», το απειλητικό φάσμα μιας ζωής χωρίς τη νάρκη των αισθήσεων, μιας ζωής «χωρίς τα δεκανίκια της ουσίας». Είναι ο φόβος που οι ρίζες του φτάνουν βαθιά στην προσωπική του ιστορία και πέρα απ' αυτήν, σε μια στέρηση πιο πρωταρχική, πιο θεμελιακή απ' αυτήν της ουσίας. Είναι ένας βαθύς φόβος απόρριψης από τους άλλους, ένας φόβος ότι δεν θα μπορέσει να ζήσει χωρίς προσωπική ταυτότητα,

χωρίς αυτοεκτίμησης, χωρίς ερείσματα, χωρίς σημεία αναφοράς σ' έναν κόσμο που τον βιώνει εχθρικό, ξένο απρόσωπο, υποκριτικό. Αυτός ακριβώς ο φόβος διοχετεύεται μέσα στη ροή των σχέσεων που εγκαθιδρύει πρώτα και κύρια με το θεραπευτή του, αλλά και με άλλους θεραπευόμενους στο ίδιο πλαίσιο, μέσα σε μια κίνηση γεμάτη αντιφάσεις, που θα γίνει αντικείμενο ψυχοθεραπευτικής επεξεργασίας, καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπείας. Αυτός ο φόβος θα ξεπεραστεί όταν εκφραστεί με το λόγο, πρώτα απ' όλα αλλά και με πολλούς άλλους τρόπους μέσα στο πρόγραμμα.

Μαζί με τον φόβο εκφράζεται συχνά και το παράπονο βαθύ σπαρακτικό που συνοδεύεται από τη διατύπωση ενός πλήθους αναπάντητων ερωτημάτων αλλά και ενοχών και αβάσταχτου ψυχικού πόνου.

Η τέχνη του θεραπευτή συνίσταται ακριβώς στο να προκαλέσει μια «ανοσοποίηση» από την ένταση των επώδυνων συναισθημάτων, ένταση που γεννά τον σχεδόν ζωικό φόβο του υποκειμένου, ο οποίος τον ωθεί να προκαλεί φόβο στους άλλους για να πάψει το ίδιο να φοβάται.

Η ενίσχυση του κινήτρου¹⁹ του και η ολόπλευρη ένταξη του στο πρόγραμμα συσχετίζεται με δύο παράγοντες καθοριστικής σημασίας για το ξεπέραςμα της αρχικής αμφιθυμίας του απέναντι στη θεραπεία. Ο πρώτος αφορά τον τρόπο που αντιλαμβάνεται τη θεραπεία και δεύτερος τον τρόπο που αντιλαμβάνεται την προσωπική του αλλαγή. Η γνωριμία του με το πρόγραμμα, η ένταξη του στη θεραπευτική διαδικασία και η εξοικείωση του με όλα όσα περιλαμβάνει η θεραπεία του περνά μέσα από τη σχέση του με τον ατομικό θεραπευτή του, την ομάδα του και τους θεραπευτές –συντονιστές όλων των ομάδων που λειτουργούν σε αυτήν την αρχική φάση της ευαισθητοποίησης. Απ' αυτά θα καθοριστεί σε μεγάλο βαθμό και ο τρόπος που προσεγγίζει τη θεραπεία του.

Η θεραπεία απεξάρτησης ισοδυναμεί με την αλλαγή του τρόπου ζωής του εξαρτημένου. Αυτή ακριβώς η αλλαγή, που κατά βάθος την εύχεται και την προσδοκά, βιώνεται ως απειλή. Δεν ξέρει πως θα είναι το καινούριο που θα προκύψει. Αυτό το άγνωστο τροφοδοτεί την ανασφάλεια και επιτείνει το αίσθημα της απειλής. Για να εξουδετερωθούν αυτά τα βασανιστικά αισθήματα χρειάζεται χρόνος και προσπάθεια απ' τη μεριά του θεραπευτή που δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζει τον εξαρτημένο αφ' υψηλού, κάνοντας κατάχρηση της εξουσίας

¹⁹ Μάτσα, Κ., *πάσαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκαές. Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα, 2001, σ 139

του, αλλά ούτε και υπερπροστατευτικά, βάζοντας τον στη θέση του ανήμπορου παιδιού. Χρειάζεται επίσης καλή συνεργασία του προγράμματος με το περιβάλλον του εξαρτημένου, με την οικογένεια του κατά κύριο λόγο, αλλά και με όσους το στηρίζουν γενικά.

2.3 Η ανασυγκρότηση της προσωπικότητας.

Η ανασυγκρότηση της προσωπικότητας²⁰ ως διαδικασία ανάγεται στην κατάκτηση της ικανότητα αυτής της ύπαρξης να είναι λειτουργική σε επίπεδο βιολογικό, ψυχολογικό και κοινωνικό, με όσους όρους που η ίδια πια μπορεί να θέτει στη βάση του καινούριου συστήματος των αξιών της. αφορά το σώμα, που πρέπει να ξαναγίνει «κατά φύσιν», βγαίνοντας από το βασίλειο των σκιών. Αφορά την προσωπικότητα και τον ψυχισμό του, που πρέπει να επανοργανωθεί σε νέες βάσεις. Αφορά τέλος την κοινωνική του λειτουργία, μέσα απ' την οποία θα μπορέσει να βρει καινούριο ρόλο στη ζωή.

Πρόκειται για μια πολύπλοκη διαδικασία που συνάπτεται σε τρεις διαστάσεις, οι οποίες αφορούν τα όρια, το χρόνο και τις σχέσεις. Συνεπάγεται ρήξεις και ανατροπές στο μέχρι τώρα βίωμα του χώρου και του χρόνου και στο αίσθημα της ταυτότητας. Ανάγεται σε τελευταία ανάλυση, σε μια διαδικασία κοινωνικοποίησης αυτής της τόσο ελλειμματικής και γι' αυτό ευάλωτης προσωπικότητας.

Η κοινωνικοποίηση μπορεί να πραγματοποιηθεί μέσα από μια σειρά ταυτίσεων, ανάλογων μ' αυτές που γίνονται στην εφηβεία και αφορούν όχι μόνο το ατομικό, το προσωπικό αλλά και το κοινωνικό είναι του αντικειμένου της ταύτισης. Η διαδικασία των ταυτίσεων γίνεται δυνατή μέσα από τη συμμετοχή στις εμπειρίες του άλλου. Πρόκειται για μια διαδικασία εσωτερίκευσης πλευρών, χαρακτηριστικών, ιδιοτήτων των σημαντικών άλλων που πραγματοποιείται μέσα από τη σχέση που αναπτύσσεται μαζί τους. Οι σημαντικοί άλλοι μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο είναι καταρχάς τα μέλη της θεραπευτικής ομάδας.

Όπως αναλύει ο Λεόντιεφ, στα πρώτα χρόνια της ζωής η κοινωνία συλλαμβάνεται και κατανοείται απ' το παιδί μέσα από τα συγκεκριμένα οικεία πρόσωπα, που απαρτίζουν το περιβάλλον του. Αργότερα, κατά την εφηβεία, μέσα από την ένταξη σε διάφορες ομάδες το άτομο συλλαμβάνει και κατανοεί τα οικεία

²⁰ο.π., σελ 141-144

του πρόσωπα διαμέσου αυτών των αντικειμενικών, κοινωνικών σχέσεων που εγκαθιδρύει έξω από το πλαίσιο της οικογένειας.

Η προσωπικότητα²¹ γεννιέται δυο φορές. Το σύνολο των άλλων από μια βάση ανάπτυξης που ήταν καταλήγει να γίνει το μοναδικό υπόβαθρο της ψυχολογικής επεξεργασίας. Αυτό που θα εξαγάγει το άτομο από τον κύκλο των αντιφάσεων του θα είναι η ανακάλυψη του κοινωνικού κόσμου. Πρόκειται γι μια βαθιά αντιστροφή, ένα είδος αναγέννησης της προσωπικότητας, που δεν έγινε δυνατή στον τοξικομανή, γιατί μπλοκαρίστηκε από μια ελλειμματική κοινωνικοποίηση, επιχειρείται τώρα μέσα από τη θεραπευτική διαδικασία και την ένταξη στις διάφορες ομάδες..

Μέσα σ' αυτή τη διαδικασία πραγματοποιείται η ανασυγκρότηση της προσωπικότητας. Οι κανόνες που επιβάλλει στον έφηβο η συμμετοχή του στη ομάδα τον αναγκάζουν να ρυθμίζει και να ελέγχει τη δράση του πάνω στον άλλο σαν να επρόκειτο για έναν καθρέφτη, δηλαδή τον αναγκάζει να δημιουργήσει μια εικόνα σαν να ήταν εξωτερική σ' αυτόν τον ίδιο και σύμφωνα με τις απαιτήσεις που μειώνουν τον απόλυτο αυθορμητισμό και την αρχική υποκειμενικότητα. Έτσι μαθαίνει να κατανοεί τον εαυτό του ταυτόχρονα σαν υποκείμενο και σαν αντικείμενο. Μαθαίνει να συνειδητοποιεί το πρόσωπο του.

Στο παιδί ο εσωτερικευμένος άλλος δεν είναι παρά το πρόσωπο της οικογένειας (ο πατέρας, η μητέρα, το υποκατάστατο της). στον έφηβο αυτό που εσωτερικεύεται είναι ο «ο πολύμορφος καθρέφτης της ομάδας» μέσα από τις σχέσεις που δημιουργεί με τα μέλη της. Αυτός ο εσωτερικευμένος άλλος παίρνει μέσα του πολλούς ρόλους. Γίνεται επικριτής, κατάσκοπος, έμπιστος.. Λειτουργεί σαν ενδιάμεσος σπόνδυλος ανάμεσα στον εσωτερικό και τον εξωτερικό κόσμο.

Ο έφηβος δεν μπορεί να ενταχθεί αληθινά στην ομάδα, παρά μόνο διεκδικώντας μια θέση σ' αυτήν, παίρνοντας ένα ρόλο, διαφοροποιημένος από τους υπόλοιπους και διαμορφώνοντας την εικόνα ενός ξεχωριστού ατόμου.

Αυτή ακριβώς η διαδικασία πρόκειται να αναπαραχθεί σε καινούριες βάσεις και με καινούριους όρους μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο. Εδώ ο τοξικομανής που δεν κατάφερε μέχρι σήμερα να ξεπεράσει την κρίση της εφηβείας του, καλείται να ενταχθεί σε διάφορες ομάδες, να αποκτήσει την εμπειρία της σχέσης με άλλα πρόσωπα και να εγκαθιδρύσει ένα δίκτυο σχέσεων, που στηρίζονται στην

²¹ Yves Clot, *Εγώ για την ατομικότητα*, εκδόσεις Σύγχρονη Εποχή, Αθήνα 1991, σ 28

αμεσότητα, την ειλικρίνεια, το σεβασμό των ορίων και των αρχών του προγράμματος. Αυτό το δίκτυο υφάινεται στο πλαίσιο του διαλόγου και ενός ευρέως φάσματος κοινών δραστηριοτήτων, που αναπτύσσονται σε πολλά επίπεδα από την ομάδα, σαν ένας ζωντανός οργανισμός που αλληλεπιδρά με τους άλλους μέσα σε μια διαδικασία βαθμιαίας μεταμόρφωσης. Πρόκειται για μια διαδικασία κατά την οποία ανασυγκροτείται η ελλειμματική προσωπικότητα, ανασυντίθεται τα θραύσματα της και διαμορφώνεται ένα νέο δυναμικό σύνολο, μέσα από μια αναδιάταξη των στοιχείων που το απαρτίζουν, με τέτοιο τρόπο ώστε να αλλάξει η δυναμική των σχέσεων τους και να γίνει για πρώτη φορά, λειτουργικό για τον εαυτό του και τους άλλους. Η προσωπικότητα του τοξικομανούς δεν είναι ειδική για την τοξικομανία. Δεν υπάρχει βαθύτερη και σταθερή ψυχική δομή ειδική των εξαρτημένων συμπεριφορών. Έχει αποδειχθεί πια επιστημονικά ότι η λεγόμενη «τοξικομανική προσωπικότητα» δεν είναι παρά ένας μύθος. Οποιοσδήποτε τύπος προσωπικότητας μπορεί να γίνει το υπόβαθρο μιας τοξικομανίας. Αυτό που χαρακτηρίζει τον τοξικομανή, στην πλειονότητα των περιπτώσεων είναι η έλλειψη δόμησης. Πρόκειται βασικά για άτομα εξαιρετικά ανώριμα, στα οποία η κρίση της εφηβείας δεν κατέστη δυνατό, στο επίπεδο της ψυχικής οικονομίας να ξεπεραστεί. Αυτή η κατηγορία ψυχικής οργάνωσης προετοιμάζει το έδαφος της φαρμακο- και ψυχοεξάρτησης και αντιπροσωπεύει, κατά πολύ, την πιο σημαντική κατηγορία τοξικοεξαρτημένων που συναντάμε.

Ολόκληρη η θεραπευτική διαδικασία²² της απεξάρτησης αποβλέπει σε τελευταία ανάλυση, στην αλλαγή αυτής ακριβώς της σχέσης αλληλεπίδρασης, ώστε να διασφαλιστεί η τόσο αναγκαία για τον ψυχισμό του ανθρώπου σταθερότητα της λειτουργίας του. Σ' αυτή την αλλαγή αποβλέπει η ατομική και η ομαδική ψυχοθεραπεία. Έτσι διαμορφώνονται οι όροι για μια νέα σχέση όλων των στοιχείων, όλων των δυναμικών παραγόντων του ψυχισμού, τα οποία συνδυάζονται με ποικίλους νέους τρόπους, αντανακλώντας το σύνολο των νέων σχέσεων επικοινωνίας. Μέσα σ' αυτή τη δυναμική συγκροτείται ο καινούριος χαρακτήρας της προσωπικότητας. Θεμέλιο της γίνεται πια το σύνολο των νέων δεσμών που εγκαθιδρύει με τους ανθρώπους και τον κόσμο, αναπτύσσοντας κοινές δραστηριότητες διαφόρων τύπων με όλους. Γιατί η προσωπικότητα δεν περιορίζεται στην απλή αντανάκλαση των κοινωνικών σχέσεων. Η

²² Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκαές: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 143-147

προσωπικότητα που συγκροτείται όλες αυτές τις σχέσεις, τις κάνει δικές της, μέσα από την κοινή δράση μαζί τους, μέσα από μια κοινή πράξη, διαφορετική σε κάθε περίπτωση, που υπηρετεί κάποιο κοινό σκοπό.

Μέσα σ' αυτή τη διαδικασία γίνεται κάτι πολύ σημαντικό. Η παλιά προσωπικότητα δεν αποκτά μια καινούρια δομή αλλά μέσα από την αλλαγή των σχέσεων μεταξύ των στοιχείων της αρχικής δομής (ψυχωτικού, νευρωτικού, οριακού και άλλου τύπου) αρχίζει να λειτουργεί τώρα πια με διαφορετικό τρόπο, σε καινούριες βάσεις, με νέα σημεία αναφοράς, νέες αξίες, νέους στόχους. Θέτοντας στόχους, σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο, λειτουργώντας με βάση την προοπτική του μέλλοντος, αυτή η προσωπικότητα αποκτά τη δική της προσωπική και κοινωνική ζωή. Γιατί το μέλλον αποτελεί το παρόν της προσωπικότητας κατά τον Λεόντιεφ. Μέσα σ' αυτό το νέο πλαίσιο λειτουργίας γίνεται δυνατή η πραγμάτωση τεράστιων δυνατοτήτων του μέχρι χθες διαλυμένου ανθρώπου, κάνοντας ακόμα πιο σημαντική τη διαδικασία της ανεξάρτησης. Μέσα απ' αυτήν γίνεται δυνατή η κοινωνικοποίηση κατά την οποία συντελείται βήμα προς βήμα, στιγμή προς στιγμή, η οριοθέτηση αυτής της διάχυτης ταυτότητας, που αποκτά για πρώτη φορά ξεκάθαρη, άμεση και ουσιαστική σχέση με τον εαυτό της διαμέσου των σχέσεων που τόσο δύσκολα εγκαθιδρύει με τους άλλους. Μ' αυτούς τους άλλους πια να συνεργαστεί, γιατί μοιράζεται συλλογικές αξίες και ίδιους συλλογικούς στόχους. Η νέα ταυτότητα αποκτά ξεκάθαρο προσωπικό χαρακτήρα στο βαθμό που αναπτύσσεται σε διαλεκτική σχέση με τη συλλογική ταυτότητα της ομάδας. Στο εσωτερικό της ομάδας πραγματοποιούνται ταυτίσεις ανάμεσα στα μέλη της και συνάπτονται συναισθηματικοί δεσμοί.

Μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο, το οποίο διαμεσολαβεί τη σχέση ατομικού-συλλογικού γίνεται μια συνεχής επανένταξη όλων των στοιχείων που θα απαρτίσουν την καινούρια ταυτότητα του ανεξαρτημένου. Αυτή εμπλουτίζεται εσωτερικά, βιώνοντας κάθε στιγμή, με την παρέμβαση των θεραπευτών, την εμπειρία της σχέσης με τους άλλους ως όριο, που πρέπει το άτομο να επεξεργαστεί νοητικά και συναισθηματικά. Μόνο έτσι θα μπορέσει να λειτουργήσει ως ταυτόσημο και συνάμα διαφορετικό από το άλλο. Η διαδικασία της διαμόρφωσης της ατομικής ταυτότητας εξελίσσεται μέσα στο χρόνο, αγκαλιάζοντας ένα πολύπλοκο σύνολο δραστηριοτήτων, σε όλα τα επίπεδα, της γλώσσας, του πολιτισμού, της κοινωνίας. Στη σχέση του ατόμου με το περιβάλλον του κάθε πόλος αυτής της σχέσης έχει έναν ανολοκλήρωτο

χαρακτήρα, ανοιχτό κάθε στιγμή στην αλλαγή, μέσα από τον καινούριο κάθε φορά χαρακτήρα της. Θεμέλιο κάθε ύπαρξης είναι μια πρώτη και μοναδική διαφορά από κάθε άλλη, μια διαφορά που συνιστά την ουσία της. Αυτή η ουσία είναι η αρχή της ταυτότητας της, που αποκτά, μια δομημένη μορφή. Ταυτόχρονα όμως είναι και η αιτία του ανοίγματος της στο περιβάλλον, στο άλλο, η αιτία του ανολοκλήρωτου χαρακτήρα των συνθέσεων που μπορεί να προκύψουν μέσα από αυτή τη σχέση ενότητας. Η διαφορά που ορίζει κάθε άτομο δεν είναι πάντα εντελώς ανεπτυγμένη.

