PROTIALKOHOLICKÝ OBZOR

24, 1989, 5, s. 309 – 312

PSYCHOTERAPIA ALKOHOLIZMU

ZKUŠENOSTI S VÝCVIKEM TERAPEUTŮ A LAICKÝCH TERAPEUTŮ V DOLÉČOVÁNÍ A PRÁCI V SOCIOTERAPEUTICKÝCH KLUBECH

J. NOVOTNÁ, I. BARTOŠÍKOVÁ

KÚNZ – Psychiatrická léčebna Brno-Černovice,
ředitel: MUDr. K. Nevrlka

Ve dnech 20. 6. – 29. 6. 1988 se v Jemnici uskutečnila společná školící akce pro terapeuty pracující v oboru alkoholismu a toxikomanii a laické terapeuty zaměřené na doléčování.

Cílem bylo připravit osoby motivované pro práci v doléčování, zvláště pak v doléčování v socioterapeutických klubech, navíc je připravit i pro práci v nově zamýšleném kabinetu pro prevenci v Brně.

I. **Organizační zajištění.** Desetidenní školicí akce „Doléčování a práce v socioterapeutických klubech" byla organizovaná prostřednictvím KÚNZ v Brně. Byla určena pro lékaře, psychology, SZP a sociální pracovnice pracující v AT ordinacích a AT lůžkových zařízeních, a pro laické terapeuty. Pro účast laických terapeutů byla podmínkou abstinence, členství v klubu a zájem o práci v klubu.

Původní požadavek pětileté abstinence se ukázal jako příliš náročný, podstatnější se jevila motivace pro práci v doléčování. Školicí akce se zúčastnilo 15 osob – z toho 7 pracovníků AT a 8 laických terapeutů.

Spolehlivější se ukázaly přihlášky laických terapeutů, z pracovníků AT se na konec zúčastnila jen polovina přihlášených. Terapeuti AT byli na této akci za podmínek účasti na školicím místě, laičtí terapeuti byli přijati do stavu pacientů AT oddělení v Jemnici, kde se také školicí akce konala za mimořádného pochopení vedení OÚNZ Třebíč a všech pracovníků psychiatr. odd. v Jemnici.

II. **Složení skupiny**

a) Terapeuti: 1 lékař, 1 sestra, 1 sociální pracovnice, 4 sestry z lůžkových oddělení pro léčbu mužů a žen;
b) laičtí terapeuti: 2 ženy a 6 mužů s délkou abstinence 1 – 7 roků, průměrná délka abstinence 4 roky;
c) školitelé: 1 lékař a psycholog se zúčastnili celých deseti dnů, po dobu pěti dnů vypomohl další psycholog a 1 den přednášel další lékař.

Částečné zkušenosti s prací klubu z pracovníků AT měly jen 2 SZP, z laických to bylo 6 osob. Terapeuti AT pracovali v oboru od půl do devíti roků, průměrná doba praxe na AT byla necelé 4 roky.

III. **Cíle.** Pracovním cílem desetidenního školicího místa bylo kredo: „Mít chuť a být lépe připraven pro práci v doléčování". Dílčí cíle:

a) ověřit a rozšířit znalosti – zlepšení teoretické výbavy;
b) prostřednictvím druhých si uvědomit vlastní možnosti a omezení v kontaktu s lidmi – odpovědět si na otázky zda mohu dávat, zda chci a proč a jak dávat druhým;
c) vyzkoušet si, co sám vydržím.

IV. **Program.** Probíhal celých 10 dnů nepřetržitě s následujícím programem:

Denní program

V minutách		Celkem hodin za 10 dní
15	Ranní rozcvička	2 1/4
60	Ranní komunita s didaktoterapií	10
75	Dopolední skupina	11 1/4
60	Sport dle výběru	10
60	Odpolední skupina	6
60	Přednášky účastníků školitelů i pro pac. AT s diskusí	17
120	Samostudium, deníky	18
30	Přezkoušení znalostí	5
30	Jogging	5
60	Večerní klub jiný večerní program	5 4
9 1/2 hod.		

Pro studium byla zvolena kniha: J. Kvapilík, A. Svobodová: Člověk a alkohol. Studium bylo doplněno konzultacemi, diskusí k zadaným tematům. Obtížnější kapitoly byly odpřednášeny. Přezkušování se dělo formou anonymních písemních testů. Účastníci zodpověděli celkem 135 otázek z oboru AT.

Přednáškový program zahrnoval přednášky terapeutů pracujících v AT, frekventanti si připravovali vlastní sdělení předem. Po přednáškách byl dostatečný prostor pro diskusi. Část přednáškového programu absolvovala s účastníky i vybraná skupina současně se léčících pacientů na AT oddělení v Jemnici. Kromě jiného to byl také způsob, jak se částečně odvděčit PO oddělení v Jemnici, které poskytovalo všestrannou pomoc a hlavně také sloužilo jako modelová situace pro účastníky školicího místa. Zde si ověřovali svoje schopnosti přednášet a vést diskusi se skupinou. Supervize byla zajišťována školiteli, některé diskuse již vedli účastníci zcela samostatně.

