

## **Szkolenie dla specjalistów pracujących z młodym uzależnionym pacjentem**

Coraz częściej stajemy w lecznictwie odwykowym przed problemem uzależnienia bądź używania na pograniczu uzależnienia substancji psychoaktywnych przez dzieci i młodzież. Jest to problem, który prawdopodobnie będzie narastać, a niewiele placówek leczenia uzależnień zajmujących się do tej pory dorosłymi alkoholikami zajmuje się nim.. Wynika to z braku oferty terapeutycznej skierowanej do tego rodzaju pacjenta, lęku przed zajęciem się czymś mało znanym w lecznictwie odwykowym, przekonaniem na temat skuteczności terapii w leczeniu młodego pacjenta, przekonaniem własnymi na temat zjawiska narkomani i alkoholizmu wśród młodzieży. Jest to również efekt sztucznego podziału kompetencji przy leczeniu uzależnień. Dzisiaj nie musimy chyba już nikogo przekonywać, że nie ma wielu uzależnień, to jedna jednostka chorobowa, różni się tylko rodzajem przyjmowanego środka, bądź rodzajem kompulsji. Stajemy obecnie przed wyborem: albo zachowujemy dotychczasowe status quo i próbujemy nie dostrzegać narastającego zjawiska czy też spróbujemy się z nim skonfrontować i w jakiś sposób mu zaradzić. W lecznictwie odwykowym pracuje obecnie wielu wysokiej klasy terapeutów uzależnień, placówki leczenia są w prawie każdym mieście, a więc dostępność do leczenia w przeciwieństwie do stacjonarnych ośrodków leczenia uzależnień dla młodzieży jest ogromna, posiadamy programy, które po niewielkich modyfikacjach możemy stosować przy leczeniu i zapobieganiu uzależnienia wśród młodzieży.

W Ostrowi Mazowieckiej młodym pacjentem zajmujemy się od 1998 roku. W 90 tysięcznym powiecie jesteśmy jedyną placówką zajmującą się uzależnieniami. Od początku uważaliśmy, że młody pacjent jest również naszym pacjentem. Po 7 latach prób i poszukiwań skutecznej metody terapii możemy powiedzieć, że opracowany przez nas program jest skuteczny i możliwy do realizacji w prawie każdej placówce ambulatoryjnej. Jest to program oparty na koncepcji psychoterapii behawioralno – poznawczej, uwzględniający psychologiczne mechanizmy uzależnienia, poszerzony o patrzenie na pacjenta w kontekście rodziny w której wzrasta i tła społecznego. Psychoterapia poznawcza odwołuje się do twierdzenia, że zachowanie człowieka jest wynikiem procesów uczenia się. Tyle tylko, że efektem uczenia się są nie tyle zewnętrzne zachowania, ile przede wszystkim określone struktury poznawcze, które z kolei wpływają na zewnętrzne zachowania i na reakcje emocjonalne.

Nasz program realizowaliśmy przy olbrzymiej pomocy PARPA, która dostrzegła konieczność sprostania nowym wyzwaniom. Niedawno dyr. PARPA Joanna Mikula powołała Radę Ekspertów ds. Leczenia Młodzieży i nam przypadło zadanie opracowania szkoleń dla pracowników lecznictwa odwykowego, którzy chcieliby zajmować się leczeniem młodzieży. Nasze doświadczenia z pracy z młodym pacjentem jednoznacznie wskazują, że możliwa jest praca w oparciu o doświadczenia i modele teoretyczne stosowane w terapii uzależnienia dorosłego uzależnionego pod warunkiem pogłębienia wiedzy na temat specyfiki okresu dojrzewania, rozwoju i zaburzeń osobowości oraz przyczyn ich powstawania, a także spostrzegania pacjenta w kontekście systemu rodzinnego. Dodatkowo konieczna jest również wiedza z zakresu specyfiki i działania różnych substancji psychoaktywnych oraz wzorów ich używania. Terapeuta zajmujący się młodzieżą powinien również postawić trafną diagnozę uzależnienia i diagnozę problemową oraz wiedzieć kiedy należy pacjenta bezwzględnie przekierować z ambulatorium do ośrodka stacjonarnego. Oczywiście jest to, że po powrocie z terapii stacjonarnej pacjent leczy się dalej w macierzystej placówce.

Pozostawienie młodego człowieka bez pomocy psychoterapeutycznej i oddziaływań grupowych jest bardzo niebezpieczne dla jego trzeźwości.

