

SVJETIONIK

periodični magazin Zajednice Mondo Nuovo

- * *Kako pomoći pri reintegraciji ovisnika u društvo*
- * *Kokain - iluzija uspjeha*





SVJETIONIK
Hrvatsko izdanje magazina
IL FARO
La luce di un Mondo Nuovo
Dvomjesečno izdanje
Zajednica Mondo Nuovo
god. II , br.12

UREDNIŠTVO: Zajednica Mondo Nuovo
Nunić bb; 22305 Kistanje
tel: 022 785 8580, **fax:** 022 785 8581
e-mail: buterinivana@gmail.com
Web: www.mondo-nuovo.hr

Naklada: 1000 kom.

Tisk: Tiskara Malenica d.o.o.

ISSN 1847-4934

Izdavač
Zajednica Mondo Nuovo

Glavni urednik
Alessandro Diottasi

Uredništvo
Ivana Buterin
Jurica Gluić

Grafička priprema
Jurica Gluić
Zajednica Mondo Nuovo

U OVOM BROJU

- 3 UVODNIK**
Kokain - iluzija uspjeha
* Giovanni Squeglia
- 4 ŽIVOT I ZAJEDNICA**
Droga - dio globalne industrije
* Pripremio : Dražen Kukić
- 6 STRUKA I ZAJEDNICA**
Sedam psihopedukativnih koraka za napredak i mjenjanje samoga sebe
* Pripremio: Don Josip Bošnjaković, psihoterapeut
- 10 DRUŠTVO I ZAJEDNICA**
Kako pomoći pri reintegraciji ovisnika u društvo
* Aleksandra Janjić
- 12 ŽIVOT U ZAJEDNICI**
Dnevnički- isjecci iz života zajednice
- 13 ŽIVOT U ZAJEDNICI**
Pronaći svoj put u životu
* Ivan M.
- 14 ŽIVOT U ZAJEDNICI**
Danas sam sretan čovjek
* Danijel S.
- 15 ŽIVOT U ZAJEDNICI**
Moja borba je tek započela
* Nikola N.



Kokain - iluzija uspjeha

Giovanni Squeglia *

Zahtjevi za pomoć zbog ovisnosti o kokainu u posljednjih nekoliko godina su se utrostručili, ali za razliku od ovisnika o heroinu, ovisnici o kokainu nisu svjesni koliko je to veliki problem. Ustvari, postoji iluzija da se konzumacija kokaina može kontrolirati te da kokain pomaže da imate više uspjeha u društvu, u seksu, na radnom mjestu. Međutim, iluzija propada i neuspjesi se vide u životu ovisnika o kokainu na svim područjima: gubitak posla, uništavaju se odnosi sa drugim osobama, upada se u dugove i što je najgore njegov um više ne može regulirati vlastite osjećaje. Princip je uvijek isti: ako dopuštam da jedna supstanca upravlja mojim raspoloženjem, ograničavaju se kognitivne sposobnosti (posljedica je aktiviranje endorfina na neurološkoj razini) te imam problema u rješavanju zadataka koje inače rješavam bez ikakvih poteškoća. Osoba pod utjecajem kokaina je nesposobna, ošamućena te se nalazi u zamci svoguma koji joj daje iskrivljenu sliku stvarnosti. Ponekad kokain zamjenjuju sa tabletama (obično sa antidepresivima) tražeći uvijek iste učinke, a rezultat je identičan: osoba se vraća u fazu djeteta sa nultom razinom tolerancije na frustracije. To je zato jer uzimanje kokaina kako vrijeme prolazi uništava emotivna iskustva koja su prethodila prije konzumacije droge. Sve to ima ozbiljne utjecaje na liječenje ovisnika o kokainu tj. teško se dolazi do učinkovitog tretmana. Liječnici često ovisnost o kokainu liječe kao "depresiju" (ma je li to prava dijagnoza?) dok centri za ovisnost i izvanbolničko liječenje "zamjenjuju" kokain sa "tabletama" koje se čine prihvatljivijima od kokaina. Stvarno, možemo li biti zadovoljni da ovisnost o kokainu zamjenimo s ovisnosti o tabletama za smirenje? U biti, to je ista priča kao i sa metadonom...



Terapijske zajednice pokušavaju rehabilitirati osobe ovisne o kokainu na način da ih suočavaju sa njihovom osobnosti te vlastitim mislima i osjećajima sa ciljem da otkriju svoje "ja". Još jedno pitanje se odnosi na društvene degradacije što je neprestano fotografirano od strane medija te čini plodno tlo za pojavu patoloških ovisnosti. Društvo je sve konkurentnije i traži visoke promjene, smanjenje kroničnog umora i fleksibilnost. Obitelji nisu spremne, možda zato što su previše zauzeti, da paze djecu koja imaju previše slobode, ali su malo odgovorna. Ukratko, kada razmišljamo o kokainu, mnogi nisu protiv kokaina, mnogi daju loš primjer sa kokainom (pa i političari), mnogi zatvaraju oči pred problemom, mnogi problem "rješavaju" sa drugim supstancama, a mnogi kao terapijske zajednice su ostavljene same da se bore protiv toga čudovišta našeg vremena.

* psihoterapeut u
Zajednici Mondo Nuovo



Droga - dio globalne industrije

Pripremio
Dražen Kukić *

Kokain je globalni posao, od kolumbijskih farmi kokaina do meksičkih kartela, crack kuća u Americi do kokainskih dileru po cijeloj Europi. Lanac trgovine kokainom proteže se cijelim svijetom.

Postoje osobe za koje je kokain način života. Pojedincima kokain donosi ogromno bogatstvo, a bijedu za milione ljudi. Svi su oni dio globalne industrije koja na drogi zaradi i do 300 milijardi dolara godišnje. Kokain je moćan stimulans koji pruža osjećaj intenzivnog zadovoljstva koji se koristi u dva osnovna stanja. Jedan je kokain u prahu kojeg koriste i obožavaju većinom u Europi te mnogi pogrešno vjeruju da ne stvara ovisnost.