Όσο πιο ευρύ είναι το δίκτυο των σχέσεων που εγκαθιδρύονται μέσα από τη θεραπευτική διαδικασία τόσο πιο ευρύ είναι και το φάσμα των δυνατοτήτων αλλαγής του εσωτερικού τρόπου λειτουργίας του, αποκατάστασης της διαταραγμένης, στον ένα ή στον άλλο βαθμό εσωτερικής ισορροπίας του, αλλαγής της σχέσης με τον εαυτό του και τους άλλους. Η διαδικασία της ανασυγκρότησης της προσωπικότητας, που δεν ανάγεται με κανένα τρόπο στην προσαρμογή στην κοινωνική νόρμα και στην ομαλοποίηση, αρχίζει με την ένταξη του στο θεραπευτικό πρόγραμμα και φτάνει σε ένα πρώτο επίπεδο ολοκλήρωσης με το τέλος του. Αποτελεί την πρώτη κλίμακα μιας σπειροειδούς ανέλιξης που δεν κλείνει παρά μόνο με το τέλος της ζωής αυτού του ατόμου. Κάθε στιγμή της ανέλιξης του ατόμου εμπεριέχει το σύνολο των δυνατοτήτων που μπορούν να αξιοποιηθούν για να 'αποφύγει την επιστροφή του στις ουσίες, στις παλιές λειτουργίες, στον παλιό τρόπο ζωής.

2.4 Η ένταξη σε ομάδα

Η πιο θεμελιακή θεραπευτική πράξη είναι η ένταξη του εξαρτημένου σε μια ψυχοθεραπευτική ομάδα. Από τη στιγμή που αυτός ο τόσο μοναχικός άνθρωπος, ο κλεισμένος ερμητικά στον κόσμο του, θα θεωρήσει τον εαυτό του μέλος μιας ομάδας «ομοίων», με τους οποίους μοιράζεται τον ίδιο μεγάλο στόχο της απεξάρτησης, θα έχει κάνει το πρώτο βήμα της εξόδου από το κελί της απομόνωσης.

Μέσα στην ομάδα θα αναζητήσει τη θέση και το ρόλο του, που θα του επιτρέψουν να διαφοροποιηθεί από τους άλλους και ταυτόχρονα να δεθεί μαζί τους. Συμμετέχοντας σε κοινές δραστηριότητες βρίσκεται σε συνεχή αλληλεπίδραση μαζί τους. Εδώ θα μπορέσει να επεξεργαστεί, με την βοήθεια των

ψυχοθεραπευτών την προσωπική του ιστορία , κατονομάζοντας την ίδια την οδύνη του.

Μέσα στην ομάδα του, θα νιώσει το αίσθημα ασφάλειας που του λείπει, θα μάθει να κάνει διάλογο με τους άλλους άμεσα και ειλικρινά, να τους ακούει, να αναζητά και να κατανοεί το βαθύτερο νόημα κάθε πράξης, δικής του και των άλλων. Εδώ θα μάθει να δέχεται τον εαυτό του όπως πραγματικά είναι, να αναγνωρίζει τις αδυναμίες του αλλά και τις δυνατότητες του, να ξεπερνά φόβους και ανασφάλειες, να ασκεί και να δέχεται αντικειμενική κριτική.

Η ένταξη σε ομάδα αποτελεί το θεμέλιο της ανασυγκρότησης αυτής της ελλειμματικής προσωπικότητας, ακριβώς γιατί η νέα προσωπικότητα διαμορφώνεται μέσα από την σύναψη των σχέσεων με τους άλλους. Η ένταξη σε ομάδα αποτελεί την πρώτη πράξη της αποκατάστασης της διαταραγμένης, στον έναν ή στον άλλο βαθμό, λειτουργίας του εξαρτημένου στο χώρο και στο χρόνο. Η ομάδα ισοδυναμεί με ένα χώρο στον οποίο ανήκουν τα μέλη της και ένα χρόνο, που λειτουργεί στο παρόν συσχετίζοντας το παρελθόν με το μέλλον καθενός.

Ο αριθμός των μελών της ομάδας²³ κυμαίνεται από 4-5 (η μικρότερη) μέχρι 16 (η μεγαλύτερη). Πιο λειτουργικές θεωρούνται οι ομάδες από 10 -12 άτομα, ενώ πιο αποτελεσματικές για την αντιμετώπιση των προβλημάτων κάθε μέλους εκείνες των 5 ατόμων. Οι συναντήσεις της ομάδας πραγματοποιούνται συνήθως 1-3 φορές την εβδομάδα.. Όταν συγκροτείται μια ομάδα ψυχοθεραπείας στο 18 ΑΝΩ, η επιλογή των μελών από τους θεραπευτές γίνεται με κύριο κριτήριο το χρόνο αποχής από τις ουσίες. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι δεν λαμβάνονται υπόψη και κάποια άλλα θεραπευτικά κριτήρια (ψυχοπαθολογικού και άλλου χαρακτήρα) που μπορεί να παίζουν, στη συγκεκριμένη στιγμή, καθοριστικό ρόλο στην όλη πορεία του συγκεκριμένου τοξικομανούς.

Οι ομάδες που λειτουργούν μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο της απεξάρτησης μπορεί να έχουν χαρακτήρα υποστηρικτικό, αυτοβοήθειας, ψυχοπαιδαγωγικό, ψυχοθεραπευτικό. Καλύπτουν ένα ευρύτατο φάσμα τύπων. Στο 18 ΑΝΩ, στα διάφορα τμήματα του, λειτουργούν ομάδες ψυχοθεραπείας, ομάδες τέχνης, ομάδες έκφρασης, ομάδες θεάτρου, ομάδες μουσικής, ομάδες περιοδικού, ομάδες ραδιοφώνου κ.α.

²³ Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιές: το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 151, 153

Ο τύπος των ομάδων συναρτάται πάντα σε μεγάλο βαθμό τόσο με τον τύπο και την φιλοσοφία του θεραπευτικού πλαισίου (ανοιχτό, κλειστό, θεραπευτική κοινότητα, νοσοκομείο κλπ.) όσο και με τη μεθοδολογική προσέγγιση της εξάρτησης από τους συντονιστές θεραπευτές και τη θεραπευτική ομάδα συνολικά που προσδιορίζουν και τους επιμέρους στόχους τους. Πάντως όλες οι ομάδες, ανεξαρτήτως τύπου και ιδιαίτερου χαρακτήρα ακόμα και οι ομάδες αντιπαραθετικού τύπου, μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά για τα μέλη τους, αναπτύσσοντας το τόσο αναγκαίο για την απεξάρτηση πνεύμα της ομαδικότητας. Και αυτό ακριβώς το πνεύμα που απειλείται κάθε στιγμή, αφού η ομάδα απαρτίζεται από άτομα που διακρίνονται για τον ατομικισμό, την ακαμψία, την αντιδραστικότητα που χαρακτηρίζει τις εξαρτητικές λειτουργίες.

2.5 Η θεραπευτική ομάδα

Η θεραπευτική ομάδα του 18 ΑΝΩ συντονίζει και εποπτεύει τις επιμέρους θεραπευτικές παρεμβάσεις των μελών, σε επίπεδο ατομικής ψυχοθεραπείας, ομαδικής ψυχοθεραπείας, τέχνης-θεραπείας εργαστηρίων, κοινωνικής παρέμβασης και γενικότερης στάσης ζωής κάθε θεραπευμένου. Ο συντονισμός απαιτεί τη μεγαλύτερη δυνατή, σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο, θεωρητική επεξεργασία του βαθμού ανταπόκρισης του θεραπευμένου στην όλη θεραπευτική διαδικασία, σε όλες τις στιγμές της. Απαιτεί στη βάση όλων αυτών, τη συγκεκριμένη διαμόρφωση επιμέρους προτάσεων για την παραπέρα πορεία του. Απαιτεί τη διαρκή παρακολούθηση αυτής της πορείας, ώστε να εξασφαλίζεται η συμμετοχή του σε όλες τις θεραπευτικές δραστηριότητες που περιλαμβάνει το πρόγραμμα χωρίς περιθώρια χειριστικών συμπεριφορών στις οποίες είναι επιρρεπής κάθε εξαρτημένος.

Η θεραπευτική ομάδα ²⁴ στελεχώνεται από επαγγελματίες διαφορετικών ρόλων και αρμοδιοτήτων (ψυχίατροι, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, κοινωνιολόγοι, εργοθεραπευτές, δραματοθεραπευτές, χοροθεραπευτές, ειδικοί θεραπευτές, νοσηλευτές, γυμναστές, πρώην χρήστες κ.α) που διαθέτουν εμπειρία διαρκή εκπαίδευση και πίστη στη φιλοσοφία και στις αρχές του προγράμματος. Τα μέλη της θεραπευτικής ομάδας πρέπει να είναι ισότιμα μεταξύ τους και να λειτουργούν με βάση την αρχή της συμπληρωματικότητας των διαφορετικών

²⁴ Μάτσα, Κ., *Εξαρτήσεις*, τετράδια ψυχιατρικής, Νο73, 2001, σ 37-39

ρόλων τους. Η ένταξη τους στο πλαίσιο πρέπει να γίνεται βάσει της ιδεολογικής καταρχάς συμφωνίας με τις αρχές του και να είναι ολοκληρωτική. Η συμπληρωματικότητα των ρόλων που εξασφαλίζει τη θεραπευτική ποικιλία των απαντήσεων, η ετοιμότητα και η διαθεσιμότητα κάθε μέλους της θεραπευτικής ομάδας, η συνέχεια και η σταθερότητα της παρουσίας τους, η ικανότητα να εκπροσωπεί επαρκώς το θεραπευτικό πλαίσιο, τους κανόνες και τις αρχές, να ακούει με υπομονή, να κατανοεί, να κάνει διάλογο, όλα αυτά δίνουν στη θεραπευτική ομάδα τη δυνατότητα της παρέμβασης η οποία αγκαλιάζει την ολότητα της προβληματικής που θέτει ο θεραπευόμενος. Γιατί αν οι διαπροσωπικές συγκρούσεις μεταξύ των θεραπειών θέτουν σε αμφισβήτηση τις αξίες του θεσμού, τότε οι ίδιοι οι θεραπευτές, οποίες κι αν οι προσωπικές τοποθετήσεις τους, αισθάνονται και λειτουργούν με όρους συνεννοχής του ενός ή του άλλου βαθμού, με τους θεραπευόμενους ακριβώς επειδή αναπαράγουν τα δυναμικά τους. Μ' αυτόν όμως τον τρόπο αισθάνονται να απειλούνται και οι ίδιοι προσωπικά αφού έτσι τίθεται σε κίνδυνο η πιο δημιουργική πλευρά του εαυτού τους, αυτή που αφορά την αντίθεση τους στην ίδια την εξάρτηση ως λειτουργία..

Η θεραπευτική ομάδα πρέπει να είναι ανοιχτή στο απρόβλεπτο²⁵ το απροσδόκητο, και να επεξεργάζεται συλλογικά τις επιμέρους αλλαγές που πρέπει να κάνει, σε όλα τα επίπεδα, κάθε ομάδα και κάθε θεραπευόμενος μέσα στο πλαίσιο. Πρέπει να λειτουργεί με σεβασμό στις αρχές του πλαισίου και στους θεμελιακούς κανόνες ανθρώπινης συνύπαρξης, συνεργασίας και αλληλεγγύης. Μόνο έτσι θα είναι ικανή να διαμορφώνει τη θεραπευτική στρατηγική της στη βάση της λεπτομερούς και συλλογικής διερεύνησης και εκτίμησης των αιτημάτων, των αναγκών των δυνατών αλλαγών αλλά και των περιορισμών κάθε θεραπευόμενου.

Η θεραπευτική ομάδα στο βαθμό που λειτουργεί σαν ομάδα, μέσα στο πλαίσιο, με σεβασμό στις αρχές και τη φιλοσοφία του προγράμματος, μπορεί να επεξεργάζεται το δυναμικό της και να αποφεύγει τον κίνδυνο-πραγματικό πειρασμό για κάποιους θεραπευτές – των αυτοσχεδιασμών, των αβασάνιστων ερμηνειών της αυθαιρεσίας. Μπορεί να λύνει τις κρίσεις στο εσωτερικό της, να ξεπερνά χωρίς να συγκαλύπτει φαινόμενα burn out των θεραπειών. Μπορεί να εκτιμά τα δεδομένα και να αναλύει με νηφαλιότητα και σοβαρότητα τις

²⁵ Δαμίγος, Δ., *Η έννοια του μεταβατικού πλαισίου*, τετράδια ψυχιατρικής, Νο 38, 1992, σ 65

αντιμεταβιβάσεις, να θέτει όρια στις παρεμβάσεις των διαφόρων θεραπειών, ν' αποφεύγει τον κίνδυνο κάποιοι «να τα δίνουν όλα» και κάποιοι άλλοι «να μην δίνουν τίποτα», όπως συχνά ακούγεται στο χώρο της απεξάρτησης. Μπορεί να ξεπερνά τη λογική της διάσπασης της ομάδας, της διάκρισης των θεραπευόμενων σε «καλούς» και «κακούς», της επιβολής κυρώσεων, της εκλογίκευσης των δυσκολιών.

Με τη διαμεσολάβηση της θεραπευτικής ομάδας μέσα στο μεταβατικό χώρο του πλαισίου, γίνεται δυνατή η κοινωνικοποίηση του θεραπευομένου, η μαθητεία του στην εγκαθίδρυση κοινωνικών σχέσεων, η σφαιρικότερη δυνατή ανάπτυξη κοινωνικών δεσμών. Σ' αυτό ανάγεται, σε τελευταία ανάλυση, η τεράστια σημασία του ρόλου στη διαδικασία της απεξάρτησης.

2.6 Θεραπευτική σχέση- θεραπευτικός λόγος

Η ένταξη του εξαρτημένου στο πρόγραμμα,²⁶ μετά από την υπογραφή του σχετικού συμβολαίου που την επισημοποιεί, φέρνει τόσο τον ίδιο όσο και το θεραπευτή, ως εκπρόσωπο του προγράμματος αντιμέτωπο με τρία παράδοξα.

Πρώτον, ο εξαρτημένος δεσμεύεται να τηρήσει όρια, να σεβαστεί κανόνες και να είναι συνεπής, την ίδια στιγμή που η ζωή του μέχρι τώρα είναι συνυφασμένη με την παραβατικότητα.

Δεύτερον, σ' έναν άνθρωπο που δεν έμαθε μέχρι τώρα παρά μόνο να δρα παρορμητικά, προτείνεται ένα πλαίσιο, μέσα στο οποίο καλείται να εκφέρει λόγο, τον δικό του λόγο.

Τρίτον, ο εξαρτημένος καλείται μέσα από τη θεραπευτική σχέση που πρέπει να εγκαθιδρύει, να μιλήσει για την ιστορία της οδύνης του και όχι απλώς και μόνο για την ιστορία της τοξικομανίας του, να μην περιοριστεί στην περιγραφή της δράσης της συγκεκριμένης ουσίας στον οργανισμό του, τη συγκεκριμένη στιγμή ή για την έλλειψη της.

Πάνω σ' αυτά τα τρία παράδοξα οικοδομείται προοδευτικά η θεραπευτική σχέση και τα ανατρέπει. Σ' αυτή τη σχέση ο θεραπευτής είναι αυτός που βοηθά να περάσουν οι κακές στιγμές. Είναι αυτός που βοηθά το θεραπευόμενο με υπομονή, σεβασμό και κατανόηση, που εγκαθιδρύει το διάλογο, δεν ασκεί εξουσία, δεν καταφεύγει σε βολικές ερμηνείες, δεν θεωρεί ότι κατέχει την

²⁶ Μάτσα, Κ., *ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιάς: το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 160

απόλυτη αλήθεια και αποφεύγει, όσο γίνεται, την αυθαιρεσία, την υπερβολή, την πρόκληση. Είναι αυτός που, στο ρόλο του σταθερού συνομιλητή, τοποτηρητή των αρχών του προγράμματος, θα κάνει ικανό τον εξαρτημένο να αναγνώσει λιγότερο τραυματικά την ιστορία του, να επικοινωνήσει με το λόγο και όχι με τις παρορμητικές πράξεις, όπως έκανε μέχρι τώρα. Με την ζεστή, ανθρώπινη, σταθερή παρουσία του θα τον κάνει ικανό να συνάψει μια αυθεντική, ουσιαστική, ανθρώπινη σχέση, που σπάζει το φαύλο κύκλο της ρηχής, συνήθως καταστροφικής, συναλλαγής όπου ήταν παγιδευμένος μέχρι τώρα.

Ο θεραπευτής, λοιπόν που προσφέρει τις υπηρεσίες του σ' ένα πλαίσιο απεξάρτησης πρέπει να είναι εκπαιδευμένος, έμπειρος, αποφασιστικός, αντικειμενικός, να σέβεται τα ανθρώπινα δικαιώματα του εξαρτημένου, να έχει ο ίδιος μια στάση ζωής που χαρακτηρίζεται από αρχές, αξίες, μαχητικότητα, πνευματικότητα, ενδιαφέροντα. Πρέπει να βρίσκεται ο ίδιος σε εποπτεία του έργου του και το σπουδαιότερο να έχει μια καλά συγκροτημένη προσωπικότητα. Πρέπει να γνωρίζει ότι μπορεί να επιτελεί το συγκεκριμένο έργο, με το χαρακτήρα που αυτό έχει, μόνο ως μέλος της θεραπευτικής ομάδας και εφόσον ανήκει στο συγκεκριμένο πλαίσιο.

Κάθε ψυχοθεραπευτής που δρα σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο λειτουργεί και ο ίδιος ο μέρος μιας καθολικής πράξης της ίδιας της θεραπείας ως δημιουργίας. Γίνεται έτσι ενεργητικός μιας από κοινού αναζήτησης της ουσίας των πραγμάτων, της αληθινής τους φύσης σε επίπεδο ατομικό αλλά και κοινωνικό. Μέσα απ' αυτή τη σχέση γίνεται ικανός να εκφράσει προσωπικές απόψεις και να αναλάβει πρωτοβουλίες με αίσθημα υπευθυνότητας. Πρόκειται για μια σχέση αλληλεπίδρασης, που στηρίζεται στο σεβασμό στο πρόσωπο του άλλου και στις συναισθηματικές του και άλλες ανάγκες του.

Ο θεραπευτής πρέπει να συμμετέχει ενεργά στη θεραπευτική διαδικασία, εκπροσωπώντας ολόκληρη την θεραπευτική ομάδα και παραμένοντας όσο γίνεται πιο αντικειμενικός. Συμμετέχει, βιώνει, μαθαίνει. Δεν πρέπει να καταφεύγει σε εύκολες ερμηνείες, αλλά να επεξεργάζεται διαρκώς αυτή τη διαδικασία σε κάθε της βήμα, μαζί με την θεραπευτική ομάδα. Διδάσκει με την στάση του, που δείχνει στην πράξη ότι πιστεύει στην αλλαγή στην ικανότητα του εξαρτημένου, αλλά και της οικογένειάς του, να μάθει βασικά πράγματα για τον εαυτό του, να θέσει όρια, στόχους, αρχές και να επιλέξει τον ανεξάρτητο δρόμο του στη ζωή. Ο ρόλος του, μέσα στο πλαίσιο είναι διττός. Είναι παιδαγωγικός, δίνοντας έμφαση

στη συμπεριφορά του τοξικομανούς και ταυτόχρονα θεραπευτικός, δίνοντας έμφαση στην ιστορία του ατόμου και τη δυναμική της αλλαγής του, κάνοντας τον ικανό, μέσα από τη θεραπευτική σχέση, να κατανοήσει τις λειτουργίες του, να συνειδητοποιήσει και να χρησιμοποιήσει το λόγο για να εκφράσει την οδύνη του.