Szkolenie przeznaczone jest dla osób o ugruntowanej wiedzy z zakresu psychoterapii uzależnień i doświadczeniu zawodowym. Jego celem nie jest nauka od podstaw, jest to raczej pogłębienie wiedzy o naturze zjawiska o specyfikę okresu adolescencji i próba zmodyfikowania już posiadanych narzędzi i metod terapeutycznych. Nie wszystko to co daje dobre efekty w leczeniu dorosłych nadaje się dla młodzieży.

Szkolenie obejmuje 90 godzin zajęć warsztatowych i wykładów prowadzonych w trzech blokach po 3 dni.

Pierwszym blokiem jest blok poświęcony psychologii rozwojowej, psychologii osobowości i psychopatologii zaburzeń młodzieży.

## **Psychologia rozwojowa**

Zakres wiedzy z psychologii rozwojowej jest próbą przybliżenia uczestnikom kursu istoty i specyfki rozwoju psychicznego, pokazaniem warunków i wyznaczników tego rozwoju, próbą przybliżenia procesu socjalizacji, autonomizacji norm i wartości. Żeby móc pomagać młodemu człowiekowi sięgającemu po substancje psychoaktywne należy znać i rozumieć jego psychologiczne potrzeby w kolejnych okresach wzrastania, znać krytyczne dla tych okresów momenty. Niezaspokojenie, niedostrzeganie psychologicznych potrzeb prowadzi do zaburzeń okresu dzieciństwa i adolescencji. Patrzymy na młodego człowieka nie od momentu ujawnienia się objawów, musimy zobaczyć go w kontekście całego jego dotychczasowego życia. Terapeuta powinien umieć odróżnić typowe zachowania dla danego wieku np. bunt nastolatka, który jest wyznacznikiem rozwoju i nie jest destrukcyjny od zaburzeń zachowania poprzedzonych często zachowaniami opozycyjno buntowniczymi, które niezauważone mogą stać się początkiem zaburzeń zachowania pod postacią picia alkoholu, a następnie zachowań aspołecznych. Istotne jest również wypracowanie spójnego poglądu na system kar i nagród w czasie terapii, w pewnym sensie w tym okresie stajemy się również wychowawcami. Co wzmacnia, a co osłabia motywację do leczenia, kiedy nagradzać i w jaki sposób, jakie formy nagradzania są najkorzystniejsze dla młodzieży, wspólnie z uczestnikami kursu szukamy odpowiedzi na te pytania.

## **Wykłady i warsztaty poświęcone psychologii osobowości i psychopatologii zaburzeń.**

W naszym rozumieniu niesienia pomocy młodzieży uzależnionej warunkiem skuteczności oddziaływań terapeutycznych jest dobre rozumienie naszego pacjenta. Przed nami stoi siedemnastolatek, który bierze heroinę, a kiedy jej brakuje pije na umór alkohol. Jak myśli, dlaczego to robi, co stało się w jego życiu, że potrzebuje uspokajacza, jaka jest jego reaktywność na bodźce, co dzieje się w jego strukturze Ja. W przypadku młodego człowieka mamy do czynienia z osobowością nieukształtowaną, rozwijającą się, której rozwój na skutek różnego rodzaju czynników ulega zahamowaniu lub nawet zaburzeniu. To nie tylko alkohol i narkotyki powoduje nieskuteczne przystosowanie się do świata i problemy intrapsychiczne, ale sięganie po te substancje spowodowane jest potrzebą wyrównania powstałych deficytów w obrębie widzenia, przeżywania świata i zachowań. Na mechanizmy obronne, które powstają na skutek niemożności adaptacji do zbyt trudnych jak na młodego człowieka warunków (np. przemoc w rodzinie) nakładają się psychologiczne mechanizmy uzależnienia spowodowane przyjmowaniem substancji psychoaktywnych. Kiedy w czasie psychoterapii uzależnienia zostaną one rozbrojone, należy wiedzieć co kryje się pod nimi i jak dalej mamy pracować psychoterapeutycznie.

Warsztaty te zawierają również wiadomości konieczne do różnicowania obrazu klinicznego typowego dla danej substancji psychoaktywnej, od bardzo zbliżonego obrazu wynikającego z zaburzenia psychicznego.

## **Rodzina jako system**

Integralną częścią pracy z młodzieżą jest praca z rodziną. W systemowym podejściu do rodziny przyjmowanie przez dzieci substancji psychoaktywnych traktuje się jako objaw powstały na skutek pojawienia się w rodzinie trudności, powstania zaburzeń. W tej części szkolenia przybliżamy uczestnikom systemowe podejście do rodziny, mające na celu lepsze zrozumienie dynamiki procesów psychicznych zachodzących w rodzinie.