Drugi je crack, kokain koji je u kamenom obliku i koristi ga uglavnom sirotinja u sjevernoj Americi. Stvara intenzivno zadovoljstvo i bijeg iz realnosti u kojoj se obično sirotinja i nalazi, ali sve to traje jako kratko. Mnogi koji žive u takvim sredinama osuđeni su da budu dileri, ostavljeni od roditelja koji su ovisni o cracku te ih odgajaju bande.

Crack stvara brzu i jaku ovisnost pa dileri često ne mogu stići pokriti potražnju, a ovisnici o cracku su toliko ovisni da nemaju razumijevanja, agresivni su i spremni na sve pa čak i na ubojstvo.

S druge strane Atlantika, u Europi crack kokain nikad nije bio popularan. Europljani više uživaju u kokainu u prahu, a Velika Britanija ga koristi više od svih ostalih nacija Europe. Činilo se da se na kokainu može raditi, a i zabaviti pa je uskoro postao glavna droga srednjeg staleža Velike Britanije. U Velikoj Britaniji godišnje se konzumira 42 tone kokaina u prahu. Kokain koji dolazi u Europu proizvodi se u Kolumbiji te se brodovima šalje u jugozapadnu Afriku, a zatim se prevozi do Maroka i od tamo ide u Španjolsku te se iz Španjolske brodovima prevozi u druge europske države.

Kokain koji je namijenjen za američko tržište dolazi iz Kolumbije preko Meksika. Samo u Americi na prodaji kokaina se zaradi 50 milijardi dolara godišnje.

Unutar meksičkih kartela ubijanje ljudi je svakodnevna pojava jer novaci koji se regrutiraju dokazuju svoju lojalnost ubijanjem, a jedini način da bi se iz takve organizacije izašlo je da budeš ubijen, "s ubojstvom se ulazi, s ubojstvom se izlazi". Novac zarađen na kokainu financira bolivijsku vojsku, gerilske ratove u Nikaragvi, Kolumbiji i prijeti stabilnosti cijele meksičke države. Zbog kokaina u Meksiku vlada nasilje jer karteli ratuju između sebe za prevlast nad američkim tržištem. Meksički kokainski ratovi koštali su Meksiko 20 000 ljudskih života. 2006. godine sve se mijenja jer novoizabrani predsjednik Felipe Calderon obećava da će spriječiti kartele u trgovini kokainom. Uz pomoć policije i vojske Calderon lomi kartele te uhiće najveće ljude unutar kartela što dovodi do još većeg vala nasilja jer karteli bez šefova počinju još veću borbu da bi ostali jaki i zadržali moć. Rat između kartela i vojske je postao brutalan te je u nekoliko slijedećih godina ubijeno 15 000 ljudi. Međutim, bez obzira na sve što meksički predsjednik poduzima u ratu protiv kartela 50 milijardi dolara vrijedan kokain i dalje svake godine prelazi preko granice.

**DROGA
NO GRAZIE**





...nigdje i nikad se neće moći spriječiti protok droge i gdje bude potrebe za drogom tu će droga dolaziti. Da bi potražnja prestala moramo hitno napraviti neke promjene, a te promjene moramo početi raditi na nama samima jer u protivnom još će proći dugo vremena kad će biznis koji leži na kokainu biti stvar prošlosti.

Kokain je droga koja ima razarajuće posljedice, ovisnici o crack-u prolaze kroz svakodnevni pakao. Euforija koja se doživi prvim dimom povučenim iz lule za pušenje crack-a uvijek je najjača, a korisnici počinju da puše sve više kako bi ponovili taj prvi dim, ali to više nije moguće ponoviti. Crack stvara tako veliku ovisnost da u vrlo kratkom roku osoba postaje rob droge, a njegov um i tijelo se raspadaju. Istraživanja koja su objavili "Ujedinjeni narodi" tvrde da širom svijeta postoji oko 20 miliona korisnika kokaina koji većinom šmrkaju kokain. Ljudi vole tu drogu jer pruža intenzivno zadovoljstvo bez gubitka kontrole, ono naravno dolazi kasnije. Za razliku od heroinskih ovisnika korisnici kokaina ne padaju u stanje pospanosti, niti haluciniraju. Kada netko ušmreće "crtu" kokaina, on ulazi u krv, krv juri do centra u mozgu koji je zadužen za zadovoljstvo, gdje potiče izlučivanje velike količine dopamina, a to u čovjeku izaziva euforiju.

Nova istraživanja u "Brookhaven National Laboratory" došla su do nevjerojatnih podataka, vršili su eksperiment kako bi se otkrila prava priroda ovisnosti o kokainu. Do kasnih osamdesetih godina prošlog stoljeća mnogi političari i znanstvenici su tvrdili da kokain ne stvara ovisnost, a nova istraživanja su pokazala da su u krivu. U jednu prostoriju su stavili grupu štakora sa dostupnim kokainom, a u drugu sa heroinom. Nakon nekog vremena grupa kojoj je bio dostupan heroin bili su "mirni", a grupa kojoj je bio dostupan kokain bila je mrtva. Doslovce su uzimali toliko kokaina do te točke da nijedan nije preživio. Scat snimanje mozga pokazuje da kokain mijenja strukturu mozga i funkcije mozga se mijenjaju do razine patološkog ponašanja. Snimanjem mozga bivših ovisnika kokaina dolazi do nepravilnosti te sam razgovor o kokainu luči dopamin u mozgu.

Nova istraživanja dokazuju da je kokain toliko opasan da samo gledanje slike nekoga tko konzumira kokain može navesti ovisnika na recidiv.

