

A terápiás közösségek sztenderdjei. Lépések a minőségfejlesztés felé

Standards for addiction therapeutic communities as a means of quality improvement

MÁRK MÓNIKA

Összefoglalás

Jelen írás a Royal College of Psychiatrists és az Association of Therapeutic Communities szerveződések által vezetett network keretében – európai és ausztrál terápiás közösségek közreműködésével – összeállított, az addiktológiai terápiás közösségek számára iránymutatást nyújtó sztenderdeket mutatja be. Az elmúlt bő két évtizedben e terápiás közösségek komoly erőfeszítéseket tettek azért, hogy tevékenységük tudományos hitelét növeljék. Az addiktológiai terápiás közösségek sztenderdjeinek felsorakoztatása a szerzők reményei szerint e fejlődési perspektíva irányában tett fontos lépésnek tekinthető.

Kulcsszavak: addiktológiai terápiás közösség – sztenderdek – minőségfejlesztés

Abstract

In the current paper, service standards for addiction therapeutic communities, a result of a collaboration between the Royal College of Psychiatrists, the Association of Therapeutic Communities, and representatives of therapeutic communities from Europe and Australia are summarized and commented. In the past two decades, addiction TCs worked hard to establish the scientific credibility of their practice. The author regards these standards as an important step, opening new perspectives in therapy.

Keywords: therapeutic community for addictions – standards – quality improvement

A terápiás közösségek (TC) sztenderdjei mögött meghúzódó értékek a következők:

- az egészséges kötődés a fejlődés alapja minden ember számára, így alapvető emberi jogként tekintünk rá;
- a fejlődés, változás csak egészséges és biztonságos környezetben lehetséges;
- az egészség feltétele, hogy a személyt tiszteljék és értékeljék. Senkit sem szabad csupán a problémája szerint megítélni;
- minden viselkedésformának jelentése van, amelyet érdemes értelmezni;
- a személy pszichoszociális jólléte azon alapszik, hogy képes-e olyan kapcsolatokat kialakítani, amelyben egymás szükségleteit kölcsönösen elismerik;
- ha sikerül megérteni, miként kapcsolódik a személy a többiekhez, és azok hozzá, akkor javulnak a bensőséges kapcsolatok, a családi, társas és munkahelyi viszonyok;
- a pszichoszociális jóllét alapja a képesség, hogy befolyásoljuk saját környezetünk alakulását és kapcsolatainkat. A bevonódás a döntéshozatalba a részvétel, a felelősségvállalás alapja: így érzi a személy magáénak a programot;
- nincs mindig jó válasz: hasznosabb a személynek, a csoportnak, vagy a nagyobb szervezetnek, ha reflektál, és csak azután cselekszik;
- az egészséges személyes, csoport- és közösségi fejlődéshez a pozitív és a negatív tapasztalatok egyaránt hozzátartoznak;
- minden személy felel a csoportért, ahogyan a csoport is felel minden tagjáért. (Paget & mtsai., 2015, p. 28)

E sztenderdek központi értékeken alapulnak – látható azonban, hogy az értékek megfogalmazásánál ugyancsak tág tere nyílik a szubjektivitásnak, mert az „egészséges”, az „értékelés”, a „bevonódás” a „pozitív”, a „negatív” és a hasonló fogalmak mást és mást jelenthetnek az érintett személyek számára.

A *Service Standards for Addiction Therapeutic Communities* című kiadvány első kiadása a Royal Colleges of Psychiatrists' Centre for Quality Improvement (CCQI) és az Association of Therapeutic Communities (ATC) együttműködésével, illetve a Community of Addiction Therapeutic Communities (CATC) network szervezet bevonásával valósult meg. Alapjául a *Service Standards for Therapeutic Communities 5. kiadása*

szolgált (www.communityofcommunities.org.uk). A *Service Standards for Addiction Therapeutic Communities* első munkaverzióját 120 terápiás közösségnek küldték meg, azzal, hogy a standardokat osztályozzák „nem fontos”, „fontos” és „nagyon fontos” kategóriák szerint. Arra is megkérték őket, hogy javasoljanak új sztenderdeket. A válaszok írásos kommenteket is tartalmaztak. A kérdéses elemekről egy tanácsadói csoport határozott.