Στο λόγο του θεραπευτή πρέπει να συμπυκνώνονται νοήματα, γνώση, εμπειρία. Πρέπει να είναι ο λόγος που να φωτίζει, να εμβαθύνει, να κάνει τον άλλο ικανό να αναλάβει ευθύνες. Οφείλει να μην περιορίζεται στην κριτική, τις συμβουλές, την ψεύτικη παρηγοριά ή τον έλεγχο και την επίπληξη, να μην αναπαράγει τα στερεότυπα του γονεϊκού λόγου. Όλα αυτά τα στοιχεία που πρέπει να χαρακτηρίζουν τον θεραπευτή του ειδικού πλαισίου της απεξάρτησης αντανακλώνται και στη θεραπευτική σχέση και προσδιορίζουν τον χαρακτήρα της.

Ο θεραπευτικός λόγος, λοιπόν μπορεί να λειτουργήσει ως καταλύτης στην όλη θεραπευτική διαδικασία, τόσο θετικά ως διαμεσοποιών όρος, με στόχο την πλήρη απεξάρτηση και την κοινωνική επανένταξη, όσο και αρνητικά, ως μέσον άσκησης εξουσίας πάνω στο θεραπευόμενο και την οικογένεια του, φορέας της κυρίαρχης ιδεολογίας και όλων των κοινωνικών στερεοτύπων.

2.7 Ο ρόλος της ψυχοθεραπείας

Ο τοξικομανής υποφέρει²⁷ γιατί η διαδικασία της αποδόμησης έχει ακυρώσει τον κατεξοχήν ανθρώπινο, δηλαδή τον κοινωνικό χαρακτήρα της υπόστασης του. Έχει υπονομεύσει την ίδια την υποκειμενικότητα του, την ικανότητα του να σκέφτεται, να αισθάνεται και να δρα κοινωνικά, αξιοποιώντας τις δυνατότητές του. Μέσα σε μια πορεία διαρκούς έκπτωσης και απαξίωσης σε όλα τα επίπεδα η ζωή του έχει χάσει οποιοδήποτε νόημα. Απ' αυτήν την άποψη όταν μπαίνει στο θεραπευτικό πλαίσιο της απεξάρτησης, το κύριο αίτημα του είτε είναι σε θέση να το εκφράσει λεκτικά είτε όχι, ανάγεται βασικά στην επανάκτηση του νοήματος της ζωής. Γι' αυτό είναι τόσο σημαντική η ψυχοθεραπευτική διαδικασία. Μέσα απ' αυτήν θα αποκτήσει αυτογνωσία και θα συνειδητοποιήσει τις αιτίες της εξάρτησης του. Μέσα σ' αυτήν θα μάθει να εκφράζει ελεύθερα τα συναισθήματα του και να σκέφτεται διαλεκτικά προσεγγίζοντας από μια καινούρια σκοπιά τον

²⁷ ο.π. σελ 166

εαυτό του, την προσωπική του ιστορία, τις σχέσεις του με τους άλλους, τη στάση του στη ζωή. Κατά τη διάρκεια της θα μάθει να εγκαθιδρύει νέους δεσμούς ανάμεσα σε ότι καινούριο σημαίνει πια γι' αυτόν τα πράγματα, να αναζητά την εσωτερική λογική των σκέψεων, να σχεδιάζει νέες πράξεις και να ανακτά στόχους. Σιγά σιγά θα γίνεται ικανός να αντιμετωπίζει με λειτουργικό γι' αυτόν τρόπο τις ανάγκες του, και να ιεραρχεί να κατακτά το αίσθημα της επάρκειας σε σχέση με τις δυνατότητες του, να ξεπερνά το αίσθημα της ανασφάλειας που τον βασανίζει να αντλεί ικανοποίηση από τις πράξεις και τις σχέσεις του, ν' αλλάζει τρόπο λειτουργίας μέσα στον κόσμο.

Όλη αυτή η θεραπευτική διαδικασία θεμελιώνεται πάνω στην ψυχοθεραπεία ατομική και ομαδική που πραγματοποιείται μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο. Ως ψυχοθεραπεία, όσο κι αν είναι δύσκολο να την ορίσουμε, εννοούμε βασικά μια μέθοδο επεξεργασίας ψυχολογικών διαδικασιών, που θεμελιώνεται πάνω στη θεραπευτική σχέση και έχει ως κύριο εργαλείο της είτε το λόγο (κλασική ψυχοθεραπεία) είτε άλλες μορφές έκφρασης, κυρίως με τη διαμεσολάβηση της τέχνης.

Δεν υπάρχει μοντέλο ψυχοθεραπείας κοινή για όλους τους τοξικομανείς και όλους τους ψυχοθεραπευτές. Η ψυχοθεραπευτική μέθοδος στην απεξάρτηση συνδέεται καθοριστικά με τη μέθοδο προσέγγισης και κατανόησης της ίδιας της τοξικομανίας. Συνδέεται επίσης με μια μέθοδο σκέψης και ανθρώπινης αλληλεπίδρασης. Απ' αυτή την άποψη το θεραπευτικό πλαίσιο, με τη συγκεκριμένη φιλοσοφία του επιδρά καθοριστικά στην επιλογή του τύπου ψυχοθεραπείας που εφαρμόζεται και σ' αυτή τη βάση του συνδυασμού όλων των ψυχοθεραπευτικών τεχνικών και παρεμβάσεων.

Πρόκειται για μια διαδικασία²⁸ που συναντά τεράστιες δυσκολίες, αφού κάθε στιγμή πρέπει να υπερβαίνει τα εμπόδια που θέτουν σε πολλά επίπεδα τα προβλήματα που δημιουργούνται στο ΕΣΥ λόγω της βαθιάς κρίσης τους. Έχει γίνει αντικείμενο σοβαρού προβληματισμού η δυσκολία της συνάντησης των ψυχοθεραπειών με τη δημόσια περίθαλψη. Όμως η λειτουργία του 18 ΑΝΩ, μιας δημόσιας Μονάδας Απεξάρτησης που αναπτύσσεται με βάση τη διαρκή σύγκρουση με την επαναληπτικότητα και τη ρουτίνα της αναπαραγωγής κάποιου «μοντέλου θεραπείας», αποτελεί αδιαμφισβήτητη απόδειξη της δυνατότητας μιας

²⁸ Στυλιανίδης, Στέλιος. *Οι βραχείες ψυχαναλυτικές ψυχοθεραπείες στα πλαίσια της δημόσιας περίθαλψης*, διδακτορική διατριβή, Αλεξανδρούπολη 1995, σ 14

τέτοιας συνάντησης. Πρόκειται για μια συνάντηση που δεν έχει περιστασιακό χαρακτήρα, αλλά βάζει καθοριστικά τη σφραγίδα της στο πλαίσιο. Σίγουρα σε κάποιες ψυχιατρικές δομές στο ΕΣΥ χρησιμοποιούνται, στον έναν ή στον άλλο βαθμό, διάφορες ψυχοθεραπευτικές πρακτικές. Αυτό που ξεχωρίζει τη Μονάδα Απεξάρτησης 18 ΑΝΩ από άλλες δομές, εντός ή εκτός ΕΣΥ είναι ότι στο πλαίσιο, μέσα στο οποίο αναπτύσσονται διάφορα τμήματα και προγράμματα, στηρίζει τη θεραπευτική του λειτουργία κατά κύριο λόγο στην ψυχοθεραπεία.

Αν θεωρήσουμε την ψυχοθεραπεία ως ένα μίγμα πράξης και λόγου, μπορούμε να ορίσουμε το έργο που παράγεται στο 18 ΑΝΩ ως θεραπεία απεξάρτησης και ταυτόχρονα ως διαρκή και συλλογική παραγωγή κουλτούρας, με πολλούς τρόπους και σε πολλά επίπεδα, σε σύγκρουση με κατεστημένες αντιλήψεις και πρακτικές.

Άλλωστε, κάθε ψυχοθεραπεία έχει έναν φιλοσοφικό πόλο, που ανάγεται σ' ένα σύνολο τεχνικών. Στο 18 ΑΝΩ ο φιλοσοφικός πόλος²⁹ έχει σαν βάση του τη φιλοσοφία της Μονάδας που προσεγγίζει τον τοξικομανή με τη μέθοδο της διαλεκτικής ως βιο- ψυχο- κοινωνική ολότητα, ενώ ο τεχνικός περιλαμβάνει ένα δίκτυο ψυχοθεραπευτικών και ψυχοεκπαιδευτικών δραστηριοτήτων που υπηρετούν όλες τον μεγάλο στόχο της συνολικής αλλαγής του τοξικομανούς. Η αλλαγή αφορά όχι μόνο την συμπεριφορά του αλλά πρώτα και κύρια τις λειτουργίες του. Αυτός ο στόχος μπορεί να κατακτηθεί μόνο αν η ψυχοθεραπεία θέτει διαρκώς στον πυρήνα του προβληματισμού της το μεγάλο ερώτημα που αφορά το νόημα και τη λειτουργία της χρήσης της ουσίας στο συγκεκριμένο άτομο. Αυτό το ερώτημα πρέπει να προβληματίζει σοβαρά τον ατομικό ψυχοθεραπευτή και ολόκληρη τη θεραπευτική ομάδα, κάνοντας αναγκαία τη συγκεκριμένη ανάλυση της συγκεκριμένης κατάστασης, σε όλες τις στιγμές της, από την αρχή μέχρι το τέλος της θεραπείας. Αυτή η ανάλυση περιλαμβάνει τη συλλογική εκτίμηση των συγκεκριμένων αναγκών της θεραπείας αυτού του ατόμου από όλα τα μέλη της θεραπευτικής ομάδας που παρεμβαίνουν στη θεραπευτική διαδικασία με διαφορετικούς αλληλοσυμπληρωνόμενους ρόλους. Μ' αυτό τον τρόπο μπορεί να γίνει η συλλογική επεξεργασία του θεραπευτικού πλάνου, που περιλαμβάνει τις διάφορες και σε διάφορα επίπεδα ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις, οι οποίες πρέπει να συνδέονται οργανικά μεταξύ

²⁹ Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σιαές: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 168

τους, με μια σχέση λογικής συνάφειας, με τρόπο ώστε να ανταποκρίνονται στο σύνολο τους στις συγκεκριμένες ανάγκες του τοξικομανούς.

Η ένταξη του τοξικομανούς³⁰ σε θεραπευτική διαδικασία, ατομική και ομαδική πρέπει να πληροί κάποιες προϋποθέσεις. Αυτές αφορούν την απουσία νοητικής καθυστέρησης, την απουσία παραληρήματος, την απουσία μιας μη ελεγχόμενης ψυχιατρικής συμπτωματολογίας ψυχωτικού τύπου, την απουσία ψυχοπαθητικότητας σε επίπεδο όχι απλώς συμπεριφοράς αλλά δομής της προσωπικότητας. Πέραν όλων αυτών, υπάρχουν δυο μείζονες προϋποθέσεις, χωρίς τις οποίες δεν μπορεί ν' αρχίσει η ψυχοθεραπευτική διαδικασία. Αυτές είναι το κίνητρο του ίδιου του ατόμου και η αποχή του από τις ουσίες.

Στον τοξικομανή, με το πολύ ευάλωτο ψυχολογικό υπόστρωμα, η ψυχοθεραπεία μπορεί ν' αρχίσει σε μια λεγόμενη γόνιμη στιγμή της θεραπείας, όταν θα έχει ήδη εξασφαλιστεί εκείνος ο βαθμός λειτουργικότητας του ψυχικού οργάνου που τον κάνει ανοιχτό σ' αυτή τη διαδικασία. Η ψυχοθεραπεία δεν αποβλέπει απλώς και μόνο στο να κάνει ικανό τον τοξικομανή να ανιχνεύσει το παρελθόν, που ενσωματώνει το παρόν του, αλλά να το επανεξετάσει, να το ξαναδιαβάσει διαλεκτικά για να το αποκρυπτογραφήσει.

Η αποκρυπτογράφιση αφορά τις αιτίες της εξάρτησης του, τους λόγους για τους οποίους σε κάποια στιγμή της ζωής του, έδωσε στα ναρκωτικά το ρόλο του διαμεσολαβητή των ψυχωτικών λειτουργιών του, καταλήγοντας να μην μπορεί να λειτουργήσει μέσα στον κόσμο χωρίς αυτά. Αφορά βασικά το ρόλο και τη λειτουργία της ουσίας στον ψυχισμό του, το νόημα και τη θέση που πήρε η χρήση της ουσίας στη ζωή του.

Σ' αυτή τη διαδικασία έρχονται στην επιφάνεια συναισθήματα και σκέψεις που ήταν μέχρι τώρα θαμμένα μέσα του. Μιλώντας ελεύθερα για όλα αυτά μπορεί να ανακουφίζεται από το βάρος που κουβαλούσε μέχρι τώρα. Δεν αρκεί όμως αυτό. Χρειάζεται να μάθει να τα επανεξετάζει όλα από τη μια νέα σκοπιά, τη σκοπιά της διαλεκτικής, όχι για να τα ξαναγράψει αλλά για να ξαναδιαβάσει την ιστορία του.

Κατά την ψυχοθεραπευτική συνέδρια πρέπει να διαμορφωθούν οι αναγκαίοι όροι που θα επιτρέψουν στον ψυχοθεραπευτή να δώσει μια πρώτη απάντηση σε τρία βασικά ερωτήματα που αφορούν το θεραπευόμενο. Με βάση

³⁰ Ο.π.

αυτά διαμορφώνονται στο 18 ANΩ οι άξονες της ατομικής ψυχοθεραπείας. Η έμφαση δίνεται κάθε στιγμή, κατά την κρίση του ψυχοθεραπευτή, σε κάποια από τα τρία ερωτήματα, σε όλα η στη σχέση που διαμορφώνεται ανάμεσα τους.

- ✓ Τι ακριβώς λέει για όλα τα πράγματα, για την πραγματικότητα μέσα στην οποία ζει, για την κατάσταση με την οποία έρχεται καθημερινά αντιμέτωπος ο θεραπευόμενος.
- ✓ Τι λέει για όλα όσα σκέφτεται, για την ψυχολογική του κατάσταση, για τις εξαρτητικές λειτουργίες του.
- ✓ Τι λέει για τις πράξεις που πρέπει να κάνει, είτε αυτές αφορούν θεραπευτικές δραστηριότητες στο πλαίσιο του προγράμματος είτε άλλες πράξεις που ο ίδιος πρέπει να σχεδιάσει και να πραγματοποιήσει. Τι νόημα δίνει σ' αυτές; Πως μιλά γι' αυτές; Που αποδίδει τις δυσκολίες ενεργητικής εμπλοκής του; Τι μπορεί να κάνει για να τις ξεπεράσει;

Μέσα σένα κλίμα συναισθηματικής ζεστασιάς που εμπνέει ασφάλεια και εμπιστοσύνη, ο ψυχοθεραπευτής εισάγει τον θεραπευόμενο σε μια διαδικασία επανεξέτασης της σκέψης του, από τη σκοπιά της διαλεκτικής, κάνοντας τον ικανό να συλλαμβάνει τα αντίθετα στην ενότητα, τη σύγκρουση, την αλληλομετατροπή τους.

Οι συναντήσεις του θεραπευμένου του γίνονται σε σταθερό τόπο και χρόνο ώστε να μπορεί να επενδύει σ' αυτές, μα τις περιμένει, να τις προετοιμάζει μέσα του, να τις βιώνει ως σημαντικά γεγονότα της ζωής του. Πραγματοποιούνται κατά μέσον όρο μια φορά την εβδομάδα και έχουν διάρκεια τριάντα έως σαρανταπέντε λεπτών περίπου. Οι αναβολές τους προκαλούν πάντα το αίσθημα της ματαιώσης και γι' αυτό πρέπει να αποφεύγονται. Σ' αυτές εξετάζεται προσεκτικά βήμα προς βήμα, σε όλες τις λεπτομέρειες της, η πορεία αυτού του ανθρώπου, μέσα στους συγκεκριμένους όρους ζωής του. Διερευνώνται προσεκτικά οι σχέσεις του με τον εαυτό του και τα οικεία του πρόσωπα αρχίζοντας από τους γονείς του, από την πρώτη παιδική του ηλικία και μέχρι σήμερα. Εξετάζονται οι διάφορες δραστηριότητες του, όπως τις βίωσε ο ίδιος, σ' όλη την πορεία της εξέλιξης του, και αναλύεται το νόημα που έδινε σ' αυτές τότε, επανεξετάζοντας το από τη σκοπιά του σήμερα.

Η προσπάθεια αποκρυπτογράφησης μιας ολόκληρης ζωής, και ιδιαίτερα των σημαντικών γεγονότων, δεν μπορεί παρά να δίνει μεγάλη έμφαση στην περίοδο που προηγήθηκε της μύησης στην τοξικομανία, στην αρχή ή στα μέσα συνήθως της

εφηβείας αυτού του ανθρώπου. Το βασικό ερώτημα αφορά το γιατί και για το πώς στράφηκε στις ουσίες, γιατί διαμόρφωσε μέσα από αυτές όλο τον τρόπο της ζωής του.

Μέσα στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία μπαίνουν ως θεραπευτές και θεραπευόμενοι άτομα που καθαρίζονται, κατά κύριο λόγο κοινωνικά. Η ιδεολογία και οι αξίες τους διαπλέκονται στενά με τις ασυνείδητες ψυχολογικές λειτουργίες τους, επηρεάζοντας, στον έναν ή στον άλλο βαθμό, και τις σχέσεις τους. Από αυτή την άποψη, η μετάδοση αξιών, βασικός επιδιωκόμενος στόχος κάθε ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας, κυριαρχείται από την κοινωνική αντίφαση.

Σ' αυτήν ο ψυχοθεραπευτής διατρέχει τον κίνδυνο να γίνει φορέας μετάδοσης των κυρίαρχων αξιών (ηθικών και αισθητικών) μιας παρακμιακής κοινωνίας, εξαντλώντας την ίδια την ψυχοθεραπευτική διαδικασία στο ρόλο της «ομαλοποίησης» της συμπεριφοράς του θεραπευμένου, της προσαρμογής του στην κυρίαρχη νόρμα του κοινωνικού κομπορμισμού, της ψυχολογικής του χειραγώγησης. Αυτός ο κίνδυνος αντιμετωπίζεται μόνο στο βαθμό που ο ψυχοθεραπευτής έχει απόλυτη επίγνωση όλων αυτών των και επαγρυπνεί, στηρίζοντας κατά κύριο λόγο τη λειτουργία του στο ίδιο το θεραπευτικό πλαίσιο με τις δικές του αξίες και αρχές, την ευελιξία και τη μαχητικότητα του.

