

Vilniaus universitetas  
Filosofijos fakultetas  
Sociologijos ir socialinio darbo institutas  
Socialinio darbo ir socialinės gerovės katedra

Linas Stankevičius

Socialinio darbo magistro studijų programa

Magistro baigiamasis darbas

**Pagalbos santykių ypatumai priklausomų asmenų terapinėje bendruomenėje**

Darbo vadovė: dr. Donata Petružytė

Vilnius, 2021

## TURINYS

<b>SANTRAUKA</b> .....	<b>3</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>4</b>
<b>IVADAS</b> .....	<b>5</b>
<b>1. TERAPINĖS BENDRUOMENĖS MODELIS IR SANTYKIŲ SPECIFIKA</b> .....	<b>9</b>
1.1. Terapinės bendruomenės modelis.....	9
1.2. Pagalbos santykiai terapinėse bendruomenėse .....	10
1.3. Socialinio darbuotojo vaidmuo pagalbos santykyje su klientu.....	12
1.4. Sąmoningas ir pasąmoningas pagalbos santykių lygmenys .....	14
1.5. Ribos terapiniuose pagalbos santykiuose .....	14
1.6. Galia terapiniuose pagalbos santykiuose.....	16
1.7. Terapinių bendruomenių tyrimų apžvalga.....	18
<b>2. TYRIMO METODIKA</b> .....	<b>20</b>
2.1. Autoetnografija.....	20
2.2. Autoetnografija socialiniame darbe .....	20
2.3. Tyrimo procesas .....	22
<b>3. PATIRTIS TERAPINĖJE BENDRUOMENĖJE</b> .....	<b>25</b>
3.1. Aplinka ir pirmas įspūdis .....	25
3.2. Tikėjimas -Dievas .....	27
3.3. Terapinė bendruomenė.....	29
3.4. Priklausomybė .....	32
3.5. Klientai.....	33
3.6. Darbuotojai .....	38
3.7. Grupinis ir individualus darbas.....	45
3.8. Ribos .....	50
3.9. Jausmai.....	56
<b>IŠVADOS IR PASIŪLYMAI</b> .....	<b>60</b>
<b>LITERATŪROS IR ŠALTINIŲ SĄRAŠAS</b> .....	<b>62</b>
<b>PRIEDAI</b> .....	<b>68</b>
1 priedas. Pirmo susitikimo su Dominyku interviu kodavimas .....	68
2 priedas. Transkripcijos pavyzdys. Pirmas susitikimas su Dominyku .....	70
3 priedas. Lauko užrašai .....	82

## SANTRAUKA

Šis magistrinis darbas, tai badymas atlikti mokslinį tyrimą, kurio kilmė yra subjektyvi žmogiškoji patirtis. Patirtis, kurią, tyrėjo nuomone, svarbu pasidalinti su kitais. Patirtis neturi normatyvinės prigimties, kuria galima apibendrinti ir sudėlioti į stalčiukus. Toks veiksmas ją padarytų negyva, mes turėtume išrankioti viską kas yra subjektyvu: emocijas, jausmus, asmeniškų išgyvenimus. Patirtis visuomet yra tai, kas gyva, reaguoja į besikeičiantį pasaulį, kviečia nuolatiniam dialogui, kuriame iškyla mums aktualios prasmės. Autoetnografinis tyrimo metodas leidžia mums tyrinėti subjektyvią paties tyrėjo patirtį. Galima sakyti, kad tai geriausias būdas tyrinėti socialinio darbuotojo patirtis, per kurias atsiskleidžia socialinio darbo daugiasluoksniškumas ir sukuriama subjektyvi vertė. Juolab, kad šio darbo pasirinkta tyrinėjimo sritis, nors ir buvo kokybinių tyrimų objektas, tačiau autoetnografinis tyrimo būdas nebuvo naudojamas. Šio darbo tikslas: naudojant autoetnografiją ir atkuriant tyrėjo patirtį, kuri atsiskleidžia per pagalbos santykius priklausomų asmenų bendruomenėje, pažadinti skaitytojus (socialinius darbuotojus) savo patirčių tyrinėjimui ir refleksijai. Tuo būdu tyrimo objektu tampa paties tyrėjo patirtys su priklausomybę turinčiais asmenimis. Tyrimo medžiagai buvo naudojami, lauko užrašai ir interaktyvus interviu su tyrėju. Interaktyvus interviu, tai ne tradicinis interviu, tai daugiau bendros abiejų dalyvių pastangos suprasti temą. Šis interviu yra daugiau pokalbis, nei atsakymai į užduodamus klausimus.

Šis tyrimas parodė, kad autoetnografija, kaip kokybinių tyrimų rūšis turi savo ypatingą vietą tyrinėjant socialinio darbo lauką. Šio metodo dėka gali būti akumuliuojama labai asmeniška pagalbą teikiančių profesionalų patirtis, kurios refleksija esmingai prisideda prie socialinių darbuotojų tobulėjimo. Tyrimo metu buvo sukurtas asmeninis naratyvas, kuris skirtas socialinių darbuotojų savirefleksijai. Šiame tyrime buvo atskleistas pagalbos santykių daugiasluoksniškumas, abivalentiškumas, socialinio darbuotojo pažeidžiamumas.

## SUMMARY

This master's thesis is an attempt to conduct research whose origin is subjective human experience. Experiences that the researcher believes are important to share with others. Experience does not have a normative nature that can be summarized and put into drawers. Such an action would make her lifeless, we should pick out everything that is subjective: emotions, feelings, personal experiences. Experience is always what is alive, responding to a changing world, inviting to a constant dialogue in which meanings that are relevant to us emerge. The autoethnographic research method allows us to explore the subjective experience of the researcher himself. It can be said that this is the best way to explore the experience of a social worker, through which the multi-layered nature of social work is revealed and subjective value is created. Especially since the chosen field of research of this work, although it was the object of qualitative research, the autoethnographic research method was not used. The aim of this work is to awaken readers (social workers) for the exploration and reflection of their experiences by using autoethnography and recreating the researcher's experience, which is revealed through a community of dependents in a supportive relationship. In this way, the object of the research becomes the researcher's own experience with addicted persons. Research materials were used, field notes and interactive interviews with the researcher. An interactive interview is not a traditional interview, it is a more joint effort of both participants to understand the topic. This interview is more of a conversation than an answer to a set of questions.

This study showed that autoethnography, as a type of qualitative research, has its special place in the field of social work. Thanks to this method, the very personal experience of the professionals providing assistance can be accommodated, the reflection of which significantly contributes to the development of social workers. During the research, a personal narrative was created for the self-reflection of social workers. This study revealed the multi-layered nature of the aid relationship, the equivalence, and the vulnerability of the social worker.

## IVADAS

Šiuolaikinės priklausomybių terapinės bendruomenės (TB) evoliucija per pastaruosius 50 metų gali būti apibūdinama kaip judėjimas nuo ribinės prie pagrindinės asmenų turinčių priklausomybių paslaugos. Mokslinių tyrimų duomenimis yra nustatytas terapinės bendruomenės programos efektyvumas ir sąnaudų nauda (De Leon, 2013). Pagrindiniai terapinės bendruomenės principai yra susiję su kolektyvine atsakomybe, pilietiškumu ir įgalinimu. Visas procesas vyksta taip, kad asmeniui sąmoningai skatintų atsakomybę ir nuo gydytų nuo priklausomybės. Manoma, kad kiekveinas klientas yra individualus su savo stiprybėmis, silpnybėmis ir kūrybine energija, tuo pat metu tokio paties likimo asmenų grupė yra labai svarbi kuriant tvirtą terapinį aljansą (Stern, 2012). Kalbant apie prieraišumu pagrįstą terapinį požiūrį, galima sakyti, kad TB bando nutraukti ryšį su priklausomybe ir vietoj to nukreipti klientą bendravimui su kitais asmenimis. Vieni iš pagalbos teikėjų yra socialiniai darbuotojai. Tokiu būdu TB gali veikti, kaip saugus prieglobstis ir kaip saugi bazė, iš kurios vėliau galima pradėti naują (be priklausomybių) gyvenimą (De Leon ir Unterrainer, 2020). Terapinėse bendruomenėse asmenys yra apsaugomi nuo priklausomybių ir neigiamos aplinkos (Marlowe, 2013). Nors TB yra naudingos gydant nuo priklausomybių, tačiau dar daug reikia suprasti apie šį gydymo procesą. TB gyventojų požiūris į jų pokyčius gali padėti suprasti gydymo procesą. Tyrimais nustatyta, kad asmenys gydymo pabaigoje pakeitė požiūrį į save ir gyvenimą be priklausomybių (Janeiro, Ribeiro ir Miguel, 2018). Terapinės bendruomenės veikia individų elgesį, nes sukuriama saugi aplinka be trikdžių (Benjamin, Campbella, Cranmera, Dooganb ir Warrenc, 2019). Nuo tarpusavio santykių palaikymo priklauso ar priklausomybių turintis asmuo liks gydytis ar ne (Janeiro, Ribeiro, Faísca ir Lopez Miguel, 2018).

Šiuose bendruomenėse yra gydomas platus klientų ratas turintis įvairias priklausomybių rūšis: alkoholis, narkotikai, vaistai, lošimai. Priklausomybės yra psichinė liga (arba sielos liga), kuriai būdingos asmens problemos kontroliuojant savo elgesį ir emocijas. Priklausomybes turinčio asmens sveikimo procesas vyksta dalyvaujant socialiniam darbuotojui ir bendruomenei ar grupei (De Leon ir Unterrainer, 2020). Visame pasaulyje viena iš priklausomybių yra labiau stigmatizuojama nei kitos. Tyrimais nustatyta, kad visuomenės nepritarimas narkotikų vartojimui yra didesnis nei alkoholizmui at lošimams. Priklausomybių turintys asmenys yra atstumiami, dėl jų ydų. Jie yra stigmatizuojamai, o stigma yra gėdos ženklas (Pickard, 2017). Visuomenėje yra manoma, kad priklausomybė yra ne liga, o asmens nesugebėjimas elgtis, pagal nustatytas normas, ištižimas, tinginystė, apsileidimas. Siekiant vengti tokios neigiamos nuostatos visuomenė turi būti šviečiama, kad galėtų priimti išsigydžiusius priklausomybę turinčius klientus į pilnavertį gyvenimą. Klientams didelę reikšmę turi kuriami santykiai tarp tokio pačio likimo asmenų ir

socialinių darbuotojų. Asmuo padedantis priklausomybę turinčiam asmeniui, turi gebėti pelnyti jo pasitikėjimą, padėti jam megzti santykius su kitais žmonėmis. Teikiamas didelis dėmesys klientų psichologinėms žaizdoms gydyti, kurios siejasi su priklausomybe ir todėl reikalauja pradėti atkūrimo procesą, kuriam būdingi gyvenimo stiliaus ir tapatybės pokyčiai (De Leon ir Unterrainer, 2020). Tyrimais nustatyta, kad priklausomybių turintys asmenys labiau atsižvelgia į tokio pačio likimo žmones nei į pagalbą teikiančius darbuotojus. Tam įtakos gali turėti bendras asmenų suvokimas apie tas pačias problemas ir bendros patirtys (Doogan ir Warren, 2017). Priklausomybių turinčius asmenis veikia jų skirtumai ir panašumai, todėl socialinis darbuotojas turi mokėti atpažinti individualų kiekvieno kliento pagalbos prašymą (Venuleo et al., 2018).

Užsienio mokslinių tiriamųjų darbų ir straipsnių apie terapinės bendruomenės ypatumus, priklausomybę turinčius asmenis ir jų gyvenimą gydantis yra nemažai. De Leon yra pripažintas piktnaudžiavimo narkotikais ekspertas, kuris yra terapinės bendruomenės centro įkūrėjas. Jis yra parašęs 170 mokslinių straipsnių, 7 knygas ir monografijas susijusias su terapine bendruomene ir priklausomybę turinčiais asmenimis. Vienas iš naujausių jo mokslinių darbų su bendraautoriumi yra apie terapinės bendruomenės pokyčius, kaip ji laikui bėgant kito (De Leon ir Unterrainer, 2020) savo darbe rašė. Vanderplasschen et al. (2013) aiškinosi terapinės bendruomenės veiksmingumą. Po metų, Vanderplasschen et al. (2014) rašė apie dabar esančias terapines bendruomenes ir ateities galimybes, iššūkius. Dye et al. (2012) aiškinosi apie terapinės bendruomenės priežiūros prieinamumą. Debaere, Vanheule ir Inslegers (2013) atliko tyrimą, kurio metu stebėjo terapinės bendruomenės gyvenimą ir atliko kokybinį tyrimą. Pirmoji autorė visiškai pasinėrė į terapinės bendruomenės gyvenimą trims savaitėms ir išsiaiškino, kad šios bendruomenės yra svarbi priklausomybę turintiems asmenims. Janeiro, Ribeiro ir Miguel (2017) aiškinosi terapinės bendruomenės gyventojų pokyčių perspektyvas kiekvienoje iš trijų gydymo fazių. Clarke (2017) aiškinosi priklausomybę turinčių asmenų ir darbuotojų terapinės atsakomybės dalijimąsi ir klientų bendruomenės lūkesčių įgyvendinimą. Doggan ir Warren (2017) taip pat aiškinosi klientų sąveiką su darbuotojais ir kitais priklausomybę turinčiais asmenimis. Warren K., Hiance D., Doogan N., De Leon G. ir Phillips G. (2013) savo darbe rašė, kad svarbus bendravimas ir bendradarbiavimas bei apibūtinantis ryšys terapinėje bendruomenėje. Vėliau Doogan ir Warren (2017) aiškinosi pagalbos svarbą terapinėje bendruomenėje, kuri susijusi su abipusiškumu ir bendradarbiavimu. Warren et al. (2020) rašė apie bendruomenės kūrimą, kaip gydymo metu vystosi klientų socialiniai tinklai. Lietuvos mokslinės literatūros, apie priklausomybes turinčių asmenų gyvenimą terapinėse bendruomenėse, nėra pakankamai. Čaplinskas su bendraautoriais (2009) pateikė metodines rekomendacijas apie bendruomenės kuriose gydosi nuo narkotikų priklausomi asmenys, veiklos principus, taisykles, klientų priėmimą ir jų pareigas. Mieliauskaitė (2020) savo darbe rašė apie galios santykius ir religines praktikas

reabilitacijos institucijoje. Jasiukevičiūtė (2013) analizavo priklausomybės nuo alkoholio progresavimą ir asmens tapatumą. Čaplinskas ir Dragūnevičius (2008) analizavo priklausomybės ligomis sergančių asmenų reabilitaciją, kurio metu buvo išsiaiškintas sėkmingiausias sveikimo laikas nuo 12 iki 14 mėn. Daugiau analizuojamos pačios priklausomybės.

Pagalbos santykis yra dominuojantis santykis socialiniame darbe, tačiau jo fenomenologija (*fenomenas + gr. logos – protas*) iš socialinio darbuotojo perspektyvos dar nėra tapusi tyrinėjimo objektu. Pagalbos santykis priklausomų asmenų bendruomenėje tapo mano tyrinėjimo objektu. Asmeninės patirties intensyvumas ir transformuojantis poveikis paskatino šio darbo autorių tyrinėti patirtį šioje bendruomenėje. Čia susipina šio darbo autoriaus, kaip žmogaus, socialinio darbuotojo, psichoterapeuto patirtys, kurių refleksija potencialiai gali būti naudinga kitų socialinių darbuotojų patirties refleksijai. Šio tyrimo naujumą ir aktualumą nusako žemiau išvardinti kriterijai:

- Naujas žvilgsnis į pagalbos santykius terapinėje bendruomenėje.
- Tyrinėjama socialinio darbuotojo, o ne terapinės bendruomenės kliento patirtis.
- Atkurtas autoriaus patirties naratyvas gali būti naudingas socialinio darbo profesinei bendruomenei, kaip kvietimas ar įrankis asmeninių patirčių refleksijai.
- Autoetnografija – naujas pagalbos santykių tyrimo metodas.

Įprasta manyti, kad kiekvienas tiriamasis, mokslinis darbas prasideda nuo aiškiai suformuluoto klausimo, į kurį bus atsakyta ir taip mes įgysime naują supratimą. Vėliau šios žinios taps normomis, kurios padės naviguoti šiame daugiasluoksniame ir besikeičiančiame pasaulyje. Tačiau norma yra rigidiškas konstruktas neturintis savyje gebėjimo keistis, todėl laikui bėgant praranda savo aktualumą. Šis magistrinis darbas, tai badymas atlikti mokslinį tyrimą, kurio kilmė yra ne problemą iškeliantis klausimas, o subjektyvi žmogiškoji patirtis. Patirtis, kurią, tyrėjo nuomone, svarbu pasidalinti su kitais. Patirtis neturi normatyvinės prigimties, kuria galima apibendrinti ir sudėlioti į stalčiukus. Toks veiksmas ją padarytų negyva, mes turėtume išrankioti viską kas yra subjektyvu: emocijas, jausmus, asmeniškus išgyvenimus. Patirtis visuomet yra tai, kas gyva, reaguoja į besikeičiantį pasaulį, kviečia nuolatiniam dialogui, kuriame iškyla mums aktualios prasmės. Autoetnografinė tyrimo strategija leidžia mums tyrinėti subjektyvią patirtį išvengiant mokslo polinkio redukuoti tiriamąjį medžiagą, kad patvirtintume turimą hipotezę, t.y. atsakytume į iš anksto užduotą klausimą. Galima sakyti, kad tai geriausias būdas tyrinėti socialinio darbuotojo patirtis, per kurias atsiskleidžia socialinio darbo daugiasluoksniškumas ir sukuriama subjektyvi vertė. Juolab, kad šio darbo pasirinkta tyrinėjimo sritis, nors ir buvo kokybinių tyrimų objektas, tačiau autoetnografinis tyrimo būdas nebuvo naudojamas.

Šio darbo **tikslas:** naudojant autoetnografiją ir atkuriant tyrėjo patirtį, kuri atsiskleidžia per pagalbos santykius priklausomų asmenų bendruomenėje, pažadinti skaitytojus (socialinius darbuotojus) savo patirčių tyrinėjimui ir refleksijai.

#### **Darbo uždaviniai:**

1. Autoetnografinio tyrimo metodo, kaip proceso tyrinėjimai, siekiant įvertinti jo pritaikomumą socialiniame darbe.
2. Pagalbos santykių daugiasluoksniškumo, abivalentiškumo, socialinio darbuotojo pažeidžiamumo refleksija atkuriant asmeninės patirties naratyvą.
3. Asmeninio naratyvo sukūrimas, kuris tarnautų, kaip priemonė socialinių darbuotojų dirbančių su priklausomais asmenimis savirefleksijai.

#### **Tyrimo metodai:**

1. mokslinės literatūros analizė.
2. autoetnografija.

Šis magistrinis darbas, tai autoetnografinio metodo, kaip proceso tyrinėjimai, bei praktinis pritaikymas atkuriant šio darbo autoriaus patirtį atliekant praktiką priklausomų asmenų bendruomenėje. 2020 metų rudenį atlikta socialinio darbo praktika stacionarioje priklausomų asmenų bendruomenėje Vilniuje. Šio darbo autoriaus išgyvenimai ir patirtis atliekant praktiką yra susijusi su šio tyrimo metodo pasirinkimu. Tai buvo ne tik socialinio darbo praktika, terapiniai pokalbiai, patirtis savitoje bendruomenėje, taip pat tai buvo susitikimas su savimi.



# 1. TERAPINĖS BENDRUOMENĖS MODELIS IR SANTYKIŲ SPECIFIKA

## 1.1. Terapinės bendruomenės modelis

Ilgainiui terapinė bendruomenė (TB) buvo pritaikyta spręsti skirtingų socialinių grupių asmenų gydymo poreikius (De Leon, 2010; Sacks, McKendrick ir Hamilton, 2012). Klientai yra gydomi nuo priklausomybių ilgą laikotarpį. TB požiūris į asmenį skiriasi, nei kitose gydymo įstaigose (Vanderplassche et al., 2013; Sacks et al., 2012; De Leon, 2012). TB naudojama “bendruomenės, kaip metodo“ samprata, nes klientai aktyviai dalyvauja bendruomeniniame gyvenime ir terapiniuose užsiėmimuose. Užsiimdami įvairia veikla siekia individualių pokyčių (Dye et al., 2012; Vanderplasschen et al., 2013; Vanderplasschen et al., 2014). TB skatina klientus įvertinti savo asmeninį elgesį, padeda jie tapti labiau socialiais ir ugdo doro gyvenimo vertybes. Klientai yra mokomi sąžiningumo, atsakomybės, bendradarbiavimo (De Leon, 2015; Vanderplasschen et al., 2013; Vanderplasschen et al., 2014). Programos dalyviams sveikstant (atsižvelgiama į sveikimo etapus) bendruomenėje, jie įgauna didesnę asmeninę ir socialinę atsakomybę (De Leon, 2015).

Lietuvoje terapinėse bendruomenėse vyrauja stacionarios asmenų turinčių priklausomybių gydymo įstaigos (Subata ir Širvinskienė, 2012). Tokiose įstaigose yra taikoma Minesotos programa. Ją sudaro AA 12 žingsnių programa (Schwarz, 2016). Amram ir Benbenishty (2014) teigimu, užsienyje yra terapinių bendruomenių dirbančių ir pagal kitas programas. Galima pateikti šiuos pagrindinius terapinės bendruomenės aspektus (De Leon et al., 2012; De Leon, 2015; De Leon ir Unterrainer, 2020):

- Stacionarus gydymas, kuris vyksta ilgą laiką,
- Iš pradžių klientas yra apribojamas nuo aplinkos,
- Tokiose bendruomenėse norima, kad klientas įsitrauktų į bendruomeninį gyvenimą,
- Klientas mokosi iš kitų bendruomenės narių,
- Priklausomybę turintiems asmenis sudaryta dienotvarkė,
- Klientai žino kokios yra vertybės bei pareigų hierarchija TB,

Šioje dalyje toliau analizuojamas terapinės bendruomenės modelis, kuris naudojamas Lietuvoje.

Lietuvos TB klientai praleidžia nuo šešių iki pusantrų metų. Dažniausiai nėra lengva priimti sprendimą gydytis terapinėse bendruomenėse (Schwarz, 2016). Asmenys turintys priklausomybę atvykę gydytis turi sutikti su bendruomenės paruošta programa bei dirbti su ja. Dažniausiai bendruomenėje yra priimami sprendimai bendru susitarimu tarp pagalbos teikėjo ir

klientų. Asmenys gyvena saugioje aplinkoje, kurioje nėra dirgiklių skatinančių grįžti prie priklausomybių (Unterrainer et al., 2017).

Šiame darbe aprašytas tradicinis TB modelis. Tokioms bendruomenėms keliami valstybės reikalavimai ir reikalingas finansavimas. TB klientams skirta programa gali trukti 3, 6 ar 12 mėnesių. Kenčiantys nuo priklausomybių turi problemų ne tik dėl elgesio, bet ir dėl nuotaikų sutrikimo. Dvasinės ir moralinės problemos yra išreikštos psichologine, egzistencine prasme. Priklausomybę galima vertinti, kaip simptomą, o ne sutrikimo esmę. Tai gali būti vienas iš skirtumų tarp TB ir standartinio psichiatrijos stacionarinio gydymo (Unterrainer, Lewis, Collicutt ir Fink, 2013).

TB programos modelio pagrindas, jo išskirtinė metodika, bendruomenė kaip metodas ir ilgesnė nei įprasta gydymo trukmė yra atsigavimo galimybė (De Leon et al., 2012; De Leon, 2015; De Leon ir Unterrainer, 2020).

TB pagrindinis gydymo tikslas yra „pasveikimas“, kuris plačiai apibrėžiamas kaip tapatybės ir gyvenimo būdo pokyčiai. Šie pokyčiai apima susilaikymą nuo priklausomybių, teigiamų socialinių vertybių bei tinkamo elgesio ugdymą. Terapinėse bendruomenėse stengiamasi padėti asmeniui pasveikti ir fiziškai (jei reikia) ir psichiškai, bei grąžinti į visuomeninį gyvenimą (įgalinti). Daugumoje gydymo įstaigų naudojamas tik vienas ar keli sveikimo metodai, o TB naudojama visa sveikimo programa susidedanti iš daugelio dalykų.

Apibendrinant galima sakyti, kad terapinės bendruomenės modelis yra paremtas bendruomeniniu darbu. Pati TB veikia kaip metodas. Joje visi dalyviai yra įtraukiami į bendruomenines veiklas. TB pagrindinis tikslas yra padėti klientui suvokti savo priklausomybę, kaip ligą ir šmokti su šia liga gyventi blaivų ir pilnavetį gyvenimą. TB svarbiausia terapija yra pagalba iš kitų bendruomenės narių ir darbuotojų.

## **1.2. Pagalbos santykiai terapinėse bendruomenėse**

Kaip jau kalbėta prieš tai, TB laikosi „bendruomenės kaip metodo“ sampratos, kai kiekvienas klientas yra įtraukiamas į bendruomenines veiklas (Dye et al., 2012; Vanderplasschen et al., 2013; Vanderplasschen, Vandeveldė ir Broekaert, 2014). Terapinėse bendruomenėse svarbus socialinis mokymasis ir savitarpio savipagalbą. Kai kurie klientai prisiima dalį atsakomybės siekiant padėti kitiems priklausomybę turintiems asmenims. Ši pagalba kitiems vertinama kaip svarbi savęs keitimo dalis (DeLeon, 2015; Sacks et al., 2012). Taip pat svarbus pagalbos santykis klientams ir išėjus iš TB (Hendershot et al., 2011). Baigiant TB programą klientams padedama bendraujant su kitomis gydymo įstaigomis ir savipagalbos grupėmis. Šis veiksnys susijęs su koordinuotu rūpesčiu, kuris yra labai svarbus pagalbos komponentas (Sacks,

McKendrick ir Hamilton, 2012). Priklausomybę turintiems asmenims pagalbą teikia ne tik darbuotojai dirbantys terapinėse bendruomenėse, bet ir kiti klientai. Klientai išsako savo mintis, dalinasi savo patirtimi, požiūriu. Tokie pavyzdžiai padeda kitiems asmenims sveikimo etapuose (Warren et al., 2013). TB veikla - įskaitant grupės diskusijas su tokio pačio likimo asmenimis, individualus konsultavimas, mokymasis bendruomenėje, susitikimai ir seminarai, žaidimai ir vaidmenų žaidimai - yra pagrindinė savitarpio pagalbos proceso dalis (Vanderplasschen et al., 2014).

Bendruomenės susibūrimo (pvz., rytiniai susitikimai, susirinkimai ir seminarai) metu yra apžvelgiami tikslai, procedūros, veikla ir metodikų veikimas. Pagalba klientui teikiama individualiai ir grupėse. Klientai dirbdami individualiai ir grupėse mokomi pagelbėti vienas kitam. Klientai būdami TB išmoksta galvoti apie save kaip apie pagrindinį savo pokyčių proceso dalyvį (De Leon, 2010; Sacks et al., 2012). Priklausomybę turintys asmenys yra skatinami būti atsakingais už savo elgesį. Jiems teikiama pagarba išsikeliant savo tikslus susijusius su jų asmenine gerove. Pagalbos santykių tikslas yra padėti žmonėms atpažinti, reikšti ir valdyti savo jausmus visuomenei priimtiniu būdu. Grupinėse veiklose dalyviai stengiasi parodyti savo jausmus ir suteikti pagalbą kitiems (išklaudyti, patarti ir panašiai). Klientams pagalbos santykis terapinėse bendruomenėse yra labai svarbus žengiant gydymo etapais (3 etapai) (Dye et al., 2012).

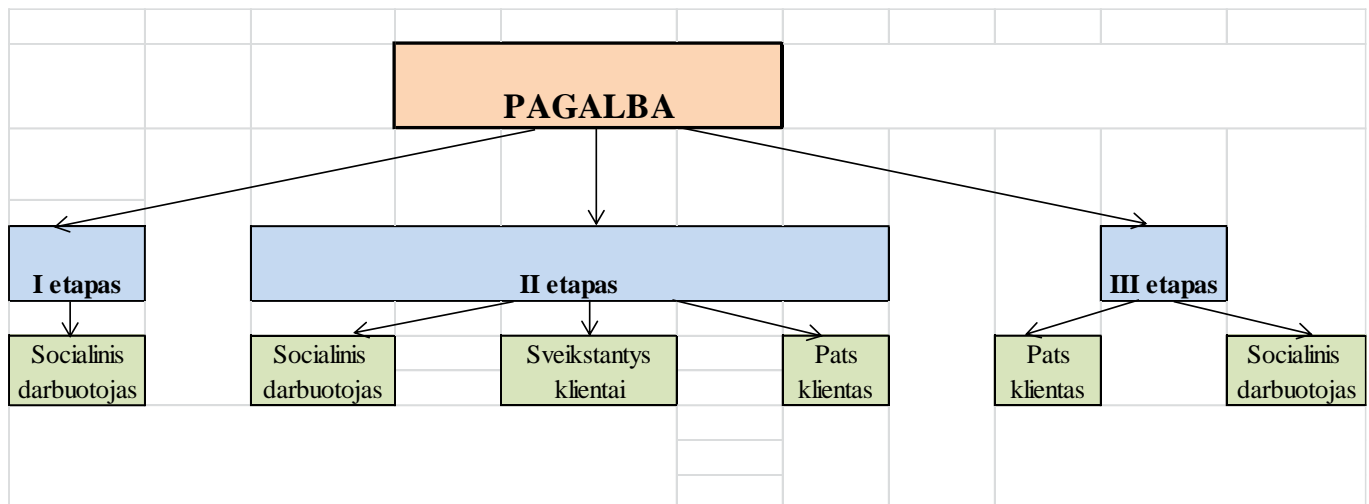
Pirmas etapas – TB gyvenimo įsisavinimas ir visapusiškas dalyvavimas bendruomeninėse veiklose.

Antras etapas – dažniausiai yra susijęs su elgesio gydymu, pažintinė-elgesio terapija, motyvacinis interviu. Stiprinamas požiūris „bendruomenė kaip metodas“ (De Leon, 2015).

Trečias etapas – skirtas pasiruošimui grįžti į normalų gyvenimą ir paliekant TB.

Bendras tikslas yra pakeisti požiūrį ir elgesį, įskiepyti viltį ir skatinti emocinį augimą, įskaitant savęs valdymą. Sveikimas yra nuolatinis procesas, kuomet klientui reikalinga pagalba ir išėjus iš TB (Dye et al., 2012).

Išanalizavus mokslinę literatūrą galima sudaryti pagalbos santykių terapinėje bendruomenėje sveikimo etapais 1 paveikslą.



1 paveikslas. Pagalbos santykiai terapinėje bendruomenėje pagal sveikimo etapus

Šaltinis: sudaryta darbo autoriaus

1 paveiksle pateikta pagalbos teikimo svarba kiekvienu sveikimo etapu. Pirmame etape svarbiausia priklausomybę turinčiam asmeniui yra socialinio darbuotojo pagalba. Klientui reikia viską išaiškinti, papasakoti kaip vyksta sveikimo procesas, pristatyti aplinką ir aplinkinius, todėl socialinis darbuotojas pirmame etape yra svarbiausias. Antrame sveikimo etape reikalinga visokeriopa pagalba ne tik iš socialinių darbuotojų, bet ir iš kitų sveikstančių klientų ir būtina savipagalba. Kiekvienas klientas turi pats sau padėti sveikimo kelyje. Trečiame etape svarbiausias yra pats klientas, nes jis turi grįžti į visuomeninį gyvenimą. Jam taip pat didelę paramą teikia socialiniai darbuotojai. Jie gali padėti surasti reikiamus specialistus, kurie reikalingi klientui. Padėti susirasti namus ir panašiai.

Apibendrinant galima teigti, kad pagalbos santykis terapinėje bendruomenėje yra labai svarbus. Klientui padeda jo sveikimo procese socialiniai darbuotojai, kiti klientai ir jis pats. Kiekviename sveikimo etape reikalinga vis kitokia pagalba ir palaikymas. Priklausomybę turintys asmenys yra skatinami pakeisti savo požiūrį ir mąstyseną, o tam padeda bendruomenė.

### 1.3. Socialinio darbuotojo vaidmuo pagalbos santykiuose su klientu

Apie 80 procentų sėkmės lemia tai, kad bendraujame su aplinkiniais. Bendravimas yra sudėtinė sveikatos priežiūros dalis, be kurios sveikatos priežiūra nevyktų (Adomaitienė ir Balčiūnienė, 2017). Socialinio darbuotojo ir kitų darbuotojų bei kliento efektyvus ir geras bendravimas yra labai svarbus komandinis darbas, siekiant aukštos kokybės santykių su klientu ir bendro darbo su kolegomis (Ali, 2018; Arnold ir Boogs, 2018).

Socialinis darbuotojas, dirbantis terapinėje bendruomenėje su priklausomybes turinčiais asmenimis, turi patenkinti lūkesčius, kuriuos kelia pati organizacija ir klientai. Klientai tikisi iš socialinio darbuotojo paramos ir pagalbos siekiant atsisakyti priklausomybės. Terapinės bendruomenės organizacija siekia, kad kuo daugiau klientų gydytųsi ir sėkmingai tai padarytų. Nuo rezultato sėkmės su klientais priklauso TB finansavimas, todėl socialiniai darbuotojai turi dėti visas pastangas, kad klientų gydymas būtų efektyvus. Darbuotojai turi įvertinti atėjusio naujo kliento motyvaciją gydytis. Visų pirma socialinis darbuotojas turi analizuoti klientą, kad matytų kokias pasekmes bendruomenei gali jis atnešti (Volkow et al., 2014).

Socialinis darbuotojas turi padėti klientui gydymo kelyje ir padėti grįžti į visuomeninį gyvenimą, iš kurio visuomenė jį išstūmė (Archibald ir Wilson, 2011). Klientai turi pasitikėti gydymo programa, o tą pasitikėjimą pelno socialiniai darbuotojai. Jie stengiasi palaikyti bendrą ryšį su klientu. Svarbus yra komunikacinis procesas tarp paramos gavėjo (kliento) ir paramos teikėjo (socialinio darbuotojo) (Warner et al., 2013).

TB siekia nutraukti vadinamąjį ryšį su priklausomybe ir kurti santykius su bendruomene. Asmenys pamažu pradeda pasitikėti vienas kitu ir socialiniais darbuotojais. Jiems lengviau prisileisti žmones (De Leon ir Unterrainer, 2020).

Socialiniai darbuotojai vadovaujasi standartais, politika, etikos kodeksais ir įstatymais teikiant paslaugas klientams, tačiau bendravimas tarp socialinio darbuotojo ir kliento yra tarpusavio sąveikos pagrindas (Ali, 2018). Veiksmingas socialinių darbuotojų bendravimas su klientais yra svarbus veiksmingos sveikatos priežiūros pagrindas (Arnold ir Boogs, 2018). Bendravimo procesas tarp socialinio darbuotojo ir kliento yra susijęs su teikiamų paslaugų kokybe, geresniu klientų aptarnavimu bei teigiamu emociniu klimatu TB (Warren et al., 2013)

Hasson (2014) teigimu, bendravimas yra efektyvus, kai rišliai, aiškiai ir suprantamai dėstomos mintys pasiekiančios sudomintą asmenį. Jei klientas nesupranta, ką jam sako socialinis darbuotojas, tada bendravimas yra neefektyvus (Hasson, 2014). Tarpusavyje bendraujant ir bendradarbiaujant klientui ir socialiniam darbuotojui gali pasireikšti teigiamų ir neigiamų reakcijų, tačiau dažnai darbuotojai pagerina kliento nuotaiką ir savijautą pasitelkdamas savo asmenines savybes (Aditi et al., 2016). Socialiniai darbuotojai sutinka, kad šiandieninė jų veikla priklauso nuo jų bendravimo įgūdžių su klientais (Stein et al., 2014).