Zakon ovisnike o kokainu tretira prije kao kriminalce nego kao očajne ovisnike koji se ne uspijevaju izvući iz tog kruga ovisnosti. Sve države svijeta smanjuju fondove kojima bi osigurali liječenje, a povećavaju fondove za izgradnju novih zatvora.



Rezultat je da je milion ljudi širom svijeta Rosuđeno na izdržavanje zatvorske kazne zbog svoje ovisnosti koštajući porezne obveznike milijarde dolara. Osobe koje se ne "ligeče" od svoje ovisnosti bez obzira na sve godine provedene u zatvoru čim izađu na slobodu ponovno se "navuku", te vrlo brzo ponovno završe u zatvoru.

Zadnjih 25 godina vlade svijeta se bore protiv kokaina. U Kolumbiji svake godine bude ubijeno oko 400 pripadnika specijalnih postrojbi koje su namijenjene isključivo za pronaalaženje i uništavanje kokainskih laboratorijskih. Bez obzira na sve napore proizvodnja kokaina je danas jednaka onoj od prije dvadeset godina.

Zaključak je da nigdje i nikad se neće moći spriječiti protok droge i gdje bude potrebe za drogom tu će droga dolaziti. Da bi potražnja prestala moramo hitno napraviti neke promjene, a te promjene moramo početi raditi na nama samima jer u protivnom još će proći dugo vremena kad će biznis koji leži na kokainu biti stvar prošlosti.

* Podatci iz dokumentarnog filma "Drug Incorporated", National Geographic



SVJETIONIK

Struka i Zajednica

Sedam psiho-edukativnih koraka za napredak i mjenjanje samoga sebe

Don Josip Bošnjaković
svećenik, spec. psihoterapije

Temeljeći se na integrativnom pristupu psihologije odgoja i kliničke psihologije predlažemo nekoliko konkretnih koraka kako je moguće pomoći mladima da se razvijaju i rastu kako bi postali samostalni, sposobni preuzeti odgovornost za ono što čine, smanjiti isključivost te povećati fleksibilnost i spontanost u njihovim međuljudskim odnosima.

1. POJASNITI TRENUTNU PERCEPCIJU SEBE SAMIH

Prvi korak koji predlažemo za rast i razvijanje mladih osoba je pojašnjavanje i istraživanje svijeta u kojem se oni kreću. To se vježba kroz empatiju: prepoznati i osmisliti trenutnu situaciju i prošlost mladih osoba koja ima oslobođujuće učinke na njih budući da se iznosi na vidjelo ono što su živjeli, mislili i osjećali. Time, tzv. privatne tajne koje mladi s poteškoćama često nose u sebi nisu više "monstrumi" koji vrebaju iz mračnih kutaka osobnosti nego postaju tema razgovora i na taj način mlada osoba uči se suočavati sa samom sobom. Jednostavno prisjećanje neke traume - bez obzira je li se ona uistinu dogodila ili nije - može imati plodonosne učinke na zdravlje osobe (Benjamin, 2004). No kako bi se to dogodilo potreban je ambijent u kojem se osoba osjeća prihvaćenom, kao npr. Komuna ili Zajednica, i gdje je moguće suočiti se s traumom.

Podržavati i stvarati ozračja i "prostore" sigurnosti omogućava mladoj osobi kako bi se izrazila i iznijela svoje boli i poteškoće, sumnje i zamršenosti, osjećajući upravo ta ozračja i "prostore" kao sigurna mjesta jer tada osjeća da se može nadati nečem boljem.

2. POVIJEST - ISPRIČANA ILI OPISANA

Drugi psiho-edukativni korak bi bio znati razlikovati događaje koji su se uistinu dogodili od načina kako mlade osobe prepričavaju događaje koji su im se dogodili u životu. Znamo kako često se "povijest" prepričava i da nije samo pisana i upravo zbog toga postoje razne interpretacije jednih te istih događaja (Weinrich, 2001).

Ono što nas zanima na području odgoja jeste kako mladi vide pojedini događaj, a ne objektivnost samoga događaja, ili na koji način oni prepričavaju svoju "povijest". Upravo u Komuni-Zajednici potiče se mlade osobe kako bi u grupama prepričali svoju povijest i poslije također da napišu istu "povijest".

Smatramo bitnim načelo da stvari koje su nam se dogodile u životu ne možemo mijenjati, no možemo mijenjati naš stav prema događajima našega života. To je načelo koje se smatra povlasticom ljudskog bića budući da posjeduje duh koji ostaje slobodan i u vrlo teškim okolnostima života. U procesu prepričavanja svojih "povijesti" bitnu ulogu imaju osobe kojima su povjereni mladi budući da kulturni ambijent i međuljudski odnosi imaju velike učinke i posljedice na mlade osobe.





...Naš princip rada i promišljanja temeljimo na međuljudskim načelima i smatramo kako rad u grupi ima temeljno značenje u razvijanju veće spontanosti i fleksibilnosti među mladim osobama budući da osoba ima mogućnosti čuti, vidjeti i doživjeti kako se drugi susreću s vlastitim pogreškama u prošlosti.

Upravo zbog toga je bitna uloga operatera u Komuni-Zajednici, koji i zbog vlastite "povijesti" i prošlosti kao ovisnici mogu poticati i ohrabrivati druge pokazujući razumijevanje i potičući povjerenje.

