

## TERAPEVTSKI DOGOVOR USMERJA ZDRAVLJENJE

Rezultat zdravljenja je bolj odvisen od empatičnega razumevanja in čustvenega sprejemanja kot pa od samega terapevtskega dela (Petzold, 2012). Na začetku zdravljenja pa je kljub temu potreben vzajemen dogovor in jasen korak po novi poti zdravljenja.

Zdravljenec in svojec ob vstopu v zdravljenje dobita terapevtski dogovor ali pakt, ki ga lahko sprejmeta ali zavrneta. **Abstinenca** od alkohola in drugih psihoaktivnih snovi (pomirjevala, opiatni analgetiki, stimulansi) je temeljni pogoj za začetek in prvi korak zdravljenja.

Drugi osnovni pogoj za izpolnjevanje terapevtskega dogovora je redna prisotnost na skupinskih sestankih, ki so enkrat tedensko in trajajo dve uri. V skupini se lahko vsak uči in nauči novega načina pogovora. Lahko se nauči poslušati in sprejemati kritiko, odkrito govoriti o lastnih izkušnjah ter pošteno in dobronamerno kritizirati druge člane skupine. Drugi so ogledalo, ob njih posameznik lažje vidi in razume sebe. Tudi sam je ogledalo drugim. Ob tem vsi udeleženci skupine napredujejo v spoznavanju samega sebe in drugega.

Zelo je pomembno videti in poudarjati pozitivne lastnosti posameznika. Na ta način lahko vsak pride do globljega spoznanja o svojem obnašanju in ravnanju ter si tako odpira nove možnosti v prihodnosti. To je socialno vseživljenjsko učenje, ki je pri odraslih običajno drugačno in počasnejše kot pri mlajših. Je pa zato temeljiteje in dolgoročno. Ko nastopijo krize, ki so čustveno zelo obremenjujoče, je človek bolj sprejemljiv za učenje. V terapevtski skupini se krizam ne izogibamo, ampak so priložnost za soočanje in učenje.

Obravnavanje in soočanje v terapevtskih skupinah, predvsem v kriznih situacijah, se zmeraj dogaja **tukaj in zdaj**; odprto, neposredno, čustveno poglobljeno, vseskozi pa v mejah spoštovanja in ohranjanja osebnega dostojanstva. Vsak član prihaja tako do spoznanja, da je njegova predstava o samem sebi v očeh drugih članov drugačna kot njegova.

Iz tega lahko vsakdo potegne kaj pozitivnega zase. Interakcije v skupini med terapevtom in zdravljenecem so pomembnejše na začetku. Najpomembnejše pa so povezave med samimi zdravljenecem. V skupini je vsak zdravljenec odgovoren za svoje zdravljenje. Je subjekt zdravljenja. Ne gre za klasičen medicinski pristop, kjer je človek kot bolnik pasivno izročen v roke zdravniku. Vsak posameznik ima svoje dostojanstvo.

Pacient je subjekt in je motiviran za sodelovanje pri zdravljenju. Ima tudi dovolj znanja o procesu rehabilitacije. V procesu psihoterapije in spreminjanja vsak član sam odloča o tem, ali in kako (in kdaj) bo spremenil svoja stališča in svoja prepričanja. V terapevtskem dogovoru sprejme tudi odgovornost za morebitni predčasni odhod iz zdravljenja v terapevtski skupini. V tej svobodni odločitvi za

vstop in izstop iz procesa zdravljenja je tudi garancija za samostojno pot naprej in ohranitev čustvene povezanosti s skupino.

V kolikor ima zdravljene partnerja, ki se odloči, da ga bo spremljal pri zdravljenju, terapevtski dogovor izpolnita oba. Zdravljeneec ima pred očmi predvsem svojo odvisnost in proces osvobajanja iz nje, svojec pa se osredotoči na svojo soodvisnost in delo, tako na medsebojnih odnosih kot na samem sebi.

Terapevtski dogovor (spodaj) vsebuje še veliko drugih vsebin, ki jih vsak član prebere in pretehta najprej sam, podrobneje pa se določijo v skupini.

**SKLEPAM TERAPEVTSKI DOGOVOR O ZDRAVLJENJU  
ODVISNOSTI OD ALKOHOLA IN SPREJEMAM POGOJE ZA  
ČLANSTVO V TERAPEVTSKI SKUPINI**

*Pogoj za obiskovanje skupine je zdravljenje v bolnišnici, v edukacijski skupini ali ambulantno začeto zdravljenje ter spoštovanje pravil terapevtske skupine. V prvih treh letih se zaključi dispanzerski del zdravljenja, zadnji dve leti se rehabilitacija nadaljuje v klubski skupini. V kolikor zdravljeneec zaključi intenzivno zdravljenje v bolnišnici, traja obiskovanje kluba pet let. Po petih letih se zdravljenci lahko prostovoljno vključijo v veteransko skupino.*

**ODLOČIL(A) SEM SE, DA :**

- *bom abstiniral(a). To pomeni, da ne bom užival(a) alkoholnih pijač niti drugih psihoaktivnih snovi, ki vplivajo na duševnost.*
- *Ravnal(a) se bom po pravilih zdravljenja.*
- *Prizadeval(a) si bom spoznati svojo bolezen, njene vzroke in posledice.*
- *Odkrit(a) bom do sebe in tudi do drugih članov skupine. Trudil(a) se bom za spremembe v svojem življenju.*
- *Izpolnjeval(a) bom rehabilitacijski načrt, ki ga sprejemem v začetku zdravljenja. Ta zajema razvoj na osebnostnem, socialnem, poklicnem, kulturnem in telesnem področju.*
- *Udeleževal(a) se bom srečanj z drugimi zdravljenci in sprejemal(a) ostale terapevtske obveznosti, nastale v času mojega zdravljenja.*
- *Opravil(a) bom predstavitev svoje bolezni in si skupaj s partnerjem določil(a) cilje zdravljenja.*
- *Dogajanja v skupini so osebne narave, zato se zavezujem za molčečnost izven kluba. Enako velja za terapevte in vse ostale, ki sodelujejo pri mojem zdravljenju.*

**STRINJAM SE, DA:**

*so srečanja tedenska in trajajo 5 let, obenem pa sem seznanjen(a), da lahko po lastni presoji kadar koli prekinem zdravljenje. Po petih letih so srečanja enkrat do dvakrat mesečno;*

*v primeru neizpolnjevanja pravil zdravljenja in recidiva o nadaljevanju zdravljenja odločajo terapevt in člani kluba;*

*kadar je potrebno, opravim preizkus treznosti ali uživanja psihoaktivnih snovi, ki ga izvede strokovna oseba.*