Bendraujant, tarp socialinio darbuotojo ir kliento, užsimezga tarpasmeniniai santykiai. Klientams svarbūs jų ryšiai su kitais klientais ir su darbuotojais. Klientams reikia informacijos, paaiškinimų taip pat jie turi ir emocinių poreikių. Tyrimais nustatyta, kad labai svarbus glaudaus ryšio užmezgimas (Ali, 2018). Socialinis darbuotojas turi padrašinti klientą aktyviai dalyvauti gydymo procese. Socialinis darbuotojas turi įsiklausyti į kliento skundus, bei empatiškai reaguoti į jį. Klientams atsakyti į klausimus, tinkamai paaiškinti apie esamą situaciją, gydymo eigą, laiką,

aptarti galimas nesėkmes ir lūkesčius, taip pat aptarti finansinius aspektus. Socialinis darbuotojas turi įtikinti klientą, kad šis laikytųsi rekomendacijų savo noru (Adomaitienė ir Balčiūnienė, 2017).

Taigi, socialinio darbuotojo svarba terapinėje bendruomenėje yra nenuginčijama. Socialinio darbuotojo ir kliento sąveikai svarbiausias veiksnys yra bendravimas. Be pokalbių ir susitarimų neįmanomas bendradarbiavimas. Socialinis darbuotojas turi padėti apsiprasti klientui TB, pelnyti jo pasitikėjimą ir tik tuomet galima siekti psichologinio augimo.

#### **1.4. Sąmoningas ir pasąmoningas pagalbos santykių lygmenys**

Žiūrint iš TB perspektyvos, norint, kad klientas sveiktu, gyvybiškai svarbu pakeisti pastarojo socialinį ir asmeninį tapatumą. Taigi pagrindinis gydymo tikslas yra bandymas pakeisti neigiamus mąstymo ir santykių modelius, kurie dažnu atveju yra priklausomybių priežastis. Pagrindinis socialinis tikslas yra ugdyti įgūdžius, požiūrį ir įdiegti vertybes, reikalingas atsakingam, be priklausomybių gyvenimo būdai. Tuo pat metu stabilus sveikimas priklauso nuo sėkmingo psichologinių ir socialinių tikslų integravimo. Be įžvalgos elgesio pokyčiai yra nestabilūs, tačiau be išgyventos patirties nepakanka vien įžvalgos (Vanderplasschen, Vandevelde ir Broekaert, 2014). Pagalbos santykiams TB būdingas daugiasluoksniškumas. Iš vienos pusės socialinis darbuotojas tampa elgesio ir santykių konstravimo modeliu, iš kurio klientas gali mokytis stebėdamas, diskutuodamas. Toks santykis vyksta sąmoningame lygmenyje. Tuo pat metu klientas su savimi atsineša gyvenimo patirtį: išankstines nuostatas, santykių modelius, traumas, kurios nėra iškeltos į sąmoningą lygmenį. Tačiau jos stipriai įtakoja pagalbos santykį tarp socialinio darbuotojo ir kliento. Viena esminių užduočių užtikrinant kliento sveikimą yra tokių pasąmoningų nuostatų, elgesio modelių ir traumų atpažinimas ir perkėlimas į sąmoningą lygmenį. Neįvertinus pasąmoningo santykių lygmens kliento sveikimo procesas gali užstrigti, nes tokiu atveju santykis tarp kliento ir socialinio darbuotojo gali tapti manipuliatyviu ar netgi išnaudotojišku.

#### **1.5. Ribos terapiniuose pagalbos santykiuose**

TB yra nustatytos ribos ir taisyklės, kurių klientai turi laikytis. Jie yra izoliuojami nuo išorinės aplinkos ir patenką į saugią, palaikančią aplinką (Haigh, 2013). Ribos suteikia tiek fizinį, tiek psichologinį saugumą ir padeda terapijos metu (Lees, Haig ir Tucker, 2017).

Tradicinėse sveikatos priežiūros įstaigose pagalbą teikiančio asmens ir kliento (paciento) yra formalūs ir hierarchiški. Klientas turi problemą, kurios negali išspręsti pats, todėl ir kreipiasi pagalbos. Pagalba suteikiama be asmeninio įsitraukimo su klientu. Yra tiek jėgos disbalansas, tiek

tam tikras emocinis atstumas, kuris struktūrizuoja santykių pobūdį ir kurį palaiko normos, reguliuojančios standartinius sveikatos priežiūros kontekstus. Terapinės bendruomenės, priešingai, yra neformali, bendruomeniška, lygiavertiška aplinka. Šioje aplinkoje pagalbą teikiantis darbuotojas (socialinis darbuotojas) ir klientai yra vienodai vadinami „bendruomenės nariais“. Visiška tarpusavio sąveika ir sprendimų priėmimo bei atsakomybės, susijusios su gydymu, dalijimasis. TB yra svarbus autentiškumas ir emocinis artumas. Klientai daug laiko praleidžia kartu ne tik įvairių grupinių terapijų metu, bet ir kasdienėse socialinėse veiklose bei darbuose, tokiuose kaip: maisto gaminimas, valgymas, sodininkystė ar išvykos, kartu kaip bendruomenė.

TB socialiniai darbuotojai stengiasi neatsiriboti nuo kliento, o kaip tik jam padėti. Tuo pat metu klientai žino TB gydymo proceso ribas, kitaip tariant dienvakarę (Haig, 2013). Atstumą ar kitaip tariant ribą tarp kliento ir socialinio darbuotojo mažina bendravimas ir bendradarbiavimas (Ali, 2018). Socialiniams darbuotojams, kaip ir slaugytojams gali kilti problemos, dėl per didelio darbo krūvio, laiko stokos, fizinio nuovargio, psichologinio nuovargio. TB yra padidintas santykių intesyvumas, kurį lemia uždara erdvė, nulinis bendravimas tarp darbuotojų ir klientų, kur persipina terapiniai santykiai grupėse ir kasdienio gyvenimo bendruomenėje iššūkiai. Tokioje aplinkoje ribos tarp darbuotojų ir klientų dažnai susiaurėja. TB klientų psichologinis profilis lemia nesąmoningą norą peržengti ribas tarpusavio santykiuose, bendraujant su socialiniais darbuotojais, kitais pagalbos specialistais.

Socialiniai darbuotojai irgi gali klysti, todėl galimos klaidos, kurios padaromos bendraujant su klientu (Arnold ir Boogs, 2018, Warren, 2013):

- a) socialinis darbuotojas pritaria kolegai ar klientui, nors ne žodine kalba parodo, kad nepritaria;
- b) socialinis darbuotojas siūlo sprendimus, tačiau visiškai nesiklauso klientų ir kolegų;
- c) per didelis socialinių darbuotojų susitapatinimas su klientu;
- d) socialinių darbuotojų ginčijimasis, įrodinėjimas, patarimai, pamokslai, dėl didesnės patirties;
- e) socialinių darbuotojų užduodami banalūs klausimai klientams;
- f) socialinis darbuotojas kritikuoja kolegas prie klientų, ar priklausomybę turinčius asmenis prie kitų klientų;
- g) socialinis darbuotojas ramina, tačiau supranta, kad yra pagrindo jausti įtampą.

Apibendrinant galima sakyti, kad pagalbos santykių efektyvumas TB labai priklauso nuo gebėjimo nustatyti ir atlaikyti ribas tarp pagalbos specialistų ir klientų. Taip klientai išmoksta pajauti, suprasti ir nustatyti ribas tarpusavio santykiuose bendruomenės viduje ir vėliau už jos ribų.

## 1.6. Galia terapiniuose pagalbos santykiuose

Galia asmenims gali būti ir destruktivi, ir kūrybinga (Haigh, 2013). Be to, daugelis šiuolaikinių TB, laikosi „suplotos hierarchijos“ (*flattened hierarchy*) požiūrio, kuria siekiama kartu priimti terapinius ir administracinius sprendimus. Klientų ir darbuotojų išsakyta nuomonė yra vertinama vienodai. TB naudoja demokratinę struktūrą, sumažinti manipuliacines valdžios formas ir maksimaliai padidinti individų kūrybinę galią.

TB, kaip ir bet kuri terapinė aplinka, taip pat gali sukurti neigiamą socialinę aplinką. Tyrimais nustatyta, kad klientai yra veikiami bendruomenės, jais yra manipuluojama, jie yra kontroliuojami. Pastangos sumažinti problemines valdžios formas TB pakeitė bendruomenės veiklą. Dabar TB veikla turi aiškias ribas ir taisykles (Haigh, 2013). Juose yra patvirtinta kliento tolimesnė perspektyva ir numatomas įgalinimas (Stickley, 2006). TB veikla yra skaidresnė, daugiau atsižvelgiama į klientų nuomonę.

Norint suprasti TB galią ir socialinę kontrolę, būtina prisiminti kodėl ir kam buvo sukurtos tokios bendruomenės. Iš dalies TB įsteigta kaip atsitraukimas nuo tradicinių psichiatrinių metodų, kurie paneigė klientų valdžią ir veiksmų laisvę. Priešingai, TB siekia įgalinti klientus ir suteikti jiems didesnę vaidmenį atliekant terapiją. Išlygintas hierarchijos (*aligned hierarchy*) modelis pripažįsta, kad kiekvienas bendruomenės narys turi individualią galią ir kad visi nariai yra atsakingi už savo elgesį ir veiksmus (Haigh, 2013). Naudojant išlygintos hierarchijos sąvoką, gali kilti dvi problemos: nuvertinimas ir nepaisymas valdžios bei pabrėžiama galios kryptis tarp darbuotojų ir klientų. Daroma prielaida, kad patys klientai nariai yra lygūs. Naudojant sąveikos ritualo teoriją išryškunami socialiniai mechanizmai, susiję su kasdienių susitikimų galios dinamika (Clarke, 2017).

Skirtingos klientų hierarchijos atsirado ypač tarp ilgesnį laiką esančių ir naujų narių. Lytis bendruomenės narių nelygybei įtakos neturėjo. Dažniausiai ilgą laiką gyvenančių TB asmenų statusas yra didesnis. Tam įtakos galėjo turėti ilgas pažinimo laikas (darbuotojų ir klientų), ilgesnis mokymasis bendruomenės vertybių, įgyta patirtis sprendžiant sudėtingas situacijas. Šis skirtumas nebūtinai buvo problemiškas, nors ilgiau gyvenantys asmenys teigė, kad jaučiasi spaudžiami būti „geru pavyzdžiu“, o nauji klientai sakė, kad vyresnio amžiaus asmenys jaučiasi „įbauginti“.

Klientams turintiems neigiamą galios istoriją sunkiau grįžti prie teigiamų jausmų. Asmenys turintys priklausomybių bijo atstūmimo. Klientų galios dinamikos pokyčiai kasdieniniame bendravime gali būti nedideli. Tai priklauso nuo aplinkybių ir pačio žmogaus. Atsižvelgiant į šiuos pokyčius, atrodo, kad tradicinis plokščios hierarchijos modelis hierarchijos modelis ne visiškai paaiškina TB kompleksškumą. Vietoj to, sklandi hierarchijos sistema pripažįsta, kad klientai bet kuriuo metu gali turėti skirtingus valdžios ir socialinės padėties lygius.



Sklandus hierarchijos modelis leidžia nustatyti hierarchinius komponentus ir galios disbalansą klientui. Tačiau svarbiausia yra tai, ar šie galios vaidmenys tampa lankstūs ar griežti, o tai lemia teigiamų emocijų disbalansą. Lankstūs socialiniai vaidmenys, kai dalijamasi teigiamais jausmais, rodo, kad klientams yra vietos keisti savo socialinę padėtį ir hierarchijos statusą. Tai leidžia nuolat derėtis, dėl numanomų socialinių bendruomenės gyvenimo vertybių ir normų, o ne tik jas įgyvendinti. Įtraukiant klientus į probleminių galios klausimų nustatymą ir aktyvų atsakymą į juos, gali palengvėti teigiamesnės galios formos kasdieniniame bendravime (Clarke, 2017).

Toliau darbe daugiau kalbama apie įgalinimą, kuris prisideda prie asmens galios resursų.

Įgalinimą galima vadinti galios pusiausvyrą tarp socialinio darbuotojo ir kliento. Ši sąvoka apibrėžiama, kaip besitęsiantis procesas, kuris įtraukia žmones į pozityvius pokyčius. Priklausomybę turinčiam asmeniui šie pokyčiai prisideda prie asmens savigarbos, savivaizdžio ir leidžia kurti prasmingus socialinius ryšius, palaikyti vieniems kitus. Įgalinimo metu reikalingas įgalinamasis (priklausomybę turintis asmuo) ir įgalintojas (socialinis darbuotojas) prieš probleminę situaciją. Lygiavertiška aplinka vaidina svarbų vaidmenį įgalinimo procese, siekiant kurti ir veikti tinkamai (Kovaitė, 2016). TB yra sukurta tokia aplinka, kurioje asmuo jaustųsi gerai ir lygiavertis tarp kitų klientų ir pagalbą teikiančių asmenų. Vencloviėnė (2015) savo darbe rašė, kad įgalinimu norima sumažinti asmens bejėgiškumą tam tikroje situacijoje, atsakingai mąstyti ir veikti, asmuo turi galimybę pasirinkti bei būti atsakingas už savo gyvenimą. Įgalinančios socialinės paslaugos yra skirtos priklausomybę turintiems asmenims, kad būtų suteiktos žinios, įgūdžiai bei kompetencijos, didinama jų savivertė ir gebėjimai priimant sprendimus, mokoma tapti aktyviais visuomenės nariais (Kovaitė, 2016). Įgalinimo koncepciją galima suprasti per dimensijas:

- asmeninę – ugdomas pasitikėjimo savimi jausmas;
- artimų santykių – ugdomas gebėjimas derėtis, priimti sprendimus bei daryti įtaką santykiams;
- kolektyvinę – bendradarbiavimas siekiant geresnių rezultatų nei veikiant atskirai.

Archibald ir Wilson (2011) mano, kad įgalinimo proceso sėkmę lemia asmens, tarpasmeniniai, politiniai lygmenys, kurie ugdo galios jausmą, veikia kitus, priimant besikeičiančius visuomenės iššūkius. Galinimo procesas yra individualus ir be pabaigos vykstantis procesas, todėl išskyrė keturis lygmenis: individualus (siekiama tikslų ir gyvenimo kontrolės), grupinis (savitarpio pagalba ir draškinimas padedančius įgyvendinti kliūtis), bendruomeninis (pasitelkiami ištekliai kurti bendrą gerį), politinis (plėtojamas kritinis mąstymas) (Gvaldaitė, 2009).

Navickienė, Liausėdas ir Vaitiekus (2016) mano, kad galia bei įgalinimas yra labai svarbus priklausomybę turintiems asmenims, nes siekiama sumažinti žmogaus bejėgiškumą skatinant

keistis, mąstyti, veikti, rinktis, įgyti žinių, įgūdžių. Terapinėje bendruomenėje yra kuriami ryšiai, vyksta bendravimas ir keitimasis žiniomis, taip vyksta įgalinimo proceso metu. Įgalinimas yra procesas, kai asmuo labiau kontroliuoja savo gyvenimą, skatinant dalyvavimą priimant sprendimus.

Apibedrinant, galia yra svarbus pagalbos santykių aspektas lemiantis kliento gijimo eigą. Socialinis darbuotojas turi labai sąmoningai reflektuoti galios santykį su klientu, išlaikyti pusiausvyrą tarp pagalbos specialisto galios ir kliento įgalinimo.

### **1.7. Terapinių bendruomenių tyrimų apžvalga**

Per pastaruosius keturis dešimtmečius buvo sukurta nemaža mokslinių žinių bazė apie priklausomybę turinčių asmenų gyvenimą TB. Iš daugelio mokslinių tyrimų rezultatų buvo išsiaiškintas TB programų veiksmingumas. Dažniausiai tyrimuose buvo naudojami panašūs longitudinaliniai modeliai, kai buvo stebimi klientai patekę į terapines bendruomenes pasirenkant tam tikrus gydymo laiko intervalus. Tyrimais nustatyta, kad klientams patekusiems į TB iš pradžių yra labai sunku gyventi be priklausomybių, dėl juose įvykusių psichologinių ir socialinių pokyčių ir kad terapinės bendruomenės gydymo modelis duoda teigiamų rezultatų klientui (De Leon, 2015).

Priklausomybių TB atsirado už psichinės sveikatos ir socialinių mokslų ribų. Nepaisant to, išsivystė unikalūs teorinis socialinio mokymosi metodas - „bendruomenė kaip metodas“. Tačiau pastarajame yra elementų ir praktikos, kurias žino ir palaiko gausūs socialiniai-psichologiniai ir elgesio tyrimai už TC ribų. Panašiai akivaizdūs ir elgesio lavinimo bei socialinio mokymosi principai, pvz. mokymasis, socialinių vaidmenų mokymas ir socialinis sustiprinimas. Šiuos principus natūraliai įgauna klientas gyvendamas bendruomenėje (Sakcks, Sakcks, 2010; Vanderplasschen et al., 2013; Vanderplasschen, et al., 2014).

Tiesioginių įrodymų, gautų iš visų šaltinių, svarba patvirtina išvadą, kad TB yra ekonomiškai ir terapiškai efektyvus gydymas tam tikrų priklausomybių (narkotinių ar alkoholio vartojimas) ir socialinių bei psichologinių problemų turintiems asmenims (De Leon & Unterrainer, 2020).

Janeiro, Ribeiro ir Miguel (2018) tyrimais nustatė, kad TB yra pagrindinis veiksnys susijęs su priklausomybę turinčių asmenų pagijimu. Gydymo pabaigoje asmenys galėjo kitaip pažvelgti į gyvenimą, nes pasikeitė santykis su savimi ir aplinkiniais (Janeiro et al., 2018).

De Leon (2010) ir Vanderplasschen su bendraautorais (2013) nustatė, kad asmenys gyvenantys terapinėse bendruomenėse įgavo teigiamų dalykų tokių kaip:

- Sumažėjo ar visai išnyko priklausomybės jausmas. Sumažėjęs priklausomybės jausmas reiškia, kad klientas dar jaučia norą savo priklausomybei, tačiau gali susivaldyti.

- Agresyvus ar nusikalstamas elgesys išnyko ar sumažėjo.
- Pagerėjo psichinė sveikata.

Šie dalykai susiję su asmenimis, kurie gydomi nuo sunkių priklausomybių.

Tyrimais nustatytas, kad gydymo trukmė yra svarbi klientams. Priklausomybes turinčių asmenų dalyvavimas TB programoje bent 3 mėnesius buvo susijęs su geresniais rezultatais per vienerius metus. Kuo ilgesnis gydymas (nuo 6 mėn. ar ilgiau), tuo geresni klientų sveikimo rezultatai. Tam įtakos galėjo turėti užimta dienotvarkė, bendruomenės palaikymas, grupinė terapija (Therapeutic Communities research Report, 2015). Klientai, turintys mažiau problemų, dalyvaujantys ambulatoriniame ar dienos gydyme TB, taip pat rodo padidėjusius teigiamus rezultatus (pvz., dėl socialinių problemų ir psichiatrinių simptomų) (De Leon, 2010).

Tyrimai nuosekliai nustato ryšį tarp gydymo TB trukmės ir dalyvavimo po priežiūros bei tolesnio pasveikimo (De Leon, 2010; Vanderplasschen et al., 2013). Atkritimas kelia susirūpinimą, dėl visų priklausomybės ligų gydymo būdų. Klientų atkritimas dažniausiai būna per pirmuosius kelis gydymo mėnesius (Vanderplasschen et al., 2013).

Apibendrinant galima sakyti, kad tiriamųjų darbų šia tema yra daugiau užsienio kalba. Kai kurie moksliniai autoriai yra parašę ne vieną darbą šia tema ar ją išplėtoję. Moksliniai tyrimai leido išsiaiškinti terapinės bendruomenės naudą priklausomybę turinčiam klientui. Tyrimų metu buvo galima nustatyti, kaip gerinti gydymo metodą ir kokių trūkumų yra.

## 2. TYRIMO METODIKA

### 2.1. Autoetnografija

Autoetnografija – socialinės, kultūrinės aplinkos tyrinėjimo metodas, kurio pagrindas yra tyrėjo patirtis. Tikslas – gilesnis socialinių grupių, bendruomenių, kultūrų, subkultūrų supratimas. Autoetnografija savo esme yra kokybinis tyrimas, kurio dėmesio centre yra tyrėjo subjektyvus išgyvenimai. Subjektyvi patirtis, atsirandanti iš patirtinio santykio su tirama kultūra ar atskiru jos fenomenu yra traktuojama, kaip vertingas naratyvas. Šiame naratyve atrandama subjektyvi prasmė, kuria siekiama daryti įtaka socialiniams bei politiniams procesams.

Šis metodas yra atlaidus patirties daugiasluoksniškumui, neapibrėžtumui ir emociniam krūviui. Tyrimo objektu tampa subjektyvi tyrėjo patirtis, kuri yra užrašoma, kaip savirefleksinis naratyvas, kuris yra mokslinio tyrimo galutinis produktas. Naratyvas, tai asmeninis pasakojimas, kuriame santykis tarp autoriaus ir tyrimo objekto yra kitoks nei tradiciniame kokybiniame tyrime. Naratyvas, tai pasakojimas pirmu asmeniu, kuriame pats pasakotojas tampa tyrimo objektu. Pasakojimas išlieka autentišku iki nevirsta teorija. Teoretizavimas atitolina mus nuo tikrosios istorijos, kurią mes galime skaityti, naudotis ir turėti savo santykį. Toks pasakojimas skaitytoją įtraukia į nuolatinę diskusiją su tyrėjo patirtimi ir nesiekia galutinių išvadų. Skaitytojas yra kviečiamas pajusti pasakojimo tiesą, kuri yra labiau terapinė, nei akademinė. Naratyvas leidžia pajusti autoriaus transformaciją. Kaip ši patirtis pakeitė patį autorių? Koks jis tapo? Tai kvietimas skaitytojo savirefleksijai, asmeninių įžvalgų, prasmų paieškai. Autoetnografija, tai tyrinėjimo ir rašymo būdas, kuris atskleidžia sąmonės daugiasluoksniškumą, sujungia subjektyvią patirtį su tirama kultūra ( Ellis, Adams ir Bochner, 2011).

### 2.2. Autoetnografija socialiniame darbe

2020 metų rudenį atlikau socialinio darbo praktiką stacionarioje priklausomų asmenų bendruomenėje Vilniuje. Turėjau galimybę dalyvauti bendruomenės gyvenime, grupiniuose užsiėmimuose, individualiuose pokalbiuose, taip pat vedžiau grupinius užsiėmimus. Ši patirtis padarė man didelę emocinę ir edukacinę įtaką. Tai buvo ne tik socialinio darbo praktika, pokalbiai, patirtis specifinėje bendruomenėje, taip pat tai buvo susitikimas su savimi.

Šis autoetnografinis tyrimas, tai tyrėjo patirtis dalyvaujant priklausomų asmenų reabilitacijos ir integracijos bendruomenės gyvenime. Šio tyrimo tikslas – atskleisti pagalbos

santykių ypatumus priklausomų asmenų terapinėje bendruomenėje. Tai tyrėjo patirčių refleksija tiesiogiai dalyvaujant bendruomenės gyvenime, teikiant individualią pagalbą, dalyvaujant pagalbos grupėse, vedant grupinius užsiėmimus. Tyrėjo patirties refleksija atskleidžia pagalbos santykių daugiasluoksniškumą, abivalenciją, intensyvumą. Autentiška socialinio darbuotojo autoetnografinio naratyvo analizė atveria socialinio darbo su priklausomais asmenimis specifiką ir taip pasitarnauja socialinio darbo, kaip proceso tobulinimui. Autoengrafinio tyrimo metodo naudojimas gražina subjektyvios patirties svarbą moksliniuose tyrimuose ir taip suartina mokslą ir gyvenimą. Taip mokslas tampa aktualus.

Būtų galima išskirti šiuos aspektus, kurie darbo autoriaus manymu yra svarbūs dirbant socialinį darbą.

Autoetnografijos metodu parašyti tekstai gali pasiekti didesnę skaitytojų auditoriją. Kiekybinio tyrimo metu surinkti duomenys gali padėti atskleisti problemas, bet nepadeda praktikoje. Šis metodas labiau skirtas tiesioginį socialinį darbą dirbantiems asmenims. Jo metu galima susžinoti ką išgyvena asmenys suprasti juos. Galima įvertinti dalyvių kontekstinę ir emocinę vertę (Furman, Lietz ir Langer, 2006).

Šis metodas suprantamas kaip transformuojanti tyrimo strategija. Perskaičius tekstą kinta ne tik tyrėjo, bet ir skaitytojo mintys. Galima sakyti, kad toks priklausomybę turinčių asmenų minčių pateikimas ir joje dirbančių darbuotojų verčia susimąstyti ir pergaltoti prieš tai susiformavusį požiūrį apie klientus.

Autoetnografija gali veikti, kaip terapija. Darbo autorius turi aprašyti savo išgyvenimus, bei remtis kitų asmenų patirtimis. Pateikiami išgyvenimai ir mintys, nebūtinai bus geri. Asmuo rašydamas darbą dar kartą išgyvena prieš tai patirtas emocijas. Šio metodo metu vyksta terapinis rašymas. Pateikiamos patirtys ir sudėtingi jausmai, kurie yra priimami. Tokie moksliniai darbai gali padėti visuomenei pozityviau pažvelgti į priklausomybę turinčius asmenis (Ellis, Adams ir Bocher, 2011).

Šio metodo tikslas ir procesas yra artimas socialiniam darbui. Socialiniui darbuotojui suteikiama galimybė pamatyti visą situaciją platesniu kontekstu. Pateikiamos konkrečios mintys ir surinkta duomenų analizė yra susijusi su tyrėju bei visuomenėje egzistuojančiomis nuostatomis. Socialinis darbas yra susijęs su klientų problemų sprendimu, o autoetnografija leidžia pamatyti, kitokį darbo autoriaus požiūrį.

## 2.3. Tyrimo procesas

### Tyrimo tikslas ir uždaviniai

Šio darbo **tikslas** naudojant autoetnografiją ir atkuriant tyrėjo patirtį, kuri atsiskleidžia per pagalbos santykius priklausomų asmenų bendruomenėje, pažadinti skaitytojus (socialinius darbuotojus) savo patirčių tyrinėjimui ir refleksijai.

### Darbo uždaviniai:

1. Autoetnografinio metodo pagalba atskleisti pagalbos santykių terapinėje bendruomenėje daugiasluoksniškumą.
2. Atkurti kuo išsamesnį autoriaus patirties terapinėje bendruomenėje naratyvą.
3. Asmeninio naratyvo sukūrimas, kuris tarnautų, kaip priemonė socialinių darbuotojų dirbančių su priklausomais asmenimis savirefleksijai.

### Tyrimo objektas

Tyrėjo patirtys su priklausomybę turinčiais asmenimis. Patirtis atskleidžiame santykiyje su kitais žmonėmis naudojant autoetnografinį tyrimo būdą.

### Tyrimo dalyviai

Pagrindinis šio tyrimo dalyvis yra pats šio darbo autorius, nes tyrimas atliktas naudojant autoetnografinę tyrimo strategiją. Siekiant labiau atskleisti šio tyrimo temą buvo pasirinkti dar 4 respondentai su kuriais buvo atliekami interviu. Tyrimo dalyviai buvo pasirinkti ir atrinkti pagal šiuos kriterijus:

Pagalbos profesijos atstovas. Esminis kriterijus pasirenkant interviu dalyvius buvo darbo su priklausomybę turinčiais asmenimis terapinėse bendruomenėse patirtis. Tokia interviu dalyvio patirtis įgalino gilesnę autoriaus patirties refleksiją.

Lytis. Šio tyrimo autorius yra vyras, todėl buvo svarbu atskleisti ne tik vyrišką nuomonę, bet ir atspindėti moterišką nuomonę apie priklausomybę turinčius asmenis gyvenančius terapinėje bendruomenėje.

Kultūros dalyvis (angl. insider). Autoriaus patirtis sugretinta su kitais tos pačios kultūros atstovais ar stebėtojais (socialiniais darbuotojais).

### Tyrimo metodika

Autoetnografinė tyrimo strategija leidžia mums tyrinėti subjektyvią patirtį išvengiant mokslo polinkio redukuoti tiriamąją medžiagą, kad patvirtintume turimą hipotezę, t.y. atsakytume

į iš anksto užduotą klausimą. Galima sakyti, kad tai geriausias būdas tyrinėti socialinio darbuotojo patirtis, per kurias atsiskleidžia socialinio darbo daugiasluoksniškumas ir sukuriama subjektyvi vertė. Juolab, kad šio darbo pasirinkta tyrinėjimo sritis, nors ir buvo kokybinių tyrimų objektas, tačiau autoetnografinis tyrimo būdas nebuvo naudojamas.

Pasirinktas autoetnografijos tyrimo metodas tyrimo tikslui pasiekti. Tyrimo medžiagai buvo naudojami, tyrėjo užrašai, refleksinis interviu su tyrėju (Wall, 2006).

Asmeniniai lauko užrašai. Šio instrumento dėka galima užrašyti visus reikšmingus įvykius, autoriaus prisiminimus, kurie vyko būtent tą akimirką. Pasižymimamos idėjos, kurios galėjo būti panaudotos tyrime. Pildant šiuos užrašus labai svarbu užfiksuoti ne tik faktus, bet ir tyrimo metu užplūdusias mintis (Anderson, 2006).

Interaktyvus interviu. Tai ne tradicinis interviu, tai daugiau bendros abiejų interviu dalyvių pastangos suprasti temą. Šis interviu yra daugiau pokalbis, nei atsakymai į užduodamus klausimus. Interviu organizatorius turi interviu dalyviui suteikti viską, kad jis galėtų pasakoti savo išgyvenimus ir neužsiblokuoti. Šis procesas nėra lengvas, nes vieni interviu dalyviai mėgsta daug kalbėti, o kiti yra uždari. Svarbu, kad dalyvis pasijaustų lygiavertis pokalbio dalyvis, o tyrimo autorius galėtų surinkti visą jam svarbią informaciją, bei matyti visas pašnekovo emocijas.

### **Tyrimo organizavimas ir eiga**

2020 metų rudenį šio darbo autoriaus atlikta socialinio darbo praktika stacionarioje priklausomų asmenų bendruomenėje Vilniuje. Pirmiausia šio darbo autoriaus buvo pildomi užrašai siekiant sukurti naratyvą. Lauko užrašai buvo pildomi ranka užrašų knygelėje ir paskui gauta medžiaga perrašoma ar papildoma pagal duomenis Word variante. Rašymas buvo pradėtas nuo autoriaus minčių ir pildydavo kiekvieną dieną užrašus su naujomis idėjomis, momentais, bei pildydavo jau užrašytas mintis. Pirmasis lauko įrašas buvo 2020 metais spalio mėnesį. Paskutinis lauko įrašas 2021 metais sausio mėn. Kita autoriaus naratyvo atkūrimo medžiaga buvo interaktyvūs interviu. Visi interviu buvo atlikti 2021 metų kovo, balandžio mėnesiais:

1. Interviu su Dariumi. I dalis. Trukmė 47 min. Vyras, dirbantis su priklausomybę turinčiais asmenimis, psichologas, turintis darbo patirtį TB.
2. Interviu su Dariumi. II dalis Trukmė 43 min.
3. Interviu su Aiste. Trukmė 45 min. Moteris, dirbanti su priklausomybę turinčiais asmenimis, psichiatrė, turinti darbo patirtį TB.
4. Interviu su Rasa. I dalis. Trukmė 37 min. Moteris, dirbanti su priklausomybę turinčiais asmenimis, socialinė darbuotoja, turinti darbo patirtį TB.

5. Interviu su Rasa. II dalis. Trukmė 25 min.
6. Interviu su Adomu. 43 min. Vyras, dirbantis su priklausomybę turinčiais asmenimis, socialinis darbuotojas, dirbantis TB.

Visi interaktyvūs interviu buvo transkribuojami.

### **Duomenų analizės metodika**

Visa gauta informacija buvo koduojama subtemomis ir temomis (Charmaz, 2014). Šis būdas naudojamas, kad būtų lengviau visą turimą medžiagą susisteminti. Taip pat atsirado galimybė pamatyti svarbiausias temas ir galimą turinio medžiagą. Pagal struktūruotą medžiagą buvo sudaromi darbo skyriai ir jų pavadinimai. Rašant buvo remtasi Carolyn Ellis emocinio prikėlimo būdais ir idėjomis (Deniz, Lincoln, 2013). Skaitant užrašus ir juos perrašant bei grupuojant autorius vėl grįždavo į išgyventas emocijas. Svarbiausia buvo bendro darbo visuma, o ne gautų faktų pateikimas.

### **Tyrimo etika**

Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Darbe minimi interviu dalyviai neatskleidžiant jų nei tikrų vardų ar pavardžių, be to jie sutiko dalyvauti tyrime. Užrašuose nurodyti įvykiai yra be vietovardžių, vardų ir panašiai. Siekiant, kad būtų laikomasi etikos principų darbe nėra iškreipiamos interviu dalyvių mintys ir panašiai.



### 3. PATIRTIS TERAPINĖJE BENDRUOMENĖJE

Esu labai dėkingas visiems tyrimo dalyviams, kurie sutiko su manimi pasikalbėti. Man svarbi jų nuomonė, įžvalgos, pastebėjimai ir jų patirtis. Labai džiaugiuosi, kad galėjau atlikti būtent tokį tyrimą, kuris susijęs daugiau su mano paties jausmų ir emocijų bei patirties perteikimu. Taip pat jaučiuosi pamalonintas galėdamas pasikalbėti, net su keturiais su manimi sutikusiais pasišnekėti pašnekovais: tai Rasa, Aiste, Darius ir Adomas.

Su kiekvienu asmeniu mano pokalbis prasidėjo jiems padėkojant, kad jie sutiko su manimi pabendrauti ir pasidalinti savo mintimis susijusiomis su priklausomybę turinčiais asmenimis. Iš pradžių aš jaudinausi, kaip čia reikės pradėti pokalbį, ar iš vis pavyks normaliai plėtoti kalbą. Tačiau viskas pavyko daug geriau nei aš galvojau. Iš pradžių jaustas jaudulys dingo, o su pašnekovais kalbos truko ganėtinai ilgai. Vyko abipusis bendravimas, tiek man, tiek jiems manau buvo įdomi patirtis.

Džiaugiuosi, kad savo gyvenime galėjau sutikti tokius įdomius pašnekovus, kurie turėjo ką pasakyti ir pasidalinti savo pastebėjimais ir išklausti mano patirtį terapinėje bendruomenėje. Joje mano įspūdžiai buvo skirtingi, o jausmų būta taip pat visokių.