3. RAZLIKOVATI POGREŠKU OD OSOBE KOJA JE UČINILA POGREŠKU

U ovom trećem psiho-edukativnom koraku želimo pojasniti kako se mogu koristiti riječi kada se radi s mladim osobama i njihovim "povijestima". U Komunama-Zajednicama postaje još nužnije biti oprezan na koji način koristimo i razlikujemo riječi. Preporuča se npr. koristiti glagole a ne imenice budući da se kroz glagole govori o procesu i tijeku neke radnje a kroz imenice često se govori o već gotovim činima. Npr. ako kažemo mladoj osobi - Ti si žalostan - govoreći tako stavili smo etiketu žalosti na osobu i zatvorili ga u kategoriju tuge. Naprotiv ukoliko kažemo mladoj osobi Ti se osjećaš žalosnim - ovdje postoji mogućnost kako bi se osjećaj mijenjao, pojačavao se ili slabio. Drugi primjer je npr. Obuzela te je ljutnja (imenica) - Ljutiš se (glagol). Ljutnja (imenica) u ovome smislu može postojati ili može ne postojati. Naprotiv kada se netko ljuti (glagol) tada se može više ili manje ljutiti, ili može ići do toga kako bi se osoba prestala ljutiti - postoji dakle stupnjevanje u slučaju kada se koristimo glagolima.

U našem pristupu koristimo se načelom da skinemo teret krivnje s leđa mlađih osoba koju često osjećaju zbog onoga tko su i što su a ne zbog onoga što su učinili. Dakle potiče se preuzimanje odgovornosti za svoja djela, imajući na pameti da svaka osoba ima jednako dostojanstvo. Razlikujemo djela od osobe koja je ta djela učinila. Skinuti krivnju zbog toga tko su i što su mlađim osobama pomaže otvoriti prostore nade, vrednovati njih kao osobe vrijedne povjerenja.

4. PREDLOŽITI ALTERNATIVE U PERCEPCIJI SEBE SAMIH

Pronalaziti i stvarati nove i drugačije poglede na same sebe je već po sebi jedan terapeutski princip budući da pomaže osobama oslobađati se od predrasuda o sebi samima. Često zbog vrlo teškoga života i prošlosti mlađi se odupiru promjenama i razvijaju rigidne, krute načine i poglede na sebe same, na druge i svijet oko sebe te se time protive fleksibilnim pogledima koji su ipak funkcionalniji za jedan osmišljen i uravnotežen način življenja. Kruti pogledi na same sebe, na svijet i na druge, često su načini kako osoba sebe pokušava obraniti i imaju opravdanje za dotadašnji život mlađe osobe, no ti načini postaju nefunkcionalni kada se osobi želi pomoći u resocijalizaciji.

Budući da temeljimo naš princip rada i promišljanja na međuljudskim načelima smatramo kako rad u grupi ima temeljno značenje u razvijanju veće spontanosti i fleksibilnosti među mlađim osobama budući da osoba ima mogućnosti čuti, vidjeti i doživjeti kako se drugi susreću s vlastitim pogreškama u prošlosti.

Pokazalo se vrlo korisnim kada npr. odgojitelji - psiholozi, operateri i odgovorne osobe - hrabre mlađe osobe kada se nalaze u razgovoru u grupi da pronađu pozitivne karakteristike u drugim osobama s kojima se susreću i s kojima žive (Heisig, 2010). To doprinosi stvaranju ambijenta prihvaćanja i razumijevanja što pomaže mlađim osobama kako bi se susreli i s vlastitim negativnim karakteristikama i djelima.

Smatramo kako poticanje i vođenje mlađih osoba u smjeru razvijanja novih načina u percepciji sebe samih ima kao posljedicu i drugačije ophodjenje prema drugima osobama s kojima se susreću. To je proces postepenog oslobađanja koji je time lakši ukoliko postoji podrška drugih osoba.



* nastavak sa prethodne stranice



5. RADEĆI ZAJEDNO SA DRUGIMA SE UČI

Kako bi se nešto naučilo potrebno je pokušati i primjer, odnosno provesti u djelo ono što se naučilo u teoriji. Nakon toga je moguće iz iskustva vidjeti koji su rezultati samog djelovanja utemeljenog na teoriji i tako stvarati nove poglede. Budući da u našem teoretskom pristupu veliku važnost dajemo međuljudskim odnosima smatramo kako je ciklus koji mlade osobe prolaze u Komuni vrlo prikladan način za učenje kako djelovati zajedno s drugima. No s obzirom da čovjek uči cijeli život, u zajedništvu s drugima potrebno je i vrijeme kako bi se čovjek mijenjao. U tom smislu reći jednoj osobi kako je dobra, uspješna, intelligentna može biti malo vjerodostojno jer su vrlo često mlade osobe u Komuni jer nemaju - ili nisu znali kako razvijati - takve karakteristike i sposobnosti.

Upravo zbog toga je bitno u komuni stvarati takvo ozračje gdje mlade osobe mogu se vježbati u tome da postaju uspješniji u djelovanju, odgovorniji u dobroti prema sebi i drugima, intelligentni u odnosima prema sebi i drugima, u biranju između dobra i zla. Stjecanje raznih vještina se ravna po staroj poslovici - radeći se uči. Radeći nešto u praksi s osobom daje nam za pravo kasnije i reći toj osobi - djelo koje si učinio je dobro, intelligentno, kreativno, odličan plod rada koji si učinio s drugima zajedno u Komuni. I na taj način se uči razlikovati osobu od onoga kakva je uistinu od onoga što osoba čini i radi. Ponavljamo kako je načelo da je osoba po sebi vrijedna poštovanja, a djela koja čini treba razlikovati od njezinog dostojanstva koje ostaje i kada djela koja čine vrijedaju to dostojanstvo.