2.8 Το θεραπευτικό πλαίσιο ως διαμεσολαβητής της μετάβασης

Η διαδικασία της απεξάρτησης προϋποθέτει τη λειτουργία ενός θεραπευτικού πλαισίου, με μια συγκεκριμένη ταυτότητα και μια φιλοσοφία.³¹ Το θεραπευτικό πλαίσιο αποτελεί μέρος του ευρύτερου κοινωνικού πλαισίου από το οποίο προσδιορίζεται και του οποίου τις αντιφάσεις αντανακλά. Είναι ένα εξαιρετικής σημασίας θεραπευτικό εργαλείο, χωρίς το οποίο δεν μπορεί να έχει θετικά αποτελέσματα η θεραπευτική διαδικασία της απεξάρτησης. Αποτελεί ένα δομικό και λειτουργικό σύνολο με σχετικά αυτονομία που πρέπει να λειτουργεί με ευελιξία ακριβώς λόγω του ψυχοθεραπευτικού του χαρακτήρα. Ασκει τη θεραπευτική λειτουργία του στη βάση σταθερών κανόνων και αρχών και μιας συγκεκριμένης φιλοσοφίας. Απ' αυτή την άποψη βρίσκεται πάντοτε αντιμέτωπο με τον κίνδυνο της μετατροπής της φιλοσοφίας του σε ένα σύνολο άκαμπτων κανόνων, ένα είδος δόγματος, βάσει του οποίου μπορούν να χαρακτηρίζονται ως κακές περιπτώσεις,

³¹ Δαμίγος, Δ., «Η έννοια του μεταβατικού πλαισίου», τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 58, 1992, σ 47

κακοί τοξικομανείς, όσοι παίρνουν το θάρρος να εκφράσουν ανοιχτά την κριτική τους σ' αυτό.

Απ' αυτή την άποψη, η θεραπευτική ομάδα του πλαισίου έχει την ευθύνη της διασφάλισης ενός κλίματος που να ευνοεί την ανάπτυξη της κριτικής σκέψης και του διαλόγου, που αποτελούν βασικούς όρους της δημοκρατικής λειτουργίας του πλαισίου. Ρόλος του θεραπευτικού πλαισίου είναι να υποδέχεται και να εμπεριέχει τόσο τις καλές όσο και τις κακές πλευρές των θεραπευομένων, για να μπορεί να επεξεργάζεται και να τις μεταμορφώνει, να τις ενσωματώνει και να τις ξεπερνά μέσα σε μια διαδικασία μετατροπής του αρνητικού σε θετικό..

Μ' αυτή την έννοια υπάρχει μια αναλογία ανάμεσα στο θεσμό του θεραπευτικού προγράμματος και το υποστηρικτικό περιβάλλον που συγκρατεί τα οδυνηρά, τα αρνητικά συναισθήματα μαζί με τα θετικά και κάνει δυνατή την επεξεργασία τους, συγκρατεί μαζί με τους αντίθετους όρους της αντίφασης εμποδίζοντας το την *splitting* σε «καλούς» και σε «κακούς», και έτσι συγκρατεί την πίστη του θεραπευομένου στη δυνατότητα αλλαγής να δυναμώσει την ελπίδα.

Μέσα στο πλαίσιο ο εξαρτημένος μαθαίνει ότι υπάρχουν και άλλες απαντήσεις που μπορούν να δοθούν που τον βασανίζουν στα ερωτήματα.³² Με σεβασμό στους κανόνες του, κατακτώντας τα όρια του, υπερβαίνει τη μέχρι τώρα λογική του «όλα ή τίποτα» λειτουργώντας με συνέπεια και συνέχεια απέναντι στον εαυτό του και τους άλλους. Εδώ μαθαίνει να διατυπώνει αιτήματα και να διεκδικεί από τους θεραπευτές του αυτά που πραγματικά έχει ανάγκη. Η διεκδίκηση πρέπει να γίνεται πάντα μέσα από το διάλογο. Εδώ μαθαίνει να προσεγγίζει τα πράγματα από μία άλλη σκοπιά πέρα από τη λογική του «τα θέλω όλα, τώρα, για τον εαυτό μου», και μπαίνει σε μια ανθρώπινη, συναισθηματική πάνω απ' όλα συναλλαγή. Διεκδικώντας όσα έχει ανάγκη, εισάγει στη ζωή του και στη σχέση του τη διάσταση της αναγνώρισης του άλλου ως συνομιλητή και της εκτίμησης του εαυτού του, ικανού να πείσει για το δίκαιο του αιτήματος. Μέσα σ' αυτή τη διαδικασία ο θεραπευόμενος μαθαίνει να λειτουργεί συλλογικά, διευρύνοντας το φάσμα των αιτημάτων του, και συνακόλουθα το πεδίο των διαμεσοποιήσεων που πρέπει να κάνει η θεραπευτική ομάδα. Μόνο μ' αυτόν τον τρόπο το αίτημα της θεραπείας μπορεί να μετατραπεί σε ανθρώπινη σχέση, δέσμευση, δεσμό, ανάληψη ευθύνης, πραγμάτωση του κοινωνικού.

³² Ο.π

Η ένταξη σ' αυτό³³ του ατόμου με τη θέληση του, που επικυρώνεται με την υπογραφή του σχετικού συμβολαίου, ισοδυναμεί με την ένταξη του σε μια μορφή κοινωνικής ζωής, στην οποία εισάγεται μέσα από τη συμμετοχή του στις συλλογικές δραστηριότητες του πλαισίου. Η σταθερότητα, σχεδόν τελετουργικού χαρακτήρα αυτών των δραστηριοτήτων εξασφαλίζει τη διάρκεια και την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών παρεμβάσεων.

Μέσα από την ένταξη του ο θεραπευόμενος καλείται όχι απλώς να προσαρμοστεί στο πλαίσιο αλλά να το κατακτήσει να το κάνει δικό του, όπως το παιδί που δεν προσαρμόζεται απλώς στον κόσμο που το περιβάλλει αλλά τον κατακτά και τον κάνει δικό του. Η κατάκτηση του πλαισίου έχει εδώ την έννοια της κατάκτησης της εμπειρίας και της γνώσης που έχει συσσωρευτεί και αποτελεί την ιστορία της μονάδας. Αυτή η εμπειρία και η γνώση ενσαρκώνει στις συλλογικές δραστηριότητες που μπορεί να αλλάζουν μορφές, εάν κριθεί αναγκαίο, συνιστούν όμως στιγμές αυτής της ιστορίας.

Το θεραπευτικό πλαίσιο πρέπει να παρέχει το αίσθημα της ασφάλειας και της εμπιστοσύνης στον τοξικομανή, που μόλις βγήκε από την ψευδαίσθηση της «ασφάλειας» που του έδινε η βραχυκύκλωση των συναισθημάτων του από τις ουσίες και γι' αυτό το αισθάνεται γυμνός και φοβισμένος. Είναι ένας μεταβατικός τρόπος κουλτούρας, δηλαδή ένας χώρος κουλτούρας, δημιουργικότητας και παιχνιδιού, που διαμορφώνει όρους συνέλιξης θεραπειών και θεραπευομένων, παραμένοντας ανοιχτός στο απροσδόκητο και το καινούριο, είτε αυτό αφορά την κλινική είτε την κοινωνική πραγματικότητα.

Άλλωστε το ίδιο θεραπευτικό πλαίσιο απεξάρτησης, ως μέρος του ευρύτερου κοινωνικού- πολιτιστικού πλαισίου, διαθέτει τη δική του κουλτούρα, μέσα από μια σχέση ενότητας και σύγκρουσης με την κουλτούρα της κοινωνίας. Συνιστά μια ανεξάρτητη πολιτιστική πραγματικότητα. Από μια άποψη, αντιπροσωπεύει μια συλλογική ταυτότητα με την ιδεολογία, τις αξίες, τους στόχους της. Μέσα από την εγκαθίδρυση μιας σχέσης ενότητας και σύγκρουσης μ' αυτή θα γίνει δυνατή η συγκρότηση της νέας ατομικής ψυχοκοινωνικής ταυτότητας του θεραπευμένου και η ένταξη του τον πολιτισμό και την Ιστορία.

³³ Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σιαές: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 190

Το θεραπευτικό πλαίσιο³⁴ ευνοεί τη διακοπή της επαναληπτικότητας, της μιζέριας και της ρουτίνας που χαρακτηρίζει τη ζωή μέσα στις ουσίες. Ευνοεί το άνοιγμα στον άλλο, τη συλλογικότητα, την αλληλεγγύη. Στηρίζεται σ' ένα σύνολο κανόνων που αποτελούν τις σταθερές, μέσα στις οποίες διαμορφώνονται τα αντικειμενικά όρια που πρέπει να κατακτά κάθε στιγμή ο θεραπευόμενος. Αποτελεί ένα δυναμικό πεδίο, μέσα στο οποίο οι θεραπευόμενοι μαζί με τους θεραπευτές ανακαλύπτουν και συνάμα δημιουργούν δυνατότητες ανάπτυξης. Αυτές οι δυνατότητες πρέπει να πραγματοποιηθούν μέσα από την οργάνωση δραστηριοτήτων με συγκεκριμένο νόημα.

Οι αξίες του πλαισίου διασφαλίζουν και τη συνοχή της λειτουργίας ως θεσμού. Με βάση αυτές μπορεί να γίνει από τον θεραπευόμενο, με τη βοήθεια των θεραπευτών, η επεξεργασία κάθε νοήματος και η αναζήτηση του κοινωνικού κατ' αρχήν και μέσα απ' αυτό του προσωπικού νοήματος κάθε πράξης. Όμως για να αναζητήσεις και να βρεις το προσωπικό νόημα πρέπει να έχεις κίνητρο και αυτό πρέπει να ενισχύεται διαρκώς μέσα στη θεραπευτική διαδικασία.

Το καινούριο προσωπικό νόημα που πρέπει να δώσει σε ότι αισθάνεται, σκέφτεται, κάνει, σε ότι βιώνει στη σχέση του με τους άλλους, αφορά το συμβολικό σκέλος της πραγματικότητας και τη φαντασιστική λειτουργία που πρέπει να κινητοποιήσει. Αφορά ακόμα τα παλιά του βιώματα, που πρέπει να τα δει μέσα από ένα καινούριο πρίσμα, να τους ρίξει καινούριο φως, να αλλάξει τα νοήματα που είχε ο ίδιος δώσει σ' αυτά.

Και αυτό ακριβώς το νόημα στο βαθμό που γίνεται αντικείμενο συλλογικής επεξεργασίας, αποκτά το χαρακτήρα νοήματος, που κινητοποιεί, εμπνέει, ανοίγει ορίζοντες σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο. Πρόκειται για ένα μήνυμα επιστράτευσης δυνατοτήτων που πρέπει να ανακαλύπτονται διαρκώς μέσα στο θεραπευτικό πεδίο του πλαισίου. Εμβαθύνοντας στις πράξεις και στους μηχανισμούς λειτουργίας του, κατανοώντας και αλλάζοντας μέσα στη θεραπευτική διαδικασία, ο θεραπευόμενος μπορεί να πετύχει στόχους και να κάνει πράγματα που φαινόταν πριν, στον ίδιο ή και στους άλλους, αδύνατα.

Μ' αυτό τον τρόπο το θεραπευτικό πλαίσιο γίνεται ο διαμεσολαβητής της μετάβασης από την εξάρτηση στην απεξάρτηση, από την κατάσταση της ακραίας αποξένωσης, της απόλυτης εξατομίκευσης σ' αυτήν της κοινωνικής ατομικότητας.

³⁴ ο.π.

Περιεχόμενο του πλαισίου αποτελεί το συμβολικό, η κουλτούρα του, οι αξίες του, οι αρχές και οι κανόνες του. Σε αυτό κάνει τη θητεία του ο τοξικομανής. Πρόκειται μια μακρά, επίτονη θητεία στο νόμο, στα όρια, το χώρο, το χρόνο, το διάλογο, τις σχέσεις, την ηθική. Εδώ μαθαίνει ότι η επανιδιοποίηση διαπροσωπικών σχέσεων με σταθερότητα και διάρκεια και ανάπτυξης ενός προσωπικού, κοινωνικού λόγου, μέσα από την αποδοχή του Άλλου, ως διαφορετικού και ταυτόχρονα ομοίου, ως ετερότητας που θέτει τα όρια της ταυτότητας.

Εδώ δημιουργούνται οι όροι για την επεξεργασία του εαυτού, τη σύνθεση της καινούριας ταυτότητας, την επιλογή νέων ψυχοκοινωνικών ρόλων στη ζωή του, τη δημιουργία των όρων για την κατάκτηση της προσωπικής αυτονομίας. Αυτοί οι όροι μπορούν να δημιουργηθούν μόνο στο πλαίσιο του συλλογικού έργου της θεραπευτικής ομάδας, των συλλογικών τεχνικών που δεν λειτουργούν αποσπασματικά και ευκαιριακά αλλά συναρθρώνονται διαλεκτικά συνθέτοντας την εμπειρία της ομάδας.

Το πλαίσιο αναπαράγει το θεσμό της οικογένειας και δίνει τη δυνατότητα στους θεραπευόμενους να αναπτύξουν όλες τις συμβολικές λειτουργίες και να συγκροτήσουν μια νέα ταυτότητα μέσα από την ένταξη τους σε μια ομάδα, ένα θεσμό, μια ιδεολογία. Ο ίδιος ο θεσμός αποτελεί τον βασικό πυρήνα της ταυτότητας. Το πλαίσιο λειτουργεί με την έννοια του κοινωνικού εργαλείου που εξασφαλίζει την αλληλεπίδραση του ατόμου και ομάδας μέσα από ένα σύστημα αναγκαίων διαμεσοποιήσεων. Μπορεί όμως να εκτελέσει το ρόλο στο χώρο της απεξάρτησης μόνο αν έχει ξεκάθαρη αντιθεσμική, αντιαυταρχική κοινωνική ιδεολογία και γίνεται το ίδιο φορέας αυτής της ιδεολογίας, με απόλυτη επίγνωση ότι το φαινόμενο της εξάρτησης είναι πολυπαραγοντικό και πρέπει να προσεγγίζεται όχι μόνο επιστημονικά αλλά και ιδεολογικά και ιστορικά.

Η θεραπευτική ομάδα σαν σύνολο πρέπει να γίνει ικανή να σκεφτεί τις δυνατότητες της, να διευρύνει με κάθε τρόπο τους ορίζοντες της, να δώσει καινούριες απαντήσεις στα καινούρια ερωτήματα που θέτει η πραγματικότητα της εξάρτησης, να αντισταθεί στις κοινωνικές πιέσεις, που άμεσα και έμμεσα ασκούνται πάνω της, να εμβαθύνει στα επιστημονολογικά ζητήματα και να ενισχύσει το ιδεολογικό οπλοστάσιο και τη συνοχή της. η υπέρβαση της κρίσης ενισχύει το πλαίσιο μέσα από την αναπόφευκτη ανανέωση των στελεχών και των τεχνικών του.

2.9 Η πρόληψη στην αυτονομία

Το θεραπευτικό πλαίσιο³⁵ αποτελεί ένα αντίβαρο στην εξάρτηση. Μέσα απ' αυτό οργανώνεται η μετάβαση απ' τον παλιό του εαυτό στο νέο, ο δρόμος απ' την εξάρτηση στην αυτονομία. Αυτονομία δεν σημαίνει ομαλοποίηση, διαχείριση του εαυτού με βάση τον μέσο όρο, τη μετριότητα, την «κοινή αποδοχή». Η επιστροφή με νέους όρους στο κοινωνικό σύνολο φέρνει αντιμέτωπο τον απεξαρτημένο με όλα όσα είχε κάποτε απορρίψει και τους είχε γυρίσει την πλάτη, με την άθλια κοινωνική πραγματικότητα της αλλοτρίωσης και της εκμετάλλευσης από άνθρωπο σε άνθρωπο.

Τον φέρνει αντιμέτωπο με την κατάσταση του σύγχρονου ανθρώπου που μπορεί ίσως να χειραφετήθηκε από τις παραδόσεις και τις αντιδραστικές ιεραρχίες, μέσα και έξω από την οικογένεια που πιστεύει ότι κάνει «τις ελεύθερες επιλογές του» και θέτει τους προσωπικούς στόχους του, αλλά βουλιάζει καθημερινά και αβοήθητος μέσα στο βάλτο της ακραίας εξατομίκευσης, της αδιαφορίας για τα κοινά, της κατάρρευσης των αξιών, της αποξένωσης, της ανεργίας, της φτώχειας, της δυστυχίας. Μιας κατάστασης που μεγαλώνει καθημερινά την αβεβαιότητα, την ανασφάλεια, τα κενά, τους φόβους, τις αγωνίες, τα δεινά της ζωής, ωθώντας το άτομο στην αναζήτηση δρόμων φυγής, κάθε είδους.

Μέσα σε αυτήν την πραγματικότητα επανεντάσσεται. Σε αυτήν επιστρέφει. Τι θα κάνει. Μήπως η απεξάρτηση του περιορίζεται στην αλλαγή της εξαρτητικής συμπεριφοράς γιατί «δεν μπορούμε να προχωρήσουμε βαθύτερα», όπως λένε οι συμπεριφεριολόγοι: μήπως αντίθετα όλη η έμφαση δίνεται στις κοινωνικές δομές, θεωρώντας ότι η αλλαγή τους συνεπιφέρει αυτόματα και στην αλλαγή της ατομικής κατάστασης;

Μια τέτοια μονόπλευρη προσέγγιση είναι έξω από την φιλοσοφία του προγράμματος της Μονάδας Απεξάρτησης, ΨΝΑ 18 ΑΝΩ. Η διαδικασία της κοινωνικής επανένταξης του απεξαρτημένου, η τρίτη και σημαντικότερη φάση της θεραπείας, δεν αποβλέπει απλώς και μόνο στην τροποποίηση της εξαρτητικής συμπεριφοράς του, ούτε περιορίζεται στην αντιμετώπιση των επαγγελματικών κοινωνικών και οικονομικών προβλημάτων του, όσο σημαντικά κι αν είναι όλα αυτά. Η κοινωνική επανένταξη ανάγεται σε μια διαδικασία διαρκούς μαθητείας και άσκησης σ' ένα νέο τρόπο ζωής, ανοιχτό στο διάλογο, σε αντιπαράθεση με όλους εκείνους τους παράγοντες που ωθούν στην εξαρτητική συμπεριφορά και την

³⁵ Μάτσα, Κ. *Ψάξαμε για ανθρώπου και βρήκαμε σκιές: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 201

αναπαράγουν και σε διαρκή μάχη, μέσα απ' τη νέα στάση ζωής του, με τους όρους του κοινωνικού αποκλεισμού του. Αντιστοιχεί σε μια διπλή κίνηση, αμφίδρομη, μια πορεία προς τα έξω, προς την κοινωνία και ταυτόχρονα προς τα μέσα, προς τον εαυτό του, τη δική του ψυχική πραγματικότητα.