#### 3.1. Aplinka ir pirmas įspūdis

Aš buvau labai dėkingas Rasai, kad ji sutiko su manimi pasikalbėti mano baigiamojo darbo rašoma tema. Ji turi patirties dirbant su tokiais asmenimis, todėl man svarbi jos nuomonė, įžvalgos ir patyrimai. Pirmoje susitikimo dalyje su Rasa pradėjome kalbėtis apie terapinės bendruomenės ir pirmą įspūdį atėjus į bendruomenę. Pradedu pokalbį apie terapinę bendruomenę. –„Tai va, tai gal aš pradėsiu pirmiausia nuo tos aplinkos, kuri man buvo nauja. Aš iki tol jokioje terapinėje bendruomenėje nesilankiau ir Minesotoje nesu buvęs. Tai, tiesą sakant, tokie potyriai buvo man labai dvejopi ir įdomūs, nes visų pirma aš atėjau į tokią visiškai uždara aplinką. Vartai, kažkokios sienos. Kažkas griežto ir kažkaip kitaip. Vartai atsidaro, aš ateinu ir ten, po dešine puse, stacijos. Nu ir vat toks pirmas, huu.. .“ . Rasa žiūri į mane susidomėjusi, kaip aš jaučiausi pamatęs terapinę bendruomenę iš arti. Kadangi, aš nutilau ji pradėjo manęs klausti. –„Bet yra tokio slaptumo?“ Man labai patiko, kad pradėjo vykti pokalbis, o ne klausimų ir atsakymų virtinė. Ji manęs klausėsi ir suprato, ką aš noriu pasakyti. Aš atsakiau į jos klausimą. –„Yra slaptumo, jo bet supranti, kad taip saugiai ta prasme iš vienos pusės, taip, kažkaip griežtai, bet ir saugiai. Ir aš kai ėjau į tą pastatą, ir viską taip aišku, žmonės. Kai pamačiau taip, taip nusiraminau, nes labai, tikrai tokie nuoširdūs žmonės, priimantys ir t. t.. Bet tai čia tokia va tokiom bangom. Ir supratau, kad viskas labai yra struktūruota ta prasme, kad tai nėra tokia, kaip mes įsivaizduojame, bendruomenė -

hipiai. Rasa pasidalino savo mintimis apie terapinę bendruomenę. – „Kai aš atėjau, atsimenu, pirmą kartą, aš žinojau, kad žmonės gyvena pusę metų, nes yra reabilitacijos programa, ir jie gyvena niekur neišeidami, su niekuo nesusitikdami. Tai man tokio, kad bet kai įeini pro tuos vartus, kad yra tokių kalėjimo, kad tie tie žmonės sveikstantys - jie negali turėti jokio kontakto su išore. Tai mane labai veikia, kad aš ateinu kaip truputį, kaip lankyt, kaip lankyti gal kokio kalinio ar ligonio, nu nežinau, nes jie tenai, negali turėti jokio kontakto, kol jie nepasveiksta, kol nepereina į integraciją“. Rasa žiūrėdama į mane savo plačiomis akimis, bet nieko nesakydama atrodo klausė manęs ar suprantį. Aš linktelėjau galvą ir pasakiau, kad sutinku su jos išsakyta mintimi. – „Tai tas yra, kad tu toks, ateini kaip iš ten į čia, jo toksai irgi, ir kartais ir jų požiūris toks būna - “o atėjo!”. Aš, pavyzdžiui, kai buvau visiškai neseniai, “o naujas toks, imam!”, kokia kaip nauja mėsa, tikrai“. Jai pradėjau pasakoti apie pirmą savo grupę ir joje buvusį klientą. – „Ir ten buvo vienas klientas, kuris priėjo ir taip “gal galima pasakyti... Na, Linai, aš žinau tave. Aš tave mačiau kažkur” Nu tai toks iškart ribų peržengimas. Aš toks net kėdę atsitraukiau. Aišku, veidu neparodžiau. Toks didelis vyras. Žinai, taip, sako: aš tave žinau. Iš karto taip, taip labas, paduoda tarsi ranką ir biški ta ranka tai tau į kūną susmigo tarsi“. Pasakodamas šį patyrimą, mane vėl užplūdo keisti jausmai dvejopi tokie noras padėti, bet ir noras pabėgti. Radvilė supratusi apie mano patyrimą susijusi su pirmais klientais pradėjo kalbėti apie privačią jų aplinką, galima sakyti namus. – „Ta erdvė, kurioje jie tokie su tom šlepetėm vaikšto taip, tarsi man tai toks buvo, kad čia – tai jų namai. O aš taip ateinu su tais batais, žinai, klampoju buvo žiemą. atsimenu, sniegai. Tai va, tas toksai, kažkoks irgi skirtumas, ir jie tikrai taip nužiūri ir kaip arti žiūrėk koridoriai, prasilenki, tas valgomas. Visi vienas šalia kito. Žinai, dešinė ranka su kita kaire jau liečiasi. Tada leidiesi į tą rūšį, į tą grupę. Vėl viskas labai arti. Ir šiaip jau yra fiziškai, žiauriai arti. Tai vat, išlaikyti emociškai tą ribą...“. Radvilė atsidūsta, nuo stalo pasiima stiklinę vandens ir gurkšteli. Pasakau, kad sutinku su jos pasakyta mintimi ir toliau jai pasakoju savo pirmą išpūdį susijusį su administracijos susirinkimu terapinėje bendruomenėje...– „Administracijos susirinkimą.. nu tai žinai. Prasideda malda, baigiasi malda, aš iškart buvau įtrauktas į naujokų aptarimą. Nesvarbu, kad prieš dešimt minučių atėjau, ar prieš penkiolika. Tu iš karto esi įtraukiamas ir nepaliekamas kampe, “tu truputi, palauk, vaikel, pasimokysi”, tai tave iškart užima, tas yra nuostabu, bet iš karto tokia atsakomybė, Ji linkteli. „- Suprantu, ką sakai, man primena čia ne Alekseičiko yra, o to paties, kaip prieš įrašą kalbėjome tą frazę, kad intensyvus gyvenimo terarapija, kaip ten jo tie kursai vadinasi. Žodis intensyvus, intensyvus gyvenimas“. Aš sutinku su ja. Man pirmas išpūdis atsidūrus tokioje aplinkoje buvo labai stiprus. Trumpam stoja tylą, todėl aš toliau kalbu apie savo pirmą išpūdį,.... mane tai ten buvo apžavėjęs pats pirmas išpūdis, tas toks begalinis atvirumas ir sąžiningumas, kaip kas yra, nėra nieko, ko negalima būtų aptarti, nėra nieko. Visi jausmai priimami ir iš manęs ten atsimenu,ėjo srautai tų jausmų ir ką aš čia apie, ką galvoju, ir manęs visą laiką domėdavosi, ką aš galvoju ir

kaip, tikrai vat iškart įtraukia nuo pat pirmo, nuo pat pirmo, tai reiškia čia tikrai tos bendruomenės kažkoks yra... „Ji linkteli galvą ir sutinka, kad terapinės bendruomenės aplinka ir visi žmonės yra išskirtiniai.

Su kitu pašnekovu irgi išsiaiškinome, kad prieš patiriant pirmą įspūdį dažnai užvaldo baimė, nes nežinai nei kaip, nei kas bus. Su Dariumi, kaip ir su Rasa, kalbėti irgi buvo ganėtinai lengva. Pradėjau pirmas mūsų pokalbį. „... buvo tas pirmas susitikimas, su bendruomene, tai žinai, visų pirma... Kai ašėjau jau pėsčiomis gatve, reiškia visų pirma bendruomenė, stoties rajone ir jinai užtvirta, kai aš atėjau į tą erdvę buvo toks jausmas, kad kažkur atėjau, kur aš nežinau .... Nes toks sąmyšis iš vienos pusės, galvoji apie tuos priklausomus žmones, kad čia jau kažkokie tai vilkai, kurie tave gali suvalgyti, „bijai“ ta prasme, tokia nepažinta žemė“. Terapinėje bendruomenėje yra savita aplinka, todėl ir jausmai gali užvaldyti skirtingi (Pickard, 2017).

Su kita pašnekove man pradėti mūsų pokalbį kažkodėl buvo sunkiau. Iš pradžių aš jaučiausi pasimetęs ir galvojau kaip čia pradėti tą pokalbį. Aš pirmas ėmiausi iniciatyvos ir įvardinau klausimą susijusį su aplinka terapinės bendruomenės. Mane labai veikė terapinės bendruomenės uždaramas, todėl aš Aistei papasakojau apie tai. –„Tai kai aš pirmą kartą atėjau, tai žinai, tos terapinės bendruomenės, jos tokios uždaros yra. Ne kalėjimas, bet jos skiria mus nuo į mums įprasto sociumo. Šiaip ten nepateksi. Tu turi paskambinti ir durys, ir aš taip galvoju „, kaip į kalėjimą įėjimas“, nu tokia kažkaip griežto režimo aplinka. Bet žinai, atsidaro tos durys, o ten, žinai, stacijos tos krikščioniškos. TB yra sukurta tokia aplinka, kurioje asmuo jaustųsi gerai ir lygiavertis tarp kitų klientų ir pagalbą teikiančių asmenų (Vencloviene, 2015). Aistė linkteli man, o aš tęsiu toliau. „-Tai vat... Tai – stiprus įspūdis, ir jis pozityvus, kad jisai buvo aš taip galvoju *vau..*

Stiprus pirmais įspūdis patekus į terapinės bendruomenės aplinką, kuri tapina savyje išorinį uždaramą ir vidinį atvirumą.

### **3.2. Tikėjimas -Dievas**

Prisimenu, kad vien tik įėjus į terapinės bendruomenės patalpas viskas turi tikėjimo dvasios, ten yra koplytėlė, kryžiai ir panašiai, todėl su pašnekovais diskutavome ir tikėjimo klausimu. TB programos modelio pagrindas, jo išskirtinė metodika ir aplinka, bendruomenė, kaip metodas ir ilgesnė nei įprasta gydymo trukmė yra atsigavimo galimybė (De Leon et al., 2012; De Leon, 2015; De Leon & Unterrainer, 2020).

Su Rasa mes nusprendėme, kad tokiems žmonėms tikrai reikia kažkuo kliautis. Aš jai sakau: –„...jeigu tu agnostikas gal kažkokiu protu tiki, jeigu tu krikščionis - Jėzumi arba Marija, ar - gali gamta. Bet kad būtų ta transcendentinė funkcija, nes jinai, tarsi, jinai užfiksuoja. Padeda

priimti tuos likimo smūgius, nes žmogus yra nepastovus, kaip tai keistai beskambėtų - tu negali kliautis vien tik socialiniu darbuotoju, nes jisai nėra tavo mama. Bet Dievas yra tėvas, ir Dievas yra motina. Tai ta prasme, kažkuria prasme čia jau į ir psichologiškai tą atrasti, tą porą tenai, kurie tavimi gali pasirūpinti, ir va va tą santykį turėti. Aišku, čia toksai nu tolimesnis etapas, nes ten tikrai nepatenka vien tikintys žmonės“. Tada Rasa linkteli ir pratęsia mano mintį. -„Jo jo jo, bet bet va tą, kad kažkokį iracionalų pradą tai galėtų pažadinti, bet ir juo kliautis kažkaip. Bet, žinai, čia labai man atrodo pavojinga, nes jie tokie yra priklausomi žmonės neturi kontakto su tikrove, jų santykis su realybe yra žiauriai išsigimęs...Nu nu, kažkaip išsikraipęs nelabai atpažįsta, kas yra realu, kas nerealu. Tai vat, pavyzdžiui, tikėjimo tas klausimas jiems nu čia man taip labai baisu yra, kad nebent turi būti, vat aiški religija, aiškus ritualas, ane?“ Ji man sako, kad svarbus aiškumas. -„Kad būtų aišku, nes kitaip tai susipainios tose fantazijose sakytoje, nes man atrodo, kad jeigu čia būtų toks žmogus, priklausomas, kuris pradėtų, kad vat yra visata, yra saulė, yra šviesa ir gamta, nu tai čia man atrodo Aleliuja ...“. Aš linkteliu galvą ir pasakau, kad sutinku su ja.- „Gal taip moksliskai ir transcendentinė funkcija atsiras, bet kad ten yra pavojų, tai yra faktas“. Aš jai pasakoju, kad pats esu katalikas ir man tas tikėjimas priimtinas.

Darius sutinka su manimi. -„Nu jo, čia tai daug tokio bendrumo jausmo, aišku, ir apie tą nuolatinį priklausymą kažkam, kad jo, jeigu ir vienas esi, kad Dievas su tavimi, nu kad kažkas tokio jaust tą...Nu ir kas ten dvylika žingsnių ten, už apskritai apie tą tokią vertybę? Nu kaip čia sako, kad religija, dažnai tas dvasinis patyrimas toks vienas iš būdų kažkaip taip kardinaliai keisti asmenybę, nes labai sunku, kažkaip kitais būdais. Paskui aš prisiminiui vienoje grupėje religinį momentą. -„Žinai, aš čia prisimenu, kad vienoje iš grupių ta tema kažkaip iškilo. Tai pirmas žingsnis. Tu turi pasiduoti ir pripažinti savo ligą prieš bendruomenės narius, prieš Dievą tai pat. Klientui taip yra saugiau. Tikras moralinis autoritetas, kuris jau tikrai nepaves. Jis gali būti griežtas, bet teisingas. Tai gali padaryti tik nuolankus žmogus. Tai tada čia jau vyksta tas momentas. Tada stabilumas atsiranda, kai... kai žmogus klauso vienintelio autoriteto. Tai tikrai nesumenkina bendruomenės, nes tie bendruomenės nariai visi panašiai... panašiu keliu eina. Ir jie tada turi apie ką pasikalbėti, bet tada nėra, žinai, nėra pavydo, pavyzdžiui, ten vienas sveiksta greičiau, kitas lėčiau. Kažkas jau mato, kad sveiksta, ir gali labai pavydėti. Bet jeigu transcendavimas yra, tai pavydas kaip ir išnyksta, nes kiekvienas turi savo asmeninį santykį, o čia taip, aišku, sunku užčiuopti tuos dalykus. Bet galbūt taip apibendrinant, kad bendruomenė - plius tas religinis momentas, jis tikrai yra, eina lygiagrečiai“. Jis vaizdžiai pasakė apie tikėjimą. -„Kaip ir Dostojevskio irgi buvo vienur buvo ten toks... generolas ... sakė pasipiktinęs tais visais tais *newager'iais*, nu ten ne *newager'iais*, ten kitaip... ten daugiau apie tą socializmą buvo, kad ten jokių vertybių, nėra ten jokio Dievo, kad visi sako: žinai, koks aš generolas, jeigu nėra Dievo. Nu ta prasme, kad apie tą žinai autoritetą, kad koks aš autoritetas, jeigu nėra to kažkokio *ultimate*

autoriteto, žinai, ką žmogaus autoritetas reiškiasi, jeigu nėra tam autoriteto į ką remtis, nors toks ir ...įdomus“. Man Dievas susijęs yra su galia, todėl aš pasidalinau savo mintimis su Dariumi. – „Bet bet va čia supranti, ką reiškia, kai sako, kad aš negaliu būti generolu, reiškia, aš neturiu galios. Jeigu nėra jokio Dievo, man neduoda niekas galios, o priklausomam žmogui čia ir yra kad jis neturi autoriteto, neturi ir galios. Toks nugalimas, turi kažkokius impulsus agresyviai pasielgti, prisigerti ir t. t.. Bet atstovėti tą... kaip pasakyti, sociumui priimtina gyvenimą, turėti galios, negerti, elgtis teisingai ir taip toliau - nu, nebeturės už tai už tavęs niekas nepasako. Nėra tėvo, kuris sako: vaike, tu elkis taip, nes tokios yra vertybės, ir josėjo ten per kartų kartas. Bendruomenėje tas šaknis taip atranda“. Kalbėdami išsiaiškinome, kad labai svarbus dialogo atsiradimas su Dievu, bei tikėjimo vertybės“.

Tas pats vaizdinys man iškilo ir kalbant su Aiste. Matyt ta simbolika tokia įtaigi, kad man pašamonėje įsirežė giliai, todėl aš Aistei pasakoju, kas terapinėje bendruomenėje yra susiję su religija. – „<...> kryžius, paskui viduj koplytėlė. Labas, užėik čia, Dievas čia“. Man buvo gerai ir kažkaip netgi sustatė dalykus į vietas, kad bendruomenė yra tokia. Taip yra pamaldos, bet ten niekam Biblijos specialiai skaityti nereikia. Bet, aišku, kai tu eini tuos dvylika žingsnių, tai klausimai, jie priveda prie transcendentinių klausimų... “. Asmenys yra skatinami sveikti ir fiziškai ir psichiškai, todėl jie turi kažkuo tikėti (De Leon & Unterrainer, 2020).

Adomas apie tikėjimą labai gražiai pasakė. Man labai patinka Pranciškaus Asyžiečio malda, tai malda šventų Kalėdų proga. Tai - ten visa tiesa, parašyta, kad gyvenimas susideda iš dviejų dalykų: iš atradimų ir praradimų. Mirtis ir ligos yra gyvenimo dalis. Taip yra ir sveiko proto žmogus, jeigu tą sugebi suvokti, priimti, tai gauni malonę.

Pasiėmęs savo lauko užrašus. Randu parašytus savo matytus vaizdinius, tai *kryžius, koplytėlė..... Aš manau, kad likimo ir savo demonų palaužtiems asmenims tikrai reikalingas tikėjimas. Gal todėl, ir terapinės bendruomenės aplinka persismelkusi tikėjimo dvasia. Vieta, kurioje sergnatis žmogus susitinka su dievu.*

### **3.3. Terapinė bendruomenė**

Pratęsdami pokalbį apie religijos ryšį su terapine bendruomene pradėjome kalbėti su Rasa apskritai apie bendruomenės veiklą. Ji sako: – „...nes šiaip bendruomenė, jinai tokia savo šaknimis yra iš religinių bendruomenių ir t. t.“ Ji pasitaiso plaukų sruogą ir toliau kalba. – „Turi religiškumo, jau pats bent bendruomenė kaip tokia“. Aš jai pritariamai linkteliau. – „Taip, tai va, pati bendruomenė yra kažkas, kas nuolat suintensyvina ir labai palaiko, ir t. t.. Tai religinis momentas - aš manau, kad jis yra dramatiškai svarbus, nesvarbu, kokia religija beje, religinis momentas - TB, supranti? Žmogus kovoja su savo šešėliu“. Rasa sako: – „Va čia tas yra ir tikrai žinai tą

bendruomenė gi kažkuria prasme – bendruomenė sukuria tokį kažkokį trečią dalyką, tokį trečią jausmą, kurį labai net nepaaiškinsi iš vienos pusės, ta bendrystė, kurią kartais sunku užčiuopti, tą intensyvumą. Jinai yra – ne tik tai tokia bendrystė, apsikabiname ir paverkėm, bet jinai ir kieta bendrystė, ir kančia, ir džiaugsmas, daug įvairiausių dalykų, bet taip intensyviai ir taip šalia. Ten negali būti nesąžiningas. Negali būti neatviras, meluoti, manipuliuoti, iškart matosi. Ir man pačiai labiau matosi mano nu, kažkokios manipuliacijos, bandymai pasislėpti, nes kartais žiauriai norisi ten pasislėpti ant tiek viskas gryna ir aštru, kad net gali gąsdinti pradžioj. Paskui kažkaip adaptuojiesi“. Paskui pradėjome kalbėti apie terapinės bendruomenės rutiną ir potyrius atliekant bendrus dalykus su priklausomybe turinčiais asmenimis. –, Taip, pavyzdžiui, tie pirmi potyriai, o gal net ir biški ir pereinant prie tų santykių, kad jie tokie intensyvūs ir toje grupėje, kad žinai, pabūni ir paskui su klientais nueini valgyti į tą pačią valgyklėlę, tiesiog jaučiu, kaip adrenalinas užplūsta. Tiek intensyvu, kad net nelabai gali diferencijuoti savo jausmų. Stipru ir faina, ir baisu kartu, žinai ir įdomu, ir galvoju, kaip aš sugebėsiu kitą kartą... Tokių daug skirtingų jausmų...“.

Rasa buvo sužavėta mano įžvalgų ir pati pasisakė. –, Visiškai, labai labai, labai sutinku. Labai gražus palyginimas, nes supranti, nu tikrai ten nuo tų išveikimų tokių vaikiškų, kaip daiktų slėpimo iki romantinių santykių, grasinimų užmušti, svetimo valgio vogimo, lindimo į muštynes. Bet, nu čia negali sakyti – grožis, bet čia yra tas tikrumas ir nerealus, ir už tai TB, mano nuomone, yra nerealiai efektyvus dalykas, nes jinai išgydo tuos, kuriuos gali išgydyti, tik tų, kurių negalima - tai ir neišgydo. TB yra ne apie išgydymą, jinai yra apie mąstymo ir sąmonės pakeitimą, sakyčiau“.

Tada man kilo klausimas tai kuo skiriasi išgyjimas vienu ir kitu atveju, o ji atsakė: - „Taip gal ir nesiskiria. Čia gal daugiau toks filosofinis terminas. Išgydymas gali būti farmakologinis, pavyzdžiui, ten vartoji, pavyzdžiui antidepresantus, ar psichotikus ir viskas. O čia daugiau yra, kad tu išbūdamas tam tikram gyvenime tokiam per trumpą laiką, visų pirma bandai susipažinti su savimi, su savo impulsais ir su jais tvarkytis sąmoningai. Gali saugioje aplinkoje išmokti konstruoti kitokius socialinius santykius“. Asmenys yra gydomi nuo priklausomybių ilgą laikotarpį, o gydymas vyksta kitaip, nei kitose gydymo įstaigose (Vanderplassche et al., 2013; Sacks et al., 2012; De Leon, 2012).

Terapinėje bendruomenėje yra užsiimama įvairia veikla siekiant individualių pokyčių (Dye et al., 2012; Vanderplasschen et al., 2013; Vanderplasschen et al., 2014). Su Dariumi mes kalbėjome apie terapinėje bendruomenėje esančią dienotvarkę. –,Tą pagalbą, jinai turi ir tam tikrų prievartos elementų. Ta prasme, kad labai yra griežta dienotvarkė, minutėm sudėliota, ir jie turi tos dienotvarkės laikytis: rašyti pagal dvylika žingsnių, savo suvokimus, atsiskaitinėti... tam tikrus darbus daryti, kažkas virtuvėje dirba, kažkas padeda, t. t. ir t. t... Aišku, tai tampa rutina. Kitas dalykas, ką dar duoda bendruomenė, tai santykių mokymosi erdvę, mikrokonfliktų tarp darbuotojų ir klientų, tarp klientų, yra daug ir bet saugioje aplinkoje ir tai jau yra pagalba. Labai

svarbu socialiniam darbuotojui tą stovėseną surasti tokią, kur gali būti tikrai kaip terapijoje, tai biškį įnerti į jausmus, pajauti tuos žmones, kurie ten yra, bet iš kitos pusės – išnerti, ir būti savo rolėje, personalo rolėje, ne kažkokio gelbėtojo, šventojo pozicijoje, vaikštau ir bandau pasakyti, kad aš žinau, kaip ką daryti”.

Su Aiste aptarėme terapinės bendruomenės išskirtinumą „Aš jai papasakojau apie 12 žingsnių programą, kuri taikoma terapinėje bendruomenėje. –„Dvylikos žingsnių programa. Pirmas žingsnis yra pasidavimas. Turi pasiduoti. Turi pripažinti, kad sergi, ir ten pats sunkiausias žingsnis ką jie turi padaryti... daugelis iš jų to ir nepadaro. Nors būna ten ilgai.“. Ji pasidalino savo patirtimi. –„Nu sakykim turi oficialų pavadinimą, bet yra tikrai koncentratas tokių dalykų. Žinai dar aš vat, pasidalinsiu tuo tokia vat įžvalga. Jo labai įdomu, labai koncentruota, labai tarsi kažkokia kaip atskira sala, kur ten yra nežmoniški dalykai, kažkokios super komplikotos asmenybės, daug destrukcijos, taigi ten yra dar plus nusikalstamas komponentas didelis. Ten yra visi įsivaizduojami nusikaltimai - narkotikai, abstinencijos, asmenybės destrukcija, savižala, autoagresijos daug, labai tai yra didelis, toks kamuolys. Tai taip ir man teko pamatyti padirbus, kad aš tiek turiu viduj pati, kad ohoho! Tai iš pradžių mane siutino, mane erzindavo. Nu kaip jūs galite man, kaip jūs galite, taip elgtis, man lipti ant galvos tam, kaip, kam ir kaip jūs galite reikalauti, kaip jūs galite reikalauti tokių dalykų? Taigi čia reikia žinot kur t. t... tarsi paauklėti sugalvoju. Aš pati – turiu galybę tų savybių, gal ne visas aš norėjau pamatyti ir man visas tas, visa ta struktūra buvo labai geras veidrodis, kur teko pamatyti, ir tada nebenervinti pradėjo daugybė aspektų“.

Su Adomu irgi trumpai aptarėme, kad 12 žingsnių programa yra atkeliavusi iš krikščionybės. Svarbiausiai yra laisvos valios filosofija, nes jei žmogus nenorės gydytis jis ir nepasveiks, jo ir nepriversi. Abu sutarėme, kad priklausomybę turintiems asmenims norintiems atsisakyti savo priklausomybės reikia laiko. Kaip jis sakė:-„Reiškia, per pirmus penkis metus tu susirasi galvą, su kuria, reiškia, nuo kurios labai priklausai, kaip tu gyvensi, antras dalykas – 2-5 metai - tu mokysiesi, kaip su ta galva elgtis, ir tik po 10 metų tu būsi tikras narys, reiškia. Jeigu aš patyriau kažkokią traumą ir mano priklausomybė yra kas į tai, kas vyko, tai net nesvajok, kad tau kažkoks žmogus pasakys, ir tu būsi kitas. Ne čia yra ilgas procesas ir be galo ilgas procesas. Grįžimu į save kelias. Ir, ir, ko gero, jis yra amžinas kelias ane, ir išsakysime, kiek žmogus gali pasikeisti, iš esmės negali - aš nežinau, aš klausiu psychologės, sakė žmogus aplamai negali pasikeist, bet priklausomybė iš tikrųjų žmogų labai iškraipo, išdanko, ir kad ir tie įvykiai kažkokie - jie privalėjo žmogaus gyvenime, ane, bet jie įvyko taip sunku pasakyti, kas būtų, jeigu to nebūtų. Žmogui reikia labai daug laiko, kad jis grįžtų į tą situaciją, kurią sugebėtų, nu blaiviai išgyventi kad ir tą kažkokį trauminį įvykį, kuris galbūt tikrai ne todėl priklausė, kad jis kažką, bet taip darė, tiesiog įsimyli, o gal suklydo kažkaip panašiai. Taip čia labai yra sunku pasakyti. Sunku pasakyti,

bet mūsų programa moko iš tikrųjų atsigręžti į save, moko atsakomybės, nu dvylikos žingsnių programa ane, kaip ir psichoterapija, bet kuri padėti paremta tuo, kad ne aš padarysiu, o tu pats padarysi. Aš tikrai galiu padėti aš pabandyti padėti“. Dažniausiai bendruomenėje yra priimami sprendimai bendru susitarimu tarp pagalbos teikėjo ir klientų (Unterrainer et al., 2017).

Permaštau viską ką šnekėjomės su visais pašnekovais ir suprantu, kad terapinių bendruomenių nauda nenuginčijama. Čia sveikstama ne vaistų pagalba, o stengiamasi asmenims padėti pasveikti psichologiškai, pakeisti savo mąstymą. Klientui suteikiama galimybė saugioje aplinkoje susitikti su savo liga, su iškreitu realybės matymu.

### 3.4. Priklausomybė

Pokalbiuose svarstėme ir pačios priklausomybės klausimą.

Su Dariumi mes išsiaiškinome, kad: -„... jeigu, sakykime, koks nors alkoholis arba narkotikai yra, kaip anestetikas, dažnai nuskausmina, kad nejausti to nuolatinio skausmo, tai ir konkrečios, pavyzdžiui, traumos atveju, ar ne tai, tai tada nu vat jie tą tiesiog kažkaip išgyvena ir dalinasi bendruomenėje, ir tada taip labai tikra gaunasi, nes individualiam santykiyje tas yra kaip pasakyti, viską sakyti, bet tai vis tiek tampa intymu ir toks atsiskyrimas, ir o čia tada toks biškį didesnė tas mikrosociumas, kaip aš vadinu, tas specialus sociumas. Jisai tave priima, ir tu taip nu tikrai tokiam katarsyje ten būni“. Tada įsivyrąja pauzė ir aš vėl prisimenu antrojo mūsų pokalbio su Dariumi metu, kad: -„bandymas gydytis, bandymas nejausti, kaip anestezija kažkokia. Tai tame santykiyje aš manau, šitas požiūris į priklausomą žmogų iš socialinio darbuotojo pusės, kad priklausomybė yra kaip atsakasį traumą. Tai suteikia vilties, kad galima kažkaip atrasti, išgyventi tuos dalykus ir galbūt, kad žmogus kitaip viską pradės matyti. Man atrodo, kad traumos požiūris yra visai, nu toks, tiesiog kitas kampas pamatyt, tą priklausomybę“. Mes abu sutinkame, kad viena yra galvoti kas yra priklausomybė, bet kita yra pabūti jo kliento vietoje, išgyventi, tai ką jis išgyvena.

Adomas man plačiau papasakojo apie priklausomą žmogų. -„, Koks tas yra priklausomas žmogus? Nu kas ta priklausomybė? Ir visi psichoterapeutai ir priėjo prie tos išvados, kad sakysime, tai iš esmės, žmonės yra jiems būdingas vienas iš bruožų, tai yra vaikiškumas, ir nesvarbu, kad suaugęs, kad jis vadovauja gamyklai – nesvarbu. Bet jis yra – labai vaikiškas. Jis įstrigęs va toje kažkokiame vystymosi asmenybės fazėje, ane, daug bruožų – jis yra vaikas. Jis - mažas suaugęs vaikas. Ir va vaikui būdingi prisirišimai sureikšminimais, norima, kad kažkas už jį padarytų ir panašiai. Jis nori tik malonumų. Tai jam siunčia tą... aš nenoriu. Tai vat kaip aš sakau, kaip tėtis taip žaidžia toje smėlio dėžėje. Jūs taip jūs iš jos ir neišlipot. Palauk, pavyzdžiui, vaikui tai labai gražu žaisti, bet suaugusiam žmogui jau nelabai tinka toj smėlio dėžėje, bet jis ten žaidžia. Ir tas



infatiliškumas pasireiškia visose sferose“. Ir vėl aš prisimenu, kad kažkur buvo šnekėta ir buvo lyginti klientai su vaikais. Paskui prisimenu, kad skaičiau straipsnį, kuris man įstrigo. Aš jam ir sakau: „Žinot dar man... mes tada kažkaip, kai buvome susitikę, kai aš buvau užsiminęs, aš dar tokį vieną psichologą skaičiau, jisai šiaip dirbo Kanadoje, reiškia, ir jisai vat įdomų dalyką dar pasakė. Bet irgi iš patirties, kad labai dažnai tas kitas aspektas – kas gi vis dėlto yra tas priklausomas žmogus, kad kad priklausomybė - tai yra atsakas, nu tas priklausomo žmogaus elgesys vartojimas - tai yra atsakas į kažkokią traumatinę patirtį...“.

Priklausomybė yra sudėtingas žodis paaiškinti asmeniui, kuris nėra to patyręs. Aš galvoju, kad tai kaip antrankiai prirakina tave prie tos priklausomybės ir išmeta raktą lauk. O tu turi galvoti žmogau, kaip pasielgti nusipjausi ranką, ar bandysi ieškoti būdų kaip nupjauti antrankį, ar ieškosi pagalbos iš kitų žmonių. Savo lauko užrašuose radau kažką pakeverzotą prie žodžio priklausomybė. Turbūt aš ten ir buvau pasižymėjęs atrankius, tik kai iš manęs ne koks dailininkas ne iš karto prisiminiau su kuo asocijuojasi ši keverzonė.

### 3.5. Klientai

Dirbdamas terapinėje bendruomenėje ne kartą tarsi dirbčiau vaikų darželyje ar mokykloje, todėl su Rasa ta linkme ir kalbėjome. Aš jai sakau: „didžioji dalis klientų yra **infantilios** sąmonės, žinai, kaip vaikai būna. Vieni tarsi sako jo aš ir nemoku važiuoti dviračiu ir niekada neišmoksiu, ir eina.... O kitas sako taip, aš labai noriu išmokti ir čia, tėti, išmokink mane, dviračių atsisėda ir “ką man dabar daryti? Net nebando minti, taip pat daugelis jų nebando minti, o kiti jau tokie, kur visai sminga, bet dar kažkodėl būna toje bendruomenėje, juos sunkiausia ištraukti. Aš, pavyzdžiui, mačiau, kaip iš tos bendruomenės išėjo ne vienas žmogus, kuris vat jisai net neturėjo motyvacijos mokintis tuo dviračiu važiuoti. Jisai atėjo į bedruomemę ir galvojo, kad už jį kažkas turi dirbti. Ieško tokio simbiotinio ryšio, suidealizuoja socialinį darbuotoją, kuris jį išgelbės, bet jis tada nusivilia dėl to, kad jam reikia užaugti pačiam“. Rasa man sako, kad apie asmenis, kurie yra tarkim 28 ar 30 metų negalvoja, kaip apie vaikus: - „...svarbu juos matyti ir kaip galinčius vyrus to amžiaus, kad jie irgi užaugtų“. Be įžvalgos elgesio pokyčiai yra nestabilūs, tačiau be išgyventos patirties nepakanka vien įžvalgos (Vanderplasschen, Vandavelde, Broekaert, 2014). Paskui mes pradėjo kalbėti apie pagalbą klientams ir pagarbą. „Tai yra jų šansas, ir svarbu, kad mes iš tikrųjų juos, kaip žmonės gerbiam, net jeigu ir žudikai“. Aistė su manimi sutiko. Aš jai sakau, kad asmenims turintiems priklausomybę darbuotojai paskolina savo tikėjimą, nes jie skiria savo laiką, kad asmenys pasveiktų. Tačiau ne visada socialinių darbuotojų pastangos yra įvertinamos. Todėl Rasa priklausomybę turinčius asmenis pavadina tarsi „klientais egoistais“. „...gal netgi biškį tavimi minta, toks tatau pasidaro parazitėlis“. Aš su ja visiškai sutinku: „...kad tu negali nieko

padaryti, tu tarsi visą gyvenimą tam atiduodi, ir niekas nesikeičia. O čia nori, kad kažkas pasikeistų. Ir ir - šitoje vietoje yra labai svarbi socialinio darbuotojo patirtis, ir darbuotojai šitą akcentuoja. Vat priklausomi svarbiausia, kad man kuo ta bendruomenė patinka, kad ten, pavyzdžiui, gali sėdėti kunigas ale dorovingasis, kuris tenai šniaukščia narkotikus arba geria alkoholį, arba, badosi. Tada gali būti koks nors policininkas, alkoholikas, mokytoja, kokias nors, nes dabar labai daug moterų su vaistų... su arba kokias nors skyrybas išgyvenanti. Ten kokias nors moteris, tada kokias nors jauna prostitutė, kai aš buvau, kuri stotyje dirba ir *dealina*, kitas prostitutes tokia virš... Bet pridėdant dar vieną žmogų – nėščia graži mergaitė alkoholiškė narkomanė.“ Staiga prisiminiau apie tą liniją, kurią pasižymėjau savo lauko užrašuose ir Rasai sakau: -, Tai va, supranti, aš noriu pasakyti, čia yra tiesiog nu, ta prasme, aišku, vienas yra dalykas, kažkokia stora raudona linija mokėt nusibrėžt ir okay, bet tai čia nepadės jiems gyti. Tu turi peržengti ją, įsileisti juos. Nu ten po vieną ar kažkaip...“. Pasveikimas priklauso nuo teigiamo ir neigiamo spaudimo keistis (De Leon & Unterrainer, 2020; Vanderplasschen et al., 2013).Tada su Rasa pašnekame, kad jie visi yra skirtingi ir nėra lengva su jais dirbti. -, Čia nėra pavyzdžiui, kad palyginti... Ta prasme čia nėra tas kad ateina pas tave kažkoks neurotinis klientas arba ten taip jis turi bėdų, bet jis toks depresinis,.. neurozija... O čia yra... pamiršk. Čia ta prasme puslapiuose kažkuria prasme socialinio darbo neaprašyta. Čia visiškai... Daugiasluoksnė tamsa, visiškai išbyrėjimas, nu ta prasme, nesusirinkimas į vieną vietą, išvis neaišku, kur tas žmogus yra. Jeigu jį reikėtų nupiešti, aš net nežinau ką nupiešti. Žinai tokį juodą lapą nupieši ir viskas žinai... Ta prasme, kad tikrai tokių yra. Aišku yra visokių, yra tokių, kurie tikrai labai balti atrodo, yra bet labai manipuliuoja“. Aš jai pasakoju, kad jų tamsiąją pusę galima sulyginti su juodu lapu. Aš manau jiems nėra lengva gyventi TB ir pripažinti, kad jie turi priklausomybių. Manau jiems TB, kažkiek primena kalėjimą, nes tu negali elgtis laisvai, viskas yra pagal taisykles. Negalimi romantiniai santykiai ir panašiai. Aš jai sakau:- „Negalima jokių romantinių santykių. Nu, pavyzdžiui, man tai, kaip socialinei darbuotojai moteriai ten buvo labai iššūkis su netgi ta tema, su tuo uždaru ir su tuo, kad kaip jiems kontroliuoti savo impulsus, jeigu jie yra priklausomi, jau galim daryti tokią prielaidą, kad jie – nelabai su savo instinktais ir impulsais“. Jos veide atsiranda nuostaba ir ji pasako „visiškai“. Aš jai sakau, kad taip. – „Susitvarko, o ta bendruomenė, kur sakei, kur ir taip intensyvu, kur ir taip viskas suspausta, labai arti vidinis pasaulis, ir išoriškai jie labai arti. Tai kaip gali tie impulsai nekilti, kaip gali nešokinėti geismas, agresija, pyktis milžiniškas, nežinau noras papjauti, ir jie, kadangi yra tai jau bandę, o čia to negali. Tai man atrodo tos taisyklės ir yra kaip Jungas sako, neturi būti tas indas, kad viduje chemija vyktų visi procesai. Turi būti toks tvirtas indas, kuris atlaiko bet kokio karščio temperatūroje“.