6. ZADOBITI I STEĆI POVJERENJE U SEBE SAME I U DRUGE

Smatramo kako je jedna od bitnih tema zadobivanje povjerenja od mlađih osoba i u mlade osobe, povjerenja koje je tijekom života bilo povrijeđeno. Također vezano uz to poticajno je buditi povjerenje u sebe same među mlađim osobama u Komuni kao i prema drugim ljudima. Inače osobe koje su u svojoj prošlosti ili životnim pričama, doživjeli da su se odrasli prema njima ponašali osorno, grubo, s nerazumijevanjem, imaju poteškoća vjerovati u dobronamjernost drugih osoba. Njima nije lako razumjeti i vjerovati da postoje odrasli, i općenito druge osobe, koji im žele dobro u životu. Upravo zbog toga je bitno proučiti iz kakvog konteksta dolazi mlada osoba te im pomoći razumjeti što, gdje i kako su se naučili ponašati (empatički pristup). Nakon toga povjeravajući im razne dužnosti stvara se u mlađim osobama osjećaj samosvjesnosti i samopoštovanja. Razgovarajući potom o tom procesu koji se događa, mlade osobe razvijaju i sposobnost promatranja samih sebe u raznim obvezama i okolnostima.



...Kako bi se što više razvijalo samopoštovanje i poštovanje prema drugima korisno je upitati osobe kako bi se oni bili ponašali prema sebi samima kada bi imali određene poteškoće. Mlade osobe tako uče na afektivnoj i racionalnoj razini vidjeti sebe na jedan drugi i novi način...

Kako bi se što više razvijalo samopoštovanje i poštovanje prema drugima korisno je upitati osobe kako bi se oni bili ponašali prema sebi samima kada bi imali određene poteškoće. Što su željeli u tim trenucima, za čime su imali potrebu (Benjamin, 2004)? Mlade osobe tako uče na afektivnoj i racionalnoj razini vidjeti sebe na jedan drugi i novi način. Razumjeti i postati svjesni kakvi procesi se tada događaju unutar njih samih je jedan od preduvjeta plodonosne promjene budući da nisu imali priliku u svojim obiteljima razgovarati o svojim poteškoćama i problemima, nisu doživjeli blizinu roditelja ili braće i sestara. Iznoseći na vidjelo i jasno definirajući svoje tjeskobe i poteškoće, mlade osobe stječu svijest od koga su učili i na koji način rasti u nepovjerenju i u nepoštivanju sebe samih, učeći ujedno tijekom boravka u Komuni nadilaziti barijere nepovjerenja i koristeći poticajne riječi i trenutke za vlastiti rast. Ova zadaća, po sebi samoj vrlo zahtjevna i dugo-trajna, se posebno odnosi na operatere koji svakodnevno žive i kreću se među mladim osobama u Komuni.



7. DATI POZITIVNE POVRATNE INFORMACIJE MLADIMA

Dati pozitivne povratne informacije (feed-back) mladim osobama znači pokazati interes za njihove živote te da postoji netko tko ih slijedi u njihovom osobnom rastu. Na koncu jedne godine ili određenoga vremenskoga perioda davajući povratne informacije mladima - kao što je podjeljivanje odgovornosti u Komuni - stvara se ambijent u kojem se mlada osoba počinje osjećati sigurnijom. Ujedno se program u Komuni ne gleda kao program koji treba pod svaku cijenu obaviti, nego kao tečaj s određenim ciljevima u kojem se pri završetku promatra do koje točke je došao pojedinac u tome ciklusu Komune. Povratna informacija se može dati u generalnim crtama većoj grupi no savjetuje se dati povratne informacije i pojedinačno osobama u susretu s njihovim operaterima, psiholozima, ili općenito osobama koje ih prate u njihovom hodu.

PRIJEDLOG:

Psiho-edukativne korake moguće je primjenjivati na razne načine. Jedan od mogućih načina bi bilo kroz jedan tjedan u mjesecu svaki dan pokušati posvjećivati, razgovarati i primjenjivati po jedan psiho-edukativni korak. I u tome je potrebna fleksibilnost primjene.



SVJETIONIK

Društvo i Zajednica

Kako pomoći pri reintegraciji ovisnika u društvo

Aleksandra Janjić
voditeljica ureda OGI, Drniš



Nezaposlenost i visoka stopa radne neaktivnosti najvažniji su uzroci siromaštva i socijalne isključenosti. Početkom 90-tih Europska unija je kao prioritet odredila zapošljavanje i socijalna pitanja te je u skladu s tim na sastanku u Luksemburgu 1997. pokrenula Europsku strategiju zapošljavanja sa ciljem da EU do 2010. postane najkonkurentnije i najdynamičnije gospodarstvo svijeta temeljeno na znanju. Republika Hrvatska je u skladu s EU strategijama na području zapošljavanja i socijalnog uključivanja dugotrajno nezaposlenih donijela Zajednički memorandum o socijalnom uključivanju - JIM 2007. godine kojim kao jedan od ključnih izazova ističe i razvoj inkluzivnog tržišta rada i promicanje zapošljavanja kao prava i mogućnosti za sve građane. Time se želi posvetiti veća pozornost stvaranju mogućnosti zapošljavanja za nujgroženje i najranjivije skupine na tržištu rada.

Posebno se ističe potreba za prelaženje s pasivnih mjera podrške (materijalna pomoć) na aktivne oblike pomoći ovim skupinama.

Ovo je osobito bitno za RH jer je veliki broj radno sposobnih korisnika u sustavu socijalne skrbi dugo vremena nezaposlen. Ovim Memorandumom su, u okviru ranjivih skupina, definirani i ovisnici o drogama te se ističe važnost resocijalizacije ovisnika i njihovo ponovno uključivanje u društvenu zajednicu, posebno u područjima razvijanja socijalnih vještina, poticanja izobrazbe i zapošljavanja. RH je donijela i Zajednički memorandum o prioritetima politike zapošljavanja - JAP 2008. te Nacionalni plan za poticanje zapošljavanja 2009/10 . U njima su također istaknuti kao strateški ciljevi i rješavanje problema dugotrajne nezaposlenosti, a posebno se ističe podrška ranjivim skupinama u koje ulaze i liječeni ovisnici. Dugotrajna nezaposlenost dovodi do siromaštva, a siromaštvo do socijalne isključenosti. Socijalna isključenost je višedimenzionirani proces koji slabi povezanost pojedinca i zajednice, a osobe mogu biti isključene iz pristupa dobrima, uslugama, sudjelovanja na tržištu rada, iz ostvarivanja ljudskih i socijalnih prava.

