

Alkoholizem in klub alkoholikov

*Človek pije vino,
vino pije človeka.
(Japonski pregovor)*

Alkoholizem je družbeni pojav, ki ga zasledimo že zgodaj v zgodovini. Prištevamo ga v skupino kroničnih alkoholnih bolezni, ki so svoj izvor imele v siromaštvu. Marsikatera teh bolezni je danes ob vsestranskem razvoju in napredku tehnike znanosti in visoki stopnji civilizacije že izginila. Pojavljajo pa se nove socialne bolezni, predvsem nevrotične in psihonevrotične narave. Toda alkoholizem kot kronična socialno zdravstvena bolezen ne izginja. Vzporedno z nevrozami in psihonevrozami iz dneva v dan celo narašča ter dobiva novo sodobnejšo obliko in pojmovanje.

Po statističnih podatkih je na svetu okoli 25.000.000 alkoholikov. Od celotnega števila odraslih ljudi je približno 3 % do 4 % alkoholikov. V Jugoslaviji imamo po nepopolnih podatkih nad 350.000 alkoholikov, v Sloveniji pa okoli 80.000 alkoholikov, ki jim je potrebna pomoč.

Alkoholizem pa je psihohigienični problem tudi zunaj v svetu in mu je Svetovna zdravstvena organizacija posvetila ustrezno pozornost. Skupina znanstvenikov SZO je alkoholizem opredelila takole: »Za kroničnega alkoholika velja, kdor trajno in čezmerno uživa alkoholne pijače ter je pri njem odvisnost od alkohola tolikšna, da ga privede do duševnih motenj ali okvar njegovega lastnega psihičnega in fizičnega zdravja, do težav v odnosih z drugimi in do škode v socialnem in ekonomskem pogledu. Med alkoholike se štejejo tudi že tisti, ki kažejo začetna znamenja v tem smislu.«

Zato nam vsem znana bolezen — alkoholizem materialno in moralno ogroža ljudski kolektiv, ki je pa šele pred kratkim spoznal problem alkoholizma in bo potrebno še veliko truda, prepričevanja in znanstvenih razlag, preden se bomo vsi osvestili in znali ločiti zmerno porabo alkohola od čezmerne.

Kaj je klub alkoholikov?

Izkušnje kažejo, da se alkoholik laže in uspešneje abstinira, če čuti za seboj abstinenco drugih alkoholikov in se nasploh ukvarja s problematiko alkoholizma. Glavna naloga kluba je vzpostavljanje in vzdrževanje prijateljskih medčloveških odnosov med člani, prizadevanje, da postane klub »poročevalska« skupina za svoje člane, nadalje razvijanje smisla za koristno in prijetno preživljanje prostega časa,

in to brez alkohola. Razen tega se mora bolnik že med zdravljenjem navaditi, da redno zahaja v klub na svojem terenu, in se naučiti, kako lahko najgloblje pomaga sebi in drugim alkoholikom. Zmotno je mišljenje, ki je veljalo nekoč, da je bolnik samo predmet zdravniškega opazovanja in zdravljenja, ne da bi vedel, kaj se dogaja z njim, in ne da bi bil seznanjen z boleznijo. Ni dovolj, da alkoholiku vzamemo pijačo in ga zapremo, ampak moramo ga prevzgojiti in ga naučiti, da živi normalno tudi brez alkoholnih pijač in da postaja zopet enakovreden član družbe in vreden svojega dostojanstva. Da so nekoč bili alkoholiki, je samo še senca. Vendar so tudi takšni, ki se od časa do časa iztirijo, a se hitro spet »ujamejo«, prav zato, ker so vključeni v klub, ker jim člani kluba pomagajo, da jih ohranijo v abstinenci.

Člani kluba lahko postanejo vsi tisti, ki na kakršenkoli način lahko pomagajo pri tej osnovni nalogi, to so pa razen bolnikov njihovi svojci in drugi zainteresirani, ki lahko pripomorejo k uspehu njihovega dela. Klub pa lahko opravlja svoje naloge le, če pri njihovih dejavnostih sodelujejo tudi člani terapevtskega teama. Klub je avtopsihoterapevtska skupina, ki se usposablja, in to celo kadar ni možna prisotnost posebej šolanih terapevtov.