Visi priklausomybę turintys asmenys gyvena kartu, bet jie yra skirtingi, todėl su Dariumi apie tai. Aš kalbu: -„Jie rūpinasi, bet vis tiek ten susidaro tokios mikrogrupės. Jeigu taip galima

pasakyti kažkokią simpatiją, antipatiją. Bet jie iš tikrųjų rūpinasi, nu ir ten tokią dinamiką yra įdomi, kartais būna kažkas vienas nu, pavyzdžiui, koks nors vienas iš klientų. Jisai tuo metu ten yra patekęs į kažkokį tai labai jautrią savo vietą jis turi pereiti, labai emociškai reaguoja arba labai kandžiai pasisako apie kitus. <...> kaip žaizda, atvira ir aiškus, kitus nervina. Bet ir ir ir tada jisai gauna atgal iš jų tokį: „tai kaip tu čia taip šneki?“ Bet dienos galę, jeigu taip galima pasakyti, kažkoks įvyksta toks kaip shiftas, kada visi supranta, kad jam tai buvo? Nu ta prasme, kad tas sąmoningumas ateina, kad supranta kodėl jis taip pyko, kad čia buvo jo kelias, ir tada visi kaip ir nusiramina. Nu ta prasme, kad viduj grupės, tos tokios pykčio bangos ar kažkokių tai tokių, nu antipatijų bangos. Jos visuomet yra, bet jos tik pakyla, ir kažkaip tai vat, jeigu ypač socialinis darbuotojas, tą pamato jis biškį taip kažkaip taip, iškelia nu tokį psichologinį lygmenį šiek tiek ir tada ta banga taip nu, ta prasme, nuslūgsta, ir taip lieka tik kažkokie tai va tokie suvokimai sąmoningai, tai va gal taip apibrėžčiau, ir tas yra nu kas yra gražu, ir svarbu, kad tai lieka ne tik pas tą žmogų, bet visoje toje terapinėje bendruomenėje jisai lieka“. Tada trumpam stoja tylą, o Darius man linkteli ir aš vėl pradėdu kalbėti.- „...ir jie labai atsiskyre. Žinai, kokia ta priklausomybė. Todėl toks atrodo, kokie ten, pas juos daug pykčio, daug kaltės, daug baimės, daug tokios paranojos tame vartojime visuomet, tai kad tu turi.. kad visi priešai. Visi visi lygtais gali žinot, ką tu vartoji, ir pas juos labai daug tokių būna, kad visi žino, tokių, paranojų ir tokio labai atskirtumo. Daug taip, ir man atrodo, kad kaip tik tas nu žinai, kaip čia yra priklausomybė ir kad tas gydymas yra per nepriklausomybę nuo kažko, priklausomybė kažkam, kad tu tampi priklausomas, nepriklausomas, o priklausai kažkokiai grupei, žinai, nes nors tas ta priklausomybė gaunasi, kad tu prisiriši prie kažkokios medžiagos, bet reikia kažkaip grįžti į bendruomenę ir prisiminiau dar „Nusikaltimą ir bausmę“ - Dostojevskio. Ir kaip jisai ten Raskolnikovas nužudo tą senį ir kaip jisai tampa atskiras, kaip jisai ten žiūri į tas cerkves ir kaip galvoja, kad nu jau jos nebebus niekada tokios kaip prieš tą nužudymą, jog jam tas visas pasaulis, visi tie žmonės jau kažkokie tampa kitokie, jau jisai nėra jų dalis. Tai jisai jau padarė kažką, kas juos kas jį atskyrė nuo žmonių žinai ir nu tas atrodo, ir tas priklausomybė. Žinai, tas atskirtumas ir kaip ta jo gelbėtoja ten Sonia, tokia yra ir kaip jinai sako, kad „krisk ant žemės vidury aikštės ir sakyk, kad aš nužudžiau ir prašyk atleidimo žmonių“, grynai vos ne turgaus aikštėje. Taip štai tas toks tas motyvas. Žinai, grįžimo į bendruomenę, kad visiškai tu, tu kaltas. Tu kažkokia turi tą ir tas, kad tu turi kažkaip grįžti į tą žmonių, žinai bendriją“. Aš prisimenu, kad yra ir gerų dalykų susijusių su priklausomybę turinčiais asmenimis. –,... pavyzdžiui, tavo klientas ateina, sako, šiandien aš ruošiau valgyti. Va žinai va, čia šiandien cepelinus arba žuvies kepsnį, va paragauk, nu tu supranti. Tai nuo to aš tada pradėdu. Taip, wow! Nu, toks jautrumas yra kaip faina. Žinai, toksai? O paskui aš turiu atsisėsti pavyzdžiui, su juo arba grupėje ir atspindėti, ir tokių kietų situacijų būna. Tai vat tą ribų klausimas tai čia, man atrodo, yra numeris vienas terapinėje bendruomenėje. Bet, aišku,

jinai pirmiausia, kaip aš manau, sprendžia tai visų pirma yra padaromos išorinės ribos, kad taptų mikrokosmas, ir tada jau ten, viduj vyksta, vyksta tie dalykai. Aišku, supervizijos, kad pagalba specialistui, kad išbūti aš manau, net ir pakankamai tokiam jau patyrusiam vis tiek reikia supervizijų, nes vis tiek ateina kažkoks žmogus, kuris pataiko į mūsų kažkokį šešėlinę pusę arba, kaip tik į mūsų kokio nors tokią užjaučiančią, ta prasme, kur gali atsirasti net ir romantiniai jausmai arba kaip tik labai gali pradėti nekęsti žmogaus, vos ne keršyti, o ypač jeigu į mūsų šešėlį pataiko. Ta prasme tai taip...nu toks labai nu ta prasme... nu kaip aš pasakysiu, labai efektyvus būdas... labai.... Bet jis labai sunkus. Tokių pasišventusių žmonių reikia. O štai aš, kaip suprantu, daugelis yra tokie yra, lyderiai, patys buvę narkomanai, ta prasme, sunkumai, žmonės, kuriems iš principo va tas darbas, kas yra svarbu yra ir jų gijimo ir buvimo blaiviams įprasminimas, nes šita patirtis, pavyzdžiui, priklausomybės, tada jinai įgauna prasmės, kai kitam padedi. Bet, aišku tada ir iššūkis specialistui, kaip man, be tokios rimtos priklausomybės, nuo kokių nors alkoholio, narkotikų, žaidimų ar dar kažko neturėjęs ir įsileisti į save, ir tai išgyventi ir nenulūžti yra toksai sunkus darbas. Ta prasme didelis labai iššūkis“.

Su Dariumi mes pakalbėjome, kad asmenys patys turi dirbti su savimi. –„Bet tu supranti, kad kažkur mes sustoję ir kada jau reiškia priklausomas asmuo turi pradėti pats su savimi dirbti, ta prasme - sau padėti. Tada mes sustojam ir vėl grįžtam ir grįžtam. Tai klausiamom akim žiūri taip, kaip tu čia man dabar galvoti kaip, kaip man būti, kaip padėti ir tą laikyti yra pakankamai sunku. , laikyti yra žiauriai sunku, nes tos istorijos skirtingos. Aišku, visos priklausomų žmonių istorijos tokios yra skausmingos, nu bet kai kurios yra tiesiog siaubingos. Čia yra svarbu, tos supervizijos, aš ir supervizavausi, kad atlaikyti ir suprasti, kad yra kai kada variantai, nu – tokios istorijos kur tu, tiesiog turi pabūti, atlaikyti, ką klientas kalba. Ta prasme kažko tai labai struktūriškai tame žmoguje net nelabai gali pakeisti. Galbūt – jisai išlys, nu ta prasme, galbūt jis pamatys tą šviesą ir kažkaip jam specialistas galbūt paprastai įpūs jam to tikėjimo, ir jisai kažką pradės keist. Šitoje vietoje svarbu ribą nustatyti, nes aš labai pajaučiau, kaip tiesiog užkrenta ant tavęs kliento jausmai. Neišgyventi kliento jausmų yra pakankamai sudėtinga ta prasme, kad įsileisti tą skausmą ir suprasti, ir paskui jį atiduoti atgal ir ir būti, ir palaikyti ta ribą, nu tikrai man pasirodė tikrai sunkus dalykas, nes labai skirtingi, tie priklausomi žmonės, ir vis tiek kažkaip intuityviai jaučia, kur ta silpnoji vieta yra socialinio darbuotojo“. Kas man svarbu, kad socialinis darbuotojas nu mano atveju, kai buvo, kad ilgainiui, nu ten tiek yra adrenalino, tiek yra intensyvumo ir tose grupės ar individualiose susitikimuose, kad kai išėini į realų gyvenimą, iš ten, uždarai vartus, taip pradeda gyvenimas, toks beskonis darytis, pradeda trūkti adrenalino, ir tada galvoje pradeda suktis tikrai temos susijusius su klientais. Čia yra irgi tokie spąstai pagalbos teikėjui. Gali tapti priklausomu nuo tos aplinkos, nuo tokio adrenalino, nuo tokių ribinių būsenų žinai...

Apie asmenybes gyvenančias terapinėje bendruomenėje kalėjome ir su Adomu. Aš priminiau vieną atvejį susijusiu su klientu poelgiu. „Man ten vienas buvo atvejis, neminėsiu kas, bet jūs puikiai žinot. Aš atsimenu, kaip bendruomenėje vienas žmogus, tiesiog vat iš durnumo paėmė ir darbuotojo mobilų telefoną paslėpė. O toks puikus pavyzdys. Jei jokios naudos, nieko, užėjo impulsas, ir padarė. Ir padarė, taip kad niekas, kur turbūt suaugusiam žmogui, niekam nešautų kabutėse taip pajuokauti, o tai jam šovė. Ir tokių keistų dalykų yra labai daug. Priklausomo žmogaus elgesyje. Jis kaip mažas vaikas. Jis - vienintelis dalykas, realiai, kas drausmina tokį žmogų, ane, tai atsakomybės jausmas. Kuris pasireiškia per tam tikrus įspėjimus, nuobaudas ir pan. Atsakomybė. Čia ne Adomsd baudžia čia ne Petras baudžia. Palauk, žmogau, tu taip pasielgei - už tai turi atsakyti“. Albinas su manimi sutinka ir sako: „ Atsakomybė – ko labai vengia priklausomas žmogus. Labai nori neatsakyti. Aš atleisk, patikėk, daugiau taip nebus. Ir kas buvo, nori, kad būtų išbraukta, bet taip nėra gyvenime. Visur yra atsakomybė. Taigi aš dabar mašinę paliksiu nesumokėjęs, ir nubaudos, ir viskas. Čia yra atsakomybės reikalas. Atrodo, bet kaip pas ją buvo tos dalies to gerumo, tos sveikosios dalies, ką mes sakom, iš vaikystės, iš tos meilės kitiems kažko dėmesio, ir buvo labai stipri liga vat tos dvi pusės – šviesi ir tamsi ir pabandyk kažkaip kažką padaryti, kad ta šviesioji nugalėtų tą tamsiąją... „. Priklausomybės atsisakymas klientui yra didžiulis laimėjimas, kuris svarbus ne tik jam bet ir darbuotojams. Mes kalbėjome, kad: „-Iš tikrųjų toks džiaugsmas yra širdyje džiaugsmas, kad nu iš tikrųjų žmogus vis viena nori kažkokio rezultato, o aš net ne, ne, nebuvau sutikęs dailininko ar poeto, kuris nerodys savo darbų, tik sau piešia visą gyvenimą... vis tiek kažkam parodyti. Tai vis tiek jam svarbu, ką kitas mano apie jo darbą“.

Savo lauko užrašuose aš pasižymėjau, kad *kiekvienas klientas yra skirtingas, tačiau jie turi bendrą panašumą tai priklausomybę. Paskui prisiminiau, kaip aš prieš ateinat į terapinę bendruomenę galvojau apie priklausomybę turinčius asmenis. Jie man atrodė, kad yra tokie nesuprasti ir nesukalbami. Patys nusivylę gyvenimu ir pasiekę bedugnę. Galvojau, kad jie nelabai noriai prisileidžia svetimus žmones. Ir iš tiesų aš panašiai pataikiau. Jie būna pasiekę ribą, todėl ir atsiduria terapinėje bendruomenėje. Bet vis gi, jie norėtų, kad jiems patiems nereikėtų dėti jokių pastangų, kad atsisakytų priklausomybės. Aš iš vis galvojau, kad daugiau yra individualaus darbo, tačiau nemažai klientai dirba kartu. Tačiau aš manau, kad jų būseną galima sulygtinti su linksmiais kalneliais. Būna ir gerų ir blogų emocijų. Tačiau aš manau, kad svarbiausia, jog jie pasiryžo gyventi terapinėje bendruomenėje ir atsisakyti priklausomybės. Aišku galima teisti žmones už jų poelgius, kad jie tapo priklausomi ir panašiai. Bet aš manau, kad nuteisti galima greitai, tačiau leisti žmogui atsitiesti yra daug svarbiau, tačiau jam svarbi pagalba, kurią gali suteikti darbuotojai.*

### 3.6. Darbuotojai

Apie darbuotojus kalbėjomės ir antro susitikimo metu su Dariumi. –„Dariau, ačiū, kad antrą kartą sutikai su manimi susitikti. Tai ta pačia tema - apie terapinę bendruomenę mes pabendrausime galbūt kažkiek kažkokius klausimus pagilinsime, gal iškils dar kažkokių papildomų klausimų. Kas man iškilo papildomai, kad nemažai turėti reiškia tokios brandos, kad dirbti tenai, o jau klientas, tai jisai va toks, nu, su tam tikru *commitment* 'u ateina, kad jisai gydysis, kad jam jau reikia. Aišku, visai ten būna. Tai va, tai susitinka tokios dvi grupės žmonių, ir vis dėlto esmė, kad tai yra toksai grupinis veiksmas. Aišku, kiekvienas individualiai gyja, bet buvimas grupėje, dalinimasis savo gijimo procesu, veikia, va ten rašymas tų dvylikos žingsnių, galvojimas apie tai su tuo susijusių jausmų, kažkokiais prisiminimais dalinimasis ir ir tai, kad toje uždaroje bendruomenėje reiškia, gauni grįžtamąjį ryšį. Ten gauni grįžtamąjį ryšį su vertinimu, nes, pavyzdžiui, klientai, jie vertina. Pavyzdžiui, kas nors rate pasisako, ir sėdintys kartu vetina ar tai buvo nuoširdu ir tikra. Ir tada aš galvoju, kad tai irgi mokina išbūti tas sunkias situacijas, kai tu nesi priimamas. Žmonės su tokia pačia patirtim gali pasakyti, kad tu čia meluoji arba tu čia nenuoširdžiai, kad čia negiliai. Šitos patirtys man buvo labai gilios. Tas atspindėjimas, toks labai tikras, be jokių be jokių tokių užglaištumui, be minkštumų ir t. t Socialiniai darbuotojai minkščiau į tai žiūri, stengiasi padėti, kai klientams kažkas labai sunkaus iškyla. Bet faktas, kad tai yra toks grupinis veiksmas, aha?“ Išsakęs tiek daug minčių aš atsikvėpiu ir vėl „varau“. Aš kalbu jam, kad socialinis darbuotojas dirbdamas terapinėje bendruomenėje išgyvena intesyvius jausmus, nes jam nėra tik darbas.

Pokalbio su Rasa metu mes kalbėjome ir apie darbuotojų perdegimą. –„... Nu aš turiu tokio motiniškumo ir priėmimo, nors esu vyras, bet vat mane labai socialinis darbuotojas išmokė, kuris savo atveju pasakė, kad sako: aš dvidešimt metų tai bandžiau, kol man nepaaiškino vienas žmogus, kad nieko nebus, jeigu tu pats nesikeisi ir kad, tau šakės šiaip jau, bet jeigu tu vat kažką padarysi - tai gerai. Ta prasme terapinėje bendruomenėje socialinis darbuotojas gali pasakyti tam žmogui, kad jisai yra labai blogoje situacijoje. Bet jis kartu ir pasako, kad mes čia tam, kad kažką pabandyti padaryti. Ir va čia - tada atsiranda tas, kai negali išgelbėti ir daugelis perdega. Ta prasme daugelis socialinių darbuotojų **perdega**, nes yra tas bejėgiškumas, kai žmogus nesikeičia, kai jisai išeina užgeria...“. Rasa pritaria man ir baigia mano sakinį. –„ir gal net biški tavimi minta, toks tatai pasidaro parazitėlis“. Aš įsijaučiau ir pradėjau pasakoti toliau, kad socialiniams darbuotojams dirbti su tokiais klientais yra nemenkas iššūkis. –„... aš turiu omeny socialinio darbuotojo prasme. Socialinio darbuotojo edukacijoje turi būti labai stiprus psichologinis pasirengimas, tas toks darbas su savimi, tam, kad atlaikyti“. Aš jai sakau, kad terapinėje bendruomenėje vyksta intensyvus gyvenimas. Socialinis darbuotojas yra visada stebimas, tarsi „po padidinamuoju stiklu“. Tada

mums abiems išskyla klausimas „kodėl?“. Ir aš bandau į tą klausimą atsakyti. – „...klientai dalinasi savo skaudžiausiom patirtim., ką jie yra pridarę labai blogo ir jie turi tarsi tai išpažinti, ir tai automatiškai tampa tavo, kaip žinai kažkaip tavo nuodėmės irgi...“. Aš aiškinu Rasai, kaip suprantu, kad klientas vertina socialinį darbuotoją, stebi jį ir panašiai, o kai klientų yra daugiau dar sunkiau pasislėpti. Aš skėsčiodamas rankomis gestikuliuoju ir bandau jai pagrįsti savo mintis. – „Ir tai ir tu, jeigu dar kažkuriuo momentu gali tą personą socialinio darbuotojo išlaikyti vieną, du susitikimus, bet kai prieš tave 25 žmonės kalba, viskas griūna, griūna persona, nes kitaip nevyks procesas tiesiog ir kai griūna persona ir jeigu ten lieka toks pažeidžiamas socialinis darbuotojas, kuris nežino savo silpnybių, nežino, kad jis nėra tobulas, nežino, kad jis gali klysti, kad jis paprastas žmogus, o ne kažkoks, atėjęs visus pašventinti, jis tiesiog sudegs“. Rasa apibendrina mano išsakytas mintis, kad svarbus yra pažeidžiamumo žinojimas socialiniam darbuotojui. Aš linkteliu galvą. Ir staiga mano skruostai nusidažo raudonai, nes truputį sumišau, kad negalėjau sau atsakyti į klausimą taip aiškiai ir glaustai. Bet gal be to ir nevyktų mūsų pokalbis, kadangi Rasa turinti daugiau patirties ir jai lengviau atsakyti. Aš pritariu jai ir tęsiu toliau, kad svarbu socialiniam darbuotojui apsaugoti. Tada man nevalingai kyla vėl klausimas, o kokia reikalinga apsauga. – „Jo pažeidžiamumo žinojimas kažkaip gali apsaugoti, o kaip? O kaip dar, kad neateitų klientų istorijos į mano namus, asmeninius, kaip būti toje bendruomenėje, kaip tą intensyvumą sumažinti, reguliuoti kažkaip žmogų“. Po to įsivyrauja pauzė. Aš pagalvojęs, jai vėl sakau. – „...čia reikia apie tai kalbėtis su patyrušiais, pavyzdžiui, socialiniais darbuotojais, supervizoriais, o dar yra gerai - turėti kitos veiklos. Ta prasme, kad tu nebūtumei tik socialinis darbuotojas, kad tu galbūt turėtumei savo kažkokį hobį, kažkur kur nu ta prasme galėtumei ir fiziškai galbūt ar psichologiškai atsijungti, kažką tokio visiškai kito ar sportas.. nežinau, ar ten dar kažką visiškai kita veikla, kad toksai nebūtumei toks tame pagalbos santykiyje dvidešimt keturias valandas per parą...“. Nejučia suprantu, kad socialinis darbuotojas turi turėti ir savo veiklos ir kartais negalvoti apie darbą, kad neįvyktų perdegimas. Aš jai sakau: – „... man atrodo, netgi su bet kuria veikla tai yra blogai, nes jeigu mes būnam visą laiką pagalboj tik, toks vienpusiškumas žmogaus atsiranda, tai ir degina, čia kaip šiltas, šaltas vanduo. Tavo, jeigu šaltam labai laikysi rankas tau labai atšala rankos. Tada reikia pasišildyti ir taip kaitalioja. Arba atvirkščiai, kaista, reikia pašaldyti. O jeigu tu turi tik vieną vandenį? Tas vienpusiškumas jisai į tą... jau taip, jeigu psichologiškai kažkaip į neurozę, į kažkokį perdegimą ir veda“. Rasa kilsteli savo plaukų sruogą ir pradeda sakyti. – „Nu jo, bet žinai, gal tas darbas pagalbos, pavyzdžiui, iš kiek prisimenu, pavyzdžiui, vienos socialinės darbuotojos iš tenai... ir tai, pavyzdžiui, jinai tik tą daro, ir jau daug metų, bet moka tas ribas atlaikyti... tas kitas jos gyvenimas... nu dukra ten ar vyras, bet... bet man atrodo, kad tas pats pagalbos santykis jis toks gali būti apdovanojantis kiek iš jos interviu... Atsimenu, kiek su ja kalbėjau, kai jis yra toks įvairus ir tiek daugialypis ir daugiaprasmis, ir toks su kiekvienu žmogumi,

toks visiškai kitoks. Ir tada, ir tavyje atrakina kažkokius naujus dalykus. Socialiniai darbuotojai, kurie yra patys priklausomi. – „...būna blaivus ir taip gali toliau žingsnis po žingsnio daryti, nes kitaip jie negali“. Staiga suprantu, kad socialinio darbuotojo darbas yra gelbstintis, tačiau gali būti ir beviltiškas, nes ne visi klientai atlaiko savo priklausomybę. Rasa vėl tiksliai mane supranta, ką aš noriu pasakyti apie socialinius darbuotojus, kad jie gali neatlaikyti įtampos, kurios darbe labai daug. Paskui aš jai pradedu kalbėti pavyzdžiais ir ji tada nusišypso. Mūsų pokalbis pradeda virsti tikru pokalbiu, kuris tarsi paveikslas pradedamas piešti pieštuku po truputį nusidažo įvairiausiomis spalvomis ir aiškėja jo motyvas. Trumpam pagalvojęs apie tai, aš jai toliau kalbu. – „Štai, pavyzdžiui, patyrę socialiniai darbuotojai sako, kad kai žmogus išgija, iš tikrųjų tai yra stebuklas. Jie tikrai nesako „aš padariau aš ten kažką...“. Kas ten juose persiverčia - niekas to nepamato. Socialinio darbuotojo branda – tai pagalbos santykio daugiasluoksniškumo supratimas, jo intensyvumo, bangavimo, kad tarp pažeidžiamumo ir visagalybės“. Tada man išdžiūva burna ir aš gurkšteliu vandens. Mes tarsi abu sutinkame, kad socialinis darbuotojas turi būti įvairipusiškas ir mokėti atskirti darbo reikalus, nuo asmeninių ir gebėti pats pabūti su savimi. Rasa staiga užsimena ir apie transcendentinę funkciją. Aš jai dėkingas už jos išvalgas. – „Bet ačiū Radvile, kad priminei <...> Beje, ta transcendentinė funkcija labai svarbi pas socialinį darbuotoją, kad tu galėtumei pasimelsti. Nesvarbu, kam, ten Budai ar Kristui, ar ten visatai, ar medžiui, ar Žemynai. Nu, kad tave už rankos palaikytų, nes čia jeigu rimtai dirbi, tai būtina. Aš, beje, niekada kryželio nenešiojau - aš ten pradėjau nešioti. Aš, atrodo, jau kažkur ėjau į parduotuvę, nusipirkau užsikabinu, nešioju ir aš tik po to pagalvojau. „Nu, čia nebuvo šiaip sau“. Nu ta prasme, dėl to, kad aš ten Dievą pamačiau, kad aš supratau, kad man biškį apsaugos reikia“. Paskui aš jai vėl sakau. – „... mano patirtis, nu tai yra ant tiek kompleksiškas darbas ir ant tiek yra ta asmenybė vis dėlto svarbi, aš net nežinau, ar universitetas gali paruošti ta prasme, čia jau tu turi turėti tam tikras savybes, kad tu gali išbūti su tuo šešėliu su tokia tamsa, ją įsileisti ir...“. Man šmėsteli mintis, kad socialiniam darbuotojui reikalinga supervizija. - „...super-vizija tokia terapinė, kad atskirti tuos jausmus ir ne dėl to, kad man kažkokį išmintį pasakyti, bet kad aš galėčiau kažkas man reflektuoti, kad aš galėčiau pasakyti, kas darosi. Tada galiu ne tai, kad juos panaikinti, bet aš galiu nuo jų atsitraukti ir juos pamatyti, apie ką čia yra. Perkeliant į sąmoningą lygmenį, ne tik kaip impulsai, kad o „pajaučiau“, bet į sąmoningą, tokį psichologinį tokį pagalbos lygmenį, kad aš galėčiau su tuo kažkaip dirbti. Bet aš noriu pasakyti, vis dėlto turi būti supervizija, kad pagalbos santykį kokybišką teikti <...>“. Plėtojant komunikacinius ryšius galima padėti klientams suvokti savo priklausomybę, padėti jiems mokytis, kaip savarankiškai valdyti priklausomybes ir teikti terapinę paramą sprendimų priėmimui (Arnold, Boogs, 2018).

Su Aiste mes taip pat kalbėjome apie socialinių darbuotojų **perdegimą**, kai jie neatlaiko tokio intensyvaus darbo. – „Taip, nes kai taip intensyvu, viskas, nu, žinai, tave tiesiog užverčia



žinai, kartais sakau, man atrodo, labai tas padeda atpažinti, kur mano, kur – jų. Tai vat šitą atskirti, nes aš galvoju, tikrai nu ypač žmones nu, aš neskaitau savęs, neempatišku, tikrai pakankamai aišku, bet ne ant tiek, nes yra žmonės tokie, pavyzdžiui, kurie sudega per savaitę. O ta prasme tikrai žinau psichologų, kurie turi pavyzdžiui, ten ar socialinių darbuotojų – negali tokia intensyvume dirbti, jie padirba metus ar kiek ir turi kažkur eiti kažkur paprasčiau...“. Tuomet aš suprantu, kad darbuotojas turi turėti pakankamai kompetencijų, kad galėtų dirbtitokį darbą. Tada Aiste tarsi perskaičiusi mano mintis pradeda kalbėti, kad socialiniam darbuotojui reikalinga empatija. –„Sakyčiau, empatija pati, mano požiūriu, jina ar negali būti per stipri? Tik klausimas, aš sakyčiau, empatija, bet tuo pačiu ir ribas gali nustatyti, nes gali dirbti tu gali, buvimu tavo kambary tavo padėti sudarant aplinką, bet apsaugant kartu ir save, kad tenai kažkur ne, kaip ir šnekėjome – kad tas ribų net nenustatymas yra paskui naudos neduos nė vienam“. Paskui aš prisimenu vieną socialinį darbuotoją, kuris dirba terapinėje bendruomenėje ir jai apie tai pasakau. –„Tai vat tas tas, kas yra stipru ir, aišku žinai vat ir kalba, bet apie žmones, kurie ten dalyvauja, aš tau sakiau, kad aš pats, kaip ir ne, nu nebuvo priklausomas, nesigydžiau priklausomybių, bet kaip jaučiasi vat ten toks vienas socialinis darbuotojas, kuris daug metų, kaip sako priklausomas žmogus yra visą laiką, tiktai nevartoja, o tai jis jau daug metų toks yra ir jisai žinai, nu pas jį trečias jausmas, ta prasme. Vis nu ta prasme, kur kokia riba, kaip pasakyti, iš savęs eina. Na, supranti, va toks“.