U RH se godišnje u sustavu liječenja od ovisnosti o drogama registrira oko 6000 osoba. Tako je tijekom prve polovice 2009. liječeno 7 506 ovisnika od kojih je 5 832 ovisnika o opijatima. Najviše liječenih ovisnika na 100 000 stanovnika je imala Zadarska županija (567,1). Šibensko-kninska županija je također pri samom vrhu sa 340 liječenih ovisnika na 100 000 stanovnika. Razlog velikog broja ovisnika na ovim područjima leži i na posljedicama rata koje uzrokuju besperspektivnost, pogotovo kod mladih, povećan broj liječenih od PTSP-a i drugih poremećaja uzrokovanih ratnim događanjima, nezaposlenost, siromaštvo i nedostatak društvenih događanja u ruralnim zajednicama zaleđa.

Ovisnost o drogama ima štetne posljedice za pojedinca, ali i za njegovu obitelj te društvo u cjelini. Stoga je liječenje ovisnika složen proces koji obuhvaća i period nakon izlaska iz terapijske zajednice, penalnog sustava i zdravstvene ustanove tj. resocijalizaciju i socijalno uključivanje kroz različite aktivnosti.



Tijekom trajanja projekta 20 nezaposlenih liječenih ovisnika je završilo ECDL tečaj koji su pohađali korisnici Terapijske zajednice Mondo Nuovo, ali i dugotrajno nezaposleni liječeni ovisnici prijavljeni na HZZ-u. Terapijska zajednica je opremljena sa šest novih kompjutera te se njeni korisnici od ove godine mogu i informatički opismenjavati. Ujedno smo organizirali savjetovanje o vještinama traženja posla te radionice o samozapošljavanju i socijalnom poduzetništvu.

Najznačajniji dio tog procesa je iznalaženje zaposlenja i stručno osposobljavanje ovisnika za određena zanimanja kao preduvjet njihove afirmacije u društvu. Veliki broj ovisnika se nakon liječenja nalazi u socijalnoj izolaciji jer nemaju potporu obitelji i institucija, nemaju posao i potrebna znanja i vještine za uključivanje na tržište rada te nemaju društvo i prijatelje koji ne koriste drogu. Također je potrebno smanjiti predrasude poslodavaca i radne sredine prema ovisnicima jer to otežava njihovo socijalno uključivanje te pospješuje recidiv liječenih ovisnika.

Organizacija za građanske inicijative u partnerstvu sa Terapijskom zajednicom "Mondo Nuovo", HZZ - Područnim uredom u Šibeniku te Općinom Kistanje je 03.12.2010. započela provedbu projekta "FENIKS - projekt socijalnog uključivanja liječenih ovisnika" kojeg financira Europska unija iz sredstava programa IPA "Razvoj ljudskih potencijala - Uspostava podrške u socijalnom uključivanju i zapošljavanju socijalno ugroženih i marginaliziranih skupina". Projekt traje 12 mjeseci, a aktivnosti projekta provodit će se na području Šibensko-kninske i Zadarske županije. Opći cilj projekta je poticanje socijalnog uključivanja dugotrajno nezaposlenih korisnika socijalne pomoći kroz uključivanje liječenih ovisnika na tržište rada.

Specifični ciljevi projekta su doprinos poboljšanom zapošljavanju i uključivanju na tržište rada liječenih ovisnika na području Šibensko-kninske i Zadarske županije te jačanje uključenosti liječenih ovisnika u život zajednice.

Projektom smo obuhvatili oko 20 korisnika Terapijske zajednice te oko 20 korisnika socijalne pomoći i dugotrajno nezaposlene liječene ovisnike.

Tijekom trajanja projekta 20 nezaposlenih liječenih ovisnika je završilo ECDL tečaj koji su pohađali korisnici Terapijske zajednice, ali i dugotrajno nezaposleni liječeni ovisnici prijavljeni na HZZu. Terapijska zajednica je opremljena sa šest novih kompjutera te se njeni korisnici od ove godine mogu i informatički opismenjavati. Ujedno smo organizirali savjetovanje o vještinama traženja posla te radionice o samozapošljavanju i socijalnom poduzetništvu. Ove aktivnosti su obuhvatile korisnike Terapijske zajednice. U tijeku je tečaj stranih jezika koje također pohađa oko 20 korisnika te tečaj za knjigovođe, web dizajn i grafički dizajn za deset korisnika.

Uz rad sa liječenim ovisnicima, dio aktivnosti smo usmjerili ka senzibiliziranju javnosti za problem resocijalizacije liječenih ovisnika. U tu svrhu smo organizirali kampanju "Radim - dakle postojim" u cilju ukidanja predrasuda u svezi zapošljavanja liječenih ovisnika. Također smo organizirali četiri tribine (Drniš, Knin, Zadar i Šibenik) za građane i dvije radionice za poslodavce (Zadar, Šibenik). U cilju uključivanja liječenih ovisnika u zajednicu, organizirali smo i akciju darivanja voćem starih i nemoćnih za Međunarodni dan starih na području Općine Kistanje.

Uz ove aktivnosti, tijekom trajanja projekta, započeli smo i suradnju s udružama "Porat" iz Zadra i "Prijatelj" iz Šibenika koje se bave podrškom u procesu resocijalizacije liječenih ovisnika. Ove dvije udruge

u partnerstvu sa Terapijskom zajednicom su napisale novi projekt u okviru IPA natječaja sa ciljem nastavka započetih aktivnosti.

Također je provedba ovog projekta ojačala kapacitete ovih udruga u cilju korištenja fondova EU te otvaranja novih radnih mjesta za sve koji uspješno završe proces liječenja od ovisnosti.