Συνεπάγεται μια διπλή προσπάθεια αποδοχής από τη μια της κοινωνικής πραγματικότητας στην καθημερινότητα της και από την άλλη της δικής του εσωτερικής πραγματικότητας, των βαθύτερων ψυχικών αναγκών του, της ύπαρξής του στην καθολικότητα της. Χωρίς αυτήν την τεράστιας σημασίας διπλή προσπάθεια του ανεξαρτημένου δεν θα γίνει ποτέ η μεταστροφή της στάσης του κοινωνικού σώματος απέναντι του και η αποδοχή του. Αποδεχόμενος ο ίδιος τον εαυτό του, μπορεί να κατακτήσει και την κοινωνική του αποδοχή. Η κίνηση προς τους άλλους είναι συνυφασμένη με την κίνηση προς τον βαθύτερο εαυτό το, την αυτογνωσία, την αλλαγή του.

Σ' αυτή τη διαδικασία έχει τεράστια σημασία το θεραπευτικό πλαίσιο της κοινωνικής επανένταξης με τον μεταβατικό του χαρακτήρα. Αυτό αντιπροσωπεύει μια ενδιάμεση δομή, ανάμεσα στο κλειστό τμήμα (της ψυχολογικής ανεξάρτησης) και την κοινωνία. Ο χώρος θεωρείται απ' τον ίδιο τον θεραπευόμενο ως προέκταση του προσωπικού του χώρου και επενδύεται συναισθηματικά ως αφετηρία της καινούριας του ζωής, με θεμέλιο τη ρήξη του με όλες τις συσείες. Αυτή η συναισθηματική επένδυση, που κάνει το χώρο οικείο γι' αυτόν, μπορεί να γίνει μέσα στη διαδικασία των ομαδικών δραστηριοτήτων, που έχουν το χαρακτήρα της κοινωνικής παρέμβασης.

Στο χώρο αυτό συνεχίζεται η θεραπεία (ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία) και οργανώνεται, μέσα σε κλίμα εμπιστοσύνης, ασφάλειας και ισότιμης συνεργασίας, μια ομαδική ζωή. Ο σχεδιασμός και η πραγματοποίηση δραστηριοτήτων, καλλιτεχνικών και αθλητικών, η ενθάρρυνση πρωτοβουλιών, προς την κατεύθυνση της κοινωνικής παρέμβασης, η συμμετοχή σε ομάδες θεάτρου, μουσικής, ραδιοφώνου, βιβλίου, κούκλας, φωτογραφίας, με εκπαιδευτικό και δημιουργικό χαρακτήρα, ο συνεχής και ανοιχτός διάλογος για όλα τα θέματα συνθέτουν ένα περιβάλλον που κινητοποιεί, προσελκύει, ανακουφίζει, στηρίζει και ενθαρρύνει τον θεραπευόμενο να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά τις ψυχοκοινωνικές πιέσεις που δέχεται και να διαμορφώσει σιγά σιγά ο ίδιος το περιεχόμενο της νέας του ζωής κάνοντας τις προσωπικές του επιλογές ως προς τον τύπο ενασχολήσεων, των ενδιαφερόντων των σχέσεων, των σχεδίων του.

Σ' αυτή τη φάση της θεραπείας του, πριν ακόμα τελειώσει, πρέπει να ξεπεράσει τα έντονα συναισθήματα ανασφάλειας που τον κατακλύζουν μπροστά στο άγνωστο της καινούριας ζωής. Μέσα σ' αυτή τη διαδικασία θα μπορέσει να πραγματοποιήσει τον αποχωρισμό του από το πρόγραμμα και τους θεραπευτές του. Θα χρειαστεί κάποιος χρόνος γι' αυτό, ίσως αρκετές εβδομάδες, όπου ο αποχαιρετισμός του προγράμματος και η ικανότητα του να οργανώσει τη ζωή του χωρίς να γίνουν το κύριο θέμα συζητήσεων τόσο των ομάδων ψυχοθεραπείας όσο και των ατομικών ψυχοθεραπευτικών συνεδρίων. Γιατί τη στιγμή του αποχαιρετισμού του προγράμματος και των θεραπευτών του, ενάμιση χρόνο μετά την ένταξη του, είναι πολύ κρίσιμη και πρέπει να προετοιμάζεται γι' αυτήν από την αρχή της θεραπείας του. Τελικός στόχος της θεραπευτικής διαδικασίας αποτελεί η κατάκτηση της αυτονομίας.

Η αυτονομία αποτελεί την πραγμάτωση της κοινωνικής φύσης του ανθρώπου. Δεν έχει καμία σχέση με την υποτιθέμενη «αυτονομία» του τοξικομανούς, που γυρίζει την πλάτη σε όλους, περιορίζοντας στο ελάχιστο βιολογικό τους όριο τις ανάγκες του και συρρικνώνοντας τις σχέσεις του στο επίπεδο αποκλειστικά και μόνο των ουσιών. Εδώ πρόκειται για μια ψευδαίσθηση αυτονομίας που τροφοδοτείται από την άρνηση της κοινωνικής πραγματικότητας, από την αμφισβήτηση του συστήματος των αξιών του, την αντιπαράθεση με το κοινωνικό σύνολο.

2.10 Η πρόληψη της υποτροπής

Η διαδικασία της απεξάρτησης³⁶, ως διαδικασία κοινωνικής επανένταξης, ισοδυναμεί με μια διαρκή και δύσκολη πορεία από το ατομικό στο συλλογικό και αντίστροφα. Σ' αυτή την πορεία ελλοχεύει σε κάθε στιγμή ο κίνδυνος της επιστροφής στον παλιό τρόπο ζωής, της εκτροπής από το δρόμο της απεξάρτησης, η απειλή της υποτροπής. Ο κίνδυνος αυτός, μολονότι είναι πάντα παρών, μπορεί ν' αντιμετωπιστεί και η υποτροπή ν' αποφευχθεί, να ξεπεραστεί, να γίνει κατασταλαγμένη εμπειρία και γνώση, εφιαλτήριο μιας νέας αλλαγής, που αποδεικνύεται αναγκαία. Η υποτροπή δεν είναι αναπόφευκτη κατάληξη κάθε

³⁶ Μάτσα, Κ., *εξαρτήσεις, τετράδια ψυχιατρικής*, Αρ. Τεύχους 46, 2001, σ 88

προσπάθειας απεξάρτησης, ούτε εμφανίζεται ως «κεραυνός εν αιθρία». Είναι συνάρτηση πολλών παραγόντων, ψυχολογικών, κοινωνικών, πολιτιστικών και άλλων.

Με τον όρο υποτροπή εννοούμε, την κατάρρευση ή την αποτυχία της προσπάθειας του ατόμου, να αλλάξει ή να τροποποιήσει τη συμπεριφορά της εξάρτησης. Εννοούμε την παραβίαση του κανόνα της αποχής από τις ουσίες και την επιστροφή του σε τύπους συμπεριφοράς που δεν είναι πια αποδεκτοί ούτε από το άτομο αλλά ούτε από το θεραπευτικό πλαίσιο του οποίου παραβιάζει κανόνες και αρχές.

Η υποτροπή είναι μια πολύπλοκη διαδικασία που πρέπει να εξετάζεται στη δυναμική της. η πρώτη στιγμή της είναι η περιστασιακή χρήση, η εκτροπή (lapse). Σε κάποιες περιπτώσεις αυτό είναι παροδικό φαινόμενο, ένα μικρό διάλειμμα στην κανονική πορεία της απεξάρτησης. Σε άλλες ακολουθείται από ένα σοβαρό και μεγαλύτερης διάρκειας πικωγύρισμα στον παλιό τρόπο ζωής, στην κατάσταση της υποτροπής (relapse). Η διάκριση μεταξύ εκτροπής και υποτροπής έχει τεράστια σημασία για την κλινική πράξη.

Μια υποτροπή³⁷ μπορεί να συμβεί στη διάρκεια της θεραπείας ή και μετά το τέλος του προγράμματος απεξάρτησης. Η πιο κρίσιμη περίοδος θεωρείται ότι είναι το πρώτο δίμηνο μετά την έξοδο από κλειστό πρόγραμμα, στην αρχή της φάσης της κοινωνικής επανένταξης, καθώς και οι πρώτοι τρεις μήνες μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος. Κανείς όμως δεν μπορεί να πει με βεβαιότητα από ποια στιγμή και μετά δεν υπάρχει κίνδυνος υποτροπής. Πολλοί αναφέρονται στη λήξη της πρώτης πενταετίας, μετά την οποία ο κίνδυνος της υποτροπής μειώνεται ή και ελαχιστοποιείται.

Τα ποσοστά των υποτροπών³⁸ που αναφέρονται στη βιβλιογραφία κυμαίνονται από 50% έως 90%, ανάλογα με τον τύπο του προγράμματος. Ορισμένοι συγγραφείς αναφέρουν ότι το 71% των απεξαρτημένων έκαναν κάποια εκτροπή (lapse) τις πρώτες έξι εβδομάδες μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, ενώ το ποσοστό αυτό μειώθηκε στην πορεία, έτσι ώστε τους πρώτους έξι μήνες το 45% να βρίσκεται σε πλήρη αποχή από τις ουσίες.

³⁷ Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκαές: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 208

³⁸ ο.π

Το τέταρτο είναι οι δικαστικές εκκρεμότητες που έχουν συσσωρευτεί από την εποχή που έπαιρναν ναρκωτικά.

Από την εμπειρία της Μονάδας Απεξάρτησης Ψ.Ν.Α⁴¹ διαπιστώνεται ότι ένας παράγοντας που μπορεί να οδηγήσει στην υποτροπή είναι η έλλειψη σταθερότητας, βάθους και διάρκειας αλλαγών που πραγματοποιούνται κατά τη φάση της ψυχολογικής απεξάρτησης. Οι πρώτοι υποψήφιοι υπότροποι είναι αυτοί που πέρασαν απότομα από το ένα άκρο στο άλλο, θέλουν ξαφνικά να είναι τέλειοι σε όλα, βιάζονται να φτάσουν στο τέρμα του δρόμου. Το φαινόμενο αναφέρεται στη βιβλιογραφία ως «ανασυγκρότηση εξ αντιθέσεως» και τονίζεται ότι πρέπει να αντιμετωπίζεται έγκαιρα με τη συντονισμένη παρέμβαση της θεραπευτικής ομάδας, γιατί διαφορετικά οι συνέπειες μπορεί να είναι δραματικές, όταν το άτομο βρεθεί μπροστά στην πρώτη μεγάλη δυσκολία. Τότε η ανάδυση του παλιού εαυτού γίνεται σε μεγάλο χρόνο και η υποτροπή μπορεί να γίνει μοιραία.

Κατά τη διάρκεια θεραπείας στη Μονάδα Απεξάρτησης Ψ.Ν.Α το άτομο αποκτά εμπιστοσύνη στις δυνάμεις του και αναπτύσσει τους δικούς του προσωπικούς, προστατευτικούς παράγοντες: βρίσκει τα κατάλληλα πρόσωπα με τα οποία μπορεί να επικοινωνεί, να στηρίζεται συναισθηματικά, να κάνει παρέα, χωρίς να χρησιμοποιεί ουσίες, να μοιράζεται μαζί τους τις ίδιες αξίες, να λειτουργεί συλλογικά. Μπορεί να επεξεργάζεται τα συναισθήματα του, θετικά και αρνητικά, να αντέχει τη ματαιώση, την απογοήτευση, το θυμό, την οργή, τις δυσκολίες και τις αποτυχίες, αλλά και την χαρά, την αγάπη και τις επιτυχίες. Γίνεται ικανό να βρίσκει εναλλακτικές διεξόδους για την αντιμετώπιση καταστάσεων υψηλού κινδύνου. Αναπτύσσει εκείνες τις δραστηριότητες που τον ικανοποιούν και τον κρατούν μακριά από τη χρήση ουσιών, εκείνα τα ενδιαφέροντα που γεμίζουν ουσιαστικά τη ζωή του. Εντάσσεται σε κοινωνικές επαγγελματικές και άλλες δομές, που τις έχει ταυτίσει με την αποχή του.

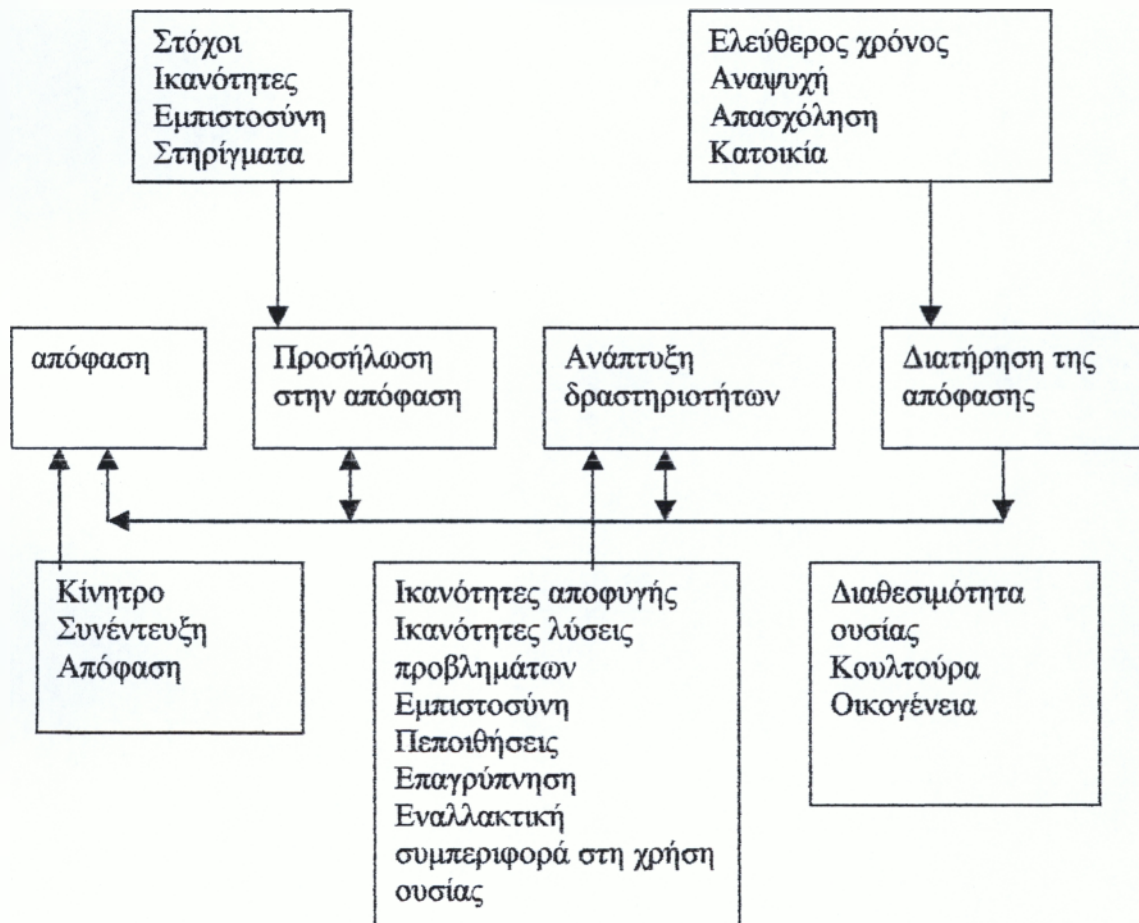
Σ' αυτή τη βάση, το τμήμα κοινωνικής επανένταξης του προγράμματος ΙΣΑΝΩ έχει διττό χαρακτήρα. Λειτουργεί ως θεραπευτικό τμήμα για όσους βρίσκονται ακόμα στο πρόγραμμα και «ως μεταθεραπευτικός χώρος» για όσους το έχουν ολοκληρώσει. Και αυτό, στις περισσότερες περιπτώσεις, έχει παίξει καταλυτικό ρόλο στην πρόληψη της υποτροπής πολλών απεξαρτημένων.

⁴¹ Μάτσα Κ. *„ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιάς: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 212

Η πρόληψη της υποτροπής είναι μια υπόθεση καθημερινής μάχης κάθε εξαρτημένου, μια μάχη που κερδίζεται απ' τον ίδιο και μια πρόκληση στο κοινωνικό σύνολο στο οποίο αγωνίζεται να ενταχθεί. Σ' αυτό απευθύνεται το κρίσιμο ερώτημα: μπορεί να γίνει δυνατή η πρόληψη της υποτροπής μέσα σ' ένα κλίμα κοινωνικού αποκλεισμού, καταστολής και ρατσισμού; Μπορεί να κατακτηθεί η αυτονομία του απεξαρτημένου και η σταθερότητα που απαιτεί ο καινούριος τρόπος ζωής μέσα στη σημερινή οικογένεια, που χαρακτηρίζεται από ρευστότητα, και στη σημερινή κοινωνία, που λειτουργεί τόσο χαοτικά;

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

Απεξάρτηση, πρόληψη υποτροπής



Από: Steven Allsop "Relapse prevention and management", Western Australia Alcohol and Drug Authority, Perth Western Australia, Australia

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ. Η ΔΙΑΛΕΚΤΙΚΗ ΤΟΥΣ ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗΣ

3.1 Ο καταλυτικός ρόλος της τέχνης στη θεραπευτική διαδικασία της απεξάρτησης

Η θεραπευτική διαδικασία⁴² της απεξάρτησης ανάγεται βασικά σε μια διαδικασία αποκρυπτογράφησης των αιτιών και των όρων εγκατάστασης στον συγκεκριμένο τοξικομανή. Η αποκρυπτογράφηση γίνεται δυνατή μέσα από τη συνάρθρωση ψυχοθεραπευτικών τεχνικών, διαφόρων τύπων, που λειτουργούν συμπληρωματικά μεταξύ τους. Σ' αυτές περιλαμβάνεται η κλασική ψυχοθεραπεία, ατομική και ομαδική, που χρησιμοποιεί ως κύριο εργαλείο της το λόγο, καθώς και τις λεγόμενες διαμεσοποιημένες θεραπείες, εκείνες δηλαδή τις μορφές ψυχοθεραπείας που χρησιμοποιούν ως εργαλείο το θέατρο, το χορό, την ποίηση, τις τέχνες.

Χρησιμοποιούμε τον «όρο» τέχνη- θεραπεία και όχι θεραπεία μέσω της τέχνης, για να υποδηλώσουμε τη διαλεκτική σύνθεση τέχνης και θεραπείας, που γίνεται μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο της απεξάρτησης. μέσα από την αλληλοδιείσδυση και την αλληλομετατροπή της μιας από την άλλη υπερβαίνεται ο αρχικός τους χαρακτήρας. Μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο της απεξάρτησης η τέχνη γίνεται θεραπεία και η θεραπεία τέχνη.

Η εισαγωγή της τέχνης στο θεραπευτικό πλαίσιο της απεξάρτησης υπαγορεύεται, πέρα από όλα τα άλλα, και από την επιτακτική ανάγκη της εισαγωγής του τοξικομανούς, που ήταν εθισμένος στον πλέον αντιπνευματικό τρόπο ύπαρξης, σε μια πνευματική ζωή. Ως στοιχείο της θεραπευτικής διαδικασίας η τέχνη σε όλες τις μορφές της (θέατρο, χορός, ζωγραφική, ποίηση, φωτογραφία), τον κάνει ικανό να κινηθεί στο χώρο της γνώσης, να νιώσει την ανάγκη της, να αναζητήσει τη χαρά της, μέσα από τη διεύρυνση των πνευματικών οριζόντων του.