Te zajęcia służą również wypracowaniu metod i sposobów pracy z rodziną

## **Subkultury, Paczki Grupy**

Okres dojrzewania to czas poszukiwania własnej tożsamości w różnych grupach społecznych. Czego młodzież szuka najpierw w paczkach rówieśniczych, potem w grupach a następnie w subkulturach. Co daje im przynależność do subkultur, jakie potrzeby zabezpiecza. Często zdarza się, że grupy rówieśnicze mają charakter destrukcyjny. Normy grupy biorącej narkotyki, normy związane z przynależnością do jakiejś subkultury, zinternalizowane przez młodego pacjenta bardzo często uniemożliwiają pracę terapeutyczną. Są przez adolescenta odbierane jako bardziej atrakcyjne niż normy proponowane przez dorosłych. Terapeuta pracujący z młodym człowiekiem powinien znać rodzaje subkultur, umieć rozpoznawać przynależność do nich, wiedzieć jak wykorzystać normy subkulturowe, by przekształcić je w normy społecznie akceptowane.

### **Terapeuta i młody pacjent**

Praca z młodym pacjentem stawia przed terapeutą całkiem nowe wyzwania. Niesie ze sobą również wiele niebezpieczeństw i pokus. Ten warsztat jest poszukiwaniem odpowiedzi na pytania

- jaka jest rola terapeuty w procesie terapii młodego uzależnionego
- jakie predyspozycje osobowościowe są konieczne w pracy z młodym pacjentem
- jakie są źródła trudności w pracy terapeutycznej
- jakie postawy może przyjmować terapeuta wobec procesu terapii i wobec pacjenta
- jakie są pułapki w pracy terapeutycznej i w jaki sposób można ich unikać

### **Diagnoza uzależnienia i formy terapii**

Celem tych zajęć jest wypracowanie wspólnego modelu diagnozy pacjenta i znalezienie najwłaściwszej dla niego formy leczenia

Do podjęcia decyzji o formie leczenia niezwykle ważna jest diagnoza uzależnienia, oraz diagnoza sytuacji w jakiej pacjent w tej chwili się znajduje. Zupełnie inne formy leczenia należy stosować wobec pacjenta, który od pięciu lat przyjmuje opiaty, i wypadł ze wszystkich ról społecznych, a zupełnie inne wobec pacjenta, który się jeszcze uczy, bądź pracuje, ma rodzinę lub przyjaciół, którzy mogą stanowić dla niego oparcie. W przypadku tego drugiego pacjenta leczenie w ośrodku stacjonarnym może przynieść więcej szkód niż korzyści. Długotrwały kontakt z ludźmi, którzy mają większą niż nasz pacjent wiedzę na temat narkotyków, przerwanie szkoły, rezygnacja z pracy zawodowej, izolacja od nie biorących znajomych, może być przyczyną decyzji o przerwaniu leczenia i powrocie do brania. Ważny jest również aspekt ekonomiczny. Leczenie w ośrodku stacjonarnym jest bardzo kosztowne i powinniśmy miejsca w ośrodkach zostawić dla pacjentów którzy tego typu leczenia potrzebują bezwzględnie, w poradni natomiast koszty są dużo mniejsze.

Przy diagnozie nozologicznej pacjenta konieczna jest konsultacja lekarza psychiatry. Nagłe odstawienie pewnych środków niesie za sobą ryzyko dla zdrowia i życia pacjenta, niebezpieczne są również psychozy egzogenne które występują w trakcie długotrwałego przyjmowania stymulantów.

Warsztat poświęcony jest również głębszej diagnozie, służącej do dokonania dobrej diagnozy problemowej. Analizujemy funkcjonowanie pacjenta w rodzinie, rolach społecznych, w szkole. Zajmujemy się przyczynami zaburzeń identyfikując te właściwości pacjenta, które utrudniają adaptację społeczną i te czynniki, które spowodowały ukształtowanie się wadliwych wzorców myślenia i zachowania. Przyglądamy się jego schematom poznawczym, wzorcom reagowania emocjonalnego i wzorcom zachowań. Poznanie daje możliwość wybrania formy terapii, niekoniecznie identycznej dla wszystkich naszych pacjentów.