Sztenderdek (7 fő szekcióba szerveződnek):

1. alap-sztenderdek,
2. fizikai környezet,
3. stáb,
4. felvétel és távozás,
5. terápiás atmoszféra,
6. terápiás program,
7. külső kapcsolatok.

Az alap-sztenderdek a TC-k alapvető követelményei fogalmazódnak meg, míg a másik hat szekció elemei az addiktológiai TC-k sajátosságai.

1. Alap-sztenderdek

- a teljes közösség rendszeresen találkozik;
- a közösség tagjai egymással közösen dolgoznak a napi feladatokon;
- a közösség tagjai szabadidejüket együtt töltik;
- a közösség tagjai közösen étkeznek;
- a közösség tagjai különböző szerepeket és felelősségeket viselnek;
- a mindennapok informális aspektusai szerves részét képezik a közösség életének;
- a közösség minden tagja beszélhet az élet bármilyen aspektusáról a közösségben;
- a közösség minden tagja rendszeresen megvizsgálja viselkedését és érzéseit a közösség többi tagja irányában;
- a közösség tagjai egymásért felelősséget vállalnak;
- a közösség minden tagjának felelőssége egy emocionálisan biztonságos környezet megteremtése a közösség működése érdekében;

- a közösség tagjai részt vesznek az új stábtagok kiválasztásának folyamatában;
- a közösség tagjai részt vesznek az új kliensek felvételi folyamatában;
- a programot befejezők a közösség tagjainak bevonásával készítik el a jövőre irányuló terveiket;
- a közösség megértő és toleráns a zavart viselkedéssel és hullámzó érzelmekkel szemben;
- a pozitív kihívások alapvető elemei a változás folyamatának;
- a TC keretei és szabályai világosak és minden tag által elfogadottak.

2. Fizikai környezet

- A belső és külső fizikai környezet egyaránt kényelmes és barátságos: a környezet tiszta és karbantartott.
- A TC megfelelő felszereltséggel rendelkezik: a közösségi összejöveteléhez rendelkezésre áll egy megfelelő méretű helyiség, rendelkezésre áll az ételek elkészítésére alkalmas konyha, az étkező helyiség mérete elég nagy ahhoz, hogy a közösség összes tagja és a látogatók együtt elférjenek, rendelkezésre áll egy pihenésre alkalmas fedett helyiség, valamint egy szabadtéri rekreációs tér.
- A kliensek személyes terét tiszteletben tartják, biztonságukat garantálják: a privát szféra biztosítására alkalmas szobák állnak rendelkezésre, a kliensek privát mosdót használhatnak, rendelkezésre állnak nyugalmas, csendes helyek az intézményben.
- A közösség tagjai részt vesznek a fizikai környezet rendben tartásában: a közösség felépítésére vonatkozó információk egy mindenki által látható hirdetőtáblán megtalálhatók.

3. Stáb

- A hatékony működéshez szükséges méretű stábbal rendelkezik a terápiás közösség: az informális és formális közösségi aktivitásoknál a közösség legalább egy „senior” tagja is jelen van és szükség esetén mások is elérhetőek; éjszaka legalább egy stábtag elérhető.