Ο ρόλος και η σημασία της τέχνης στη διαδικασία της απεξάρτησης άρχισε να εκτιμάται διεθνώς σχετικά πρόσφατα. Γι' αυτό και η σχετική βιβλιογραφία είναι πολύ περιορισμένη. Η τέχνη είχε χρησιμοποιηθεί μέχρι σήμερα στο πλαίσιο της θεραπευτικής αντιμετώπισης ατόμων με ψυχωτικές διαταραχές ή νοητική

⁴² Κάρκου, Β., *Οι θεραπείες μέσω τεχνών στην απεξάρτηση*, τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 68, 1999, σ 72-82

καθυστέρηση. Τις δυο τελευταίες δεκαετίες χρησιμοποιείται επίσης και για την αντιμετώπιση των διαταραχών που παρουσιάζουν οι έφηβοι.

Στη Μονάδα Απεξάρτησης 18 ΑΝΩ η τέχνη παίζει καταλυτικό ρόλο στην παρέμβαση, με συλλογικό πάντα χαρακτήρα, μέσα στον κοινωνικό χώρο, στο πλαίσιο της υλοποίησης μιας πολιτικής πρόληψης. Αποτελεί επίσης έναν αποφασιστικό κρίκο της αλυσίδας των θεραπευτικών δραστηριοτήτων που αναπτύσσονται σ' όλες τις φάσεις του θεραπευτικού προγράμματος απεξάρτησης. Ως τέχνη-θεραπεία αποτελεί μια μορφή ομαδικής ψυχοθεραπείας που λειτουργεί συμπληρωματικά προς τις άλλες μορφές ψυχοθεραπείας, μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο.

Στην αρχή του προγράμματος⁴³ στη φάση της ευαισθητοποίησης, λειτουργούν οι ομάδες έκφρασης και δημιουργίας. Σε ειδικά διαμορφωμένο θεραπευτικό χώρο, οι ομάδες των θεραπευομένων, που έχουν κάνει τη ρήξη τους με τις ουσίες και βρίσκονται σε αποχή, ζωγραφίζουν ελεύθερα με τη βοήθεια και την καθοδήγηση των ειδικών θεραπειών της ομάδας τέχνης. Στην αρχή αυτής της διαδικασίας, η κίνηση, χορευτική και άλλη, που καλούνται να κάνουν τα μέλη της ομάδας, υπό την καθοδήγηση των θεραπειών συνοδεία μουσικής (αφρικανικής συνήθως αλλά και δημοτικής, τζαζ και ροκ) δημιουργεί τους όρους να χαλαρώσουν και να λειτουργήσουν. Άλλωστε γι' αυτό το σκοπό χρησιμοποιείται και το παιχνίδι. Ο άνθρωπος γίνεται ικανός, μέσα από το παιχνίδι να είναι δημιουργικός και να χρησιμοποιεί ολόκληρη την προσωπικότητα του ανακαλύπτοντας διαρκώς τον εαυτό του. Αύτη την τεχνική χρησιμοποιεί η γλύπτρια, ειδική θεραπεύτρια του 18 ΑΝΩ, βάζοντας τους θεραπευόμενους, ιδιαίτερα στις πρώτες φάσεις της θεραπευτικής διαδικασίας, να παίζουν διάφορα παιχνίδια για να χαλαρώσουν και να έρθουν πιο κοντά, να εκφραστούν, να επικοινωνήσουν. Άλλωστε όπως λέγεται, «το παιχνίδι είναι το καλύτερο φάρμακο κατά της ανίας»

Στις επόμενες φάσεις της θεραπείας, στις φάσεις της ψυχολογικής απεξάρτησης και κοινωνικής επανένταξης, η τέχνη-θεραπεία διαμορφώνει το πλαίσιο μιας διαρκούς παραγωγής δημιουργικού έργου- ελευθέρου σχέδιο, σκίτσο, πίνακας, ποίηση, παραμύθι, φωτογραφία, γλυπτό, πυλός κ.α

Λειτουργούν σταθερά μία με δύο φορές την εβδομάδα ομάδες τέχνης, έκφρασης, δραματοθεραπείας, αγγειοπλαστικής, φωτογραφίας, κούκλας και μαριονέτας. Αυτές οι ομάδες, πέραν των τακτικών τους συναντήσεων, συμμετέχουν

⁴³ Μάτσα Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιές: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, Εκδόσεις Άγρα, Αθήνα 2001, σ 229

και σε ποιητικές βραδιές, μουσικές εκδηλώσεις, θεατρικές παραστάσεις, κουκλοθέατρο κ.α που οργανώνονται από την ομάδα τέχνης και πραγματοποιούνται είτε μέσα στο χώρο του πλαισίου, όπου το κοινό αποτελείται μόνο από τους θεραπευόμενους αυτής της φάσης (της κλειστής φάσης, της ψυχολογικής ανεξάρτησης) είτε σε άλλο χώρο, εξωτερικά, με κοινό που προσκαλείται ειδικά γι' αυτό το σκοπό (κατά την τελευταία, την ανοιχτή φάση της κοινωνικής επανένταξης). Αυτές οι εκδηλώσεις⁴⁴ που αποτελούν συγκλονιστικές συναντήσεις της τέχνης με τη ζωή, λειτουργούν ως σημαντικά πολιτιστικά γεγονότα που παράγουν αισθητικό αποτέλεσμα, όπως αναλύουν σε άρθρο τους οι ειδικοί θεραπευτές- καλλιτέχνες του 18ΑΝΩ. Τέτοιες εκδηλώσεις, ποιητικές, μουσικές βραδιές ή θεατρικές παραστάσεις που οργανώθηκαν τα προηγούμενα χρόνια, πριν το σεισμό του '99 από το 18 ΑΝΩ για τους νοσηλευόμενους στο Δαφνί ψυχικά πάσχοντες, λειτούργησαν ως σημαντικά πολιτιστικά γεγονότα γι' αυτούς. Αποτελούν πια ένα κεφάλαιο της ιστορίας του Ψ. Ν. Α. Οι εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν μέσα στο Ψ. Ν. Α στο γήπεδο παλαιότερα, στο θεατράκι πιο πρόσφατα, έδωσαν την ευκαιρία να βρεθούν μαζί δυο κοινωνικά αποκλεισμένες μονάδες, οι τοξικομανείς και οι ψυχασθενείς, και να λειτουργήσουν μέσα σ' ένα έντονο φορτισμένο συναισθηματικά ενθουσιασμού ανάτασης και αμοιβαίας συμμετοχής στα δρώμενα.

Απ' αυτή την άποψη το 18 ΑΝΩ θα μπορούσε να θεωρηθεί ως ένας μεταβατικός, ένας χώρος κουλτούρας και δημιουργικότητας. Τον χώρο αυτό τον ανακαλύπτουν αλλά και τον δημιουργούν διαρκώς οι θεραπευόμενοι. Τον ανακαλύπτουν ως δυνατότητα, ως ανατροπή, ως ρήξη, ως άνοιγμα στο νέο και στο απρόβλεπτο, και τον δημιουργούν ως μετάβαση στον καινούριο τρόπο ζωής του καινούριου τους εαυτού τους.

3.2 Στόχοι που επιδιώκονται μέσα από την τέχνη- θεραπεία

Οι στόχοι που επιδιώκονται μέσα από την θεραπευτική διαδικασία του 18 ΑΝΩ:

- ✓ Το άτομο αποκτά για πρώτη φορά στη ζωή του, πρόσβαση στο πεδίο του συμβολικού- δηλαδή του κοινωνικού. Μέσα από την ένταξη του

⁴⁴ Ζαγανιάρης, Π., Μακρογιάννη Ε, *Ο ρόλος της ψυχοθεραπείας μέσω δράματος στη Μονάδα Ανεξάρτησης 18 ΑΝΩ*, Τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 69, 2001 σ. 82-85

στο πλαίσιο κάνει την πρώτη πράξη εγγραφής του στον πολιτισμό και στην κουλτούρα.

- ✓ Διευρύνει τους πνευματικούς του ορίζοντες, την ίδια την αντίληψη για τον κόσμο. Δίνει απαντήσεις σε πολλά αναπάντητα ερωτήματα που τον αφορούν. Ίσως του δίνει απαντήσεις σε ερωτήματα που τον οδήγησαν στην στροφή στους ουσιές σε κάποια στιγμή στην εφηβική ή στην προεφηβική ιστορία.
- ✓ Έρχεται σε επαφή με την ιστορία αποκτώντας μέσα από την τέχνη μια σχέση αμεσότητας μ' αυτήν την προσπάθεια αλλάζει σιγά σιγά τον τρόπο με τον οποίο προσεγγίζει και την δική του προσωπική ιστορία. Γίνεται ικανός να δει στην κίνηση της και να συλλάβει τις αντιφάσεις της, μέσα σ' αυτή τη διαδικασία αρχίζει να θέτει στόχους στη ζωή του.
- ✓ Κατακτά αξίες και νόημα ζωής μέσα από την αισθητική διαπαιδαγώγηση του.
- ✓ Δίνει έκφραση στον τόσο πλούσιο αλλά και τόσο ερμητικά κλειστό συναισθηματικό του κόσμο, διεγείρει τη φαντασία του, κινητοποιεί εκφραστικές ικανότητες.
- ✓ Συνάπτει μέσα από την ομαδική έκφραση και δημιουργία δεσμούς συλλογικότητας με τα άλλα μέλη της ομάδας και δημιουργεί κοινωνικές σχέσεις.
- ✓ Διαμορφώνει όρους αλλαγής, μέσα από την καλλιτεχνική έκφραση, της εικόνας εαυτού και σώματος, επιβεβαιώνεται, ενισχύει την αυτοεκτίμηση του, δίνει συνοχή και σταθερότητα στην ταυτότητα του.
- ✓ Βιώνει με καινούριο τρόπο το χώρο και το χρόνο, κατακτώντας το αίσθημα της συνέχειας, της χρονικής διάρκειας.

Μέσα απ' όλες αυτές τις αλλαγές γίνεται ικανός να προλαβαίνει μια πιθανή υποτροπή του, να αποτρέπει δηλαδή τους κινδύνους της επιστροφής του στον κόσμο των ουσιών σε κάποια κρίσιμη γι' αυτόν στιγμή της ζωής του.

3.3 Ο ρόλος της δραματοθεραπείας.

Η δραματοθεραπεία⁴⁵ είναι η θελημένη και μ' επιστημονικό τρόπο χρήση των θεραπευτικών στοιχείων του δράματος και του θεάτρου στα πλαίσια ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας.

Υπάγεται στην κατηγορία των ψυχοθεραπειών μέσα από την τέχνη κι έχει συνθετικό χαρακτήρα μια και πέρα απ' τη χρήση θεατρικών πρακτικών αντλεί γνώση και εμπειρία από διάφορες ψυχοθεραπευτικές κατευθύνσεις όπως π.χ ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία, αναλυτική ψυχοθεραπεία, συστηματική ψυχοθεραπεία κ.α.

Αποτελεί μια μέθοδο εργασίας και παιχνιδιού η οποία χρησιμοποιεί μεθόδους δράσης τέτοιες που να διευκολύνουν τη δημιουργικότητα, τη φαντασία, τη μάθηση, την αυτεπίγνωση και την ανάπτυξη. Η Δραματοθεραπεία βοηθάει στην εξερεύνηση, αναγνώριση κι επεξεργασία συναισθημάτων και σχέσεων τόσο αναφορικά με τα διάφορα τμήματα του εσωτερικού κόσμου κάποιου, όσο και με τους άλλους ανθρώπους. Προσφέρει δυνατότητες γι' αλλαγή μέσα από αυξημένη επίγνωση και αυτογνωσία δίδοντας ευκαιρίες για πειραματισμό με ποικίλους τρόπους σκέψης, συναισθήματος και συμπεριφοράς.

Η Δραματοθεραπεία μέσα από τη δημιουργική έκφραση, προάγει την ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης, της επικοινωνίας και της σχέσης με τους άλλους. Μέσα από το παίξιμο ρόλων, τη ζωγραφική, τον λόγο και το παιχνίδι, δίδεται η ευκαιρία στα μέλη μιας Δραματοθεραπευτικής ομάδας ν' αναγνωρίσουν απ' τη μια τις δομές που τους έχουν καθηλώσει σε μη βοηθητικά σχήματα συμπεριφοράς, κι απ' την άλλη, να έρθουν σε επαφή με λανθάνουσες δυνατότητες μέσα τους ικανές να δώσουν λύσεις και να πλατύνουν τους ορίζοντες τους.

Η Δραματοθεραπεία επιτρέπει προσωπικές εμπειρίες να ξαναβιωθούν και να αντιμετωπιστούν μ' ένα συμβολικό και μεταφορικό τρόπο. Οι ιστορίες, τα θεατρικά κείμενα και τα παραμύθια παρέχουν έτσι μια δομή και την απαραίτητη απόσταση για εξερεύνηση και ωρίμανση. Μέσα από το παίξιμο διαφόρων ρόλων, την παρατήρηση και τον πειραματισμό με εναλλακτικές συμπεριφορές και στρατηγικές, με τον συντονισμό και την βοήθεια του

⁴⁵ <http://clubs.Pathfinder.gr/Apeksartisi> 18 ANW --/288714, Παρασκευή 18 Ιουνίου 2004,

ειδικού Δραματοθεραπευτή, μέσα σ' ένα ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο μαθαίνει κανείς να αντιμετωπίζει διάφορες και συχνά δύσκολες κοινωνικές καταστάσεις. Ένα τέτοιο παράδειγμα αποτελεί η δουλειά με ρόλους που βοηθάει κάποιον να γίνει πιο διεκδικητικός, ικανότερος να υπερασπίζεται τις αξίες του κι αυτά που δικαιωματικά του ανήκουν, κι ακόμα πιο ευέλικτος στις διαπραγματεύσεις του μα τους άλλους.

Έτσι καταστάσεις που θεωρούνται δύσκολες στο να τις αντιμετωπίσει κανείς διεκδικητικά, μπορούν να φτιαχτούν σαν ένα είδος μικρής παράστασης ή πρόβας με τη συμμετοχή όλων των μελών της ομάδας και να βρεθούν ποικίλες λύσεις με τις οποίες κανείς μπορεί να πειραματιστεί.

Έτσι οι καταστάσεις που θεωρούνται δύσκολες στο να τις αντιμετωπίσει κανείς διεκδικητικά, μπορούν να φτιαχτούν σαν ένα είδος μικρής παράστασης ή πρόβας με τη συμμετοχή όλων των μελών της ομάδας και να βρεθούν ποικίλες λύσεις με τις οποίες κανείς μπορεί να πειραματιστεί.

Η ομάδα κι ο θεραπευτής παρέχουν ένα ασφαλές κι υποστηρικτικό πλαίσιο κανείς διεκδικητικά, μπορούν να φτιαχτούν σαν ένα είδος μικρής παράστασης ή πρόβας με τη συμμετοχή όλων των μελών της ομάδας και να βρεθούν ποικίλες λύσεις με τις οποίες κανείς μπορεί να πειραματιστεί. Η ομάδα και ο θεραπευτής παρέχουν ένα ασφαλές κι υποστηρικτικό πλαίσιο για να παρθούν ρίσκα και να εκτιμηθούν.

Κεντρικός άξονας είναι η πεποίθηση ότι η δημιουργική διαδικασία μέσα στο Δραματοθεραπευτικό πλαίσιο παρέχει έναν ασφαλή χώρο μέσα στον οποίο οι συμμετέχοντες επανεξετάζουν τις αξίες, τις στάσεις και τα συναισθήματα τους- την απαλλαγή από τις καταπιεσμένες συναισθηματικά φορτισμένες εντυπώσεις και από τα λανθασμένα παιδικά συμπεράσματα, και έτσι μπορούν να δοκιμάσουν νέους, εναλλακτικούς τρόπους δράσης και ύπαρξης μέσα στον κόσμο.

3.4 Η εγγραφή στην κουλτούρα

Η τέχνη για το 18 ANΩ⁴⁶ αποτελεί μια γλώσσα διαμέσου της οποίας ο τοξικομανής εγγράφεται στον πολιτισμό και την κουλτούρα. Η έννοια του πολιτισμού

⁴⁶ [http://clubs.Pathfinder.Gr//Apeksartisi 18 ANW](http://clubs.Pathfinder.Gr//Apeksartisi%2018%20ANW) , Παρασκευή 18 Ιουνίου 2004

αναφέρεται πάντα σε πολιτικά, οικονομικά, θρησκευτικά, τεχνικά, ηθικά και κοινωνικά δεδομένα, τονίζοντας ότι κοινό υπάρχει ανάμεσα στους ανθρώπους.

Η κουλτούρα αντιστοιχεί στον τρόπο με τον οποίο μια συγκεκριμένη κοινωνία προσεγγίζει τον κόσμο και παρεμβαίνει σε αυτόν αλλάζοντας τον. Μέσα σ' αυτή τη διαδικασία αναπτύσσει τα αναγκαία μέσα (επιστημονικά, τεχνικά κ. α) και παράλληλα διαμορφώνει τη συλλογική της συνείδηση, τις κοινωνικές σημασίες, τους κώδικες λεκτικής και άλλης επικοινωνίας, το κλίμα μέσα στο οποίο οργανώνεται η ζωή των ανθρώπων. Έχει σαν θεμέλιο το σύστημα των αξιών της συγκεκριμένης κοινωνίας και εκφράζεται με την ιδιαιτερότητα του συγκεκριμένου λαού

Η ουσία της κουλτούρας δεν εξαντλεί την έννοια της «καλλιέργειας», στην οποία ετυμολογικά παραπέμπει⁴⁷. Η εγγραφή του ατόμου στην κουλτούρα στην οποία ανήκει, είναι μια διαδικασία κοινωνική που έχει πάντα και μια ατομική συνιστώσα. Κάθε άτομο οφείλει να εγγραφεί στην κουλτούρα του, να βρει έναν τρόπο να αποκτήσει πρόσβαση μέσα από μια προσωπική πορεία. Αυτή η προσωπική εγγραφή συνιστά την ψυχική διαδικασία της κουλτούρας.

Υπό ορισμένους όρους και για διάφορους λόγους, κοινωνικούς, ατομικούς ξεχωριστούς φυσικά για τον καθένα, αυτή η διαδικασία ανακόπτεται, με αποτέλεσμα να γίνεται αδύνατη η πρόσβαση του ατόμου στην κουλτούρα. Βιώνοντας την κουλτούρα σαν απειλή για την ατομικότητα του ο έφηβος που σε κάποια κρίσιμη γι' αυτόν στιγμή στράφηκε στις ουσίες και εξαρτήθηκε απ' αυτές, αποξενώθηκε απ' αυτήν. Ο τρόπος ζωής του μετά, όταν πια εγκαταστάθηκε η τοξικομανία, ολοκλήρωσε αυτή τη διαδικασία, αποκόπτοντας τον οριστικά από όλα όσα τον σηματοδοτούν μια σχέση με τον πολιτισμό. Η επαφή του με το θεραπευτικό πλαίσιο τον φέρνει αντιμέτωπο μ' αυτό το έλλειμμα, διαμορφώνοντας και τους όρους για να τον αντιμετωπίσει. Απώτερος στόχος του πρέπει να είναι το γκρέμισμα των τειχών ανάμεσα στην κουλτούρα και την καθημερινή ζωή.