## **Substancje psychoaktywne i ich działanie**

W kontaktach z młodym pacjentem stykamy się z wielką różnorodnością substancji psychoaktywnych, które nasz pacjent używa. Terapeuta powinien być ekspertem w tej dziedzinie. Musi mieć wiedzę o specyfice danego środka, objawach intoksykacyjnych i objawach odstawiennych. Powinien znać interakcje pomiędzy różnego rodzaju środkami, mieć wiedzę o wzorach używania substancji i możliwości stosowania różnego rodzaju zamienników. Istotne jest również to by terapeuta wiedział kiedy należy kierować pacjenta na detoksykację. Cenna jest wiedza o metodach wykrywania metabolitów narkotyków w moczu, ale również o tym jakie metody stosuje młodzież używająca substancje psychoaktywne, aby dorośli tych substancji robiąc im testy nie wykryli. Wiedza ta jest konieczna przy prowadzeniu grupy rodziców, którzy powinni stać się ekspertami w zakresie wiedzy o narkotykach w czasie leczenia swojego dziecka.

## **Praca z grupą rodziców**

Jest to warsztat zdobycia lub pogłębienia umiejętności w pracy z grupą rodziców z uwzględnieniem poszczególnych faz tej pracy. Oddziaływania terapeutyczne dostosowane są do każdej z faz, uwzględniając poziom trudności psychologicznych jakich doświadcza rodzic dowiadujący się o uzależnieniu swojego dziecka. Praca z rodzicami umożliwia przejście przez kolejne fazy, tak aby rodzic mógł w sposób bardziej konstruktywny dostosować się do traumatycznej sytuacji. Rodzice, którzy są w programie terapeutycznym, stają się pomocnikiem dziecka w wychodzeniu z nałogu, urealniają swoje poczucie winy i krzywdy, mają okazję w bezpiecznych warunkach przeżyć swoje cierpienie. Zdobywają również wiedzę o zjawisku uzależnienia, tak by móc w sytuacji ponownego kryzysu reagować w adekwatny sposób

Na warsztacie uczestnicy mają okazję przyjrzeć się kolejnym fazom pracy, zrozumieć reakcje rodziców, nauczyć się pracować z bólem, cierpieniem, żalem, poczuciem winy i krzywdy związanym z chorobą dziecka. Ponieważ etapy tej pracy są bardzo podobne jak np. w przypadku pracy ze stratą, żałobą, itp warsztat ten zwiększa kompetencje terapeutów w innych niż związane z uzależnieniem obszarach pracy.

## **Założenia programowe pracy terapeutycznej z młodym pacjentem, warsztaty doskonalenia umiejętności pracy w programie terapeutycznym, społeczność terapeutyczna.**

Jest to warsztat przedstawiający oferty terapeutyczne wybranych placówek pracujących z młodzieżą, poszerzony o konieczną w naszym mniemaniu wiedzę i umiejętności pracy metodą społeczności terapeutycznej. Na tym warsztacie uczestnicy mają okazję doskonalenia swoich umiejętności pracy psychoterapeutycznej i dostosowania ich do pracy z młodym pacjentem. Wszyscy uczestnicy zajęć są profesjonalistami w dziedzinie psychoterapii uzależnień, a na tych zajęciach mają okazję modyfikowania własnego warsztatu z uwagi na specyfikę pracy z młodym pacjentem. Analizujemy konkretne przypadki, w oparciu o scenariusze prowadzimy zajęcia z grupą, przybliżamy przydatne do pracy z młodzieżą różne techniki (psychodrama, drama, praca z bajką, muzykoterapia i inne). Jest to również okazja do wymiany pomysłów na różne sposoby pracy terapeutycznej.

Z uwagi na dużą zawartość merytoryczną programu szkolenia nie opisaliśmy tutaj kilku obszarów na których pracujemy takich jak np.

- kontrakt terapeutyczny pomiędzy terapeutą i młodym pacjentem
  - kontrakt pomiędzy pacjentem i rodzicami
  - krytyczne momenty terapii
  - planowanie procesu terapeutycznego
- oraz wiele innych

Jesteśmy po dwóch modułach szkolenia. Potwierdziło się, że leczenie odwykowe dysponuje ogromnym potencjałem dobrze wyszkolonych, otwartych, zaangażowanych w swoją pracę terapeutów. Istnieje duża gotowość do podjęcia wyzwania pracy z młodym człowiekiem. Niektórzy uczestnicy kursu już podjęli te wyzwania i na szkoleniu mieli okazję podzielenia się swoimi doświadczeniami, niektórzy dopiero noszą się z takim pomysłem.

Na zakończenie chcieliśmy podziękować poprzedniej i obecnej dyrekcji PARPA za wspieranie nas w naszej ośmioletniej pracy z młodymi uzależnionymi. Szczególne podziękowania składamy Anecie Koczawskiej za motywowanie nas do skrupulatnego opisywania naszych działań, za wiele cennych rad i pomysłów.