Svojo dejavnost opravlja klub:

1. z različnimi terapevtskimi sestanki,
2. z delom z družinskimi člani,
3. s patronažno službo,
4. z organiziranim društvenim in zabavnim programom,
5. s proučevanjem alkoholizma,
6. z razvijanjem pozitivnih medsebojnih odnosov na temelju prijateljstva in ljubezni,
7. s sodelovanjem z vsemi strokovnimi enotami in družbenimi organi, ki se ukvarjajo s preprečevanjem alkoholizma,
8. s prizadevanjem, da se člani kluba po svojih sposobnostih vključujejo kot pozitivni člani v družbeno skupnost.

Redni terapevtski sestanek kluba

Na terapevtskem sestanku morajo sodelovati vsi člani in terapevtski team. Če koga od članov ni, mora opravičiti svojo odsotnost (opravičila se sprejemajo eno uro pred sestankom terapevtske skupnosti). Na sestanku se obravnavajo primeri posameznih članov in prizadevajo si, da čim izčrpnje zvedo za problematiko članov. Stari člani prenašajo svoje izkušnje na mlajše člane, jih seznanijo s težavami, na katere naletijo pri svoji abstinenci, ali pa pri njih sami iščejo pomoč, če jim je potrebna. Na sestanku morajo biti aktivni vsi člani, zato ima terapevtska skupnost lahko največ 20 članov. Brž ko je v klubu presežena meja, je za nadštevne člane potrebno ustanoviti nov klub. Terapevtski sestanek je temelj klubske aktivnosti in brezpogojno mora ohraniti terapevtski značaj. Na sestanku so lahko prisotni tudi svojci in prijatelji.

Delo z družinskimi člani

Poleg alkoholikov sodelujejo v klubu tudi njihovi družinski člani, ki morajo biti dobro poučeni o vprašanju alkoholizma in njegovem zdravljenju. Nemogoče je

alkoholikovo zdravljenje, če pri tem nimajo aktivne vloge tudi člani njegove ožje družine. Družina in posamezni člani družine lahko močno ovirajo zdravljenje alkoholika, lahko so pa celo neposredni povzročitelji njegovega obolenja. Napačen ali konflikten odnos imajo družinski člani do bolnika zato, ker si niso v svesti, kako je treba z bolnikom delati, ker ne poznajo njegovih teženj in nagnjenj in ker ga ne razumejo. Če imajo družinski člani do alkoholika takšen odnos, mora terapevt tem članom razložiti, da alkoholik potrebuje predvsem razumevanje za svoje probleme, pomoč za odstranitev problemov in topel človeški odnos. Na ta način člani družine spremenijo svoj odnos do bolnika in se zavedo vloge, ki jo lahko imajo v terapiji bolnika.

Člani njihovih družin se redno udeležujejo terapevtskih sestankov skupno z alkoholiki.

Patronaža

Klub zdravljenih alkoholikov ima tudi svojo patronažo, čeprav patronaža zdravstvene in socialne službe že deluje. Sestavljajo jo zdravljeni alkoholiki sami. Le-ti obiskujejo svoje člane doma, če jih dvakrat zaporedoma neopravičeno ni bilo v klub ali pa če so sorodniki javili, da je član zapadel v recidivo. Če je potrebno, po eden ali dva od članov prespita celo na domu alkoholika, da ga prepričata in mu pomagata premagati začasno krizo, ki bi ga samega privedla do recidive. Patronažna služba v klubu pomeni prijateljsko kontrolo in pomoč, saj si prizadeva, da se med člani v klubu razvijajo pravilni človeški in prijateljski odnosi.

Društveno in zabavno življenje v klubu

organizirajo člani tega kluba sami. Namen društvenega in zabavnega življenja je predvsem v tem, da se utrjujejo zveze med člani, da se razvijajo med njimi dobri prijateljski odnosi, kar alkoholiku nadomesti družbo, v katero je zahajal prej, ko je še pil. Tako organizirajo člani razne zabave ob sobotah na prostem, pa tudi večerna srečanja v gostilni ali hotelu, ob glasbi in nealkoholnih pijačah. Zabav se vedno udeležijo tudi žene oziroma možje ali prijatelji klubskih članov. Če je zabava podnevi, se pridružijo tudi otroci. Zadnje čase, ko je ustanovljenih več klubov, pa organizirajo še srečanje z drugimi klubi. Tako izmenjajo svoje misli in delo in med seboj navežejo prijateljske stike. Na zabavah so sproščeni, veseli in zabavni, čeprav brez alkoholnih pijač.