Kitas mano interviu dalyvis, Adomas sutinka, kad svarbiausia pats asmuo, jo patyrimai, kaip socialinio darbuotojo . Adomas man sako, žvelgdamas tiesiai į akis. Tarsi jo žvilgsnis perskverbia visą mano vidų kiaurai. –„Šiaip... aš visada kalbėjau ir kalbu ir visada galvosiu, kad šiaip jau kažkokie rezultatai socialiniame darbe priklauso nuo dviejų dalykų: nuo to, kuris tą darbą daro, sakysime veda – nuo terapeuto, nesvarbu kokioje jis pozicijoje bus ar psichologas, psichoterapeutas, socialinis darbuotojas, ir nuo to paciento. Kitas dalykas - dabar tą reikia praplėsti. Ką reiškia pats darbuotojas? Tai, kaip aš sakau, tai yra psichoterapinė aplinka. Ji be galo svarbi. Ji jai be galo svarbi. Reiškia, dabar aš apsistuju ne tai, kas ateina į mūsų bendruomenę. Bet kas toje bendruomenėje turėtų būti? Pirmiausiai turi būti daugmaž bendraminčiai, tai yra – mes turime... mes niekadous vienodai nematysime tų pačių dalykų, bet mes turime panašiai principingai, matyt, tam tikrus dalykus. Kas tai yra priklausomybėje, kas tai yra sveikimas nuo priklausomybės ir pan.. Arba, pavyzdžiui, suburt tam tikrą žmonių grupę, kuri panašiai mato, čia nėra taip paprasta ir čia reikia laiko. Iš tikrųjų ta bendruomenė susibūrė šiaip jau daugiau, per asmeninius ryšius, per asmeninius“. Paskui mes ju juo pradedame, kalbėti, kad socialiniam darbuotojui labai reikalinga **tiesa**, siekiant palaikyti ryšius su klientu ir panašiai. –„Taip per asmeninius ryšius, lyderis pradžia tas buvo po to tas ir pan.. Bet čia nebuvo kažkokie sisteminiai dalykai, tai buvo – asmeniniai ryšiai a ne. Dabar – kuo remiasi aplamai psicho... kiekviena terapija? Remiasi keliais, kaip aš manau tam

tikrais principais. Visų pirma tai tiesa, tiesa? Tai tiesa – aš turiu pasakyti tiesą tau, kaip aš tave matau. Aš turiu pasakyti tiesą, kad yra tokia taisyklė, aš turiu pasakyti tau tiesą, kaip mes suprantam ir matom. Kitas dalykas – iš tikrųjų yra meilės reikalas. Aš turiu mylėti tą žmogų, kuris ateis. Aš jo nežinau, aš jo nepažįstu. Bet jeigu aš iš anksto neturiu to jausmo savyje, geriau nei kaip psichoterapija“. Taip pat Albinas įvardino, kad reikalinga ne tik tiesa tokiame darbe, bet ir **pagarba**. Aš labai suintriguotas Albino įvalgomis pasvyru į priekį ir laikiu kol jis dar ką pasakys. –„Tai čia sekantis dalykas. Antras, kitas dalykas – labai svarbu tą žmogų gerbti. Ką tai reiškia gerbti? Reikia suvokti, suprasti, kad tas žmogus, kuris ateis, galbūt kaip tas jaunas medelis – jis dabar negali vaisių duot, ir aš negaliu norėti. Jis mąsto taip, jis yra toks ar ne, jis yra tokioje stadijoje, ir aš tą turiu priimti ir tu turi tą suprasti ir visus jo sprendimus turi priimt. Nes – iš tikrųjų tai ne mano galioj priverst jį priimti kitokius sprendimus. Jis gali priimti laikinai mano sprendimą, bet tai bus laikina, nes vis tiek darys taip su laiku a ne, kaip jam atrodo ir pan.. Ir kitas dalykas yra labai reikia gerbti ir jausti atstumą, ką mes atskirai kalbėsime. Tai yra iš esmės, kaip kiek nuo manęs priklauso, kiek tas priklauso nuo to žmogaus ane“. Mes abu nusprendžiame, kad tiesa ir pagarba yra neatsiejama socialinio darbo dalis. –„Nu vat čia vat yra tas socialinis darbuotojas arba tas pagalbos darbuotojas, kuris gali būti ir terapeutas, kad jeigu tu jau eini į tokią bendruomenę dirbti, nu čia, aišku ir šiaip su priklausomais žmonėms, kur tiesa yra esminis momentas. Ta prasme, nu tu turi jau, kaip sakoma, atvirai tą daryti, ta prasme jau negali čia kažką taip *chimičinti* kaip sakoma“. Mes nutarėme, kad tiesą sakanti asmuo yra labai svarbus. Albinas dar papildė: - „Ir kai sutikau tiesą sakantį žmogų, supratau, kiek yra svarbu. Jis man sakė jis: jeigu tu nepasikeisi, tu gersi, jeigu tu nepasikeisi, tu gersi. Tu matai, koks tu esi, ir aš supratau - aš supykdavau iš pradžių... o kam malonu? tai paskiau rūkau drebedamas suprantu, sakė, nes taip yra. Taip yra, nuo to viskas prasidėjo nuo tiesos sakymo. Tai tiesa, labai svarbus dalykas. Labai svarbis“. Albinas dar pridėjo. –„Aišku, gerai pasakysiu. Pirmiausia yra tam, kad galėtumei dirbti aplamai tokį darbą reikia jau iš pat pradžių būti suvokusiam tiesą? Kad aš TIK bandysiu tau padėti, bet viską spęsi tu. Va čia yra tiesa ir kai tik aš tą tiesą imu pamiršti, o kartais imu pamiršti, labai norisi, kad... ir tada gaunasi toks rezultatas, kokio niekas nenori turbūt, ane? Nes tu pradedi... gali kartais ir nuolaidžiauti savo principams ir pan.. Galų gale tu baigei darbą, bet tau kažkaip galvoje sėdi dar tas žmogus, jo gyvenimas ir pan. Mane mokė, Albinai sako, „tuo metu, kai tu dirbi su žmogumi, tu būt... tu viską turi paimti iš jo, tuo metu ,bet kaip jis išeina, tu turi sugebėti kaip, nuo to sieto taip, atiduok, palik ramybėj.. Jeigu bus taip, kaip tu gyvensi šeimoje, aš pareinu namo pas žmoną jau su rūpesčiu darbiniau. Aš atsigulu į lovą, man ne tas rūpi, kas turi rūpėti. Man rūpi darbas. Tai greitai aš prarasiu ir šeimą arba su manimi niekas nesišnekės, galėsiu visiems girtis, koks aš svarbus esu tu. Tu nelabai svarbus, tu vistik ne savam prote“. Aš linkteliau ir susidomėjimu toliau jo klausausi, kadangi Albinas į terapinę bendruomenę atėjo iš anoniminių alkoholikų draugijos. –

„Matai Linai, aš esu specifinis tame, kad aš atėjau iš anoniminių galbūt draugijos, reiškia tenai - tas jau vyko, ir aš mačiau, savo akim kad kažkas miršta. Užgėrė ir mirė. Kažkas pasikorė. Kažkas laimingai gyvena, ir ta realybė man tenai padėjo suvokti, suprasti. Ir realiai aš atėjau pasiruošęs dirbti psichoterapinį darbą, atėjau pasiruošęs. Vieno dalyko tai iš tikrųjų reiškia, kad galbūt, kol nepilnai buvau suvokęs tai pagarbos tam žmogui, kaip ir jo sprendimų priėmimą, ne, bet man sakė, jeigu tu nori dirbti tą darbą, aš daug klausinėju, ane - tu turi mylėti žmogų ir jausti atstumą. Bet apie atstumą niekas nesakė konkrečiai kaip panašiai, kaip klausia: norint kurti muziką, tu turi turėti muzikinę klausą. Vienas turi kitas ne ir taškas“. Mes abu nusijuokiamė ir jis toliau man pasakoja, koks turi būti darbuotojas. „Linai aš supratau, tai priklauso nuo asmenybės. Tiesiog nėra tokio dalyko kaip socialinis darbuotojas, psichoterapeutas, psichologas - šiaip nėra, yra asmenybė ir vienas žmogus tam tikrame etape galbūt jis būtent bus labai aktyvus visose srityse, ir aš toks buvau. Buvo laikas, kai aš sakiau visiems tiesą. Ėjau pas direktorių jau ten, visur ne, ir aš supratau vieną dalyką - kad šiaip jau jeigu aš taip visur eisiu, blaškysiuosi ar ne, tai svarbiausi dalykai - kam aš galiu ir kam ar ką aš turėčiau padaryti - neliks tiek laiko, arba jau mažai liks save. Tai galbūt tiek to, paliksiu kažkam kitam spręsti tuos dalykus, kažkokius aš apsibrėšiu savo daržą - vat kiek aš galiu realiai? Ir ir aš apsibrėžiau, ir aš dabar nesikišu į tuos reikalus jokių ir pan.. Aš galėčiau taip galėčiau. Bet tada aš to negalėčiau daryti. Aš darau panašiai arba ne tiek galėčiau daryti. Štai ir viskas. Ir sakysime, čia aktyvumas, tai yra pozicija, priklauso nuo asmenybės ir kaip grupė - nes vienas žmogus būna labai aktyvūs. Tai jis ir gyvenime bus galbūt toks aktyvus, kitas - ne... jis tik esant reikalui, labai primygtinai, kaip sakoma, jis tada pasakys: šiaip jis geriau bus klausytojas, stebėtojas ir pan.. Va taip asmenybė priklauso ir, ir tie socialiniai darbuotojai jie irgi yra asmenybės“. Aš jam pritariu, man jo išvalgos tokios atrodo vau. Mes abu pokalbio metu išsiaiškiname, kad vien mokslo darbuotojui nepriklauso jis turi būti „asmenybė“. „Čia visur rašo, aš gi aš... esu klausęs visų grandų Lietuvos, kas susieta su psichoterapija, ane.. visų grandų. Tai knygoje visų vienbalsiai parašyta - visų pirma lemia asmenybė, ne technika, ne kokiai tu mokyklai priklausai, o asmenybė, asmenybė tavo. Tu gali toj psichodinamikoje būt, ar kitoj srity...“. Aš kaip koks mokinukas klausausi ir karpau ausimis, man jo ta patirtis tokia „superinė“. Jis tiek daug išvalgos turi apie žmogų. O Albinas toliau dalinasi savo mintimis su manimi. „Bet žinios. Jos gali įvairiai. Vat, man psichoterapeutas sako, kur aš labai susidraugavau su tuo psichiatru psichoterapeutu, kuris man pasakė tiesą. Sako: „Albinai, bet kas iš tavęs bus, jeigu tu per tris mėnesius supratai, tą, ko psichiatras kitas apleičia nesuvokia, kad čia gydo tik simptomus. Gydė simptomus, detoksikavo. Sakau: „kodėl tu taip keistai klausai?“ „Betgi tu, sako nesimokei“. Sakau: „tu žinai, Petrai, kaip metų aš siekiu blaivybės, kiek aš mažčiau, aš galvojau, kodėl tu tuoj neskaitai?“. Jis man pasakė: „aš, kaip aš *durnai* pasakiau, kad būtent durnai, pasakiau“. Palauk, tai žmogus, kuris stebi tą pasaulį, analizuoja, taip, jis oficialiai nebaigė universiteto, nesimokė, bet

jis stebi, galvoja „tai ką jis nesimoko“? Man kalbants su Albinu toks įspūdis, kad vat šis žmogus turi daug patirties, todėl aš jam sakau: -„Jo, vat toj terapinėje bendruomenėje yra vat - jūs su savo bagažu ateinate ir būnate su tais realiai kalbate. Būna, ir jie būna, ir va tas gijimas vyksta iš to, kad jie būna kartu su jumis. Nu ir ta prasme ir tarpusavyje“. Albinas nusišypso ir pritaria. -„, Taip mūsų bendruomenės vienas yra ypatumas, kad sakysime, švelniai tariant, pusė darbuotojų, pusė patys yra priklausomi. Jeigu ne daugiau. Patys priklausomi, arba – dvasiškai, tas irgi labai artima. Tai yra sveikimo programa, gyvenimo būdas, ir tame skaičiuje mes esam labai tokie vienminčiai ir bendraminčiai, ane, ir mes gerai, neblogai jaučiam ir suprantant tą priklausomą žmogų, nes mes patys tokie esam kažkada. Lygiai taip pat ir mes kažką taip mąstėme taip, galvojame ir tada lengva priimti labai, negu sveiko proto žmogui. Tikrai problematiška priimti, jam reikia ir daug mokytis ir skaityt. Jam keista, kai man sveiki draugai sakė : Albina, jeigu tu žinai, kad tu negali pradėti gerti, kam tu pradedi, ir aš jau negalėdavau jiems išaiškinti : „kad aš pats nežinau, kaip tas įvyksta“. Bet tiesiog protu jie nesupranta. Geriau apie tai nekalbėti jie gi sveiku protu žmonės, nu jis tą keistuolį labai sunkiai suvokia, kaip gali šitaip daryt žmogus. O jis taip daro. Tik dar paklausk apie vertybes kito žmogaus - išvardys tą patį, ką bet kuris kitas. Va, tai ta bendruomenė tokia mūsų yra...“.

Paskui aš prisiminiau, kad pirmojo pokalbio su Dariumi metu irgi kalbėjome apie terapinėje bendruomenėje esančius darbuotojus. Aš jam pasakojau, kad mano susitikimas buvo labai geras. - „Va bet aišku, kai susitikau su žmonėmis, su personalu, tai aišku tas atvirumas toks, labai atvirumas kalbėti apie tą sakykim tas priklausomybes, apie tas problemas, ir mane žmonės mane iš kart nuramino, kad čia nėra tokių dalykų, kuriuos aš turiu kažkaip iš anksto žinoti, ir ... ir kažkaip taip vat, viską nu kaip psichologas viską ar socialinis darbuotojas mokėti viską padaryti. Nu mokėti jau būti toje bendruomenėje žinai. Tai tas pirmas įspūdis, kol nesusitikau su tais priklausomais, klientais tos bendruomenės, buvo toks geras, ryškus lyderis tos bendruomenės yra, labai fainai priėmėm, nu toks betarpiškumas“. Paskui prisiminiau Albino žodžius, kad svarbiausia asmens patirtis, todėl aš Dariui irgi pasakiau: -„...čia su ta mintim, kad socialinis darbuotojas yra pats buvęs priklausomas žmogus, nes ten net du tokie dirba, ir tada jie supranti, čia ir jų gydymas. Čia jie eina tuo keliu, ta prasme čia jų kryžius, jeigu taip gali pasakyti lyriškai, ir jie eina, ir jie tame mato prasmę, nes vat čia yra tas santykis. Žinai, kai tu nebuvai priklausomas arba nesi, nu tiksliau buvusių priklausomų nėra, jie visi yra priklausomi, tie kiti būna, kad nevartoja. Tai ta prasme – tada vat prasideda kažkokie tai tokie... nu – ne tavo dalykai, ta prasme nu vidiniai, vat iš to santykio, kad persiimi tais kažkokiais sunkiais jausmais. O kai buvai priklausomas, pačiam buvai tam ne terapiniam lygmeny, o socialinio darbo, tai žinai eini, neši savo kryžių, pasakoji, ir taip nu... ir ir ir vyksta tai viskas. Ir tos drąsos yra gal daug, nes eina iš vidaus labai jaučiasi tai, pavyzdžiui. Tokių pasisakymų, insight‘ų jisai duoda kur nu.. nu kažkaip nesugalvosi“. Tada aš

atsikvepiu, o Darius tęsia mano mintį. – „Aš galvoju žinai kaip ir geras priešnuodis, kai tu jau persirgęs tuo, ta prasme turi gerą imunitetą tam, kaip tau knisa protą, kaip su tavim manipuliuoja nes tu pats dar labai gerai darei ir gerai žinai“.

Savo lauko užrašuose aš pasižymėjau, kad darbuotojai dirbantys terapinėje bendruomenėje yra labai kūrybingi, turintys daug kompetencijos ir patirties. *Man kūrybingumas užsifiksavo su muzikos instrumentais, kurie buvo atnešti vieną dieną, kad klientai galėtų išsirinkti po vieną jiems labiausiai patinkantį instrumentą ir garso pagalba išlieti savo susikaupusią agresiją, įniršį ir panašiai. Man tas toks potyris buvo vau, kaip gerai yra nukreipti savo energiją į kažką teigiamo. Nors pasipylus muzikos instrumentų garsams tai toli gražu nepriminė muzikos, kurios gali klausytis koncertų salėje. Tačiau žiūrint į klientus, kaip jų nuotaika grėja ir man pasidarė gera. Kiek socialiniai darbuotojai turi išmanyti ir įtraukti klientus į įvairias veiklas (grupinį ir individualų darbą), kad jiems būtų lengviau sveikti.*

### **3.7. Grupinis ir individualus darbas**

Su interviu dalyviais pakalbėjome ir apie grupinį ir individualų darbą terapinėje bendruomenėje. TB veikla - įskaitant grupės diskusijas su tokio pačio likimo asmenimis, individualus konsultavimas, mokymasis bendruomenėje, susitikimai ir seminarai, žaidimai ir vaidmenų žaidimai - yra pagrindinė savitarpio pagalbos proceso dalis (Vanderplasschen, Vandavelde, Broekaert, 2014). Su Aiste aptarėme mano pirmą įspūdį apie darbą su grupe. Man net juokas pradėjo imti prisimenant, kaip mane ten tiems klientams pristatė. Šypsena atsirado ir Aistės veide. Aš jai papasakojau, kad mane pristatė kaip gera specialistą. – „Nu joks aš ten geras specialistas nesu, vis tiek tos praktikos priklausomais žmonėms aš nebeturėjau... žinai. Tai, pavyzdžiui, pirmoje grupėje, aš taip iš pradžių stengiuosi nebūti toks daktaras žinai, dar čia visus čia dabar jus pagydysiu“. Galim taip pasakyti, toks labai dvipusiškas jausmas yra. Toks nėra paprastas“. Aiste susidomėjo ir uždavė patikslinamąjį klausimą man. – „Suprantu, suprantu šitą. Dar tik klausimas – tu dirbdavai su grupėmis žmonių ar būdavo individualių irgi susitikimų?“. Aš jau savo gestikuliacija pradėjau naudoti ir aiškinti. – Jo, tai aš dalyvaudavau grupėje, kurią vedavo kitas socialinis darbuotojas, vedžiau pats keletą grupių, bet toks vienas iš pagrindinių užsiėmimų, kurį aš darydavau individualūs susitikimai.

Mes su Adomu taip pat aptarėme mano pirmą įspūdį apie grupinės terapijos veiklą. Bet pokalbis nebuvo toks pats. Net keista atrodo kalbi ta pačia tema, bet patys pašnekovai, jų ir mano patirtis atveda visai prie skirtingų pamąstymų ir prisimintų situacijų. Aš Adomui pateikiau to pirmojo įspūdžio vaizdinį. – „... kai aš pirmą kartą atėjau su jumis, atsisėdau į ratą. Tai du labai skirtingi jausmai. Iš vienos pusės – nori būti jų priimtas. Iš kitos pusės – suprantu, kad aš taigi

nesu priklausomas. Arba aš turiu būti socialinio darbuotojo pusėje, ir aš turiu nuo jų atsiskirti ta prasme. Ir va čia, pavyzdžiui, nu mano ta patirtis yra tokia, kad turi labai išlaikyti tą ribą. Iš vienos pusės būti priimtas ir kad, kad nu, kad galėtum dirbti, pavyzdžiui, su grupe arba su atskiru žmogumi, arba iš kitos pusės – turi suprasti, kad yra riba - aš esu čia, o kitas yra ten. Tai vat tų tokių nu skirtingų jausmų pas mane buvo labai daug. Ir, ir aišku, po kelių momentų, kas aš manau, daugeliui būna, kad galvoji – „aš noriu juos visus išgelbėti“. Nu tok jausmas buvo, kad gali. Nu, kad aš vat dėsiu pastangas, ir juos visus išgelbėsiu. Iš kitos pusės, supranti, kad nu čia yra kažkoks pergyvenimas, kad jie tikisi, kad aš juos išgelbėsiu, kad aš už juos padarysiu darbą ir vat, man atrodo, socialiniam darbuotojui nu ar terapeutui yra svarbu tą labai suvokti, kad kai kurie jausmai, kuriuos jisai jaučia, nu tikrai yra išprovokuoti, yra tų tos grupės, tų klientų, ta prasme, kad tai nėra jo. Pavyzdžiui, noras išgelbėti yra toksai tikrai, netikras noras, nes tu išgelbėti negali“. Mūsų abiejų veidai surimtėja, bet tada aš jam sakau: -, Bet mes kalbėjome, kad iš principo ta individuali pagalba reikalinga, bet labiau krizei suvaldyti. Adomas sutinka su mano mintimi ir sako, kad: -, Ji reikalinga, bet jos yra labai nedaug procentaliai, lyginant su grupės jėga. Pavyzdžiui, aš labai mažai laiko skiriu individualioms konsultacijoms. Aš skiriu 15 minučių, labai trumpai, ir viskas ką tu turi išsinešti ir kalbėti yra grupėje, o vat yra daug žmonių. Yra tam tikrų dalykų galbūt, apie ką mes net skatiname nekalbėti, tada pakalbėsime vienas ant vieno, nes tą pagalba šiaip, jeigu pagal kažkokius rodiklius lyginame, tai iš tikrųjų grupė yra žymiai stipresnė žymiai, negu individualiai, nes gi gyvenime tai žmogus ne su vienu bendrauji, su visais pasauliu“. Jis paaiškino, kad svarbi integracija, kurios reikia mokytis. Jis man sako su šypsena veide: -,Daugelis ateina, jie kaip laukinukai, jie atitolę, gal kaip kas tai, kas niekad nemokėję. Vat ir ta grupinė terapija labai stipri ir grupė, ir aš labai rimtai klausiu grupės. Ką jūs manote? Ir tie žmonės pasako“. Man žinoma įdomus individualus darbas su klientais, bet didesnę įspūdį paliko grupiniai užsiėmimai. -,Bet dar įdomiausia tai grupinė pagalba, vienas momentas, bet tą visą TB, kad jie dar ir gyvena tame, tikras sociumas ten vyksta, nes gi ten ir už terapinės grupės ribų vyksta gyvenimas“. Jau vien buvimas terapinėje bendruomenėje irgi sukuria grupę, kurioje tu turi būti visą parą. Adomas plačiau pakomentuoja ir apie grupinio gyvenimo svarbą. -,Bet iš tikrųjų tai yra vat grupėje gyvenimas. Grupėje vat yra bendruomenė ir sakysim, jeigu iš pradžių buvo mūsų, keletą metų mes dirbome kaip Minesotos modelis, tai pakankamai greitai supratome, kad nereikia dviejų Minesotų Vilniuje, užtenka vienos. Reikia kažko kito... reikia bendruomenės, ir vat bendruomenė - ji iš tikrųjų bendruomenė, yra kitaip. Yra visiškai kitaip negu, pavyzdžiui, Minesotoje, nes, visų pirma terminai kitokie. Ir kitas dalykas – tai yra bendruomenė ten yra programa tam tikra, tai nereikia norėt kad čia būtų vienoda... Principai tikriausiai turėtų būti patys šiaip jau“. Visiems, norint laikytis gydymo programos, reikia nuolatinio bendruomeninio ir individualaus proceso (De Leon & Unterrainer, 2020; Vanderplasschen et al., 2013).

Bekalbant su Dariumi susimąščiau, kad tie grupiniai susitikimai su klientais, man buvo nemenkas išbandymas. Aš jam aiškinu, kaip man viskas buvo tuose susitikimuose. – „Gavau savo mentorių, nu ir tada reiškia jau va tie pirmieji mano susitikimai su jais tai, ... čia jau buvo nu toks rimtas iššūkis, kurį aš galbūt net sakyčiau suvokiau po to, po keleto dienų ar net savaitių, kol supratau kaip aš jaučiuosi ir kas čia buvo, nes pirmieji sutikimai buvo grupėje su socialiniu darbuotoju ir ten grupės principas jįsai yra – jie seka tą dvylika žingsnių, reiškia, dvylika žingsnių, tą programą, ir kiekvienas susitikimas ir kažkokia tai tema, vienas žmogus skaito savo atsiskaitymą apie tą dvylika žingsnių, kas jis išmastė, o tada kiti duoda tokį grįžtamąjį ryšį. Tai mano įspūdis toks – aš visų pirma ateinu į grupę, ir aš visų pirma jaučiuosi taip, kad aš tarsi vienas iš klientų, niekas nežino kas aš toks, nes manęs niekas nepristatė, aš atsisėdau ir tada aš prisimenu, kad jau atėjo mano laikas pasakyt kas aš toksai, tai... aš tiek aiškinu, kad aš būtent esu. Buvo man labai svarbu, atsiskirti, kad kas aš esu socialinis darbuotojas, čia atlieku praktiką, toks tarsi atsiskyrimas. Iš kitos pusės jaučiau, kad... jie turi priimti mane, nes jie kalba apie tokius labai intymius dalykus, ir ten yra labai sunku, sunkūs dažniausiai tie ratai būna. Tai aš kažkaip dar labai jaučiausi, kad reikia kažkaip užsitarnauti pagarbą, tarsi jei aš nebuvo priklausomas nuo nieko, negaliu pasidalinti savo patirtimi. Atsimenu – aš išėjau po pirmos dienos, aš apie nieką kitą ir negalvojau, tik kaip tenai, kaip tas žmogus, visa bendruomenė, kad tas – pirmas įspūdis, tai buvo kaip sakyčiau toks „užliejantis“. Nu ir ne taip, kad aš kažkaip ten bijojau, bet daug labai tų emocijų“. Darius man pritariamai linteli ir sako:–, Jo, kad tas atsitraukimas, tai irgi pažįstamas. Bet nežinau, jiems, kaip ten ir nelabai patinka dažniausiai tie specialistai. Jiems atrodo labai svarbus tas žinai, tas betarpiškas bendravimas“. Aš pagalvojau, kaip priklauso kitų asmenų nuomonė apie tave, kaip tave pristato, nes jau po antro susitikimo į individualius susitikimus su manimi prašėsi 4 ar 5 asmenys. Aš jam sakau: – „mano pirmas jausmas toks po kelių dienų, kad jie labai prašo tos pagalbos, toks ir gaudulys dažnai ima, ta prasme, nu pavyzdžiui išgirsti kokią siaubo istoriją, priklausomo žmogaus, kaip jisai gyvena, apsvaigęs ir taip toliau. Tikrai ir šokiruojantys ir kartais būna ir tie visi pasakojimai. Po trumpos pauzės aš toliau dėstau savo išvalgas. – „...pagalbos santykis iš individualaus bendruomenėje pereina į tą tokį kolektyvinį pagalbos santykį, ir jisai nėra tikrai grupėse, kai tu susitinki, pavyzdžiui, mieste, kitų priklausomų asmenų grupės yra, bet tu – gyveni ir tada tu, tarsi būni visame tame visą laiką, kad tu ir socialinių įgūdžių mokaisi, ir psichologinė atmosfera kita, dirbi su tais žmonėmis ir gyveni, ir su tais pagalbos specialistais gyveni, nors jie ateina į tą darbą, bet vis tiek praleidi daug laiko. Valgai su jais, šnekiesi, sprendi kasdienes problemas. Tai va tas iš tikrųjų mane sužavėjo, ta prasme, nu... gal čia perdėtai sužavėjo, bet man tas patiko, ir aš labai pajaučiau, kad tas tas bendruomenės gydymas, net kaip mes čia kalbėjom apie tam tikras psichoterapijos kryptis, kad tas buvimas bendruomenėje tiesiog buvimas kartu, jisai turi, turi nu to nu tikrai, kažką tokio gydančio, kažkaip įprasmina be

žodžių, tam tikrą buvimą kažkas tai tokio“. Darius patraukia nuo galvos ranką ir pradeda dėstyti savo mintis. „... psichoterapija yra gydymas santykiu. Tai ir apskritai, tokia čia ta bendruomenė vos ne atvažiuoja žmogus ir metus laiko būna kažkokiuose sveikesniuose santykiuose ir tas matyt ir vos vaikystėje buvo tokiu savo šeimoje struktūrą, dabar vos ne irgi gali sakyti įsikišimas tėvų, brolių, seserų, ta prasme toks, grynai kad tu neateina kitam kažką gilinesi, ir taip akys išlieka. Tiesiog duoda žmogui patirti tą sveikesnį gyvenimą kažkokį. Darius man sako: „Na, šiaip grupinė terapija už tą veiksmą, tokį kitokį veiksmą negu individuali. Tai tu vistiek terapeutas. būdamas kažkaip glostai, nori nenori kažkaip bandai jį vilkti, o jo - kartais net man irgi būnu aš, pats lankęs grupinę terapiją, tą tokią santykių ir jo ten kartais nežinai atrodo, pas terapeutą vaiktai ir iki galo nežinai, ką galvoja, ir galbūt šisai tave tiktai saugo žinai... Tas veiksnys kartu su kažkokia daugiau realumo įneša, kad tai ne tokia tokia gryna kažkur žmonių reakcija, kurie nėra suinteresuoti jam tavęs saugoti ar uždirbs iš tavęs pinigų žinai... ar dar kažkaip, nu čia jiems ne jų darbas tau kažkaip padėt, bet čia yra tokia tokia realybė“. Darius atsikosija ir toliau dėsto savo mintis. „... Perleidžia per savo patirtį, kaip ir patys save tapatina, kažkaip nu - gydosi. Kitas dalykas, ką aš, pavyzdžiui, iš Minesotos, patyriau tai tokį, kad yra toks žinai labai kietumas, iš to, kai savyje dar daug to melo, kažkokio ir manipuliacijų ar nenorėjimas veikti, tada labai erzina tie kitų melai ir nenuoširdumai. Nors tada gaunasi, kad tokio trūksta, jog trūksta tokio kažkokio švelnumo žinai, tada, na, kaip ir tada gaunasi, jog jie ganėtinais tokie grubūs būna vieni vieni kitiems taip“. Paskui įsiterpiu ir aš: „... Jo ir aš atsimenu, mano tokios pirmos reakcijos ir buvo, kad aš taip nu nu mano kažkoks dalyvavimas grupėje ten kaip pagalbos terapeutui. Bet tai buvo toks kažkaip švelniai, taip diskretiškai bandau kažką pasakyti. O ten taip pakankamai asmeniškai ir taip tiesiai - ir prie to reikėjo priprasti. Bet paskui supratau, kad tai tikrai turi naudą. Čia toks mikrosociumas kaip ir saugus, bet toje saugioje aplinkoje ta prasme, to atvirumo ir tokio... nu, nežinau, galime kabutėse sakyti žiaurumo yra pakankamai daug, nes nu dar tas melas ir manipuliacija yra vienas iš tokių didžiausių kliūčių, asmeninė kiekvieno kliento gyvenime“. Darius sutinka su mano nuomone. – „Man kažkaip taip asmeniškai net irgi vat, kai buvo tie mokymai, ir ta grupė šešias dienas tai man labiausiai tokia iki ašarų net irgi privedė tokia žinai, labai stipri patirtis. Kai mes dirbome, grupė išleido ir paskui viena po aštuonių valandų atrodo, po šešių valandų intensyvaus darbo ir paskui dar parašė dar viena iš grupės narių. Žinai, „kaip tu ten laikaisi“, tas toks kažkoks susikūrė. Žinai, tokios bendruomenės jausmas, kad ir kaip tu kažkam va čia rūpi, ir tos man atrodo kažkoks... ir kažkaip labai man tokia jautri buvo apie tą, kad, atrodo, ir aš man tada labai kilo noras ir kitiems parašyti vat, kas man svarbu. Žinai, nu tas, kad jo ta, kad atrodo turi tų žmonių, su kuriais gali pasikalbėti va taip, viens ant vieno, žinai ir nuolat ta draugystė tokia. Bet kaip reik labai atrodo - visai kita patirtis yra turėti tokią bendruomenę. Žinai, ne atskirus draugus, bet kažkokia bendruomenę - man kažkoks tos bendruomenės jausmas atrodo toks labai svarbus. Kažkokia labai



svarbi patirtis tokia žmogui, nu ką ten ir šneka tie visi sociologai. Žmogus dabar toks, be... neturintis tos bendruomenės miestuose ir pan., kad jam tai svarbu. Yra, kai kai kur ten, kaimuose, turėdavo visi ten vieni kitus pažįsta ir yra tas bendrumas, kažkoks priklausomas kažkokiai grupei...“. Išgryninant jo mintį, kad svarbu žmogui turėti su kuo pasikalbėti. Aš įsitaisiau patogiai kėdėje ir toliau su Dariumi kalbu ir sakau jam: -, Absoliučiai ta prasme va čia žinai, neprilygo jungiškai, pasakyčiau, kur iš dviejų dalykų gimsta trečias. Nu ta prasme, kad jungas ten apie tai kažkokia transcendentinė funkcija šnekėjau, ane sakykime, iš kažkokio gėrio ir blogio, ten, šviesos ir tamsos ten šešėlio... bet šitoje vietoj, jeigu tai pereiti į tokį socialinio darbo lygmenį, toks pat kaip ta bendruomenė, tai yra tas bendruomeniškumo jausmas, toks kaip trečias dalykas toks metu atrodo gydaisi, tau kažkas padeda, ir tau tas pagalbos santykis tokį sukuria tokį trečią dalyką - bendruomenės jausmą, nes jisai toks yra, būtų, kaip ir kažko konkrečiai, neturi kažkokio rankoj diplomo ar kažkokio tai raumens neužsiaugini, jeigu taip galima sakyti ir bet. Bet tu turi tą jausmą, kad yra žmonių grupė, kuri tau visą laiką gali padėti, kur tu gali būti atviras, kur nu kur toks ne toks grupinis veikimas. Šiek tiek gali būti. Nėra tokio visiškai individualumo, nes tie priklausomi asmenys jie dažnai, nu, labai savo jėgom nepasitiki“. Mes pradėjome lyginti darbą su klientais su Raskolnikovu.-, Ten tikrai ta drama. Visą laiką vyksta prasmė, ir ir ir netgi jeigu tokiam asmeniniam pagalbos santykiuje, ta prasme galima tokių išpažinčių pamatyti, žmogus galbūt atsiveria. Bet vat grupiniam tą padaryti žymiai sunkiau. Bet jeigu žmogus to padaro, grupiniam, ne tai kad kažkokie vidiniai pas jį poslinkiai atsiranda. Bet kaip tu sakai, vat, kad tos bažnyčios pradeda, galbūt matys kitaip, bet jisai tarsi iš karto gauna ne tik tą tokį kažkokį tai dvasinį ar psichologinį palaikymą, bet jisai ir nu tą... jisai gali, kaip ir iš karto pradeda keisti ir gali keisti savo elgseną tame mikrosociume. Ta prasme, kad jis gali būti nu, atviras, pažeidžiamas ir kad tai yra *okay* kad jau niekas nesumindys tenai ta prasme, kad kaip tik tas atvirumas, pažeidžiamumas labai yra vertinamas. Nu, ta prasme, tai tuoj tuoj terapinėje bendruomenėje. Ir žinai, ir ir tada vat jisai gali. Bet kas atsitinka tada, toksai kaip ir toks. Nu man tai, nes kaip tu, tikras apogėjus, kad jie dažniausiai tada pamato tą savo traumą ta prasme, kad jie pamato tą nu, ne tai, kad priežastį, bet išgyvena tą situaciją. Kai kas juos privertė vat tapti priklausomais žmonėms. Ta prasme arba kaip atsirado tas atsakas į kažką nu jeigu formuoti kad priklausomybė yra atsakas į kažkokią situaciją arba gyvenimo tarpsnį. Nu ta prasme jie pamato tai, jie išgyvena kaip tai nu galbūt nebūtinai konkretų įvykį, bet kažkokią seką arba kažkokią istoriją, kaip jie į ten ateina, ir jie gali nuo to pasidaryti bendruomenė. Bendruomenė ta aprimsta“. Mes abu sutarėme, kad grupinėje veikloje yra sunkiau manipuliuoti, nei individualiose veiklose. Juk gali apsimesti prieš vieną asmenį, bet ne prieš dešimt ar daugiau. Aš jam sakau:-, Ir žinai ką sugalvoti, ką tu labai teisingai sakai? Ir dar, kai yra tą stacionari TB, nu, kurioj gyveni, tai tu 24/7 turi apgaudinėti.. tai yra labai sunku, nes kaip tu valgai, kaip bendrauji, su kuo eini rūkyti, kaip tu darai valgyti, kai tu dalyvauji

ten, kituose veiksmuose - tas žiauriai matosi“. Staiga aš prisiminiau apie infantilumą ir jam pateikiu pavyzdį. –„O taip, pavyzdys, kad žmogus stengiasi, viską rašo, rašo, o paima vieną dieną, pavyzdžiui, kokio nors darbuotojo mobilų telefoną paslėpia. Nu toks visiškai kokių 5 metų, 7 metų vaiko lygio veiksmas, jokios prasmės nėra ta prasme. Paskui, kai tie visi aiškinosi, tas žmogus būna, nu pats apakęs nuraudonuoja, niekaip nesupranta, kodėl taip padaro. Nu toks sąžiningas impulsas. Bet yra tame, kad jeigu tai atsitinka, tai tampa labai vieša, ir jisai ta prasme brandinamas, ir iš karto jis jau nieko nepamunpuliuos, nes ten *niolika* žmonių žiūri, su juo kalba, nu ką, apie ką čia buvo...“. Darius linkteli galvą ir sako: -, nu tai taip.. nu jo čia kažkaip žinai, jo, daug tokių visokių dalykų atrodo ir šiaip terapijoje, ir ne tik su priklausomais. Labai svarbu neužmiršti, kad terapija yra generalinė repeticija, o ne gyvenimas, sako, tu negalėji, žinai, visą laiką žmogus būti... nu nu žinai, gal toks nevienareikšmis klausimas, bet kad gal neturėtų visą laiką taip būti reikalingos terapijos žinai, kad tu turi pradėti eiti į tą gyvenimą“. Manau kokį darbo metodą bedirbant svarbiausiai klientai turi žinoti ribas, kurios yra nubrėžiamos taisyklių metu.