Μέσα στη θεραπευτική διαδικασία με τη διαμεσολάβηση της τέχνης έρχεται σε επαφή με τον ανθρώπινο πολιτισμό. Η επαφή αυτή μ' ένα σώμα γνώσης που του ήταν ξεκάθαρο μέχρι τώρα, με το σώμα της γνώσης ολόκληρης της ανθρωπότητας, του προκαλεί σοκ. Αυτό το σοκ, σαν βίωμα του ίδιου του ελλείμματος που υπάρχει μέσα του, όπως αποκαλύπτεται μέσα από τη θεραπευτική διαδικασία, μπορεί να γίνει η βάση μιας διαδικασίας γνώσης, θεωρητικής και πρακτικής, του εαυτού και του

⁴⁷ Μάτσα, Κ., *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σπας: Το αίνιγμα της τοξικομανίας*, εκδ. Άγρα Αθήνα 2001, σ 246

κόσμου. Το σοκ έρχεται να ανατρέψει την καθημερινότητα του και να τον θέσει μπροστά σε μεγάλα ερωτήματα ζωής, υποχρεώνοντας τον να αναζητήσει τις απαντήσεις του σε πολλά επίπεδα.

3.5 Η συμβολή της τέχνης στις ψυχιατρικές θεραπείες.

Από το χώρο της τέχνης ξεκίνησε το ενδιαφέρον για το **Art Therapy**⁴⁸. Είναι η διαδικασία της δημιουργίας, η πορεία προς τη δημιουργία ενός έργου, η πορεία δηλ. που ξεκινάει από το άτομο- καλλιτέχνη και ολοκληρώνεται με την κατασκευή του έργου, την υλοποίηση του.

Η διαδικασία της τέχνης είναι διαδικασία μεταμόρφωσης. Για παράδειγμα η μάζα του πηλού γίνεται γλυπτό, στο λευκό χαρτί σχηματίζεται μια εικόνα.

Οι θεραπευόμενοι στο 18 ΑΝΩ που παρακολουθούν το θεραπευτικό πρόγραμμα και έχουν καταφέρει να είναι σε αποχή από τις ουσίες για κάποιο διάστημα προχωρούν στη διαμόρφωση της ομάδας. Μ' αυτό το σχηματισμό συμμετέχουν και στην ομάδα έκφρασης μέσω της τέχνης. Στόχος της τελευταίας, και στις τρεις φάσεις του προγράμματος απεξάρτησης, είναι να βιώσουν οι θεραπευόμενοι μια δημιουργική εμπειρία ατομική και συλλογική. Πολλές φορές η συγκεκριμένη ομάδα κατά τη διάρκεια της δημιουργικής διαδικασίας, λειτουργεί πιο ελεύθερα από τις άλλες ομάδες θεραπείας. Όμως ισχύουν οι ίδιοι νόμοι, τα όρια και ο σεβασμός που επιβάλλονται από το χώρο και το στόχο. Ως μέσα χρησιμοποιούνται η ζωγραφική, ο πηλός, η μουσική και τα κείμενα. Η ομάδα μέσω τέχνης δίνει έμφαση στην επανάληψη η οποία βοηθάει τα μέλη της να βιώσουν τη διαδικασία και να την εγγράψουν στη συνείδηση τους.

Η προσεκτική και διακριτική παρατήρηση της εικαστικής παρέμβασης των θεραπευόμενων στο σχέδιο και η συμπεριφορά που τη συνοδεύει οδηγεί το θεραπευτή σε εποικοδομητικές υποθέσεις- συμπεράσματα. Έτσι παρατηρείται κυρίως η στάση των θεραπευόμενων απέναντι στις οδηγίες και τον τρόπο με τον οποί τοποθετούνται τα χρώματα στο χαρτί (δηλαδή την ένταση, το χώρο που καταλαμβάνουν, την ενότητα τους η επιτέλεση αν αυτά τοποθετούνται αυθόρμητα ή ελεγχόμενα). Επίσης παρατηρείται από το προσωπικό τι είδους υλικά χρησιμοποιούν και πως τα επεξεργάζονται. Όσον αφορά το σχέδιο οι θεραπευτές του 18 ΑΝΩ παρατηρούν αν προεκτείνουν τα στοιχεία κάποιου προϋπάρχοντος σχεδίου.

⁴⁸<http://www.anatolikos.com/narkotika/paraleges.3110.htm>, Παρασκευή 2 Ιουλίου 2004

Παρακολουθείται ακόμη η ενότητα του σχεδίου που κατασκευάζουν οι ίδιοι, την οργάνωση του χώρου και τι είδους πλαστικές λύσεις βρίσκει ο καθένας. Απ' όλα αυτά κατανοούμε πως αντιλαμβάνονται το χώρο και το χρόνο.

Η διαδικασία αυτή κράτα περίπου είκοσι λεπτά. Η παρέμβαση των θεραπευτών συνοδεύει και δεν καθοδηγεί. Οι θεραπευτές του 18 ΑΝΩ παρακολουθούν αν η δυσκολία στην εικαστική έκφραση προέρχεται από άγνοια τεχνικών μέσων ή από ψυχολογικά αίτια. Εφόσον οι θεραπευτές αντιληφθούν πως πρόκειται απλά για άγνοια του δείχνουν τον τρόπο, έχοντας προσπαθήσει να καταλάβουν τι ακριβώς θέλει να πει. Έχει σημασία να νιώσει πως το αποτέλεσμα της δουλειάς του είναι όσο γίνεται πιο κοντά σ' αυτό που ήθελε να εκφράσει. Έτσι αποφεύγεται να νιώσει το αίσθημα της αποτυχίας. Στο τέλος της διαδικασίας εξετάζεται αν πραγματικά δημιουργήθηκε μια νέα εικόνα.

Τέλος μαζεύονται οι εικόνες και παρουσιάζονται με σειρά στην ομάδα. Μιλάει πρώτα η ομάδα γι' αυτό που βλέπει, δηλαδή για την ατμόσφαιρα και τα τυχόν συναισθήματα που γεννάει το κάθε έργο. Η ομάδα μπορεί να βρει για κάθε σχέδιο ένα τίτλο, μια ιστορία. Οι θεραπευτές παρακολουθούν προσεκτικά τι λένε οι θεραπευόμενοι για το κάθε σχέδιο γιατί πολλές φορές μιλάνε για τον εαυτό τους μέσα από τα έργα των άλλων.

Εκείνος στον οποίο ανήκει το έργο μιλάει τελευταίος και εξηγεί τον τρόπο που σκέφτηκε, τι είχε σκοπό να κάνει και αν τον εκφράζει αυτό που λέει η ομάδα. Έτσι αποφεύγεται το να μιλήσει για το έργο του με τρόπο κοινότυπο και καλά προετοιμασμένο.

Μέσα απ' αυτή τη διαδικασία κατανοείται καλύτερα η δυναμική της ομάδας. Το υλικό που βγαίνει είναι πολύ χρήσιμο για τη θεραπευτική ομάδα. Γίνεται η επεξεργασία του και οι ερμηνείες που προκύπτουν είναι πάντα σε σχέση με τη συνολική πορεία του θεραπευόμενου μέσα στο πρόγραμμα.

Η άσκηση δίνεται δύο φορές. Ανάλογα με την απόσταση στην οποία βρίσκεται κανείς από την ουσία παρατηρούνται τα εξής: όταν είναι μικρός ο χρόνος της αποχής τα σχέδια δεν είναι επεξεργασμένα. Είναι απλοϊκά φτωχά, σαν παιδικά σχέδια, και περιμένουν συχνά στερεότυπες λέξεις, σχέδια που συναντάμε σε τατουάζ κτλ. Επίσης αυτά που λέγονται για τα σχέδια έχουν μικρή σχέση με την εικόνα. Υπάρχουν έντονες αντιστάσεις και στο να ακολουθήσουν τις οδηγίες και στο να εκφραστούν. Όταν έχουν απομακρυνθεί πια αρκετά από την ουσία και προχωρά η θεραπεία τα σχέδια είναι περισσότερο επεξεργασμένα, φαντασία είναι πιο πλούσια

και οι παρατηρήσεις για το έργο τους πιο εύστοχες. Παρατηρείται επίσης ότι πειραματίζονται αρκετά και με τα υλικά.

Βλέπουμε λοιπόν πως η πορεία των θεραπευόμενων στην εικαστική έκφραση συμβαδίζει με την πορεία τους στη θεραπεία, ότι αναπτύσσουν και εδώ ένα λόγο με νόημα και εξέλιξη.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Δυνατότητες και δυσκολίες της Κοινωνικής Επανάσταξης των Απεξαρτημένων

Η πολύπλοκη και πολυπαραγοντική φύση του φαινομένου της τοξικοεξάρτησης επιβάλλει τη σοβαρή αντιμετώπιση του σε όλα τα επίπεδα, αποφεύγοντας την υπεραπλουστατευτική λογική της διαχείρισης του προβλήματος, που οδηγεί αναπόφευκτα σε διοικητικού τύπου προτάσεις είτε προς της κατεύθυνση της νομιμοποίησης είτε προς την κατεύθυνση της μεγαλύτερης καταστολής. Προτάσεις που εκτοξεύονται απερίσκεπτα από τους πολιτικούς που δημαγωγούς ασύστολα και ηθικολογούν υποκριτικά και από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης που αποβλέπουν μονάχα στον ενθουσιασμό και τη συναισθηματική φόρτιση της κοινής γνώμης. Προτάσεις που τείνουν να παραμερίσουν την κοινωνική και την ψυχολογική διάσταση του προβλήματος, που δεν είναι διαχειρίσιμες. Προτάσεις που, όσο κι αν φαίνονται ριζοσπαστικές είναι στην πραγματικότητα βαθιά αντιδραστικές, αφού θέτουν σε παρένθεση τον ίδιο τον εξαρτημένο, τον πόνο του και τις ανάγκες του, τις δυνατότητες απεξάρτησης του, το αγωνιώδες αίτημα της κοινωνικής του επανάσταξης.

4.1 Κοινωνικός Αποκλεισμός

Ο εξαρτημένος από ουσίες νέος είναι αποκλεισμένος κοινωνικά. Ο μύθος της ουσίας, ο φόβος, η προκατάληψη, ο κοινωνικός στιγματισμός, η περιθωριοποίηση συνυφαίνονται και τροφοδοτούν την άρνηση του κοινωνικού σώματος να αποδεχτεί τους κόλπους του και να ενσωματώσει όσους κατάφεραν να βγουν απ' το λαβύρινθο, τον κουβαλούν όμως μέσα τους, σαν ένα στοιχείο που τους συνοδεύει και τους χαρακτηρίζει σαν κοινωνική ομάδα.

Η κοινωνική επανάσταξη⁴⁹ είναι μια διαδικασία δύσκολή, μακρόχρονη, πολύπλοκη, όχι ευθύγραμμη, που ακολουθεί πολύ προσωπικούς ρυθμούς εξάρτησης για κάθε απεξαρτημένο.

Η ένταξη του εξαρτημένου στο θεραπευτικό πρόγραμμα σηματοδοτεί και σηματοδοτείται από την αποκοπή από την ουσία. Αρχικά κόβει για να ξεφύγει, όχι για να επανενταχθεί κοινωνικά.. Σημείο αναφοράς εξακολουθεί ακόμα να είναι η ουσία, στόχος το σπάσιμο του ακατάλυτου δεσμού μαζί της. Μόνος του δεν μπορεί

⁴⁹ Μάτσα, Κ., *Εξαρτήσεις, Τετράδια Ψυχιατρικής*, Αρ. Τεύχους 46, 2002, σ 83

να τα καταφέρει το ξέρει καλά, έχοντας δοκιμάσει και αποτύχει τόσες φορές. Απευθύνεται λοιπόν, στο ειδικό πρόγραμμα, προσδοκώντας να βρει κάποιον που θα τα καταφέρει, να τον τραβήξει, έναν θεραπευτή που θα εγκαταστήσει μια σχέση μαζί του ικανή να βαρύνει μέσα του στην κρίσιμη στιγμή περισσότερο από την ουσία που θα τον κάνει να ελπίζει και να πει το όχι του στον πειραματισμό της.

Την σχέση του με την κοινωνία, τη θέση του μέσα σ' αυτήν θ' αρχίσει να την επανεξετάζει αργότερα όταν θα έχει προχωρήσει πια η ψυχική του ανεξάρτηση. Προς το παρόν ζει τη μιζέρια του. Και είναι αφόρητη. Θέλει να ξεφύγει, να ξεκόψει. Δεν αντέχει αυτόν τον τρόπο ζωής, δεν αντέχει τον εαυτό του, φοβάται. Επιστρατεύοντας τις τελευταίες του δυνάμεις μπαίνει στο θεραπευτικό πρόγραμμα. Μέσα από το πρόγραμμα θα μπορέσει να ξαναγυρίσει στην κοινωνία και να αποκατασταθεί ως ισότιμος και υπεύθυνος πολίτης. Όντας εξαρτημένος από ουσίες η στάση ζωής του σηματοδοτεί τη ρήξη του με το κοινωνικό σώμα. Η στάση αυτή επιλέχτηκε απ' αυτόν καθώς διάφοροι λόγοι ψυχολογικοί, οικογενειακοί κοινωνικοί και άλλοι τον ωθούσαν από τα τρυφερά πρώτα χρόνια της εφηβείας στο περιθώριο. Την περιθωριοποίηση του, την ένταξή του στην κλειστή ομάδα, την είδε ως τη μόνη δυνατότητα που είχε να εξασφαλίσει μια κοινωνική ταυτότητα, έστω και παρεκκλίνουσα. Η χρήση των ουσιών, σαν τρόπος ζωής, αναπαράγει διαρκώς τον κοινωνικό του αποκλεισμό. Και αυτός τον κάνει να βιώνει με αφόρητη οδύνη την φοβερή αποξένωση από τον εαυτό του και τους άλλους και να αντιδρά συνήθως με τρόπο βίαιο και εκρηκτικό, σα να επιδιώκει ακόμα μεγαλύτερη απόρριψη, ακόμα μεγαλύτερο αποκλεισμό.

Στην πραγματικότητα βέβαια δεν ήταν ποτέ εντελώς αποκομμένος απ' την κοινωνία. Διατηρούσε πάντα μια ιδιότυπη σχέση μαζί της, χρησιμοποιούσε όλους τους κώδικες και τα μέσα κοινωνικής συναλλαγής, έρχονταν σ' επαφή με τον κόσμο, με το δικό του, όμως τρόπο.

Και αυτή ακριβώς η σχέση που αλλάζει καθώς επανεντάσσεται κοινωνικά. Είναι αυτή η σχέση με το κοινωνικό σύνολο που αρχίζει τώρα στο στάδιο της κοινωνικής επανένταξης, να αποκτά αξία, να σφυρηλατείται μέσα από τις δυσκολίες και να γίνεται ουσιαστική και ανθρώπινη.

4.2 Αποκατάσταση

Η ψυχοκοινωνική αποκατάσταση⁵⁰ του απεξαρτημένου διαφοροποιείται απ' αυτήν του ψυχικά πάσχοντος, παρά τα κοινά που υπάρχουν.

Η κύρια διαφοροποίηση αφορά το στοιχείο της αναπηρίας, ως συνέπεια της έκπτωσης της λειτουργικότητας και της ανικανότητας του ψυχικά πάσχοντος, λόγω της χρονιότητας της ψυχικής αρρώστιας (συνήθως σχιζοφρένειας). Ο εξαρτημένος δεν φτάνει στην αναπηρία.

Στον ψυχικά πάσχοντα ή έκπτωση, η ανικανότητα και η πιθανή αναπηρία προκαλούν την κοινωνική μειονεξία και την περιθωριοποίηση του.

Στον εξαρτημένο η περιθωριοποίηση αποτελεί στοιχείο του τρόπου ζωής του επλέγεται από τον ίδιο στα πλαίσια της φυγής του, δια μέσου των ουσιών, από τις πιέσεις της καθημερινής πραγματικότητας.

Και στις δύο περιπτώσεις η περιθωριοποίηση αναπαράγει τον κοινωνικό αποκλεισμό.

Η εξάρτηση από τις ουσίες αναπτύσσεται σ' ένα ψυχολογικό υπόβαθρο σίγουρα διαταραγμένο. Αυτή όμως η διαταραχή αφορά συνήθως τη δομή της προσωπικότητας και σπανιότερα μια εγκατεστημένη ψυχωτική διεργασία που επικαλύπτεται από την χρήση ουσιών.

Στον εξαρτημένο υπάρχει το στοιχείο της χρονιότητας της χρήσης. Υπάρχει επίσης το στοιχείο της έκπτωσης της λειτουργικότητας και της ανικανότητας.

Με τη θεραπεία απεξάρτησης αρχίζει η διαδικασία αλλαγής λειτουργιών και επανακατάκτησης ικανοτήτων. Δεν αποκαθίστανται μόνο αυτά που χάθηκαν κατά τη διάρκεια της εξάρτησης αλλά ανακαλύπτονται νέες δυνατότητες και εγκαθίστανται νέου τύπου λειτουργίες ανασυνθέτοντας μέσα από τα στοιχεία του παλιού ένα καινούριο εαυτό, ικανό να διαμορφώνει ένα νέο τρόπο ζωής.

4.3 Η κοινωνική Επανένταξη ως διαδικασία μετάβασης

Η διαδικασία της κοινωνικής⁵¹ επανένταξης πρέπει να νοηθεί σαν μια διπλή κίνηση, αμφίδρομη, μια πορεία προς τα έξω, προς την κοινωνία και ταυτόχρονα προς τα μέσα, προς τον εαυτό το, την δική του ψυχική πραγματικότητα.

⁵⁰ Μάτσα Κ. Η έννοια της κοινωνικής επανένταξης του απεξαρτημένου: Θεωρητική προσέγγιση τετράδια ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 43, 1995, σ 136-143

⁵¹ Ο. Π.

Συνεπάγεται μια διπλή προσπάθεια αποδοχής από τη μια της κοινωνικής πραγματικότητας στην καθημερινότητα της και από την άλλη της δικής του εσωτερικής πραγματικότητας, των βαθύτερων ψυχικών αναγκών του, και της ύπαρξης του στην καθολικότητα της. χωρίς αυτήν την τεράστια σημασία διπλή προσπάθεια του ανεξαρτημένου δεν θα γίνει ποτέ η μεταστροφή της στάσης του κοινωνικού σώματος απέναντι του και η αποδοχή του. Αποδεχόμενος ο ίδιος τον εαυτό του μπορεί να κατακτήσει και την κοινωνική του αποδοχή. Η κίνηση προς τους άλλους είναι συνυφασμένη με την κίνηση προς το βαθύτερο εαυτό του την αυτογνωσία, την αλλαγή του.