- A megüresedett helyeket amilyen gyorsan csak lehetséges, újra betöltik egy képzett és gyakorlott jelentkezővel; az új stábtag kiválasztása világos kritériumrendszer mentén történik; a stáb megfelelő arányban rendelkezik képzett szakemberekkel.
- A közösség új tagját a „senior” tagok monitorozzák hat hónapon keresztül: bevezető tréninget tartanak az állandó és átmeneti tagok számára, beleértve a diákokat és önkénteseket, mielőtt felügyelet nélkül kapcsolatba lépnének a kliensekkel.
- Azok a stábtagok, akik részt vesznek a közvetlen terápiás munkában, rendszeresen részesülnek egy arra kiképzett személy által vezetett csoport- és egyéni szupervízióban: a szupervízió célja az elméleti, gyakorlati és tapasztalati tanulás integrálása.
- A stábtagok rendszeres időközönként megtartott fórumokon reflektálhatnak munkatapasztalataikra: rendszeres meetingeken vizsgálják meg a terápiás közösség aktuális eseményeit és témáit; rendszeresen tartanak az ügyvezetés kérdéseit érintő stábmegbeszéléseket; napi átadási procedúra zajlik; a terápiás stáb számára külön reflektív jellegű meetingek folynak; „debriefing” (kikérdezés) jellegű stábmegbeszéléseket tartanak a terápiás csoportokat követően; „debriefing” jellegű stábmegbeszéléseket tartanak a kritikus eseményeket követően.
- A terápiás stáb hatékonyan team-munkát képes végezni: a terápiás stáb megvizsgálja és erősíteni kívánja a stábtagok közötti kapcsolatokat; a stábtagok olyan csoportként képesek működni, amely tolerálja a közöttük lévő konfliktusok felszínre hozását; a stáb igényt tart tagjai megfigyeléseinek megismerésére a TC-ben zajló eseményekkel kapcsolatosan és dolgozik azon, hogy megértse az eltéréseket; a stáb megvizsgálja az őt alkalmazó szervezettel és a külső szakemberekkel való kapcsolatát.
- A stáb olyan módon működik, amely összhangban van a TC filozófiájával és gyakorlatával: a stábtagok minden esetben pozitív szerepmódként szolgálnak.
- A stábtagok megfelelően képzettek: megfelelő összeg áll rendelkezésre a terápiás munka hatékonyságát növelő képzések finanszírozására; a stábtagok képzési igényei a szupervízió és más értékelések alkalmával kerülnek megállapításra; a terápiás stáb készségeinek értékelése rendszeresen megtörténik; minden stábtag folyamatosan részt vesz szakmai képzéseken; az adminisztratív stáb is megfelelő támogatásban és képzésben

részesül; a stáb számára elérhetőek a különféle adathordozókon rögzített szakmai anyagok.

- A stábtagek a TC-ben betöltött szerepüknek megfelelő elméleti képzésben részesülnek: ez magában foglalja a TC mint módszer elméleti megközelítéseit, a TC-k történetét és alapelveit.
- A stábtagek a TC-ben betöltött szerepüknek megfelelő klinikai képzésben részesülnek: a képzés érinti a terápiás intervenciók fajtáit; a terápiás intervenciók elméleti és gyakorlati alátámasztottságát; a csoport-facilitációs készségeket; a gyógyszeralkalmazás hatásait (amennyiben gyógyszeres kezelést folytatnak a közösségben); a kockázatértékelést és kockázatmenedzselést; az erőszak és agresszió kezelését; a kémiai szer indukálta viselkedés tüneteinek és hatásainak azonosítását.
- A stábtagek a TC-ben betöltött szerepüknek megfelelő tapasztalati képzésben részesülnek: a stábtageknek lehetőségük van megtapasztalni, hogy milyen kliensként élni a TC-ben; a stábnak lehetősége van részt venni más TC-vel közös csereprogramokban.
- A stáb képzésében használt módszerek hatékonysága és minősége megfelelő: a trénernek rendelkeznie kell a szükséges képzettséggel és szakmai tapasztalattal (pl. szociális munkás, pszichiáter); a képzési kritériumok világosak és összhangban vannak az elérni kívánt eredményekkel.