### **3.8. Ribos**

Aš manau, kad socialiniams darbuotojams dirbantiems su klientais, ir šiaip visiems darbuotojams, yra sudėtinga nubrėžti ribas. Socialinis darbuotojas turi būti tarsi gydytojas ir nesvarbu, kiek jam metų tačiau jis turi išsiaiškinti kliento žaizdas ir panašiai. Pokalbio su Rasa metu išsiaiškinome, kad jei nenustatyti ribų klientai tave „suvalgys“ ir „užlips“ ant tavęs. Ribos suteikia tiek fizinę, tiek psichologinę saugumą ir padeda terapijos metu (Lees, Haig, Tucker, 2017). Jie nori, kad visą kiti už juos padarytų. Aš Rasai sakau, kad:- „Taip ir taip turi daryti, bet faktas, kad riba yra esminis dalykas, bet mes išmokstame čia kaip su ta vaikyste žinai, kaip su ta raida. Anksčiau, nu kai tik gimsti, gi tų ribų nėra ir mes kažkaip išmokstame jas nustatinėti ta prasme“. Paskui bekalbant su Rasa apie ribas prisimenu vieną asmenį, kuris įstrigo mano atmintyje. Tai vienuolė budėtoja. Aš tada pradėjau jai pasakoti apie budėtoją. –„Nu jinai, nu baisiai nu – jinai labai šilta, bet jinai su ribom. Bet vat tas derinys man, žavėjo nuo pat pradžių, nes jinai šilta, bet ten ateina “ne ne, duok ten kokių vaistų”, ir jinai ten griežtai, jokių per juoką, per *bajerį*, bet griežtai ne ir atlaiko žodžiu“. Rasa dar paklausia apie jos plaukus ir pasako, kad ji irgi ją žino. Mes tada abu nusišypsojome, jog turime bendrų pažįstamų. Labai keistas jausmas pagavo, jog ta smulkutė vienuolė turi savyje tokios jėgos, kaip ir Adomas. Su juo mes ir kalbėjome apie ribas, kurias gali nustatyti taisyklės. –„Atrodo, o iš tikrųjų tai yra labai svarbu, ir nėra jokio taisyklės, kad tu turi laikyti žmogų per ištiestą ranką, arba tu turi apkabinti, kažką reikia ištiesti ranką. Stop. Ne ne, ne, ne... ir nėra taisyklių. Ir nėra tokios knygos, kad būtų parašyta būtų kaip. Čia tu turi jausti. Tu turi tiesiog jaust. Kartais reikia žmogų sustiprinti, ir mes dažnai sakome: aš jį tik stiprint,

jis labai nepasitiki, jis labai silpnas. Pas jį labai silpna ta viltis, ir reikia stipriai pradžiai sustiprinkime, kad galėtumėme dirbti kažką su juo, nes pradžiai, jeigu tu pradėjusi jį draskyti, jis palūš visiškai. Vat kai sustiprės, tada pabandysime čia, kaip visur žinai. Pradžioje sako, reikia tą padaryti, o paskiau pabandysime gydyti. Bet pradžiai reikia - sustiprinti. Tai va tą žmogų reikia galbūt apkabinti ir pan“. TB socialiniai darbuotojai stengiasi neatsiriboti nuo kliento, o kaip tik jam padėti (Haig, 2013). Adomas toliau tęsė: -„Bet kas yra atstumas mūsų darbe tai yra taisyklė – sakau, „tu suprask, ne, aš tave baudžiu. Tu taip pasirinkai ir tokios taisyklės tu taip pasirašei. Adomai, patikėk! Palauk čia, prie ko čia Adomai? Čia yra taisyklės. Tu pažeidei įsipareigojimus“ sakau. „Kur tu išmoksi atsakomybės jeigu ne čia, šitoje programoje. Čia nieko blogo. Tik tu atsimink visam laikui, kad už viską, už elgesį reikia atsakyti. Pavėlavai, reikia atsakyti. O tu įpratęs neatsakyti“. „Kas čia tokio, kas čia tokio?“ Visada prašau.“ Tada Adomas atsидūsta ir vėl tęsia. – „Taip, tai tam tikros ribos. Vat yra ir, ir iš tikrųjų aš turiu jausti, kad aš, aš, aš esu tas aš esu čia dirbantis darbą aš tą privalau daryti ir žmogui reikia normaliai paaiškinti ir jie tada supranta, jie beveik visi supranta, jiems tik pasakai... nes jie galvoja, kad čia vat kažkas išskirtinis, tas gali „su juo pakalbėsiu, padarys, kaip kad gyvenime būna“. Bet taip nėra psichoterapijoje. Yra susitarimai, kažkokie, taisyklės jos visur yra, kad ir čia ateina žmogus, jūs gi aptariat, kaip jūs dirbsite? Jis negali kada eit, kada neit. Jei kas nors iš darbuotojų - jis privalo reaguoti į tai, kad aš pastebėjau, kad tu pažeidei taisyklę: jeigu aš jis nereaguoja – jis blogai dirba. Neturi būti gerų, blogų, turi būt visi pagal taisyklės gyvenantys žmonės. Taisyklė va čia ir čia, visam pasaulyje yra. Ir jeigu to nėra... tiesa, kaip kas sprendžia tai, sakysime, toje bendruomenėje yra taisyklė, kad administracija nusprendžia ir pas mus nėra tų griežtų rėmų kaip, pavyzdžiui, Minesotoje. Ten kitaip prapulsi, nes jeigu ten pradėsi kažkokias į diskusijas, tai bus nebus lengva dirbti, o tik kalbėti“. Aš pritariamai linkteliu ir sakau jam: -„Tai vat aš skaičiau teorijos apie terapines bendruomenes Amerikoje. - ten yra tas nu, labai aiškiai pabrėžiama, kad yra hierarchinė struktūra, nes jinai tokia turi būti, nes, kaip jūs sakėt ta prasme, jeigu žmonės, kurie pastoviai peržengia ribas, vis pabandysi tik demokratiškai spręsti klausimą, tai nėra vieno klausimo gyvenime neišspręsi“. Adomas man pritaria ir sako: -„Neišspręsi, taip siūlo dabartiniai mūsų, sakau, tai kiek laiko reikės kalbėti? Su juo kalbėjo 10-20 metų, prašė kalbėti. Ne šiaip žmonės. Brolis, mama, sūnus, vaikai, kalbėjo. Nu, ir kiek gi ką prikalbėjo? Jūs dabar nori toliau tęsti tą patį destruktivų elgesį, kalbėtis jo? Kalbėtis galima su sveiko proto žmogumi, o ne su sutrikusiu, veiksmai, atsakomybė. Veikia vienintelis dalykas, kas tikrai veikia. Tai atsakomybė. Aš padariau. Aš atsakau. Koks poveikis bus, aš nežinau, bet jis veikia. O tai, ką jis čia dabar šneka, sako man tai žinai už valandos, jis kitaip galvos, nereiks ir...“. Adomas prisipažįsta man, kad kai kurios taisyklės terapinėje bendruomenėje yra keistos. -„Pavyzdžiui, pas mus dabar tokia viena taisyklė, kuri man juokinga, bet yra. Reiškia. Padaręs nusiprausęs po šaltu, po šiltu vandeniu, žmogus, padaręs mankštą, pas mus, Minesotoje,

dabar turi teisę atsigulti po kaldrą ir miegoti, ir jis už tai jokios atsakomybės neneša. Čia man *nonsensas*. Bet taip yra pas mus Kabutėse - tie, kurie labai gudrūs, sugalvojo - čia žmogaus teisių pažeidimas... Juokinga, ar kas nors gyvenime moko žmogų padaryti mankštą, nusimaudyti po vandeniu, ir eit toliau miegot? Nu nu čia juokinga, bet taip yra... mes jau pasimetę. Tai, ko mes mokome žmogų – destrukcijos“.

Su Aiste mes irgi gvildenome tą temą, apie ribas. Aš manau, kad tos ribos labai dažnai yra ribų sakykime, ribų peržengimo tam tikras momentas. Jis dažnai nebus toks akivaizdus kaip rėkimas. Tas toks subtilesnis lipimas, iš lėto galima tyliai lipti. Tada su Aiste pasidalinu savo įžvalga. –„Ir tada pasidalinsiu savo tokia įžvalga, kas atrodytų paradoksaliai ribų nustatinėjimas – nu kartais gal nutarsi kaip drastiškas būdas gali pasirodyti, neva tai – atribojimas, žmogaus į kažkokį *outside*‘ą. Vat aš čia neimsiu tavęs, bet tai turi ir kitą pusę... kad negauti kažkokių neigiamų pasekmių, kad ribos yra gerai. Ribos yra sveikos ribos yra geras dalykas“. Ji linkteli, o aš toliau tęsiu. –„Ir už tai tos ribos nelabai yra svarbios, kad ji ir patys mokėtų jas nustatyti savo viduj ir prieš kitus. Nuo čia šiaip tai man atrodo, daug tos terapijos, po toj terapinėje bendruomenėje ir apie ribas, ir jie gyvena, nustatydami ribas, nesupranti, koks infantilumas pvz. kokia tai nors moteris atrodo normali moteris, jinai išmeta tokį *bajeri*, paslėpė kieno nors mobilų telefoną, arba pavyzdžiui, *nubombina* kokia nors dešrą, nu vaikiškai, nu visiškai nu, tai va tokie išlenda tokie tiesiog vaikiški impulsai. Ir ir va tas ego nebrandumas ta prasme labai jaučiasi, ir už tai kartais norisi tą mažo ego, apglėbti, kaip motinai ir taip žinai, „oi kaip faina, aš suprantu tave, bet tas vaikas toks yra. Žinai, kad jeigu tu jį apglėbsi, jis tavęs nebepaleis, ir tada va tas, nu tas ribų nustatymas tada yra labai svarbu. Aš įsivaizduoju, kad pas tave to irgi labai daug žinai“. Ji sutinka su manimi ir pradeda dalintis savo patirtimi su nuteistaisiais. –„Taip taip.. Ir man, pavyzdžiui, šitas darbas dabar su nuteistaisiais. Aš dabar aštuonis mėnesius dirbu jau, tai man labai pačiai padėjo asmeniškai išmokti gyvenimiškai, mokytis, nustatyti ribas. Labai gera stovykla, terapinė man pačiai asmeniškai, apart to, kad aš dirbu su žmonėmis numesti ten dirbant. Sakykime, jei vieni kitiems padedame. Visiški mainai, visiški mainai“. Tada ji atsidūsta ir toliau kalba. „...vat kai tu sakei, kad sakai va ten tu turi ir vieną iš darbuotojų. Kitą, kuris pasakė čia nustatyk ribas, nekonsultuok to žmogaus, mes turime patirties, lia lia lia, ir tą klausimą aš turiu mintyje. Va tu dabar kaip tik tą iškėlei, labai gerai, kad tu – turėjai ir komanda žmonių, kur tu gali pasitarti, tau gali parefleksuoti, kaip mato iš šono, ten žmonės ir patirtį turi. Ar tu turi omeny supervizorius, kur tu lankeisi terapijoje ir ten...“. Bekalbant Aistei prisiminiau apie porą ir jausmus, todėl aš jai pradėjau pasakoti apie tai: –„Man tiek ant liežuvio *joke* ‘as rusiškas yra, pasakysiu žinai, sako <rusiškai> Nu čia supranti, apie ribas, kaip neperbėgtų vienas pas kitą, nes tada tu nežinai kur kas yra. Ta prasme tai ten, aišku, aš galbūt per trumpai buvau, bet ten ir jausmų atsiranda visokių, labai labai momentas. Beje šitą irgi reikia atlaikyti. Ir, pavyzdžiui, tokj terapinėje bendruomenėje,

pavyzdžiui, romantiniai jausmai yra uždrausti. Ir jau prie manęs buvo viena pora išskirta ir išsiūsta. Atrodytų – kaip gerai, nu, kad vat susitiko vyras ir moteris, ir meilė, nu ten ir ten kažkas, tai ir jie tada „nu taigi čia vat ko reikia! Va ten, kiek žmonės. Va čia tai aš gavau pamoką, sako. Ne, ne ne. Jeigu atėjo žmogus gydytis nuo priklausomybės ir jis įsimylėjo - kajukas. Ta prasme – jis jau savęs nebegydo. Jis jau pabėgo. Viskas, jis su savimi visiškai nedirba. Ne ta prasme, nu tai ten paskui būna, išsiunčia ten bandomąjį laikotarpį, bet pas juos taip yra numatyti, nu jie turi tą patirtį. Kas man buvo kaip ir žiauroka, bet aš suprantu. Suprantu, nes žmogus, kai jis pagalbos prašo, aš tikiu, kad tu ta prasme ir kaip moteris irgi turi visokių tų reiškia, galbūt ir patyrimų bet nu kabinasi, žmonės kaip vampyrai ta prasme. Jie, jiems tik *biški* pagalbos suteiki, ir jie tokie nu atrodo vau. Nu čia kaip aš sakau ta analogija seselė ligoninėje. Pacientai ten 80 proc. įsimyli tas seseles nu bando užmegzti tą santykį toki, nes jie yra vat jais rūpinasi, kai tokie pažeidžiami sakykime. Nu tai vyrai ir moterys čia tas pats, čia skirtumų nėra. Tai aš tik noriu pasakyti, kad šitas buvo iškilęs per mano tą, reiškia, per mano, per mano tą buvimą tai ambivalentiškai jausmai, nes kaip sakau, meilė - dviejų žmonių santykis“.

Aš manau kartais tos taisyklės padeda nustatyti ribas, tačiau ne visada visos taisyklės yra būtinos. Aš savo lauko užrašuose buvau pasižymėjęs apie ribas. *Man ribos asocijuojasi su siena ji nėra aklina, tačiau aukšta ir tu jos negali perlipsti. Jei ją perlipi tada tave baudžia.*

#### Taisyklės-galia

Manau taisyklė, ribos ir galia yra susieti tarpusavyje. Asmenys turintys priklausomybę atvykę gydytis turi sutikti su bendruomenės paruošta programa bei dirbti su ja, o sprendimus priimti bendrai. (Unterrainer et al., 2017). Su interviu dalyviais mes pakalbėjome atskirai apie taisyklės ir galią. Rasa manęs klausė: „Tai ir turime omeny apie galią, o tai kaip tau, pavyzdžiui, jo? Pavyzdžiui, kaip tu su tuo? Ar tau buvo kažkoks iššūkis, kaip kad tu, pavyzdžiui, turi galios jį nubausti, pavyzdžiui, arba atmesti va ten kažkaip nu, kad tarsi jis paklus, tarsi jisai nu jautei galios pozicijoj“? Mintyse pagalvoju, kad jokios galios aš kažkaip nejaučiau, todėl apie tai ir papasakojau Rasai. „Aš galios pozicijoj, atvirai pasakius, nesijaučiau nors paskutinius kartus, kai buvau toje bendrovėje, taip jaučiausi, kad aš galiu. Bet aš tokį vat priėmiau tokį dvipusį aš laikausi taisyklių. Jie žino, kad yra taisyklės. Aš, aš jaučiuosi ramus, atėjęs į grupę ir dirbusiais, nes žinau, kad yra taisyklės, ir aš tada dirbu su tuo, ko noriu dirbti. Ar dirbu su kažkokiais jausmais, ar dirbu su grupe, su kažkokiu klausimu. Nu ta prasme, kad man ta galia - tai daugiau tokia, kad jinai mane apsaugo. Bet ne kad ją demonstruoti nu ta prasme. Bet, aišku, kartais ją tekdavo pademonstruoti. Bet man to neteko. Bet aš mačiau, kai turėjo pademonstruoti galią nu... mano kolegos. Na, sakykime taip, ir tai yra svarbu. Ta prasme tai nėra lengva, nes tuo metu, kai demonstravo tą galią, aš nebuvau toksai vienodu širdies ritmu ir nesėdėjau, ir negalvoju. „Aha, va čia vat vat vyksta“, ne aš buvau įsitempęs ta prasme, nes tai yra įtampa, ir, pavyzdžiui, kaip mes kalbėjote, tas žmogus,

jo istorija tokia, kad jisai gali daug labai baisių dalykų padaryti ir būdama šitam kambary. Bet socialinis darbuotojas visiškai tai atlaiko. Griežtai, be jokių išvedžiojimų, neaiškindamas, kodėl sako: žiūrėk, taisyklė tokia: tu dabar atsikeli, eini tenai, pabūni, rašai, susitiksime po keturių valandų asmeninio pokalby...“. Rasa įsiterpia ir sako: -, Nepaklūsi - *out*, ane“? Aš atsakau teigiamai. Mes kartu pašnekėjome, kad ten yra labai svarbi dienotvarkė. -, Nes aš įsivaizduoju, kaip tau, ale laisvam žmogui ateit į tokia uždara bendruomenę, kurioj žiauriai ir griežtos taisyklės, žiauriai griežta dienotvarkė - rytas, pusryčiai, jausmų ratas, psichologinė grupė – pietūs, sportas arba knyga, už laisvą laiką, jausmų ratus - jie irgi turi atsiskaityti, jeigu yra valanda, laisvai ypač - integrantam ir turi atsiskaityti knygą. Tada, aš jau turėdavau, buvau priversta klausti, kokią knygą, kiek puslapių perskaitė, ir tad tokia kontrolė ir tai, kad aš jos turiu taip kontroliuoti, man keldavo tokį sąmyšį viduj, kas man atrodė taip, tarsi nenatūralu dabar, kad jisai man vakare, devintą valandą vakaro atsiskaito iš savo dienos tam perskaitytus puslapius. Ir, man toks, būdavo, nors eidavau, atsimenu irgi su socialiniais darbuotojais viduj kalbėtis - kaip atlaikyti tą, “kad aš privalau tą žinoti, kad yra ne dėl mano smalsumo patenkinimo kažkokio”, bet dėl jo paties kažkokio, kad jis pamatytų, ar kaip tą dieną ir įvardintų, kad, pavyzdžiui, ją *pramazina* arba...“ Akimirka pagalvojau, kad yra svarbu žinoti taisykles, nes be jų būtų sumaištis. Jei pažeidžiamos taisyklės, tai tu turi už jas atsakyti. Taisyklės reikalingos siekiant pokyčių, kurie apima susilaikymą nuo priklausomybių, teigiamų socialinių vertybių bei tinkamo elgesio ugdymą (De Leon & Unterrainer, 2020). Po trumpos pauzės vėl pradėjau kalbėtis su Rasa. -, Nu buvau nustebeš, jeigu taip vienu žodžiu, nes aš nebuvo su tuo susidūręs ir man tas suderinimas tokio ypatingo griežtumo ir jokio nuolankumo pažeidimui – ta prasme jokio. Aišku, priklausomai nuo koks pažeidimas ta prasme. Bet jokio tikrai, jeigu yra grubus pažeidimas ir išsiunčiamas iš iš bendruomenės. Tikrai, jeigu ten vidutinis, tu kažką kartą turi padaryti, pavyzdžiui, ėjimas 12 žingsnių yra privalomas kiekvienam per sunkumus, per kraują tu eini ten kokio nors darbo terapiją - privaloma ten, pabūti seniūnu – privaloma, ten pavirti valgyti - privaloma ir, ir taip toliau, ir taip toliau. Ir ir ir sakau aš taip, nu aš romantizavau. Aš dabar romantizuoju irgi gal, bet ne taip, ta prasme, realistiškai, kad tai negali būti tikrai toks visa priimantis motinos glėbys. Tai yra ir toksai nu, griežtas, bet teisingas tėvas. Jeigu taip, gali pasakyti, kuris nu, jeigu bus blogai - tiesiog būsi nubaustas. Kaip ten pasakyti, kaip ten jų lyderis sako: na, su tokiu gailėsčiu ir skausmu širdyje, bet nubaustas“. Paskui prisiminiau dar vieną taisyklę apie keiksmažodžius“. - „Arba ten nusikeikei, nes keiktis negalima. Tada reikia tris šimtus kartų parašyti tą keiksmažodį arba ten savo vardą, dar ką nors. Nu tokių yra ir tokių, nu kaip sako ne tokių intelektualių reiškia užduočių. Mano mano supratimas yra toks, toks yra *instant* toks „iš karto“ tu atsakai už tai, ką padarei, nusikeikei – *bac*, ta prasme nepadarei – *bac*, nes priklausomo žmogaus problema, viena iš problemų yra nesupratimas, kas yra atsakomybė arba mokėjimas manipuliacijos būdų jos išvengti, o ten nėra taip...“. Įtraukiant klientus į

probleminių galios klausimų nustatymą ir aktyvų atsakymą į juos, gali palengvėti teigiamesnės galios formos kasdieniniame bendravime (Clarke, 2017).

Su Dariumi taip pat kalbėjome apie galios jausmą. Aš jam pasakau apie vieną iš priklausomybių. –,...agresyviai pasielgti, prisigerti ir t. t.. Bet atstovėti tą... nu kaip pasakyti, sociumui priimtina gyvenimą, turėti galios, negerti, elgtis teisingai ir taip toliau - nu, nebeturės už tai už tavęs niekas nepasako. Nėra to tėvo, kuris sako: vaike, tu elkis taip, nes va tokios yra vertybės, ir jos ėjo ten per kartų kartas. Tai gal ir kažkuria prasme taip, kiek tai vat toje bendruomenėje, ir tas šaknis taip atranda tokias nu kaip kurie net ne tas šaknis tiesiogine šio žodžio prasme giminę, bet tokias nu kas stovi už visų šaknų. Jeigu taip galima sakyti“. Aš jam kalbėjau, kad man TB tarsi transenduojanti bendruomenė. –,...galima sakyti ji ir transenduojanti bendruomenė, ir kad jos toksai viena iš tokių savybių jos esminių ne tik kažkoks socialinis elgesys, pagalbos ten bendruomeniškumo, bet ir jai būdingas ir tas trantsendavimas, nes galia būti būtent gaunama iš ten, nes bendruomenės autoritetas vis dėl to, kad, kaip ir tas lyderis, jisai yra ne tas Jonas, Petras ar Onutė, o yra tas, už kurio stovi Dievas ta prasme, kuris gavo galią, vat iš to transcendentinio momentu, tik skamba labai epiškai, bet nu tiesiog taip realiai, taip, taip veikia...“.

Su Adomu taip pat kalbėjome apie galią, kad nuo noro padėti iki jos demonstravimo yra plona linija. Bet kartais jos reikia. Aš jam sakau:-, Čia yra plona linija, bet yra ir, ir žmogus gali jausti. Kartais labai gerai, kad žmogus turi kažkokią savo nuomonę ir pan., kartais - tas labai blogai, ir mes kalbame apie tai, kas yra negerai, bet perlenkiama lazda. Per daug tos galios. Mes sakome: čia galios demonstravimas čia su logika nieko bendro arba su tikslu nieko bendro. Tai šiaip tikslas gražus, visi gražiai rašo“.

Pakalbėjęs su visais dalyviais aš pagalvojau, na gerai yra sukurtos taisyklės, kad jų laikytųsi priklausomybę turintys asmenys. Jei jų nesilaiko yra nubaudžiami, bet kažin ar visada jiems ta bausmė yra priimtina ir suvokiama. Juk paprastai visuomenėje esantis žmogus gyvena pagal priimtas nuostatas. Kaip pvz. eina į darbą, grįžta namo, nedaro nusikaltimų ir panašiai. Bet jei asmuo nukrypsta nuo visuomenės priimto gyvenimo modelio, kažin ar nubaudimas, kitaip sakant galios parodymas, jam padeda ar ne. Čia manau jau dviprasmiškas klausimas į kurį sunku atsakyti. Viskas priklauso nuo kiekvieno asmens individualiai. Aš savo lauko užrašuose buvau pasižymėjęs, kad yra *dvi galios: fizinė ir psichologinė. Šiuo atveju fizinės galios naudoti negalima. Naudojama psichologinė galia, kad būtų galima paveikti priklausomybę turintį asmenį. O kam reikia jį paveikti, o tam, kad jis priimtų teisingus sprendimus. Tiksliau visuomenei priimtinus sprendimus.*

### 3.9. Jausmai

Viso tyrimo metu mane vedė jausmai. Todėl Rasa paklausė manęs: „-Kaip tu jausdavaisi būdamas ten?“. Aš sakiau jai, kad stengiausi būti specialistu. –„, Aš bandžiau tokią personą išlaikyti, kad aš – socialinis darbuotojas. Ji linktelėjo ir pasakė, kad taip dariau norėdamas apsisaugoti. Paskui man staiga vėl šmėsteli mintis, kad tikrai. Ji pataiko tiesiai į dešimtuką, taip tiksliai ir aiškiai, nusakydama mano jausmus. Aš jai pritariu: –„,Jo, tarsi apsisaugoti, bet nuo tada suprantu, kad aš tada tarsi nejautrus pasidarau, ir aš tada supratau, kad mano idėja būtų tokia, kad reikia priimti, kaip yra, kokie jausmai bebūtų, ir tada su jais dirbti. Rasa išklausiusi vėl manęs klausia: –„,-Tai pavyzdžiui kas tau kildavo?“ Aš jai įvardinau kokius jausmus jaučiaau. –„,Nu, pavyzdžiui, man dalykai tokie... kildavo siaubas, kad aš tai toksai nesu, kaip man pasisekė, tada kildavo jausmas, kad aš galiu išgelbėti, nes aš jau dabar suprantu, o trečias sluoksnis, kuris man būdavo – kad... dabar man biškį gal ir užkrito tas... kokį sakiau pirmą?“ Aš šiek tiek atsikvepiu, paskui vėl prisimenu apie jausmus ir toliau jai sakau. „O žinai, koks trečias jausmas? Kad aš esu pats, va per tokią ploną ribą nuo to, kad būti šitam rate, kaip klientas, va per tokią ploną. Supranti, kad ta plona linija, kur tu gali būti... nu toks vat išgyvenimas...to tokio trapumo“. Mes abu susimąstę žiūrime vienas į kitą. Manau Rasa supranta, kad ši mano patirtis su priklausomybe turinčiais asmenimis nėra lengva. Dar prisiminiau, kad net mano kūnas neigiamai reaguodavo į užsiėmimus su klientais. „Man darėsi bloga ir norėjosi bėgti lauk iš ten... tarsi priartėji, kad ir pats, tarsi galėtumei kažką žiauraus padaryti. Nu ir kas toliau, o kaip...“. Vėl stoja tylą ir aš pradėdau galvoti apie klientus, kurie mane idealizavo, o aš tada kaip koks „didvyris“ norėjau juos išgelbėti. Aš Rasai prisipažinau, kad jų idealizavimas eina kartu su nuvertinimu. Jie kaip lengvai ir greitai tave aukština, taip greitai gali ir nuvertinti, bet manau tai žmogiška. Taip pat jie yra tokioje padėtyje, kai nori kad už juos viską atliktų.

Aistei aš irgi papasakojau kaip jaučiausi. –„, Tai vat, kaip aš supratau. Kaip realiai vyksta gijimas. Jeigu aš va toks, ateinu iš to kito sociumo, toks tipo normalus, o dar kaip ir pasakė specialistas, toks socialinis darbuotojas, žinai, o klientai, kaip mes sakėm – jie tokie nepamatyti, jie tokie iš po žemių iškasti. Ir aš ateinu ir su juo kalbuosi normalia kalba, klausiu, kaip jis jaučiasi, ir paskui mes kažkaip vystom giliau tą pokalbį, ir kažkuria prasme aš jam skolinu savo tikėjimą juo. Jeigu aš su juo kalbu ir bandau kažką daryti, tai aš tikiu, kad kažkas gali būti, o jo užduotis, ir ne visi tikrai tą padaro – išdrįsti pasiskolinti mano tikėjimą. Atėjo klientas su manimi bendrauti ir jis valandą laiko yra pamatytas... Iškyla prisiminimai, kurių 20 metų nebuvo. Pradedą kilti nustumti išgyvenimai. Visi šitie prisiminimai yra kliento, ne mano, nors labai lengva prisiimti, kad tai yra mano jausmai. Aš jaučiausi, kad tapau drąsesnis žmogus. Aiste suprato ką noriu pasakyti. Ji pasakė, kad yra sukuriama pašamoneje mano vizija, kaip viskas turėtų būti ir kai ateini tada



pasineri į realybę, tokią kokia ji yra. Toje aplinkoje prisitaiko. Ji šiai būsenai apibūdinti panaudojo žodį retreatas. Tada aš vėl prisimenu pirmus užplūdusius jausmus, tai nerimą ir baimę. Net savo lauko užrašuose buvau pasižymėjęs savo pirmus jausmus einant į terapinę bendruomenę. Bet paskui pastebiu, kad tinkamai sukruta aplinka ir joje esantys žmonės (darbuotojai) padeda savo sukurtas ir esamas baimes susijusias su šios aplinkos darbu sumažinti. Paskui vėl pagalvoju apie kitus darbuotojus, kaip jie čia išbūna, kaip nepasimeta tarp savo emocijų, kaip neparsineša klientų emocijų į namus.

Taigi, Adomas užsiminė apie darbuotojų perdegimą. Aš apie tai mažiau, tik garsiai neįvardinau tokios būsenos, kaip perdegimo. Adomas man sako: „Na ir perdegimą jeigu kalbėti senais laikais, aš labai daug eidavau, lankiausi seminaruose, man atrodo, danai buvo atvažiuoję. Jie kalbėjo, sako apie perdegimą ir labai gražiai pasakė. Sako: - „...ir ateina toks laikas, kai proto pasidaro per mažai, o širdies per daug“. Tai tas perdegimo sindromas, noras kabutėse išgydyti ir kad visi būtų laimingi, blaivūs ir pan.. Jis beveik kiekvienam yra būdingas. Vienas perdega ir daugiau negali dirbti, kitas – laiku sustoja, suvokia savo klaidą, grįžta atgal ir dirba kitaip. Jis tiesiog bando padėti tam žmogui kiek gali“. Aš jam linksiu ir galvoju, kaip taikliai pasakyta. Paskui jis pasakojo, kad visa tai individualiai priklauso nuo žmogaus, kiek jis gali pakelti ir kaip su jausmais tvarkytis. – „Jo, kaip aš sakau, darykime ką galime, ir taškas. Nes, nes iš tikrųjų tai, sakysime, aš ne vieną kartą buvau galbūt ties ta riba kažkokia netoli, bet aš kažkaip sugebėjau laiku tą suvokti, kad yra galimybių ribos. Adomas grasiai įvardina, kad reikalingas komandinis darbas tiek tarp darbuotojų, tiek su klientais. – „Tai jeigu mes abu kartu sujungsime jėgas, tai tą ligą galbūt mes įveiksime. Bet jeigu aš vienas, tai ne. Yra ir yra liga, ir aš vienas.“. Aš jam balsu pritariu, kol jis atsigeria vandens iš stiklinės. Aš žvelgiu į tą stiklinę, kuri po truputėlį tuštėja ir galvoju, kaip panašiai gali jaustis ir asmuo jei jo stiklinė perpildyta jausmų ir emocijų jis nebegali. Jam reikia ją ištuštinti, kad jausmai ir emocijos vėl turėtų kur nusėsti. Tada Adomas vėl pradeda kalbėti, o aš nejučia grįžtu prie mūsų pokalbio. – „O tų jausmų yra įvairių. Pas kiekvieną žmogų, lygiai kaip tą vat paveikslą, kur virš tavęs kabo, aš galiu žiūrėti į raudoną spalvą, tu gali į baltą... Bet iš tikrųjų tai tam tikri jausmai, matyt, prasisuka beje, įvairių jausmų pradžioje tas dominuoja, vėliau tas išlenda, va tas dominuoja ir pan.. Tai kažkaip tai va tokie dalykai, tokie dalykai, šiaip mano asmeninė patirtis – galbūt aš tokia asmenybė, nežinau, bet, sakysime, to racionalaus proto mano darbe yra labai mažai. Jis beveik neveikia, nes nes neprisimenu po kiek metų dar buvo, sakysim, Minesotos programoje, aš paklausiau psichiatro, sakau, „Edgarai, gal man reikia kokias knygas paskaityti ir pan.?“ Jis man sako, tau nereikia nieko skaityti, bet...atėjo laikas, kai psichologai rekomendavo paskaityti, aš pradėjau skaityti. Aš neklausiu, ne tai, kas man iš tikrųjų įdomu, ne ko aš noriu, bet ką reikia. Ten skaičiau, tą aną skaičiau aš supratau. Man iš viso geriau neskaityti, nes aš niekad nebūsiu nei tas, nei tas, ko gero, aš esu pats priklausomas. Gal man

geriau klausyti savo jausmų ir būti. Tiesiog natūraliai viskas vyksta. Grupės tokios gyvos. Kartais tokių nuotaikų, kartais kitokių. Pats matei...“. Taip aš prisiminiau, tą pirmą įspūdį, kai susitikau su Adomu. Jis buvo liesas, atrodo niekuo neišsiskiriantis žmogus, tačiau kai artimiau susipažinau pamačiau, kad jis stipri asmenybė. Nors atrodo kūnas nėra „kultūristo“ tačiau tame kūne slypinti jėga yra didelė. Aš jam atsakiau: „,Tai vat aš ir mačiau, Adomai, kaip jūs dirbate, ir aš galiu pasakyti, kad čia iš tikrųjų netgi, bet koks psichologas, pasakytų, kad tikrasis darbas vyksta tame pašąmoningame lygmenyje, kur jauti pagal nuojautą kažką sakai, atliepi tą klientą, ir ten ir vyksta tas darbas...“. Adomas vėl man sako: „,Daug yra, kiekvienas stengiasi kaip nors nuraminti save sakydamas: viskas bus gerai. Iš tikrųjų nieko gero. Jis jaučia nerimą, įtampą, pasimetę, supranta, kad viskas bus blogai. Bet, o ką daryti? Tai jis, bet tada sako: žinai, viskas bus gerai. Viskas į gerą. Man Linai labai prisiminė vienas detoksikacija, „atgavau sąmonę“ sako, siaubas. Baltos antklodės kažkokios, kažkas guli, ir aš - pradėjau dejuoti. O Dieve, kokia nelaimė, kaip čia. A ta sako: „,Ko tu čia niurzgi? Buvo kaip buvo, yra, kaip yra, bus kaip bus. Ko tu pergyveni?“ Tada aš vėl prisimenu savo baimes ir išgyvenimus. Yra sunku nuo to pabėgti dirbant su klientais, atrodo tu past išgyveni jų emocijas.

Kitam interviu dalyviui, Dariumi, aš sakau: „,Atsimenu, kad, atsiskaitinėjo vienas iš klientų. Pradedu jausti pyktį, kad viskas netikra. Daug va tokių skirtingų nu labai patyrimo yra grupėje, ir tie, kurie būna, išprovokuoja tokius labai karštus pasisakymus, kad sakai: nu tai jo tu tą padaryk, tą.. pradedi žmogui netgi kažkaip ir nurodinėti, ir tas yra labai svarbu man atrodo, kas, pavyzdžiui, socialiniame darbe yra dažnas dalykas. Galiu sakyti, kad: „,...ateini į bendruomenę ir tampi toks priklausomas. Iš kitos pusės kaip ir sako apie tas priklausomybes – kad eik pirma į grupes žinai, o protas ateis iš paskos, nu kad turi pirma, nu kaip ir čia žinai – pajaut tą gyvenimą, o paskui tik ateina refleksija, nu neišeina žinai taip nu vat, ir gal iš tikrųjų reikia iš pradžių žinai padaryti dalykus, o paskui tik ateis kažkoks suvokimas, nu nes čia grynai atrodo toks kaip iš esmės žinai auginimas klientų. Nes kaip su priklausomybėms sako, kad jie pradeda vartoti, tas brendimas – sustoja“. Darius vaizdiškai apibūdino kliento sveikimą. „,Tai turi augint tą vaiką. O refleksija ten, ir savarankiškumas tikriausiai dar ateis... po kiek laiko“. Mintyse aš pagalvoju teisingai, kaip vaikui reikia padėti augti, taip klientui reikia pagalbos sveikstant. Tik kaip vaikų visokio charakterio būna, tai ir klientų. Tiek, kad jie jau yra suaugę asmenys. Darius ir aš pokalbio metu sutikome, kad tokie užsiėmimai su priklausomybę turinčiais klientais labai išsunkia, nes patiriamas didelis emocinis krūvis. Dariui sakau: „,Tai, aišku, man buvo milžiniška patirtis, ir tokios brandos lyg įgyjau. Dabar aiškiai suvokiu pagalbos santykių daugiasluoksniškumą, abivalentiškumą, bejėgystę, ir iš kitos pusės norą išgelbėti. O klientams, aš taip galvoju, kad aš stengiausi būti labai atviras, kiek tai įmanoma ir aš manau, kad atvirumas jiems surezonavo. Aš sakyčiau, kad giluminiame lygmenyje pagalbos santykio man jie buvo įdomūs.

Visa mano patirtis terapinėje bendruomenėje yra neįkainojama ir nepakeičiama. Aš esu dėkingas likimui, kad turėjau tokią galimybę. Ši patirtis pagilino mano supratimą apie priklausomybę, gyvenimą terapinėje bendruomenėje ir pagalbos teikimą asmenims kovojantiems su priklausomybe.