Σ' αυτή τη διαδικασία έχει τεράστια σημασία το θεραπευτικό πλαίσιο του προγράμματος απεξάρτησης. Το πλαίσιο της κοινωνικής επανένταξης έχει ένα μεταβατικό χαρακτήρα. Αντιπροσωπεύει μια ενδιάμεση δομή ανάμεσα στο κλειστό τμήμα (της ψυχικής απεξάρτησης) και την κοινωνία. Ο χώρος πρέπει να θεωρείται από τον ίδιο τον θεραπευόμενο ως προέκταση του προσωπικού του χώρου και να επενδύεται συναισθηματικά ως αφετηρία της καινούριας του ζωής, μιας ζωής που έχει σαν θεμέλιο της τη ρήξη με όλες τις ουσίες, την πλήρη αποχή της απ' αυτές.

Αυτή η συναισθηματική επένδυση, που κάνει το χώρο οικείο γι' αυτόν, μπορεί να γίνει μέσα στη διαδικασία της οργάνωσης, στα πλαίσια του, ομαδικών δραστηριοτήτων, που έχουν το χαρακτήρα κοινωνικής παρέμβασης.

Η διαδικασία της κοινωνικής επανένταξης είναι μια διαρκής μαθητεία και άσκηση σ' ένα νέο τρόπο ζωής, ανοιχτό στο διάλογο και την αλλαγή, σε αντιπαράθεση με όλους εκείνους τους παράγοντες, που ωθούν στην εξαρτητική συμπεριφορά και την αναπαράγουν, σε διαρκή μάχη, μέσα απ' τη νέα στάση ζωής του, με τον κοινωνικό του αποκλεισμό.

4.4 Διαμονή και Εργασία

Καθώς προχωρεί η διαδικασία της απεξάρτησης⁵² στο 18 ΑΝΩ ο απεξαρτημένος αρχίζει να ενδιαφέρεται για πράγματα που μέχρι τώρα δεν είχαν καμιά αξία γι' αυτόν. Αρχίζει να ενδιαφέρεται για το που θα μείνει, πως θα φτιάξει το σπίτι του. Αυτός που παλιά κοιμόταν στα παγκάκια και τις οικοδομές, αρχίζει να αισθάνεται την ανάγκη ενός προσωπικού χώρου, μέσα στον οποίο θα οργανώσει τη ζωή του. Θέλει όταν έχει καταφέρει, μέσα από τη θεραπευτική διαδικασία, να

⁵² Μάτσα, Κ., *Εξαρτήσεις*, τετράδια ψυχιατρικής, Νο 46, 2002, σ 86

αποχωριστεί την πατρική οικογένεια να ζήσει ανεξάρτητος να φροντίσει για πρώτη φορά το δικό του σπιτικό.. να αισθάνεται μεγάλος και όχι παιδί που το περιποιούνται και του τα παρέχουν όλα. Και είναι μεγάλη η απογοήτευση και τα εμπόδια και οι δυσκολίες που δημιουργούνται στην ολοκλήρωση της ανεξάρτησης και οι εσωτερικές και εξωτερικές πιέσεις πάνω του όταν δεν μπορεί να έχει ένα σπίτι. Όταν δεν εργάζεται ή δεν φτάνει ο μισθός του, ή μέσα απ' όλες τις προκαταλήψεις που λειτουργούν εις βάρος του δεν τον δέχονται ως ενουκιαστή. Τότε δημιουργείται πραγματικά, μέσα από την πίεση που του ασκείται, ο κίνδυνος της υποτροπής.

Γι' αυτό έχει τόση σημασία ο θεσμός, που έχει αναπτυχθεί στην Ευρώπη, των θεραπευτικών διαμερισμάτων, που επιδοτούνται από το κράτος, και του ξενώνα, ως ενδιάμεση δομή, μέχρι να εξασφαλιστούν οι όροι μιας ανεξάρτητης και αξιοπρεπούς διαμονής.

Η εργασία εξασφαλίζει την οικονομική ανεξαρτησία, την προσωπική δημιουργία, την κοινωνική αναγνώριση και αποδοχή, τη δυνατότητα δημιουργίας κοινωνικών σχέσεων και δεσμών κοινωνικής αλληλεγγύης. Δημιουργεί επίσης τους όρους της οργάνωσης της ζωής στη βάση του προγράμματος, που καθορίζεται από το ωράριο και τον τόπο εργασίας. Ο χρόνος λειτουργεί διαφορετικά για τον ανεξαρτημένο. Μέσα στη εξάρτηση ο χρόνος δεν μετρούσε παρά μόνο όταν άρχιζε το στερητικό σύνδρομο και έπρεπε πολύ γρήγορα να τρέξει για να βρει τη δόση του. Τώρα στην καινούρια του ζωή, χωρίς τις ουσίες, υπάρχει για να μετρά τις ώρες που δουλεύει, να υπολογίζει τον ελεύθερο χρόνο, να είναι συνεπής στα ραντεβού του, να ξυπνά το πρωί και να κοιμάται το βράδυ.

Έχοντας βρει μια δουλειά αρχίζει σιγά – σιγά να ξαναβρίσκει τα χαμένα του αντικείμενα, τον προσωπικό του χώρο, την προσωπική του ταυτότητα.

Έχει τεράστια σημασία γι' αυτόν το να αναζητήσει ο ίδιος και να βρει μια δουλειά που του ταιριάζει, που τον ικανοποιεί, που του δίνει τη χαρά της δημιουργίας. Μέσα απ' αυτήν μπορεί να ολοκληρωθεί σαν άνθρωπος, να κοινωνικοποιηθεί, να αναλάβει ευθύνες ως ισότιμος με όλους πολίτης, να κατακτήσει τη χαρά της επιτυχίας, την αίσθηση της προσωπικής αξίας. Να συνεργασθεί με άλλους να δημιουργήσει σχέσεις με ανθρώπους που δεν προέρχονται από το χώρο των ουσιών. Η μάχη ενάντια στον κοινωνικό αποκλεισμό του, συνεπάγεται την εξασφάλιση των όρων ισότιμης συμμετοχής στην παραγωγική διαδικασία.

Έχει βρεθεί ότι ο συνδυασμός ανεργίας, οικονομικής εξάρτησης από τους γονείς και παραμονής στην πατρική κατοικία μετά τη θεραπεία, οδηγεί με μεγάλη

συχνότητα στην υποτροπή. Έχοντας πολύ συχνά διακόψει τις σπουδές τους στη γενική ή την τεχνική εκπαίδευση αυτοί οι νέοι δεν έχουν συνήθως καμιά επαγγελματική κατάρτιση. Μπαίνοντας στον κόσμο των ουσιών κατά τα χρόνια της εφηβείας τους συνήθως δεν πρόλαβαν να αποκτήσουν μια σταθερή δουλειά. Είναι λιγότεροι εκείνοι που άρχισαν τη χρήση σε μεγαλύτερη ηλικία, αποφάσισαν αρκετά νωρίς να μπουν σε πρόγραμμα απεξάρτησης και έτσι έχουν τη δυνατότητα να ξαναγυρίσουν στην παλιά δουλειά τους ή να ολοκληρώσουν τις σπουδές τους και να αποκατασταθούν επαγγελματικά.

Ακόμα λιγότεροι είναι εκείνοι που μπορούν να απασχοληθούν σε επιχειρήσεις συγγενικών τους προσώπων.

Για τη μεγάλη πλειοψηφία απαιτείται επιτακτικά η εξασφάλιση κάποιας επαγγελματικής κατάρτισης μέσα από την παρακολούθηση ειδικών σχολών και σεμιναρίων. Κατά τη διαδικασία της κοινωνικής επανένταξης είναι πολύ σημαντικός ο θεσμός των επαγγελματικών εργαστηρίων.

Αυτές οι δομές μπορούν να καταλάβουν μια σημαντική θέση στην όλη παραγωγική διαδικασία και να καλύψουν βασικές ανάγκες του τομέα της αποκατάστασης.

Είναι απαράδεκτη η λογική της φιλανθρωπίας, η πραγματική των επιδομάτων Κοινωνικής Πρόνοιας, η αντιμετώπιση του απεξαρτημένου ως άτομο με ειδικές ανάγκες. Αυτή η αντιμετώπιση δεν κάνει τίποτε άλλο από το να αναπαράγει τη διάκριση μεταξύ των κόσμων του διαφορετικού και του κανονικού και τελικά τον αποκλεισμό του πρώτου.

Δίνοντας του το επίδομα ή το βοήθημα του περνά το μήνυμα ότι είναι ανίκανος για εργασία, ανίκανος να καταλάβει μια ισότιμη θέση μέσα στο κοινωνικό σύνολο, ανίκανος να ζήσει ανεξάρτητος με αξιοπρέπεια. Μ' αυτό τον τρόπο τροφοδοτείται η ανασφάλεια του, τα αισθήματα αυτό-υποτίμησης και αποτυχίας, θυμού, απογοήτευσης και ματαιώσης. Όλα αυτά ασκούν τρομακτικές πιέσεις πάνω του, ωθώντας τον ξανά στο περιθώριο, στον παρασιτισμό και τελικά στην υποτροπή.

Μέσα σε συνθήκες οικονομικής κρίσης και ανεργίας μπορούν να παίξουν σημαντικό ρόλο στο τομέα της επαγγελματικής αποκατάστασης οι επιχειρήσεις της κοινωνικής επανένταξης.

Τέτοιες επιχειρήσεις που λειτουργούν σε συνεταιριστική βάση, με υπεύθυνο συνήθως κάποιο κοινωνικό λειτουργό, απαντούν θετικά στην κοινωνική προκατάληψη απέναντι στους απεξαρτημένους, την πολεμούν αποτελεσματικά και την

καταρρίπτουν, αποδεικνύοντας ότι μπορεί να λειτουργήσουν αποδοτικά και ανταγωνιστικά στην αγορά παρά το γεγονός ότι στελεχώνονται με περιθωριακά άτομα που στην πλειοψηφία τους δεν έχουν την εμπειρία της αγοράς και κάποιοι απ' αυτούς ακόμα εκπαιδεύονται.

4.5 Οι σχέσεις με την οικογένεια και τους άλλους

Οι σχέσεις του εξαρτημένου με την οικογένεια του είναι διαταραγμένες.⁵³ Η οικογένεια ως κλειστό σύστημα δυσλειτουργεί. Η επικοινωνία ανάμεσα στα μέλη είναι διαταραγμένη, οι ρόλοι άκαμπτοι, η κοινωνικοποίηση των παιδιών αδύνατη, η σταθεροποίηση της προσωπικότητάς τους και η συναισθηματική ωρίμανση υστερούν. Όμως μέσα από τη θεραπεία (ατομική, ομαδική ψυχοθεραπεία, παρέμβαση της θεραπευτικής ομάδας στην οικογένεια) κατακτά την ικανότητα να κάνει ουσιαστικές, άμεσες και ειλικρινείς σχέσεις με τους άλλους, να επικοινωνεί μαζί τους. Η οικογένεια του γίνεται δεκτική στην αλλαγή, οι σχέσεις του μαζί της αποκτούν αμεσότητα, τα δυναμικά αλλάζουν. Μπορεί πια να εκφράζει τα συναισθήματά του, να εκτιμά τις θετικές πλευρές στον εαυτό και στους άλλους, να τους εμπιστεύεται. Καταφέρνει να δημιουργήσει ένα κοινωνικό περίγυρο, μακριά από ουσίες και κάθε είδους φυγές.

Απώτερος στόχος της όλης διαδικασίας είναι να φτάσει στο στάδιο της ψυχικής δημοκρατίας, να πραγματωθεί σαν άτομο και έτσι να γίνει αποδεκτός κοινωνικά. Να οικοδομήσει το δικό του ισχυρό ψυχικό ιδεολογικό και πολιτιστικό ΕΓΩ, ικανό για άμεσες, ουσιαστικές, δημιουργικές ανθρώπινες σχέσεις, πνευματικά ανεξάρτητο, αυτόνομο, αυθεντικό.

⁵³ Μάτσα, Κ., *Εξαρτήσεις*, Τετράδια Ψυχιατρικής, Αρ. Τεύχους 46, 2002, σελ 88

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Απ' όλα όσα ανέφερα παραπάνω θεωρώ ότι ο Χώρος της Κοινωνικής Επανάταξης στο 18 ΑΝΩ παίζει τον πιο σημαντικό ρόλο στη διαδικασία της απεξάρτησης. Είναι λοιπόν διπλός ο ρόλος του. Αποτελεί ένα χώρο θεραπείας γι' αυτούς που βρίσκονται στην τελευταία φάση του προγράμματος απεξάρτησης και ταυτόχρονα λειτουργεί ως υποστηρικτική, μεταθεραπευτική υπηρεσία για όσους έχουν ολοκληρώσει το πρόγραμμα απεξάρτησης, αισθάνονται, όμως την ανάγκη να καταφύγουν εδώ σε κάποια στιγμή που βιώνουν τη δυσκολία, που πιέζονται συναισθηματικά, που φοβούνται ότι μπορεί να ξαναγυρίσουν στις ουσίες. Σ' αυτό το χώρο, που τους είναι τόσο οικείος μπορούν να βρουν ανθρώπους που εμπιστεύονται, που μπορούν να τους βοηθήσουν για να ξεπεράσουν τη δυσκολία ή την κρίση τους. Στο χώρο της κοινωνικής επανάταξης μπορούν να λειτουργήσουν ομαδικά, να κάνουν πράγματα που δεν μπορούν μόνοι τους, περιορισμένοι στον ορίζοντα της προσωπικής ζωής τους π.χ θέατρο, μουσική, ορειβασία, ιππασία) και να συμμετάσχουν στις εναλλακτικές δραστηριότητες της επανάταξης (αθλητικές, πολιτιστικές και άλλες) για να γεμίσουν δημιουργικά και ουσιαστικά τον ελεύθερο χρόνο τους. Σημασία έχει ότι ξέρουν καλά ότι υπάρχει κάποιος δρόμος ανοιχτός γι' αυτούς, που να τον ακολουθήσουν θα αποφύγουν αυτόν της υποτροπής.

Οι έννοιες της Κοινωνικής Επανάταξης και της Πρόληψης της Υποτροπής αποκτούν δραματική επικαιρότητα σήμερα που όλοι, και προπάντων οι αρμόδιοι χρησιμοποιούν την έννοια του κόστους (θεραπείας, της επανάταξης ακόμα και του αντιναρκωτικού αγώνα), σαν γνώμονα για τη διαμόρφωση της στάσης τους απέναντι στο πρόβλημα της τοξικοεξάρτησης.

Όλα αυτά ανάγονται σε αριθμούς. Βασικό τους κριτήριο είναι το ποσοστό (της συμμετοχής των εξαρτημένων σε προγράμματα απεξάρτησης, της αποτελεσματικότητας της θεραπείας, της νοθείας της δόσης, της εγκληματικότητας).

Ο εξαρτημένος από τις ουσίες μπορεί να απεξαρτηθεί πλήρως και να επανενταχθεί κοινωνικά αρκεί να το αποφασίσει ο ίδιος και να βρει ένα πρόγραμμα απεξάρτησης που του ταιριάζει. Αρκεί να μείνει σταθερός σ' αυτή την απόφαση αλλαγής του τρόπου ζωής του και να βρει να του δοθούν και από την πολιτεία οι προϋποθέσεις της Κοινωνικής Επανάταξης. Αρκεί να μην αντιμετωπίζεται απ' τους άλλους σαν πολίτης δεύτερης κατηγορίας, έστω και αν ο απεξαρτημένος, μόνο και

μόνο κουβαλάει στους ώμους του την ιστορία της εξάρτησης του, το κοινωνικό στίγμα, το όνομα του «πρώην» και, γι' αυτό, την πιθανότητα της υποτροπής του.

Και το ερώτημα μπαίνει αμείλικτο προς όλους: όταν τα ναρκωτικά σαν οικονομική επιχείρηση, σαν μέσον χειραγώγησης συνειδήσεων και κοινωνικού ελέγχου δίνουν τόσο υψηλά ποσοστά κέρδους, πόσο μπορεί η κοινωνία να ξεπεράσει τη λογική της και να απαντήσει θετικά στην πρόκληση της θαρραλέας αντιμετώπισης τους;

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Εθνικό Κέντρο Επιστημονικής Τεκμηρίωσης(2002), *Ετήσια Αναφορά για το 2002*, Αθήνα

Μάτσα Κ. (2001), *Ψάξαμε για ανθρώπους και βρήκαμε σκιές: Το αίτιγμα της τοξικομανίας*, Αθήνα, Άγρα

Μάτσα Κ.(1997), *Ο τοξικομανής και η οικογένεια του*, Διδακτορική Διατριβή, Ιωάννινα,

Στυλιανίδης Σ. (1995), *Οι βραχείες ψυχαναλυτικές ψυχοθεραπείες στα πλαίσια της δημόσιας περίθαλψης*, Διδακτορική Διατριβή, Αλεξανδρούπολη

Yves Clot (1991), *Εγώ για την ατομικότητα*, Αθήνα, Σύγχρονη Εποχή

ΑΡΘΡΑ

Δαμίγος Δ. (1992), « Η έννοια του μεταβατικού πλαισίου», *τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 38, Αθήνα

Ζαγανιάρης Π.- Μακρογιάννη Ε. (2001), «Ο ρόλος της ψυχοθεραπείας μέσω δράματος στη Μονάδα Απεξάρτησης 18 ΑΝΩ» *τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 69, Αθήνα

Κάρκου Β. (1999), «Οι θεραπείες μέσω τεχνών στην απεξάρτηση», *Τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 68, Αθήνα

Μάτσα Κ.(1995), « Η έννοια της Κοινωνικής Επανάταξης του Απεξαρτημένου», *Τετράδια Ψυχιατρικής*, Τεύχος 43 Αθήνα

Μάτσα Κ. (1995), «Θεραπεία Απεξάρτησης : μια διαδικασία απελευθέρωσης», Τεύχος 12, Αθήνα

Μάτσα Κ. (1997), « Από το ατομικό στο συλλογικό και αντίστροφα. Η πρόληψη της υποτροπής», *Τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 45, Αθήνα

Μάτσα Κ. (2001), «Εξαρτήσεις», *Τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 46, Αθήνα

Μισουρίδου Ε. (1998), « Αποχή και υλοτροπή μετά τη θεραπεία κατάχρηση/ εξάρτησης από ψυχοδραστικές ουσίες», *Τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 61, Αθήνα

Μιχαλαρέας Η. (2002), « Τα ναρκωτικά σαν κοινωνικό φαινόμενο», *Τετράδια Ψυχιατρικής*, Τεύχος 19, Αθήνα

Olievenstein Cl. (1987), «Θέση και αντικείμενο των μεταβατικών θεραπειών στη θεραπευτικά αντιμετώπιση των σκληρών τοξικομανών», *Τετράδια ψυχιατρικής*, Τεύχος 15, Αθήνα

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ

[http://www.clubs.pathfinder. Gr/ Apeksartisi 18 ANW—288714](http://www.clubs.pathfinder.Gr/Apeksartisi%20ANW-288714)

[http://www. Anatolikos. com./narkotika /paralages 3110 htm](http://www.Anatolikos.com/narkotika/paralages3110.htm)