Proučevanje alkoholizma

je važna naloga vsakega klubskega člana. Alkoholik ne more postati terapevtov sodelavec, če le slabo pozna alkoholizem. Če pride alkoholik v klub, mora opraviti izpit iz alkoholizma — kakor tudi njegovi najožji družinski člani. Alkoholik mora proučevati svojo bolezen ter aktivno sodelovati pri zdravljenju samega sebe, kakor tudi alkoholizma drugih članov. Vsega tega postopka pa ne more opraviti brez javne predstavitve. Vsak alkoholik mora opisati svojo osebnost alkoholno zgodbo, kaj ga je privedlo do tega, da je začel piti, kako je potekalo njegovo pitje in kaj ga je privedlo do zdravljenja (komplikacije, dokončna odločitev žene, da se loči, odpustitev iz službe ali drugi vzroki). S proučevanjem alkoholizma pripo-

morejo k abstinenca in k nenehnemu opominjanju, kaj bi bilo, če bi ponovno pili, kakšne so posledice itd. Znano je, da med boleznijo postane alkoholik docela brezbrizen za svojo okolico, za novosti, v splošni izobrazbi zaostaja, zato morajo zdravljeni alkoholiki veliko več pozornosti posvetiti splošni izobrazbi, spoznanjem, ki jih znanost prinaša iz področja alkoholizma.

Razvijanje dobrih medčloveških odnosov med člani

Pravilno razvijanje dobrih medčloveških odnosov med člani v klubu ima velik pomen. Prijateljevega uspeha se veselijo in prav tako ne obupajo nad neuspehom, saj jih ta le spodbudi k razmišljanju, kako naj bi delali, da bi se neuspeh obrnil v uspeh. Zato člani slavijo obletnico abstinence svojih prijateljev v upanju, da jih bodo dosegli tudi sami in da so k uspehu svojega prijatelja pripomogli tudi oni.

Sodelovanje z vsemi strokovnimi in družbenimi organi

Klub sodeluje s tistimi službami, ki se ukvarjajo z zatiranjem alkoholizma. Takšno sodelovanje je neogibno potrebno, kajti vloga delovnih organizacij je vedno večja. Vsaka delovna organizacija teži za tem, da doseže potrebne delovne uspehe in da so odnosi med delavci čim boljši. To pa ni mogoče, če iz delovne organizacije ne odpravijo opijanja in alkoholikov ne pošljejo na zdravljenje. Tako pripravijo programe za zatiranje alkoholizma in prirejajo razna predavanja. Je pa tudi nekaj takih organizacij, ki niso pripravljene pomagati pri zatiranju alkoholizma, ker se bojijo izgube svojih delavcev.

Vključevanje zdravljenih alkoholikov v družbo

je končni cilj tega prizadevanja. Alkoholik, ki se reši alkoholizma, mora v družbi zavzeti tisto mesto, ki mu gre po njegovih sposobnostih in prizadevanjih. Po možnosti dobi isto delovno mesto, kot ga je imel pred zdravljenjem ali pa si s pomočjo klubskih članov sam poišče službo, če prej ni bil zaposlen.

Terapevtski team

Zdravljenje alkoholizma na sodoben način — po najboljši današnji metodi — je možno edinole ob sodelovanju celotnega terapevtskega tima. Člani tega so: zdravnik, socialni delavec in medicinska sestra. Psihologa klubski tim nima. Obvezno je, da gre vsak član tima na enotedensko izpopolnjevanje iz alkoholizma. Zaradi pomanjkanja kadra dela v sekciji terapevtske skupnosti zdravnik, v klubu pa medicinska sestra in socialna delavka. Terapevti se morajo v svojem ravnanju in vedenju s svojimi bolniki solidarizirati — to se pravi, da ne smejo piti, ne glede na to, ali so abstinenti ali ne, nikakor pa ne takrat, ko so v družbi alkoholikov.

Viri:

1. Prof. dr. Vladimir Hudolin, dr. Janez Rugelj: Kaj je alkoholizem?
2. Zbornik razprav o alkoholizmu.
3. Zdravstveni obzornik — glasilo medicinskih sester.