## IŠVADOS IR PASIŪLYMAI

Savo tyriamajame darbe pažvelgiau į TB, kaip efektyvų metodą kovoje su priklausomybėmis. Apžvelgiau teorinius TB pagrindus ir atskleidžiau savo asmeninę patirtį teikiant pagalbą TB klientams. Manau man pavyko tarsi iš socialinio darbuotojo vidaus pažvelgti į pagalbos santykius priklausomų asmenų TB ir tai yra esminė šio darbo vertė. Mano patirties refleksija padėjo pamatyti mano, kaip socialinio darbuotojo ir kaip žmogaus silpnasias ir stipriasias vietas, teikiant pagalbą priklausomiems asmenims. Šio asmenišką pasakojimo dėka tapau brandesnis tiek profesinė, tiek žmogiškąja prasme. Sąmoningumas dirbant pagalbos profesijoje yra yra esminė dedamoji norit sugebėti sėkmingai naviguoti santykiuose su klientais ir savimi. Suvoktos asmeninės baimės, pažeidžiamumas, noras viską kontroliuoti ir užimti kliento vietą gijimo procese, padeda sukurti autentišką santykį su sergančiu žmogumi. Toks autentiškas dialogas įgalina tiek kliento, tiek pagalbą teikiančio žmogaus augimą. Priklausomybė yra atsakas į neautentišką, traumuojantį santykį, todėl ir gijimas yra įmanomas tik kokybiškai kitokiame ryšyje. TB yra pati palankiausia vieta gimti tokiam autentiškam santykiui tarp socialinio darbuotojo ir kliento.

- Šis tyrimas, tai dar vienas bandymas parodyti, kad autoetnografija, kaip kokybinių tyrimų rūšis turi savo ypatingą vietą tyrinėjant socialinio darbo lauką. Šio metodo dėka gali būti akumuliuojama labai asmenišką pagalbą teikiančių profesionalų patirtis, kurios refleksija esminagai gali prisidėti prie socialinių darbuotojų tobulėjimo. Šioje perspektyvoje mes galime pamatyti socialinio darbo, kaip profesijos kompleksiskumą ne tik sprendžiamų problemų apimtyje, bet ir gilyje. Tyrimo metu išgyvenau stiprų vertės ir pagarbos jausmą pagalbos profesijai.
- Tyrimo metu išsiaiškintas pagalbos santykių daugiasluoksniškumas, abivalentiškumas, socialinio darbuotojo pažeidžiamumas, refleksija atkuriant asmeninės patirties naratyvą. Pagalbos santykis yra labai svarbus priklausomybę turintiems asmenims. Tačiau jiems reikalingos ribos, kurios sukuriamos naudojant aiškias ir griežtas gyvenimo TB taisykles. Socialinis darbuotojas turi mokėti nubrėžti ribas, išlaikyti galios balansą ir mokėti prisitaikyti. Socialinis darbuotojas turi gebėti atsitraukti, atsitapatinti nuo pagalbos santykio ir sugebėti gyventi savo gyvenimą už TB ribų. TB, kaip intensyvių tarpusavio santykių laukas mane privertė dirbti su asmeninėmis ribomis, taip suteikdamas daugiau sąmoningumo šioje srityje.

- Tyrimo metu buvo sukurtas asmeninis naratyvas, kuris skirtas socialinių darbuotojų savirefleksijai. Tyrimo metu buvo išsiaiškinta, kad socialinių darbuotojų darbas su priklausomybe turinčiais asmenimis yra labai įvairiapusis. Darbuotojai gali būti išaukštinami ir nuvertinami klientų. Socialinis darbuotojas turi mokėti naudotis savo patirtimi ir gebėti dirbti su tokiais asmenimis, kurie nori, jog už juos viską padarytų. Gijimas nuo priklausomybės nėra gydymas, kur pacientas atlieka pasyvų vaidmenį. Farmakologija kol kas nėra pajėgi transformuoti mogaus asmenybės. Ji gali tik prislopinti nepageidaujamus simptomus. Gijimas, tai darbas diadoje arba grupėje. Klientas eina gijimo keliu, o socialinis darbuotojas tik padeda, o ne eina už jį. Dialogas dviejų žmonių, vienas iš kurių sužeistas ir jam reikia pagalbos.

#### **Pasiūlymai socialiniams darbuotojams:**

- Gebėti atpažinti asmeninio perdegimo simptomus.
- Gebėti tinkamai reaguoti į klientų nenorą sveikti ir jų nuvertinimą.
- Gebėti atpažinti ir atskirti savo jausmus nuo kliento jausmų, taip išlaikant santykių ribas.
- Nebijoti pasikalbėti su kitais darbuotojais, jei kas nors juos neramina, nes jiems tenka didžiulis krūvis atlaikyti klientų spaudimą ir visas negatyvias emocijas.
- Grupinių užsiėmimų metu daugiau įtraukti įvairiapusės veiklos, nes tuomet klientai labiau atsiskleidžia.

#### **Pasiūlymai terapinės bendruomenės vadovybei:**

- Organizuoti įvairius kursus ir terapinius užsiėmimus socialiniams darbuotojams, kad jie galėtų tobulėti ir atsipalaiduoti, gal net išsakyti savo mintis kas juos neramina.
- Organizuoti bendrus užsiėmimus ar išvykas vien tik su darbuotojais, kad jie galėtų atsipalaiduoti ir pasidalinti savo patirtimi vieni su kitais.

## LITERATŪROS IR ŠALTINIŲ SĄRAŠAS

1. Aditi D., Mc Hugh M., Kumar A. et al. (2016). Better nurse Better Nurse Autonomy Decreases the Odds of 30-Day Mortality and Failure to Rescue. *Juornal of nursing scholarship*.
2. Adomaitienė J. ir Balčiūnienė R. (2017). Asmenų dirbančių socialinių paslaugų sektoriuje, kompetencijos ir jų tobulinimo galimybės. *Andragogika*, 1(8), 71-93.
3. Ali M. (2018). Communication skills 3: non-verbal communication. *Nursing Times* 114, 2. Prieiga per internetą <<https://www.nursingtimes.net/clinical-archive/assessment-skills/communication-skills-3-non-verbal-communication/7022784.article>>.
4. Anderson L. 2006. Analytic Autoethnography//*Jurnal of Contemporary Ethnography*, 35(4), 373-395.
5. Archibald T. ir Wilson A. L. (2011). Rethinking Empowerment: Theories of Power and the Potential for Emancipatory Praxis. *Adult Education Research Conference*, p. 22-28. Toronto, ON, Canada. Prieiga per internetą :<  
<http://newprairiepress.org/cgi/viewcontent.cgi?article=3127&context=aerc>>
6. Arnold C. E. ir Boogs U. K. (2018). Interpersonal Relationships. *Professional Communication Skills for Nurses*. Seventh edition, p. 75.
7. Amram Y., Benbenishty R. 2014. The Impact of Tferapeutic Factors on Locus of Control of Addicts in Therapeutic Communities. *Journal of Groups in Addiction and Recovery*, 9(4), 313-325.
8. Benjamin W., Campbella S, Cranmera, Dooganb N. ir Warrenc K. (2019). Relationship between network clustering in a therapeutic community and reincarceration following discharge. *Journal of Substance Abuse Treatment, Volume 97*, 14-20.
9. Charmaz K. (2014). *Constructing Grounded Theory 2nd Edition*. London, Sage publication.
10. Clarke J. M. (2017). Therapeutic Communities: The International Journal of Therapeutic Communities. *Therapeutic Communities: The International Journal of Therapeutic Communities*, 38 (4).
11. Čaplinskas S. ir Dragūnevičius K. (2008). Lietuvos Aids centro narkomanų psichinės socialinės reabilitacijos bendruomenės rezultatų analizė. *Socialinis darbas*, 7(2), 145-153.
12. Čaplinskas S., Gasiliauskas L., Sruoga V., Dragūnevičius K. ir Lošakevičius A. (2009). *Nuo narkotikų priklausomų asmenų ilgalaikės psichologinės-socialinės reabilitacijos. Metodinės rekomendacijos*. Vilnius.

13. Dye M. H., Roman P. M., Knudsen H. K. ir Johnson J. A. (2012). The availability of integrated care in a national sample of therapeutic communities. *J Behav Health Serv Res*, 39, 1-27.
14. Debaere V., Vanheule S. ir Inslegers R. (2013). Beyond the „black box“ of the Therapeutic Community for substance abusers: A participant observation study on the treatment process. *Addiction Research and Theory*, 22 (3), 251-262.
15. Deniz N. K. ir Lincoln, Y. S. (2013). *Collecting and Interpreting Qualitative Materials*. LA Sage publications.
16. De Leon G. (2010). Is the therapeutic community an evidence-based treatment? What the evidence says. *Ther Communities*, 31, 104-128.
17. De Leon G. (2012). *Therapeutic communities: today and tomorrow*. Presentation to Drugs and Society Seminar, Columbia University, May.
18. De Leon G. (2013). *Therapeutic Communities*. In *Interventions for Addiction*, 2013. De Leon G. 2015. Therapeutic communities. In: Galanter M., Kleber H. D., Brady K. T., eds. *The American Psychiatric Textbook of Substance Abuse Treatment*. 5th ed., Washington, D. C.: American Psychiatric Publishing Inc, 511-530.
19. De Leon G. ir Unterrainer H. F. (2020). The Therapeutic Community: A Unique Social Psychological Approach to the Treatment of Addictions and Related Disorders. *Front. Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00786>
20. Doogan N. J. ir Warren K. (2017). A network of helping: generalized reciprocity and cooperative behavior in response to peer and staff affirmations and corrections among therapeutic community residents. *Additional research and Theory*, 25(3). <https://doi.org/10.1080/16066359.2016.1249864>
21. Furman R., Lietz C. ir Langer C. L. (2006). The Research Poem in International Social Work: Innovations in Qualitative Methodology. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(3), 1-8.
22. Gvaldaitė L. (2009). Įgalinimas socialiniame darbe. *Socialinė torija, empirija, politika ir praktika*, 5, p. 42-53. Prieiga per internetą <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2009~1367169833563/J.04~2009~1367169833563.pdf>>
23. Haig N. D. (2013). The Effect of Feature Displacement on Face Recognition. *SAGE Journal*, 42 (11). <https://doi.org/10.1068%2Fp130505n>
24. Hasson G. (2014). *Brilliant Communication Skills*.
25. Hendershot C. S., Witkiewitz K., George W. H. ir Marlatt G. A., (2011). Relapse prevention for addictive behaviors. *Subst Abuse Treat Prev Policy*, 6, 17.

26. Holton, R., Berridge. K.( 2013). Addiction between choice and compulsion. In *Addiction and self-control*, ed. N. Levy, 239–268. *Oxford: Oxford University Press*.
27. Hunt N. rMcHale S. (2004).Reported Experiences of Persons With Alopecia Areata. *Journal of Loos and Trauma*, 33-50.
28. Jasiukevičiūtė T. (2013). Priklausomybės nuo alkoholio progresavimas ir asmens tapatumas biografiniuose pasakojimuose: nuo tapatumo valdymo iki „alkoholinės beprotybės“. *Visuomenės sveikata*, 3(62), 76-86
29. Janeiro, L., Ribeiro, E., Faisca, L. ir Lopez Miguel, M.J. (2018). Therapeutic alliance dimensions and dropout in a therapeutic community: “Bond with me and I will stay”. *Therapeutic Communities: The International Journal of Therapeutic Communities*, Vol. 39 No. 2, pp. 73-82. <https://doi.org/10.1108/TC-12-2017-0036>
30. Janeiro L., Ribeiro E. M. ir Miguel M. J. L. (2017). What is inside the “black box”? Therapeutic community residents’ perspectives on each treatment phase. *Additional research and Theory*, 26(4). <https://doi.org/10.1080/16066359.2017.1362693>
31. Janeiro, L., Ribeiro, E., Faisca, L. ir Miguel, M.J. L. (2018), Therapeutic alliance dimensions and dropout in a therapeutic community: “Bond with me and I will stay”. *Therapeutic Communities: The International Journal of Therapeutic Communities*, 39 (2), 73-82. <https://doi.org/10.1108/TC-12-2017-0036>
32. Ellis C., Adams T. ir Bochner P. (2011). Autoethnography: An Overview. *Qualitative Social Research* 12(1).
33. Kovaitė K. (2016). Kompleksinės pagalbos ankstyvojo amžiaus vaikams ir šeimos modeliavimo prielaidos. *Socialinis ugdymas*, Vol 44, No 3., p. 72-87. Prieiga per internetą: <http://socialinisugdymas.leu.lt/index.php/socialinisugdymas/article/view/181>>
34. Kuzinkovas A. (2016). *Psichologija bendrosios praktikos slaugytojo darbe*. Studijų knyga, 86-92.
35. Marlowe D. B. (2013). *Criminal Justice Interventions*.In *Interventions for Addiction*, 2013.
36. Moeller S. J., Goldstein R. Z. et al. (2016). Neuroscience for Addiction Medicine: From Prevention to Rehabilitation - Constructs and Drugs. *Journal and Books, Therapeutic Community, Biological Research on Addiction*. Prieiga per internetą: <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/therapeutic-community>
37. Mieliauskaitė, Ž. (2020). Alios santykiai ir religinės praktikos reabilitacijos institucijoje: priklausomų asmenų identiteto kaita. *Lithuanian Ethnology: Studies in Social Anthropology & Ethnology / Lietuvos Etnologija: Socialines Antropologijos ir Etnologijos Studijos*, 20, p 105-126.



38. Muller, C.P., ir G. Schumann. (2011). Drugs as instruments: a new framework for non-addictive psychoactive drug use. *Behavioural and Brain Sciences* 34(6): 293–310.
39. Navickienė J., Liausėdas A. ir Vaitiekus E. (2016). Nepakaltinamų asmenų pakartotinio nusikalstamumo ir įgalinimo sąsajos. *Sveikatos mokslai*, 26(1), p. 27-32. Prieiga per internetą: <https://sm-hs.eu/wp-content/uploads/2019/03/863-2671-1-PB.pdf>
40. Orford, J. (2013). *Power, powerlessness and addiction*. Cambridge: Cambridge University Press.
41. Pickard, H. (2012). The purpose in chronic addiction. *American Journal of Bioethics Neuroscience* 3(2): 30–39.
42. Pickard, H. (2013). *Responsibility without blame: philosophical reflections on clinical practice*. In *The Oxford handbook of philosophy and psychiatry*, ed. K.W.M. Fulford, M. Davies, R. Gipps, G. Graham, J.Z. Sadler, G. Stanghellini, and T. Thornton, 1134–1152. Oxford: Oxford University Press.
43. Pickard, H., ir Pearce. S.(2013). Addiction in context: philosophical lessons from a personality disorder clinic. *In Addiction and self-control*, ed. N. Levy, 165–194. Oxford: Oxford University Press.
44. Pickard, H. (2016). Denial in addiction. *Mind and Language* 31(3): 277–299.
45. Pickard, H., ir Ahmed S.A. (2016). How do you know you have a drug problem? The role of knowledge of negative consequences in explaining drug choice in humans and rats. *In Addiction and choice: rethinking the relationship*, ed. N. Heather and G. Segal, 29–48. Oxford: Oxford University Press.
46. Pickard H. (2017). Responsibility without Blame for Addiction. *Neuroethics* 10, 169–180. Prieiga per internetą: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12152-016-9295-2>
47. Sakcks S., ir Sakcks J. Y. (2010). Reseatrch on the effectiveness of the modified therapeutic community for persons with co-occurring substance use and mental disorders. *The Communities*, 31, 176-211.
48. Sacks J. Y., McKendrick K. ir Hamilton Z. (2012). A randomized clinical trial of a therapeutic community treatment for female inmates: outcomes at 6 and 12 month after prison release. *J Addic Dis*, 31, 258-269.
49. Sacks S., Chaple M., Sacks J. Y. McKendrick K. ir Cleland C. M. (2012). Randomized trial of a reentry modified therapeutic community for offenders with co-occurring disorders: crime outcomes. *J Subst Abuse Treat*, 42, 247-259.
50. Schwarz S. (2016). *Terapinių bendruomenių vaidmuo gydant priklausomybės ligas: situacija Lietuvoje*. Vilnius: Vilniaus universitetas.

51. Stein PS., Aalboe J. A., Savage M. W. ir Scott A. M. (2014). Strategies for communicating with older dental patients. *JA Dent Assoc*, 145(2), p. 64-159.
52. Stern J. (2012). *Psychotherapy – individual, family and group*. In Core Psychiatry (Third Edition), 2012.
53. Subata E. ir Širvinskienė A. (2012). *Socialinė pagalba narkotinių medžiagų vartotojams, Galiu gyventi*. Vilnius.
54. Therapeutic Communities Research Report. (2015). *Are Therapeutic Communities Effective?*
55. Vanderplasschen W., Colpaert K., Autrique M. et al. (2013). Therapeutic communities for addictions: a review of their effectiveness from a recovery-oriented perspective. *Scientific World Journal*, 2013:427817.
56. Vanderplasschen W., Vandeveld S. ir Broekaert E. (2014). Therapeutic communities for treating addictions in Europe:evidence, current practices and future challenges. *European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction*.
57. Vencloviėnė M. (2015). Įgalinimo samprata ir veiksniai socialinio darbo metodų perspektyvoje. Lietuvos socialinių tyrimų centras. *Filosofija. Sociologija*, 59(2), p. 113-121. Lietuvos mokslų akademijos leidykla.
58. Venuleo, C., Ciavolino, E., Vernai, M. et al. (2018). Discourses on Addiction among Gamblers and Drug Users in Treatment. An Analysis of the Interviews through Constrained Correspondence Analysis. *Int J Ment Health Addiction* 16, 207–224 (2018).
59. Volkow N. D., Frieden T. R., Hyde P. S. ir Cha S. S. (2014). Medication-assisted therapies-trackling the opioid-overdose epidemic. *N Engl J Med*. 370, 2063-2066. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9877-9>
60. Unterrainer HF, Lewis A, Collicutt J. ir Fink A. (2013). Religious/spiritual well-being, coping styles, and personality dimensions in people with substance use disorders. *Int J Psychol Religion*, 23(3):204–13. doi: 10.1080/10508619.2012.714999.
61. Unterrainer HF, Hiebler-Ragger M, Koschutnig K, Fuchshuber J, Tscheschner S, Url M, et al. (2017). Addiction as an attachment disorder: White matter impairment is linked to increased negative affective states in poly-drug use. *Front Hum Neurosci*, 11, 208(208). doi: 10.3389/fnhum.2017.00208
62. Wall S. (2006). An Autoethnography on Learning about Autoethnography. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(2).
63. Warren K., Campbell B., Cranmer S., De Leon G., Doogan N., Weiler M. ir Doherty F. (2020). Building the community: Endogenous network Formation, homophily and

prosocial sorting among therapeutic community residents. *Drug and Alcohol Dependence*, 207(1). <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2019.107773>

64. Warren K., Hiance D., Doogan N., De Leon G. ir Phillips G. (2013). Verbal feedback in therapeutic communities: pull-ups and reciprocated pull-ups as predictors of graduation. *J SubstAbuse Treat*, 44, 361-368.
65. Wexler HK ir Prendergast ML.(2010). Therapeutic communities in United States' prisons: Effectiveness and challenges. *Ther Commun*, 31, 157–175.
66. Wolff, J. (2011). *Ethics and public policy*. Abingdon: Routledge.

## PRIEDAI

### 1 priedas. Pirmo susitikimo su Dominyku interviu kodavimas

Kategorija	Subkategorija	Kodai		
Pirmas įspūdis apie terapinę bendruomenę	Nežinia	Kur aš nežinau apie ką		
		Nepažinta žemė.		
		Nežinau kaip ką		
		Stoties rajone ir jinai užtvirta		
	Baimė	Kažkokie tai vilkai, kurie reiškia tave gali suvalgyti „bijai“	Tamsioji pusė	
			Teigiami jausmai	Stiprus įspūdis
			Buvo toks geras	
	Religija	Religinė pusė	Koplytėlė	
			Daug tos religinės simbolikos	
			TB veikla	Programa
	Grafikas	Grupės principas		
		Bendravimas		
Bendradarbiavimas				
Olektvyvinis pagalbos santykis				
Grupinė terapija				
Individuali terapija				
Psichoterapija				
Mokinimasis	Griežta dienvietė			
	Minutėm sudėliota			
	Griežtą grafiką			
Aplinka	Socialinių įgūdžių mokymasis			
	Pagalbos sau pamokos			
TB gyvenantys žmonės	Darbuotojai	Patyrimas sveikesnio gyvenimo		
		Geresnė aplinka sveikti		
		Psichologinė atmosfera		
		Atvirumas kalbėti		
		Ryškus lyderis		
		Labai fainai priėmė		
		Mentorių		
		Kelrodės žvaigždės		
	Supervizijos svarba			
	Priklausomybę turinčių asmenų teigiama reakcija	Gelbėtojas	Su patirtimi	
Pokalbiai				
Darbuotojų idelizavimas				
Pajauti tą gyvenimą				
Klientų idelizavimas				
Asmens noras pačiam sau padėti				
Savarankiškumas				
Refleksija				

	Klientų neigiama reakcija	Sunkūs likimai
		Darbuotojų nuvertinimas
		Infantilumas
		Beviltiškumas
		Atsitraukimas
		Svarbus betarpiškas bendravimas.
		Ribinės sąrangos.
		Siaubo istorija
		Jie laukia vaisto
		Noras už juos, kad padarytų
		Neigimas
		Nenoras gydytis
		Jie patys nieko
		Aukos jausmas
		Asmens nenoras pačiam sau padėti
		Už tą vaiką kuris yra vystyklusose
		Chirurgiškai išoperuos jų psichiką
		Atsakomybės nusimetimas
		Priešiška reakcija
		Jie nenori dirbti
Beviltiškumas		
Mano įvaizdis TB	Pristatymo įvaizdis	lyderis
		psichoterapeutas
		„high level“ specialistas
	Gelbėtojo įvaizdis	norisi juos išgelbėti
		Noras suteikti pagalbą
		Noras padėti visiems
Jausmų supriešinimas	Negiami jausmia	Atsitraukimas
		Pyktis
		Priešiška reakcija
		Reikia atlaikyti bangas
		Klientų puolimas
		Dviprasmiški jausmai
		Nusivylimas
		Pykčio kyla
		Jausmai tokie sunkūs
		Iš tavęs „siurbia“
		Perdegimas
	Teigiami jausmai	Jautėsi kad jie užsikabina ant kaklo ir pačiam yra noras gelbėti
		Sužavėjo bendruomenės gydymas
		Palaikymas
Ribos	Sunkumai	Užkrenta kleintų jausmai
		Skausmas
		Sunku atsiriboti
		Įsileidimas skausmo
	Svarba	Reikia atsiriboti
		Palaikyti tą ribą
		Ribos nustatymas, kad „nesiurbtų“
		Pagalbos santykis

		bandymas nejaušti, ten anestezija kažkokia.
Galia	Svarba	Pagalba, jinai ir turi tam tikros prievartos elementų.
		Nustatytos taisyklės
		Grupės suvaldymas
		Bandymas išgydyti kitus
		Savęs suidealizavimas
		Adrenalinai
		Daugiasluoksniškumas
	Sunkumai	Perdegimo galimybė
		Emocinis krūvis
Priklausomybė	Gyvenimo sunkumai	Gyvenimo kryžius
		Priklausomybė atsakas į traumą
		Trauma
		Proto liga
	Gyvenimiška patirtis	Turi gerą imunitetą tam
		Priešnuodis
		Persirgęs

## 2 priedas. Transkripcijos pavyzdys. Pirmas susitikimas su Dominyku

-Nu tai gerai Dominykai, tai tada, kaip sako ačiū, visų pirma, už tai kad sutikai, čia toks nėra paprastas dalykas. Mhm.. kalbėtis galbūt apie priklausomus žmones ir dar kalbėtis apie mano patirtį, tai man tas yra labai iš tikrųjų svarbu. Tai va tai, gal... Gal pradžiai aš gal pats pradėsiu tiesiog. Kad, nu, kaip man buvo tas pirmas susitikimas, su ta terapine bendruomene, tai žinai, visų pirma nu... Kai aš ėjau jau pėsčiomis gatve, reiškia visų pirma ta TB, stoties rajone ir jinai užtvirta, kai aš atėjau į tą erdvę, ta prasme pas mane jau buvo toks jausmas žinai, kad nu kažkur atėjau, kur aš nežinau apie ką. Nes toks sąmyšis iš vienos pusės galvoji apie tuos priklausomus žmones, nu kad čia jau kažkokie tai vilkai, kurie reiškia tave gali suvalgyti, nu toks „bijai“ ta prasme, tokia nepaižinta žemė.

- Iš kitos pusės toj terapinėj bendruomenėj, kas mane gerąja prasme nustebino – yra ta tokia religinė pusė. Kad ten yra koplytėlė, daug tos religinės simbolikos, reiškia ir taip toliau, ir ... ir žinai kai aš patekau ten, nu toks tikrai sąmyšis sieloj. Ta prasme toks, nu, galvoju „jo – dabar aš kažką darysiu, kur aš nežinau kaip ką.“ Iš vienos pusės toks pamaldumas, iš kitos pusės – tas tokia tamsioji pusė tarsi. Va bet aišku, kai susitikau su žmonėm su personalu, tai aišku tas atvirumas toksai, labai atvirumas kalbėti apie tą sakykim tas priklausomybes, apie tas problemas, ir mane žmonės mane iš kart nuramino, kad čia nėra tokių dalykų, kuriuos aš turiu kažkaip iš anksto žinoti, ir ... ir kažkaip taip vat, viską nu kaip psichologas viską ar socialinis darbuotojas mokėti viską padaryti. Nu mokėti jau būti toje bendruomenėje žinai. Tai tas pirmas įspūdis, kol nesusitikau su tais priklausomais, klientais tos bendruomenės, buvo toks geras, ryškus lyderis tos bendruomenės

yra, labai fainai priėmėm, nu toks betarpiškumas. Gavau savo mentorių, nu ir tada reiškia jau va tie pirmieji mano susitikimai su jais tai, tai... čia jau buvo nu toks, toks rimtas iššūkis ta prasme, kurį aš galbūt net sakyčiau suvokiau po to, po keleto dienų ar net savaitių, kol supratau kaip aš jaučiuosi ir kas čia buvo, nes pirmieji sutikimai buvo grupėje su socialiniu darbuotoju ir ten grupės principas jisai yra – jie seka tą dvylika žingsnių, reiškia, dvylika žingsnių, tą programą, ir kiekvienas susitikimas ir kažkokia tai tema, vienas žmogus skaito savo atsiskaitymą apie tą dvylika žingsnių, kas jį išmastė, o tada kiti duoda tokį...Nu pažinimą. Tai mano įspūdis toks – aš visų pirma ateinu į grupę, ir aš visų pirma jaučiuosi taip, kad nu aš dar vienas priklausomas žmogus, toks nežino kas aš toks, nes manęs niekas nepristatė, aš atsisėdau ir tada aš prisimenu, kad nu jau atėjo mano laikas pasakyt kas aš toksai, tai... aš tiek aiškinu, kad aš nu vat būtent esu nu, kad aš čia nu... tikrai esu net nepriklausomas, ne klientas, o toks, o tiek norėtu išsiaiškinti, ne tai kas yra jie reiškia, kad nu... jau tiek šnekėjau apie tai, kad net kažkaip paskui pasijaučiau, nu kaip aš čia save nuo jų taip atskirt jau labai taip noriu. Buvo man tas labai svarbu, atsiskirti, nu kad vat kas aš esu psichologas, socialinis darbuotojas, čia atlieku praktiką, vat nu toks atsiskyrimas. Iš kitos pusės jaučiau, kad nu... jie turi priimti labai, nes jie kalba apie tokius labai intymius dalykus, ir ten yra labai sunku, sunkūs dažniausiai tie ratai būna. Tai aš kažkaip dar labai jaučiausi, kad nu... „blemba“... nu reikia kažkaip užsitarnauti tarsi, nu tarsi aš nebuvo priklausomas nuo nieko, negaliu pasidalinti to priklausomo žmogaus istorija. Nu kaip taip bus, kaip jie mane priims. Tai vat tas pirmasis įspūdis yra iš vienos pusės, nu norisi jiems parodyti, kas tu esi, kažkaip užsitarnauti tokį nu.. tarsi pagarbą, pabūt toj specialisto vietoj, o iš kitos pusės, nu norisi būti priimtam, ir tas, ir kaip būti priimtam ir aš tiesą sakant, aš nelabai supratau iš pradžių, nes, nu sakau jeigu esi priklausomas, pvz. tas socialinis darbuotojas, kuris mano kuratorius – jis pats buvo priklausomas žmogus daugelį metų, tai ten tas ryšis yra visai kitoks žinai. O vat, man tai buvo taip.. nu stiprus įspūdis. Aš atsimenu, kad nu vis tiek kažkaip žmogus turi kažkokių klausimų, problemų gyvenime. Atsimenu – aš išėjau po pirmo, po pirmo buvimo, pirmos dienos, aš apie nieką kitą ir negalvojau, tik kaip tenai, kaip tas žmogus, vat nu visa ta bendruomenė, kad tas – pirmas įspūdis, tai buvo kaip sakyčiau toks „over helming“. Nu ir ne taip kad aš kažkaip ten bijojau, bet nu daug labai tų emocijų.

Tokie dalykai. Kaip tau ta prasme? Kažkaip atrodo „relevant“?, ta prasme tu pats kažkaip tai vat tau atliepia tai, ką aš sakau, tie pirmieji susitikimai su priklausomais žmonėm?

– Na sakai tau, kad ta bendra patirtis, yra svarbi, nu nes pas mus irgi tas pats darbuotojas, kas buvo kas dirba, yra kad jau „saviakas“. Tai tas labai svarbu

-Ai teisingai, tu netgi jį žinai

-Jo jo, bedruomenėj žinau... Jo, kad tas tas atsitraukimas, tai irgi pažįstamas. Bet nežinau, jiems kaip ten ir nelabai patinka dažniausiai tie specialistai. Jiems atrodo labai svarbus tas žinai, tas betarpiškas bendravimas.

-Mhm. Jo

-Pastebiu tą tokį.

-Sutinku, bet žinok, iš kitos pusės, tai kadangi nu taip jau labai pasistengi ir tas mano kuratorius ir bendruomenės reiškia eh... tas lyderis jeigu taip galima pasakyti, mane taip pristatyti labai nu kaip tokį psichoterapeutą, tokį labai jau čia nu... high.. „high level“ specialistą, tai.. aš galbūt ir ne dėl to bet visų pirma tas formalus dalykas ateina į galvą, kad nu labai, kaip čia pasakyti... nu mane pradėjo tiesiog painioti jie, ta prasme labai prašėsi terapija, 4 ar 5 žmonės, po antro, antro grupinio susitikimo jau norėjo pas mane ateiti į terapiją.

-Tai čia manai dėl to, kad įvaizdžio?

-Jo aš galvoju, gal ta prasme, aš galvojau, gal ir ne, gal ir dėl to, bet aišku, aš atsisėdau, aš kitaip atrodau, aš kažką kalbu, jiems vis tiek... vis tiek... reiškia nu kažkoks įspūdis susidarė, taip vat. Tai.. mano pirmas jausmas va toks po kelių dienų, nu tas pagalbos nu kad jie labai prašo tos pagalbos, visų pirmas įspūdis yra kad nu, nu taip norisi juos išgelbėti, ta prasme, kad toks pirmas yra gelbėtojo įspūdis, ir kai jie kalba, va toks ir graudulys dažnai ima, ta prasme, nu pavyzdžiui išgirsti kokią siaubo istoriją ta prasme, iškarpa priklausomo žmogaus, kaip jisai gyvena, apsvaigęs ir taip toliau. Tikrai ir šokiruojantys ir kartais būna ir tie visi pasakojimai. Ir toksai, toks nu... iš pradžių – siaubas, paskui kad tu nori žmogų nori išgelbėti. Daug tokių jausmų, ta prasme, ir aš atsimenu, kad kai jie visi manęs prašėsi, tos... į tas... asmeninę terapiją, toks jausmas kad jie jaučia kad aš juos suprantu, nu ta prasme, tas.. dabar kaip aš galiu vertinti, net galbūt ir neadekvatus jausmas, va čia šitas momentas, kad nu tos ribos jausminės, jos visiškai peržengiamos. Ta prasme kad nu, jie tiesiog užplūsta tuo noru, pagalbos.

-Jo, aha. Pas mus žinai gal skirtingi kontekstai visi tiek. Pas mus ten daug tokių sakysim, neigimais, ten daug nenoro gydytis ir panašiai. Bet ką tu čia dabar šneki, tai aš kažkaip pastebėjau, kad jie labai linkę yra idealizuoti ir vertinti, vat visi tie pareiškimai, ir tas dažnai ten būna ir kokia ten su tos anoniminių alkoholikų pasigauna tą dievaitį žinai, kažkokį ir tada ten jau arba būna net irgi iš tos patirties, kad žinai vat vienas bendruomenės narys, nu yra kažkoks yra labai sveikstantis, ir jie ten labai į jį lygiuojasi, ir tada jis ten paskui užgeria, ir tada būna toks visiškas šokas, kaip čia taip galėjo atsitikti, visiškas beviltiškumas, kad jeigu jau visai taip ir mezgasi, tai žinai toks,



atrodo, kad tiems... reikia žinai kažkokios kelrodės žvaigždės labai nu vat tokio įsikabinimo į kažką. Tai... nežinau, kiek ...

-Jo jo, man tas irgi labai atliepė, ir jie įsikabina ta prasme, jie pavyzdžiui, ir vat tą socialinį darbuotoją, tai išviso idealizuoja, ir pavyzdžiui kokius nors terapeutus, gal kas šiaip ir nuvertina, kai kuriuos – ne, bet nu nuo žmogaus priklauso. Bet va tas įsikibinimas aš irgi tą labai pajaučiau ir man čia keli aspektai, su tuo įsikabinimu yra. Visų pirma kai sakai jiems reikia kažkokio idealizavimo, ji turi į kažką patikėti. Netgi, kaip aš sakyčiau vat, kaip čia, nu jau... esu skaitęs tą Švarco? nu jie tarsi pasiskolina iš tavęs tikėjimą. Nu čia gal toks jau *biški* nesąmoningas lygmuo, bet nu jiems reikia, kad vat aš, kaip Linas patikėčiau kažkokiu žmogumi, tada ir jis kažkaip savimi daugiau tiki. Nu toks, toks sakyčiau netgi nesąmoningas, labai veiksmas. Ir aišku vis tiek nu priklausomi žmonės dažnai yra ribinės sąrangos. Tai ta prasme, jie vat su tuo tiesiog, nu kaip vaikas bėgantis prie mamos apsikabina, ta prasme, nu toks visiškai eit į tokius simbiotinius santykius, jie norėtų susilieti su tuo reiškia jų gelbėtoju, ir ir kad reiškia, nu kažkas atsitiktų.

-Nu tai taip taip...

-Tai negatyvi šita pusė, kurią aš vat paskui analizuodamas pastebėjau, kad viskas kaip ir atrodytų kaip ir gražu, čia vat toks daug emocijų, bet problema kurią aš pajaučiau vat išjaučiau, jie nori kad už juos viską ir padarytum, kaip už tą vaiką kuris yra vystykluose, ta prasme. Jie patys nieko.. nu ta prasme, kad jie patys nieko nenori. Man atrodo kad terapeutas tas, kuris ta prasme, chirurgiškai išoperuos jų psichiką, kažką padarys su smegenim, ir tada jis jau bus nebegeirantis.