Skupinová psychoterapie byla orientována na sebepoznávání a na trénink interpersonálních dovedností. Byla zaměřena především na umění naslouchat, na testování a trénink empatie, na umění pozorovat a na porozumění neverbálním sdělením. Dále

na vyzkoušení si schopnosti vystupovat, přednášet, působit na druhé. Účastníci byli vedeni hlavně ke sdělování pocitu k druhým (opakem hodnocení druhých), umět ocenit, pochválit, ale také vytknout chybu, ozvat se, je-li to třeba. Využili jsme řady technik sociogramu k osvětlení pozicí ve skupině a také k posílení koheze nutné k práci na společném cíli. Naše skupina pracovala spíše tréninkově, neřešila se osobní problematika jednotlivců.

Večerní kluby byly věnovány klubům se společenskou zábavou, cílem bylo trénovat se ve vedení podobných akcí.

Sportovní program byl jednak organizovaný (rozcvičky jogging), jednak volný, zaměřený na individuální sportovní záliby.

V. **Hodnocení akce účastníky.** Všichni měli ochotu učit se od zkušenějších. Terapeuti AT mají větší potřebu na sobě pracovat, dozvědět se něco více o sobě, více si rozumět. Jsou ochotni se učit – i od laiků, jejich zkušenosti považují za důležité (víc než laičtí terapeuti sami), jsou ochotni k diskusím. Nepotřebují se tolik cvičit v dovednosti v jednání s lidmi; jsou rezervovanější v přátelských vztazích než laičtí terapeuti.

Laičtí terapeuti mají o něco málo větší potřebu se dále učit, studovat a potřebu se ve vzájemných diskusích zdokonalovat. Větší důraz kladou na přátelské vztahy – blízkost k lidem. Nepotřebují se již tolik sebepoznávat, ale spíše trénovat způsoby práce s lidmi – své osobní zkušenosti nepovažují za tak důležité.

Připomínáme, že jde o interpretaci hodnocení naší skupiny, závěry proto nelze generalizovat.

VI. **Závěry, zisky a doporučení** těm, kteří mají chuť se do podobných výcviků pustit.

1. Nejkratší doba pro výcvik se zdá být právě 10 dnů za předpokladu, že akce běží nepřetržitě včetně soboty a neděle.
2. Do výcviku jsou vhodní ti laičtí terapeuti, kteří abstinují nejméně dva roky, mají zkušenosti s prací v klubu a zájem o tuto praci. Rovněž terapeuti AT by měli být na klub napojení.
3. Na výcviku by se měl aktivně, odborně a metodicky podílet především krajský ordinář AT nebo jeho zástupce – může tak pracovat s perspektivními záměry. Školiteli by měli být buď lékaři AT, nebo psychologové (s výcvikem v psychoterapii), kteří pracují v socioterapeutických klubech. Optimální počet školitelů na 15 účastníků školicího místa se nám jeví 3.
4. Za terapeuticky nosnou považujeme naši situaci pobytu v Jemnici, kde jsme měli kontakt se současně se léčícími pacienty. Doporučujeme proto pořádat tyto školicí akce v blízkosti lůžkového oddělení AT nebo v přímé návaznosti na OAT.
5. Osvědčilo se vyžadovat vlastní práci účastníků – napr. příprava přednáškových témat předem. Při jejich zadání jsme vycházeli ze znalosti konkrétních problémů místních, osobních, pracovních atd.
6. Bylo výhodné mít ve skupině bývalé pacienty odléčené v různých AT zařízeních, drobné odlišnosti vnášely do skupiny dynamiku.
7. Zpočátku bylo obtížné vytvořit kohezívní skupinu z tak různorodých účastníků, podařilo se to asi po třech dnech práce.
8. Pro náročnost programu nezbyl čas na rekreaci, musela by se prodloužit délka školicí akce.
9. Nepodařilo se nám zařadit do programu pravidelný autodenní trénink, byl by vhodný při dostatečném počtu školitelů.
10. Velmi nám chyběla vhodná příručka pro studium zvláště pro laické terapeuty. By-

lo by potřebné ji urychleně vydat, jak to má v plánu KOV pro práci v socioterapeutických klubech.

11. Za nejcennější považujeme, že se nám podařilo vytvořit tři malé pobočky klubu v různých místech, kde již laičtí terapeuti aktivně pracují za pomoci personálu OAT. Školicí akce navázala kontakty mezi třemi kluby, třemi lůžkovými zařízeními a třemi ordinacemi AT, všichni jsou rovněž napojeni na brněnský A-klub.
12. Každý si na závěr zformuloval úkol, který by měl být krokem ke zlepšení doléčování v JmK. Důležitý se nám jeví i další pravidelný kontakt s celou skupinou, naše skupina se sejde za rok. Účastníci jsou v čilých kontaktech i mimo akce klubu.

Do redakcie prišlo dňa: 28. 12. 1988
Adresa autora: MUDr. J. Novotná, Mučednická 34, 616 00 Brno