ŠVJETIONIK

Život u Zajednici

Dnevnići...

Isječci iz svakodnevnoga života Zajednice. Na stranicama dnevnika koje dečki pišu svakoga dana iznose svoje osjećaje, strahove, probleme, želje i sve one stvari koje svakodnevno žive i proživljavaju



Danas je došao Sandro i razgovarao je sa Umbertom i Angelom i sada mi se čini da su puno mirniji. Angelo je i razgovarao sa svojom curom. Nadam se da će pronaći obojica mir ovdje u zajednici. Ja se osjećam dosta dobro, ali mi ostali kažu da sam ponekad previše nervozan. Tada mi dolazi pitanje da li sam uistinu "pukao" i da li sam stvarno nervozan ili samo ja to ne vidim kao oni.

Blaženko, 25.08.2011

Danas se osjećam dosta dobro i imao sam volju za napraviti sve što sam trebao. Sa Antonijom sam razgovarao jer sam ga video da nije baš najbolje, da nema volje i snage za naprijed. Pokušao sam mu dati poneki savjet i nadam se da sam uspio. Čitavi dan sam se osjećao pričineno miran i zadovoljan.

Danijel G., 26.07.2011

Dan je protekao mirno. Danas su došli moji roditelji i dobro sam se osjećao razgovarajući sa njima. Jedino što me uzrujalo danas su poneke stvari i situacije koje ponekad uzrokuju poneki dečki. Trudim se ostati miran, ali ponekad ne uspijevam posebno kada vidim da neki nemaju poštovanja prema zajednici i prema svima ostalima koji se trude poštovati zajednicu i njezina pravila.
Molitva za Sandra i za Kristinu.

Vlado, 11.08.2011





Pronaći svoj put u životu

Ivan M.

Prije dva mjeseca ušao sam u zajednicu Mondo Nuovo u Nuniću. Zovem se Ivan i bivši sam ovisnik o kokainu. Kokain sam prvi put probao sa devetnaest godina na maturalnoj zabavi, do tada sam znao samo iz magazina ili stručne literature kako bi neke vrste droga trebale djelovati. Te večeri kada sam prvi put probao kokain čekao sam na neku reakciju svoga tijela, ali meni se učinilo kao da mi ništa ne djeluje. Kokain, inače u normalnim dozama djeluje da se osjećaš jako uzbudeno, daje lažnu sigurnost, osjećaš se jakim i zna se desiti da bez prestanka pričaš i voliš biti u centru pažnje. Kako sam ja, kao osoba, jako hiperaktivan i nemiran, kokain je to još više potencirao tako da uopće nisam shvatio da sam već totalno pod dozom. Nakon te večeri dosta je vremena prošlo bez da sam i pomislio na kokain. Međutim, poslije uz društvo koje je koristilo kokain, sve više i više sam se uvalio u tu ovisnost. U mojoj društvu bilo je normalno koristiti kokain čak bi rekao da je to bilo "in". Jako brzo sam postao psihički ovisan o kokainu jednostavno sam se bolje osjećao s tom drogom i nisam na početku ni primijetio koliko sam novca potrošio na kokain i da sam na poslu oslabio i da me samo zanimala slijedeća doza kokaina. Imao sam prilika uzeti i heroin, ali sam znao da te heroin jako brzo učini fizički ovisnim pa nisam od straha ni počeo tu drogu koristiti. Da sam znao da psihička ovisnost o kokainu nije nimalo različita od fizičke ovisnosti o heroinu možda ne bi nikada ni probao nijednu vrstu droge.

Na kraju je sve došlo kako je trebalo doći. Izgubio sam posao, izgubio sam društvo te sam razočarao roditelje i uži krug svoje obitelji.



Zadnja mogućnost za mene je bila zajednica te se nadam da će ovdje, u zajednici, otkriti uzroke svoje ovisnosti, naučiti živjeti bez droge te pronaći svoj put u životu koji će se zasnovati na odgovornosti.



Danas sam sretan čovjek

Danijel S.

...Danijelova priča je priča o nekome tko je ponovo vratio izgubljenu vjeru u sretan život...



Z ovem se Danijel i bivši sam ovisnik o drogi i alkoholu te se nalazim u zajednici Mondo Nuovo koja se bavi pomaganjem i liječenjem ovisnika o drogi, alkoholu i kocki. Osobno nikada se nisam zamišljao u zajednici niti sam vjerovao da mi može pomoći, već sam je zamišljao kao da je to jedna vrsta vojske ili zatvora, ali samim ulaskom u zajednicu ostao sam iznenaden i odmah sam shvatio da su moja prijašnja uvjerenja i mišljenja bila potpuno pogrešna. Da budem iskren ušao sam u zajednicu zato što su moji roditelji željeli tako i zato što više nisam imao gdje, a ne zato što sam ja to želio. Isto tako odmah sam video da sam ušao u jedan potpuno novi svijet, svijet ljubavi, prijateljstva i nade da se može boriti i pobijediti problem ovisnosti za koji sam prije mislio da je nemoguće. Istina da sam prvo vrijeme bio skeptičan prema svemu tome, ali kako je vrijeme prolazilo počeo sam vjerovati da ima nade i za mene.

U tome su mi puno pomogli dečki koji su se već neko vrijeme nalazili u zajednici i svojom blizinom i pozitivnošću pomogli su mi da prebrodim one najteže trenutke fizičke i psihičke apstinencije i uljevali mi novu nadu za sve ono što je ispred mene i što moram napraviti. Kako je vrijeme prolazilo i ja sam se svakim danom osjećao bolje sve dok se nisam jedan dan probudio sretan, pun entuzijazma i želje da se uhvatim u koštač sa životom. Drugim riječima prihvatio sam zajednicu kao svoj novi dom i jednu stvar koju moram napraviti ponajprije radi sebe, a onda za moje bližnje kojima sam svojim ponašanjem nanio puno болi i tuge i skoro im uništio život.