-Jo jo... Jo tas daug, tas atsakomybės nusimetimas. Ir tada labai sunku, žinai jo kaip labai prilimpa arba labai taip žinai, kaip sakai vat įsikabina, ir tada nu taip irgi sunku, toks pats jautiesi, kaip tokiose *biški* rėmuose, kad čia negali taip kartais reaguot, ar natūraliai žinai, ar ten papykt, ar pakonfrontuoti, nes tada toks labai nu būna tokie kartais priešiška reakcija, man teko, „tu ne taip čia, kad man ne to reikia“, žinai, ar ten, negelbėji. Taip atrodo labai, mhm to būna įsikibimo, ir paskui kažkaip ir tokio ir pykčio, ir atsitraukimo.

-Jo jo, nu ta prasme, ir vat to labai iš tikrųjų, kaip ir norėtusi kalbėtis žinai vat apie tą pagalbos santykį tokį labai sąmoningą lygmenį, bet deja labai ten yra daug to tokio, instinktyvaus nesąmoningo, santykio. Ypač įeinančio iš priklausomų asmenų, ta prasme, nu jie sunkiai tuos savo impulsus visus analizuoja, ta prasme, ir aišku, ir pavyzdžiui terapeutams, socialiniams darbuotojams reikia tą atlaikyti, ta prasme, kai tokios bangos, to noro, idealizavimo, kad padėt, ir vos ne su ašarom ir kritimas po kojom. Iš kitos pusės – kai kažkas lygtais ne taip, tada toks puolimas, kad nu tu ne taip dirbti, arba ten tu ne tai ko nori darai, nu vat tokiu nusivylimu.

-Jautėsi kad jie užsikabina ant kaklo ir pačiam yra noras gelbėti iš pradžių,

-Taip

-bet paskui..kas...

-Nu va bet paskui pamatai, kad jie nenori dirbti, kad jie nori kad aš už juos padaryčiau, ta prasme kažką tai. Ir galbūt čia tą pajaučiu tą, nu.. eh, pajaučiau ne tiktai grupinėj terapijoj, kai reiškia žmonės dalinasi savo kažkokiais dalykais, bet ir tose asmeninėse terapijose, kur aš jau asmeniškai susitinku, kur nu tie pasakojimai mane labai sujaudina ir taip toliau..

Bet tu supranti, kad kažkur mes sustoję ir kada jau reiškia priklausomas asmuo turi pradėti pats save dirbti, ta prasme - sau padėti. Tada mes sustojam ir vėl grįžtam ir grįžtam. Tai klausiamom akim žiūri taip, kaip tu čia man dabar galvoti kaip, kaip man būti, kaip padėti ir tą laikyti yra pakankamai sunku.

-Papasakoja tą istoriją ir laukia tada kažko tai.. vaisto.

-Taip, visiškai, o būsiu atviras ta prasme, laikyti yra žiauriai sunku, nes tos istorijos skirtingos. Aišku, visos priklausomų žmonių istorijos tokios yra skausmingos, nu bet kai kurios yra tiesiog siaubingos. Kai klausai, kas yra su žmogum, ir, ir ir, ir aišku, vat nu čia yra svarbu tos supevizijos aš ir supervizavausi, ta prasme jos tai yra svarbu ta prasme, kad laikyti ir suprasti, kad yra kai kada variantai, nu – tokios istorijos kur tu, tiesiog turi pabūti, atlaikyti, ką jisai kalba tokią vos ne palaikomąją terapiją daryti. Ta prasme kažko tai labai struktūriškai tame žmoguje net nelabai gali pakeisti. Galbūt – jisai išlys, nu ta prasme, galbūt jis pamatys tą šviesą ir kažkaip jam ta prasme, tas, tai, kad kažkas, tas specialistas kažkoks jau būna, ir kalbasi galbūt paprastai įpūs jam to tikėjimo, ir jisai kažką pradės, reiškia, keist. Va nes ... ir tas yra svarbu. Vat nu čia, šitoj vietoj, tą tą ribą nustatyti, nes vat tas beribiškumą – aš labai pajaučiau, kaip tiesiog užkrenta ant tavęs tie jausmai. Tie norai, tas skausmas ir ir atsiriboti nuo to, ką čia jau kalbame apie tai, ir perkelti bet kokius perkėlimą, kad atsiriboti ir neišgyventi jų jausmų visą laiką ta prasme ir pakankamai sudėtinga ta prasme, kad įsileisti tą skausmą ir suprasti, ir paskui jį atiduoti atgal ir ir būti, ir palaikyti ta ribą, nu tikrai man pasirodė tikrai sunkus, sunkus dalykas, nes labai skirtingi, tie priklausomi žmonės, ir vis tiek kažkaip intuityviai jaučia, kur ta silpnoji vieta yra terapeuto.

-Nu čia tokia dilema būna žinai, ir aš irgi vieną tokį klientą turėjau privačiai, apie tą žinai pastoviai iš vienos pusės klausimas, kiek būti su tuo beviltiškumu ir kartojimosi, vis „nu kaip man blogai“, čia net ne apie alkoholį kalbant, nu ne apie vartojimą, bet apskritai apie gyvenimą, kad negaliu santykių pakeist, čia negaliu darbo pakeist, aš... tas aukos ironiškai ir tas klausimas kiek būt tuo, nu nežinau kaip tu čia vadini tą palaikančią terapiją, apie tą, kad tu tiesiog būni su tuo

beviltiškumu, ir nu nežinau kaip... tiesiog žmogui įsiventiliuoti žinai neateina jisai, ir pabūna su tuo, o kiek.. nes šiaip daug tokio, netgi kai pradeda žmogus kalbėti tokio ir pykčio kyla, ta prasme, nu „kiek galim mes apie tą patį žinai. Tai *davai*, nu tai *davai* nu.. kažką pabandom padaryti dėl to žinai.“ Nu ką tu gali padaryt? Ir tas būna, ir dar ir susiduriu su tokiu kad, nu tai kad netikiu, čia nieko negali padaryti, aš čia gi toks nevykėlis, ir kaip tu čia manęs nesupranti kad aš toks nevykėlis. Ir toks atrodo, kad dar labiau pikta. Ir tada paskui galvoji gal aš jau per daug kažką irgi va tokie... sakai „gelbėji“ lygiai, gal jam čia nereikia nieko daryt, gal jisai nori būt, bet tada nesupranti kodėl jisai nori būt tam *šūde* ilgą laiką tokiam. Ir va tokios dvejonės atrodo...

-Na va, tokia vienalytiškumo labai daug iš vienos pusės, nu kaip ir ta užuojauta tokia, o iš kitos pusės toks pyktis, kad nu nieko negali būti, kad negali padaryti, va tas bejėgiškumas ir ir manęs paties nuo mano paties bejėgiškumas ir to kliento.

-Nu tai taip. Tai iš dalies nu nežinau, aš dabar tokiam...gal ne veltui yra tas toks yra bendruomenės, o ne individualus darbas, kad jam vistiek kitaip..

-Tai čia vat labai svarbu buvo, ir netgi mes jau čia ir su personalu esam šnekėję, kad iš principo čia bendruomenė... nu ta prasme tas pagalba pagalbos, tas santykis iš individualaus bendruomenė pereina į tą tokį kolektyvinį pagalbos santykį, ir jisai nėra tikrai ten grupes, kai tu susitinki, pavyzdžiui, mieste, kitų priklausomų asmenų grupės yra, bet tu – gyveni ir tada tu, tarsi nu tu būni visame tame visą laiką ta prasme, kad tu ir ir socialinių įgūdžių mokiesi, ir tas psichologinė atmosfera kita, dirba su tais žmonėms kitaip gyveni ir kažkuria prasme, ir su tais pagalbos specialistais gyveni, nors jie ten nu... ateina į tą darbą, bet bet vis tiek praleidi daug laiko. Valgai su jais reiškia šnekiesi, sprendžia kasdienes problemas. Tai va tas iš tikrųjų mane sužavėjo, ta prasme, nu... gal čia perdėtai sužavėjo, bet man tas patiko, ir aš labai pajaučiau, kad tas tas bendruomenės gydymas, net kaip mes čia kalbėjom apie, apie tam tikras psichoterapijos kryptis, kad tas buvimas bendruomenėje tiesiog buvimas kartu, jisai turi, turi nu to nu tikrai, tai tokio gydančio, tokiu kažkokį kažkaip įprasmina be žodžių, tam tikrą buvimą kažkas tai tokio.

-Ne veltui sako, žinai, kad psichoterapija yra gydymas santykiu. Tai ir apskritai, tokia čia ta bendruomenė vos ne atvažiuoja žmogus ir metus laiko būna kažkokiuose sveikesniuose santykiuose ir tas matyt ir vos vaikystėje buvo tokiu savo šeimoje struktūrą, dabar vos ne irgi gali sakyt įsikišimas tėvų, brolių, seserų, ta prasme toks, grynai kad tu neateina kitam kažką gilinesi, ir taip akys išlieka. Tiesiog duoda žmogui patirti tą sveikesnį gyvenimą kažkokį.

-Nu vat, bet čia tai va, tai čia tokia romantizuota pusė, kur aš irgi taip labai suvokiu bendruomenę, bet yra kita bendruomenės pusė. Tą pagalbą, jinai ir turi tam tikros prievartos elementų. Ta prasme, kad labai yra griežta dienotvarkė. Nu tą *agenda* jų yra žiauriai griežta ta prasme ir minutėm

sudėliota, ir jie turi tos ir intelektualinį darbą ten rašyti pagal tuos dvyliką žingsnių, savo suvokimus, atsiskaitinėti... ta prasme ten tam tikrus darbus daryti, kažkas ten virtuvėje dirba, kažkas padeda, t. t. ir t. t.. Tai ta prasme, vat kitas dalykas, kuris yra įdomu, kad tave įdeda į tokį labai griežtą grafiką, kurį aš suprantu, kad tai visiškai *make sense*, ta prasme, kad nu, kad tos ribos atsirastų, kad labai aišku, ką tu darai. Aišku, tai tampa kažkokia tai rutina. Bet dabar tos bendruomenės tas hipiškumas toksai – viskas gražu, meilė, apsikabinom, ir tas toksai reiškia nu... tas griežtumas – jis svarbu. Kitas dalykas, kad aišku, vat ką dar duoda bendruomenė, va toks atėjo taip spontaniškai, kad – nu tie socialiniai ryšiai, tie mikrokonfliktų ir visokių tarp darbuotojų, su klientais, tarp klientų, daug yra ir bet nu toksai, kaip tu sakai – žymiai geresnėje aplinkoje toksai socialinis gyvenimas, ir tai jau yra ta pagalba, tai yra ta pagalba. Užtai aš vat galvoju, kad labai svarbu tam specialistui, terapeutui ir socialiniam darbuotojui... nu vat, labai tą savo svarbu tą stovėseną surasti tokią, kur gali būti tikrai kaip terapijoj, tai biškį įnerti į tuos jausmus, pajauti tuos žmones, kurie ten yra, bet iš kitos pusės – išnerti, ir būti savo rolėj, nu to personalo rolėj, ne kažkokio gelbėtojo, kur aš ateinu ten ir reiškia.. nu kažkokio šventojo šventojo pozicijoj vaikštau ir bandau pasakyti, kad aš žinau, kaip su jumis kaip viską, ką padaryti.

-Nu tai taip taip.

-Tai ką, tai va aš tą nu, tarp kitko, nu tikrai buvau pajautęs vienoje grupinėje terapijoje. Atsimenu, kad nu va, atsiskaitinėjo vienas iš klientų. Jisai ten tada apie tą pasidavimą dažniausiai eina kalba, kur pripažinimo, tos ligos, ir vat ten kalbi kalbi ir nujauti, kad ta prasme tie jausmai ateina, tarsi vos nė nemano ta prasme, kad aš pradėdau jausti tą pyktį arba pradėdau jausti kažkokį tai, kad tai viskas netikrai, kad aš čia dabar atsiskaitysiu kaip koks mokyklinukas. Daug va tokių skirtingų nu labai patyrimo yra grupėje, ir tie, kurie būna, išprovokuoja tokius labai karštus pasisakymus, kad sakai: nu tai jo tu tą padaryk, tą.. pradėdi žmogui netgi kažkaip ir nurodinėti, ir tas yra labai svarbu man atrodo, kas, pavyzdžiui, socialiniame darbe yra dažnas dalykas. Jie tos terapinės patirties nedaug turi, ir jie labai nurodinėja tiems žmonėms, nu ką jie turi daryti. Ne tai – kad priima ir supranta, jų tokį.. nu ir kad jie patys turi prieit iki kažkokio sprendimo, bet sako ten tu taip susitvarkyk, tą aną, ir tas realiai neduoda realiai rezultato. Tas infantilus santykis ir išlieka mamos ir vaiko kur ji pirštu bado.

-Nu jo čia kaip ir apie \_\_\_ kalbant kartais tos.. ateini į tą bendruomenę ir tampi toks priklausomas. Iš kitos pusės kaip ir sako apie tas priklausomybes – kad eik pirma į grupes žinai, o protas ateis iš paskos, nu kad turi pirma, nu kaip ir čia žinai – pajaut tą gyvenimą, o paskui tik ateina refleksija, nu neišėina žinai taip nu vat, ir gal iš tikrųjų reikia iš pradžių žinai padaryti dalykus, o paskui tik ateis kažkoks suvokimas, nu nes čia grynai atrodo toks kaip iš esmės žinai auginimas tų žmonių. Nes kaip su priklausomybėms sako, kad jie pradeda vartoti, tas brendimas – sustoja.

-Taip, raida tarsi... čiuch..

-Tai turi auginti tą vaiką. Ir o ta refleksija ten, ir savarankiškumas tikriausiai dar ateis, ateis... už kiek laiko.

-Jo, vat tas labai sutinku ta prasme, kad toks bendras pastebėjimas apie tokią, kaip ir aišku, kiekvienas individualus. Bet kad jo tas ego labai infantilus, ir iš principo ten net kartais ir elgesy tokie būna kaip vaikų darželyje. Paslėpė telefoną kažkieno... tokių, jog net galvojau – „kaip“? O ten žmogus jau ten, 30 plus sakykim, ar ne..

-Dešrą kažkas kažkieno pavogė.

-Jo kažkieno dešrą pavogė. Nu tų tokių labai keistų dalykų ir iš tikrųjų to infantilumo yra daug ir jo, jie turi save auginti ir turi auginti ir nuo kažko pradėti. Tai faktas faktas. Bet va dar man toks svarbus momentas, kad mat aš visą tą dvivalentiškumą, ta prasme ir pažeidžiamumą. Kas man svarbu, kad vat socialinis darbuotojas arba terapeutas nu mano atveju, kai buvo, kad ilgainiui, nu ten tiek yra adrenalino, tiek yra intensyvumo ir tose grupės ar individualiose reiškia susitikimuose, kad kai išeini į realų gyvenimą, iš ten, uždarai vartus, nu taip pradeda gyvenimas, toks *biški* prėskas darytis ir ta prasme viskas teisingai, viskas gerai vyksta. Tai jokių ten kažkokių tai tokių nu, ant ribos kriminalinių dalykų nedarai, o ta prasme, kad pradeda trūkti adrenalino, ir tada galvoje pradeda sukstis tikrai tos temos. Nu, labai įdomu, kaip kažkoks nu, kaip kino filmas ta prasme. Pasižiūri tokių istorijų, ir tada jau čia. Ką čia tai čia va, ten tai... nu toksai. Ta prasme, kad va čia vat yra irgi tokie spąstai iškeptam pagalbos teikėjui. Ta prasme tapti kažkuria prasme priklausomu nuo tokių, reiškia, nuo tos aplinkos, nuo tokio adrenalino, nuo tokių ribinių būsenų žinai...

-Jo kartais nuvertini savo gyvenimą, arba tą normalų gyvenimą, o gal iš tikrųjų ir tam normaliam gyvenime ir trūksta?

-Tai faktas, tai tai čia, čia tik dėl to toks užsikabinimas ir vyksta. Ta prasme čia, aišku mano atveju. Aš jau rašau apie save, bet tai faktas, kad kažkokio tokio galbūt adrenalino, prasmės, o čia vat ir tas nu tas - savęs suidealizavimas reiškia ir bandymas išgydyti kitus. Tai irgi toksai yra, kad, nu o tada kažkokia tarsi prasmė atsiveria, reiškia tokia didelė, ir tada tau galų gale *vau*, viskas taip sužydi ir tu supranti, kad čia juos gelbėsi tuo visus žmonės, ir tada, jau tada jau viskas, kaip ir tavo gyvenimas, susiklosto. O iki tol ką darei arba darai, toks biškį beprasmis. Ir čia yra tas pavojus to vienpusiškumo, tokio ... nu vat ta prasme, vienpusiškumo, kuris paskui, matyt, pereina į perdegimą aš taip galvoju, nu kada visko per daug. Kai tik skaitai knygas, tada apie priklausomybę, kai tavo klientai priklausomi žmonės... reiškia tuo domiesi. Nu - viskas ta prasme tai tikrai pakankamai stipriai gali iškreipti visą tokią pasaulėjautą.. kaip tavo paties vat su tuo?

-Nu kad emocinio krūvio *žostkai* daug, tai jo. Kad grupę pravedus eiti dar konsultuoti viską, tai jau būna jo... būna daug visokių intrigu.. ten pykčio beviltiškumo, tie jausmai tokie sunkūs labai. Ypač toks beviltiškumas kažkoks nematymas, vilties neturėjimas kažkokios. Motyvacijos nebuvimas, bandymas parodyti, ką tau žinai toks... Nu ...ir nežinau, man dar tas.. aš dar patyriau tokį dar nedėkingumą ir tokį vat, kad „pasiimu ko man reikia, o tave pamiršau“ žinai, nu toks kaip man tavęs ir reikia bet kaip tavęs aš nelabai ir matau.

-sutinku sutinku

-Tai vat tas kartais nu toks *biški*, kartais nu net labiau norisi kažko to santykio, kuris kažką irgi duotų žinai, nors ir gal čia ir nereikėtų to ieškoti terapijoje, bet kai ilgą laiką tik su tais žmonėm būni, tai toks tik duodantis jautiesi.

-Nu, yra tas, kad iš tavęs „siurbia“. Aš tą jausmą turiu, jo ir galvoju kiek. Nu va, čia ir yra tas nu, aš manau, ten visą laiką yra ribos nustatymas, ir tas man buvo labai svarbu, nes iš tavęs siurbti gali bele kiek. Ir aš atsimenu, kaip prie manęs vienas toks vyras, ta prasme, toks sako: „aš, aš tai tave kažkur mačiau, aš tave žinau“. Nu ta prasme, aš tai net atsimenu išsigandau ta prasme, kad jis tiesiog tokiu būdu norėjo užmegzti santykį, nes galvojo, kad nu va dabar ateis į terapiją, labai man padėsi, mes paskui su supervizoriumi nusprendėme, kad gal aš kitus pakonsultuosiu o ne jį ta prasme... Tai nu toksai jo iš vienos pusės labai reikia, bet nu toksai. Gal tada, kaip ir tave suvalgo pusryčiams. Ta prasme, nu kaip pasakyti, tokio asmeniško jo... manęs kaip Lino – tenai nemato. Ten mato va tą kažkokį gelbėtoją, kažkokį tai tokį robotą, šventąjį, nežinau ką jie ten nori...kaip specialistą, galbūt labai gerą, greičiausiai...

-Nu mato, ką mato. Ta prasme jo... Arba gelbėtoją, arba priešą ten žinai... Jo..

-Dažnai įdomi buvo patirtis. Aš gavau galimybę irgi praveisti porą grupių ir tokių alternatyvinių variantų. Tai aš vieną grupę vedžiau kvėpavimo juos mokinau, o kitą - apie sapnus pasakojau tai vat. Tada man *biški* atsiskleidė, kad nu jie tokie buvo patenkinti, kad tai nebuvo psichoterapinė grupė, ir jiems nereikėjo šnekėti apie save. O kad tai bus kažkoks žaidimas, kur mes galėsime kažką tau kur gali vat galbūt nuo tos disciplinos, nuo to nuolatinio savęs nagrinėjimo, nueiti ir ten pakvėpuoti ir kažką padaryti. Bet paskui buvo nusivylimas, nes nu vienas žmogus tik užsikabino ant to... nes tai yra sunku, sąmoningai kvėpuoti.. ten kažkokią dėti ten pastangą, paskui analizuoti kas ten buvo, nu jie vėl grįžta prie to, kad reikia dirbti su savim ir tada nu jo vyksta toks nusivylimas.

-Tai norisi lengvai...

-Taip norisi lengvai, norisi, kad kažkas kaip tablete kad kažką išgeri. Ir tau viskas tau viskas. O su sapnais tai daugiau buvo toks ir kitoks toms potyris ir šiaip toks intelektualinis, kažkoks apsikeitimas, bet irgi toks man toks infantilumas *biški* pasijautė, kad jie irgi tuos sapnus supranta taip labai tiesiogiai, kaip vaikai supranta ta prasme, kad nėra tos, to tokio gylio, ir, aišku, daugelis sapnų, kurie paskui tokie sunkūs labai.. Tokie baisūs, jeigu taip galima pasakyti.

-nu jo.. tai va tai.. Nežinau, pats jei, koks tavo buvimas turėjo efektą?

-Nu, aš tai jaučiausi kad ta prasme, kaip efektą man, ar efektą?...

-Jiems... kalbant apie terapinius santykius

-Nu aš gal nuo savęs pradėsiu. Tai, aišku, man buvo milžiniška patirtis, ir tokios kažkokios brandos ir aš dabar turiu kažkokią poziciją. Ta prasme aš galiu suprasti daugiasluoksniškumą tų terapinių santykių, tą divalentiškumą, ir tą bejėgystę, kaip mes kalbėjome iš kitos pusės, norą išgelbėti arba, jeigu teisingai, viską darai ir tas, kad reikia kantrybės labai daug tokių dalykų. O jiems aš taip galvoju, kad aš stengiausi būti labai atviras prasme, kiek tai įmanoma ir aš manau kad atvirumas jiems patiko, aš niekada tos pozos tokios nelaikiau, kad aš va, nu, nors ir turėjau, tų jausmų, tą norą išgelbėti. Bet tikrai tai, man atrodo, pakankamai nuoširdžiai laikiausi, ir nors tai visą laiką ir praktikantu net ir vadino, vat atėjo psichoterapeutas arba ten socialinis darbuotojas. Aš sakau – vat praktikantas tai kažkaip stengiausi į tą lygmenį patekti, kad nu jie jaustųsi komfortabiliai ir man atrodo, ir pamatė, nu vat ateina žmonės, kurie studijuoja, kažką daro ir turi su jais tokį žmogišką santykį. Aš manau, tai jiems buvo galbūt didžiausias momentas, ir kad aš turėjau noro ten grupėse dalyvauti ir ten tiesiog sapnus papasakoti, ir šitą toks kvėpiantis padaryti, kad kažkoks interesas yra, kad aš rodo interesą jiems, nes jie tokie nematomi šiaip žmonės iš tikrųjų, stigmatizuoti nematomi. Tokie nu.. Tai vat aš galvoju, kad čia galbūt pagrindinis momentas ir buvo ir tikrai ne, kad kažkokiu tai jau ten tokį gydomąjį veiksmą pataisyčiau. Sakyčiau, mano tas buvimas jo, kad kažkoks žmogus ateina iš to sociumo, nuo kurių jie atskirti, ir jisai su jais gali būti ir ir rodo interesą vat. Aš sakyčiau, kad tas giluminiame lygmenyje terapinio santykio man jie buvo įdomūs. Aš tikrai jais buvo susidomėjęs. Aš nebuvo atėjęs žmogus, kuris, nu va, čia sėdi krūva, aš pabūnu, man čia už dviejų valandų – kita grupė. Nu ir aš toks vaikštau po tas grupes kaip kažkoks silikatas. Man jie buvo įdomūs aš jų vardus, atsimenu, ir prisimenu daugmaž kokia istorija buvo. Nu ta prasme – kad aš buvau susidomėjęs ir tai tikriausiai yra pagrindinis dalykas, nes jie, tarp kitko, labai jaučia, kai jeigu ateina žmogus tą dieną. Galbūt ne tai, kad iš viso, bet atėjo kažkaip su savais dalykais, tai ta grupės dinamika iškart pasikeičia.

-Nu jo čia taip įdomiai, kad tas susidomėjimas svarbus dalykas.

-Nu va, tai gal gal gal toks toks momentas jo ir to tokio, nu kad tokio to paternalizmo maternalizmo mažiau būtų, ta prasme nurodinėjimo, nes jie turi tą griežtą, griežtą, nu kaip pasakyti agendą, ten jie tokie sukišti, o čia tokio norisi stipraus, tokio lygiavertiško santykio, kažkaip, kad jie pasipasakotų. Ir tikrai, pasipasakotų, ypač tose asmeninėse teritorijose, tokių buvo tokių tokio atsivėrimo momento. Aš nesakau, kad tie žmonės išgijo, ir kažkas, kad žmogus tą emocinį ryšį pajaučia ta prasme. Aišku, manipuliacijos irgi yra, ta prasme. Bet būna ir tų tikrų momentu, kai atskiri save nuo jų, ir gali kažkaip suprasti, kad nu vat žmogus išgyvena, nu kad nejaučiu tokio kontr-perkėlimo, kad ir mane jaučia. Labai taip nu...aiškiai gali pamatyti, kad čia jo paties apie tai pasakoja, tikri jausmai... ir man atrodo tas svarbu, nes nieks apie tuos jausmus, ypač jų, tai niekada neklausinėjo, ir čia tokie kaip ir kiekvienoj terapijoj, taip ir pagalbos santykiai. Ta prasme – kai žmogus kažkaip tuos savo jausmus atpažįsta ir mato, kad gali jausti, kažkokie procesai prasideda ir negaliu taip aiškiai ir nusakyti. Bet tokie kaip nu – ale gyvenimo pajautimas kažkas tokio.

-Mhm, nu daug žodžiu visko...

-Daug daug jo.

-Tokia intensyvi patirtis. Ir jie be visko...

-Nu vat klausimas kiek realiai, aš net nežinau, ar žmogus gali tą *long term* realiai dirbti tokį darbą. Aš galvoju, kad kad... nu galbūt geriausia tokius daryti profesinius *sub-partical* reiškia, nu padirbi kažkiek laiko ir paskui *biški* atsikvėpti ta prasme, nu kad nu nes visą laiką būti įnėrus į ten – yra sunku, turiu omeny terapeutui, bet galbūt bendruomenės, tas personalas, kuris ten rūpinasi tais pragmatiškais dalykais, tai ten visai kas kita. Bet jeigu esi va tam, tokiam visiškai terapiniam santyky, tai nu, kaip tu pats manai?

-Aš manau, kad psychologam čia sunkiausia. Nes nu klausimas irgi, ar nu, nu jo, aišku... kaip čia matai, tas pats vat ir nu ir tie socialiniai darbuotojai, su kuriais ir tu buvai, jie – kitaip, ta prasme, nu vat pas juos yra ten yra to tokio perdegimo bent jau, labai nesimato kažkokio, nes.. gal čia nuo asmenybės žinai priklauso. Yra tokio, daugiau į veiksmą orientuoto dalyko, pragmatiškumo, ir tada kažkaip tas neužgrūžina labai taip.

- Sutinku Dominykai, bet čia su ta mintim, kad socialinis darbuotojas yra pats buvęs priklausomas žmogus, nes ten net du tokie dirba, ir tada jie supranti, čia ir jų gydymas. Čia jie eina tuo keliu, ta prasme čia jų kryžius, jeigu taip gali pasakyti lyriškai, ir jie eina, ir jie tame mato prasmę, nes vat čia yra tas santykis. Žinai, kai tu nebuvai priklausomas arba nesi, nu tiksliau buvusių priklausomų nėra, jie visi yra priklausomi, tie kiti būna, kad nevartoja. Tai ta prasme – tada vat prasideda kažkokie tai tokie... nu – ne tavo dalykai, ta prasme nu vidiniai, vat iš to santykio, kad persiimi



tais kažkokiais sunkiais jausmais. O kai buvai priklausomas, pačiam buvai tam ne terapiniam lygmeny, o socialinio darbo, tai žinai eini, neši savo kryžių, pasakoji, ir taip nu... ir ir ir vyksta tai viskas. Ir tos drąsos yra gal daug, nes eina iš vidaus labai jaučiasi tai, pavyzdžiui. Tokių pasisakymų, *insight'ų* jisai duoda kur nu.. nu kažkaip nesugalvosi

-Tai taip. Aš galvoju žinai aia kaip ir geras priešnuodis, kai tu jau persirgęs tuo, ta prasme turi gerą imunitetą tam, kaip tau knisa protą, kaip su tavim manipuliuoja nes tu pats dar labai gerai darei ir gerai žinai.

-Visiškai

-Ir ta prasme kai vat tu ateini iš šono turi ten tą labai didelę riziką apsigauti, taip patikėt ten... gelbėti... „nes tau čia taigi blemba kaip čia viskas blogai, čia reikia žinai, toks žinai pastoviai, ar aš pakankamai suprantu čia, toks pastoviai abejoji“. O tu ten jau žinai tą pasaulį,

- ten jau... „*feeling my gut*“

-Jo yra kažkokios aiškesnės ribos tada, tipo aiškesni rėmai, apie ką čia viskas vyksta

-Tikrai manau, kad manau, kad labai

-Mhm. Tai jo čia per save tą patirtį turėt..

-Čia svarbus kaip visur. Beje, čia aš, kiek esu skaitęs, čia yra tokia bendrai tikrai nemažai priklausomų žmonių dirba tą socialinį darbą. Nežinau, kiek terapinį darbą manau, ir terapinį, bet socialinį darbą tikrai nemažai. Ir aišku, jie tada turi tokį *biški* didesnį pasitikėjimą, bet galbūt turiu omeny klientui, bet, aišku, gal čia svarbiausia tiek pasitikėjimas, kad nu jie labai aiškiai žino tas ribas. Labai tiksliai moka nustatyti.

-Nu jo, čia vat įdomu irgi kodėl...kodėl atrodo, daugiau tokių sveikstančių va tų žmonių nuo priklausomybių renkasi socialinį darbą, o ne psichologiją studijuot, po to bandant padėti.. Tai vat tas įdomu kodėl apie ką čia...

-Nu nežinau, gal čia yra tokių paprastų dalykų. Gal tai ir paprasčiau. Ta prasme socialiniam darbuotojui, universiteto man atrodo, baigti nereikia. Kažkaip taip mokslai, kursai ir viskas. Bet... nu toks jo toks... Nu vat, jie kažkaip turi tą tokį kažkokią žiežirbą, „vat kad galiu padėti. Žinau, kaip čia yra ir ir vat bandysiu daryt.“ Tai tas dalykas vis dėlto čia dalis jų pačių, tos – to gijimo buvimo priklausymo dalis. Nors aš niekad nesidomėjau dėl terapeutų, bet aš manau, ten irgi yra visokių ta prasme.

-Yra tikriausiai, bet tikriausiai iš patirties tai atrodo vat kur tie didelę patirtį blaivybės turintys tai socialiniai darbuotojai.

-Ai dar vienas aspektas, kurį aš ta prasme, nu jau čia taip biškį ekskursas, gal vidury galėjom pašnekėti man dar iš traumos požiūrio, labai vat psichologiškai iš traumos požiūrio yra įdomu, reiškia tas pagalbos santykis, kad nu kas, kas, kas yra ta priklausomybė, tai aš čia tokį Gabor Maté, traumos psichologą labai mėgstu tai, kad vis dėlto ta priklausomybė yra atsakas į traumą. Nu.. plačiaja prasme trauma čia paėmiau.

-Bandymas gydytis...

-Jo, bandymas gydytis, bandymas nejausti, ten anestezija kažkokia. Tai vat, tai tame santykyje aš manau, vat šitas požiūris į priklausomą žmogų iš terapeuto pusės, kad kad nu, kad ta priklausomybė yra toks pat kaip atsakas tada tokio suteikia vilties, kad galima nu kažkaip atrasti, išgyventi tuos dalykus ir galbūt, kad žmogus kitaip viską pradės matyti. Nu vat.. Nu ir taip žinai psichologiškai žiūrėti, kad tai jas vadina bendruomene, kad yra proto liga, kaip jas smegenų liga, bet vis tiek kažkas tą padaro, tai dažniausiai ta traumuojanti socialinė aplinka, ir ten jau kažkokios individualios traumos dar... Man atrodo, dar tas traumos požymis yra visai, nu toks, tiesiog kitas kampas pamatyt, tą priklausomybę.

-Nu jo jo... kad priklausomybė yra ne problema, o sprendimo būdas. Nesveikas.

-Taip, taip, neadekvatus, ten ir taip toliau, nesveikas sprendimo būdas.

### **3 priedas. Lauko užrašai**

2020-09-04

Mano pirmas įspūdis, ką aš pamačiau aplinkui: kryžius, koplytėlė, nu kad ten viskas labai krikščioniška. Aš manau, kad likimo ir savo demonų palaužtiems asmenims tikrai reikalingas tikėjimas. Gal todėl, tiek terapinės bendruomenės aplinka persismelkusi tikėjimo dvasia. Net budėtoja, ten yra vienuolė.

2020-09-16

Užsiėmimo metu buvo naudojami spalvoti mygtukai, kuomet turėjo klientas paspausti kaip jis jaučiasi, kiekvieno socialinio darbuotojo perskaityto teiginio atveju. Visa tai, man iš pradžių atrodė keista, tačiau viduryje rato buvo vienas neliečiamas „mygtukas“. Tiksliau ten buvo padėtas medžio baslys ir apklotas žalia nerta servetėle. Po klausimų darbuotojas pasiūlė atsisėsti ant to baslio ir tarsi pabandyti įsivaizduoti, kad visos bėdos ir visos priklausomybės kažkur išnyko. Ir ką jūs galvojate, ne visi norėjo sėstis ant to baslio („kėdės formos“). Labai man keista pasirodė, kodėl? Vis klausiau savęs, kodėl? Tada socialinis darbuotojas, po užsiėmimo, paaiškino man, kad šis užsiėmimas nėra šiaip sau. Jis leidžiai išsiaiškinti, kiek asmuo jau sugeba atsiriboti nuo savo priklausomybės ir ją paleisti.

2020-09-20

Galia yra tiek svarbi, kiek ją gali panaudoti. Ne visada galima ją naudoti. Dvi galios: fizinė ir psichologinė. Šiuo atveju fizinės galios naudoti negalima. Naudojama psichologinė galia, kad būtų galima paveikti priklausomybę turintį asmenį. O kam reikia jį paveikti, o tam, kad jis priimtų teisingus sprendimus. Tiksliau visuomenei priimtinius sprendimus.

2020-09-22

Naudojami muzikos instrumentai grupinių užsiėmimų metu. Sukuiamas geras įspūdis, plėtojamas kūrybingumas. Man kūrybingumas užsifiksavo su muzikos instrumentais, kurie buvo atnešti vieną dieną, kad klientai galėtų išsirinkti po vieną jiems labiausiai patinkantį instrumentą ir garso pagalba išlieti savo susikaupusią agresiją, įniršį ir panašiai. Man tas toks potyris buvo vau, kaip gerai yra nukreipti savo energiją į kažką teigiamo. Nors pasipylus muzikos instrumentų garsams tai toli gražu nepriminė muzikos, kurios gali klausytis koncertų salėje. Tačiau žiūrint į klientus, kaip jų nuotaika grėja ir man pasidarė gera. Kiek socialiniai darbuotojai turi išmanyti ir įtraukti klientus į įvairias veiklas (grupinį ir individualų darbą), kad jiems būtų lengviau sveikti.