U zajednici se nalazim više od dvije godine i moram reći da sam danas sretan čovjek koji zna što hoće i želi od života, a zajednica mi je pomogla da shvatim da sam i ja sposoban za razne stvari za koje sam prije mislio da sam potpuno nesposoban i zbog toga sam bio nesretan i na neki način ljut te nisam video nikakvoga smisla u životu. Zajednica mi je pomogla da vratim onu izgubljenu vjeru u Boga, vjeru u druge osobe i ono najvažnije vjeru u sebe. Danas kada ulaze novi dečki i ja se trudim da im pružim ono sve što je potrebno da bi se osjećali kao ja kada sam ušao odnosno ugodno i prihvaćeno i trudim se da im svojim primjerom dam nadu i činim to od srca. U zajednici mislim ostati sve dok neću biti potpuno siguran u sebe i da više neću pokleknuti pred životom i svim usponima i padovima koje nosi život jer u zajednici sam naučio i još uvek učim da se oni ne rješavaju sa drogom i alkoholom nego se treba suočiti i boriti s njima kao jedna odgovor na i sigurna osoba.

Na kraju bi samo želio poručiti svima koji imaju isti problem neka dođu, vrata su im otvorena i da ima nade za njih kao i za mene te se zahvaliti Sandru, Ivani i svima onima koji su mi pomogli i još mi pomažu.



Moja borba je tek započela

Nikola N.

Ovisan o drogi, alkoholu, neiskren, pohlepan, gnjevan i usamljen, sve sam to bio do prije ulaska u zajednicu koja mi je otvorila vrata jednog novog svijeta, gdje sve to što jednoga čovjeka čini nesretnim se može mijenjati uz pomoć osoba koje su to već proživjele. Zovem se Nikola i imam 25 godina. U zajednicu sam ušao prije 16 mjeseci misleći ostati par tjedana i skinuti se sa najvećeg smeća ikada izmišljenoga "subutex-a". Bio sam u zabludi misleći da ću biti sposoban vratiti se u normalan život ako riješim fizičku ovisnost jer problem svakoga ovisnika je puno kompleksniji i ovisnik nije sposoban riješiti ga sam i bez pomoći zajednice. Ja sam sa 23 godine već uništio odnose s osobama kojima je stalo do mene jer sam ih sa svojim postupcima i ponašanjem natjerao da dignu ruke od mene jer ni oni sami nisu znali kako mi pomoći. U životu ništa materijalno nisam stvorio jer sve što sam imao je bilo namijenjeno za drogu i zabavu tako da sam veoma brzo završio na ulici snalazeći se na svakojake načine da bi došao do droge i alkohola.

Sa drogom i alkoholom sam bježao od osamljenosti, bez toga se nisam osjećao slobodno u razgovoru s drugim osobama. Stvarao sam si paranoje da im se normalan ne sviđam, da nisam zanimljiv, no kada sam ostao na ulici s time se nisam morao zamarati jer i ono malo ljudi što me je okruživalo je nestalo. Mojim ulaskom u zajednicu doslovce sam si spasio život, ovdje sam pronašao ljude koji će me prihvati ovakvoga kakav uistinu jesam, sa svim manama i kvalitetama. U zajednici s odgovornom ljubavlju i primjerima se pomaže ljudima koji su se izgubili da povrate one prave čovjekove vrijednosti koje su potrebne da bi čovjek bio zadovoljan i mogao voditi jedan smiren i dostojanstven život. Još me čeka puno poteškoća i problema koje moram riješiti pa čak i onih koji su izvan mogućnosti djelovanja zajednice, a to je otprilike dvije godine zatvora.



Ima ljudi koji misle da mi to može pomoći, da je to lijek za nas ovisnike no grijše jer jedino zajednica zna kako se boriti protiv ovisnosti i svih onih stvari koje su nas dovele do zlouporabe droga. To su stvari koje me guše i mnogo puta mi ne daju da budem ono što jesam iz straha od neprihvaćenosti ili predrasuda, a koje mogu rješiti samo ako otvorim srce, očistim se od svega lošega što ne dopušta dobrome da dopre do mene i oslobodi me od mržnje i bijesa koje ponekad osjećam prema samome sebi i svemu što me okružuje. Za mene je to velika poteškoća jer još i sada moje je srce zagađeno i mnogo puta pokleknem pred problemom i poželim odustati od svega, jednostavno se predati, ali neću. Još jedna stvar koja me mnogo puta obeshrabruje je činjenica da je moja borba tek započela i da se nastavlja i nakon zajednice. Stvari koje me tjeraju naprijed su sama zajednica koja vjeruje u mene i ogromna želja da jednoga dana osnujem vlastitu obitelj. U ovim trenucima ne osjećam se baš hrabro jer ću vjerojatno morati napustiti zajednicu jer netko kome je data moć da odlučuje o sudbinama drugih kaže da je za mene najbolja resocijalizacija u zatvoru, a ne u zajednici. Što vi mislite?

Zajednica Mondo Nuovo
Nunić bb, 22305 Kistanje
Tel: 022 - 785 8580 ; Fax: 022 - 785 8581
Mob: 098 - 610 609 ; 098 965 3206 ;
099 - 599 7638

SAVJETOVALIŠTA:

ZADAR: Josipa Jovića 1, Tel/Fax: 023 - 311 623

RIJEKA: Kresnikova 15, Tel: 098 - 610 609

ZAGREB: Maksimirска 12, župa Sv.Jeronima
Tel: 091 - 723 9385

BENKOVAC: Petra Zoranića 5A
(prostorije Crvenog križa)
Tel: 098 - 610 609 ; 098 965 3206