4. Felvétel és távozás

- A közösség tagjai gondoskodnak a TC-t ismertető írásos anyagokról, amelyek tájékoztatják a jövőbeli klienseket és szakmabelieket: az írásos ismertető egyszerű, világos leírást adnak a TC filozófiájáról és elveiről, a TC céljairól, programjairól és a terápiás modalitásokról; a felvételi kritériumok írásban is elérhetőek.
- A leendő klienseket bevonják a felvételi folyamatba, és saját maga határozhat arról, hogy kéri-e felvételét a TC-be: a leendő kliens látogatást tehet a TC-ben, mielőtt felvételét kérné.
- A felvételi folyamat és a TC-hez történő csatlakozás menete írásban rögzített és elérhető minden új tag számára: minden új taggal ismertetik a jogait és a kötelezéseit; az új kliens átvizsgálásakor méltóságát tiszteletben kell tartani, és biztonságát garantálni kell az egész eljárás alatt; minden kliens rendelkezik bizonyos

alapjogokkal, a további privilégiumok a terápiás hierarchiában történő előrehaladás függvényében nyerhetők el.

- A közösség tagjainak közös felelőssége segíteni az újonnan jövőt a beilleszkedésben: a TC tagjai segítik az újonnan érkezőt a TC kultúrájához és gyakorlatához való alkalmazkodásban; minden TC-taggal ismertetik a TC történetét és alapelveit; az új klienst „mentor” segíti.
- Az új kliensekkel írásos szerződést kötnek: a szerződés tartalmazza a legfontosabb szabályokat és megszegésük következményeit.
- Minden kliens esetében terápiás szükségletfelmérést végeznek: a szükségletfelmérés számba veszi és írásban rögzíti a releváns múltbéli eseményeket, a problémákat, a veszélyeket; a szükségletfelmérés a kliens együttműködésével történik.
- A TC-ből történő távozást rögzítik (beleértve az idő előtt történő távozásokat is): a TC hatékony, működő intézményi kapcsolatokkal rendelkezik, amelyek szükség esetén támogatják a távozást.
- A TC rítusaihoz tartozik a programzárás és egyéb fontos események megünneplése: a TC biztosítja a kliens biztonságos távozását: a TC tagjai megbeszélik a program megszakításával történő távozást; az idő előtt távozót ellátják a szükséges információkkal; ismertetik vele az alternatív kezelési lehetőségeket és a TC-be történő visszatérés lehetőségeit.
- A TC tagjait bátorítják a közösséggel történő jövőbeli kapcsolattartásra: a programot befejezett, drogmentes életmódot folytató tagokat örömmel fogadják a jövőben.

5. Terápiás atmoszféra

- A TC tagjai tisztelettel bánnak egymással: a közösség megfelelő érzékenységgel kezeli a bármilyen fajta „másság” kérdését, és tiszteletben tartja a vallásos meggyőződést.
- A TC támogatja a kulturális nyitottságot: biztosítja a nyitott és őszinte visszajelzések feltételeit; a problémákat és a lehetséges megoldásokat megvitatják, mielőtt cselekednének; a potenciálisan nehéz témák is nyílttá tehetők; a TC tagjait érintő management ügyeket megosztják a közösséggel.
- A TC panasztételi eljárásának módja írásban rögzített, és mindenki előtt ismert: a panaszok orvoslása elsősorban a közösség feladata.

- A közösség tagjai bevonódnak a napi feladatokba: részt vesznek a feladatok és szerepek elosztásában; a döntéshozatali eljárásokban; módosításokat kezdeményezhetnek a TC nem alapvető szabályait illetően.
- A közösség tagjai bátorítva vannak, hogy gondolataikat, érzéseiket szavakba öntsék: a közösség tagjait támogatják abban, hogy a mindennapok során felmerülő témákkal kapcsolatos erős érzéseiket megfogalmazzák, továbbá, hogy azonosítsák a hasonlóságokat kapcsolataik, viselkedésük és érzéseik vonatkozásában a „külvilágban” és a TC-ben átélt szituációkban.
- A TC tagjai bevonódnak egymás kezelési folyamatának értékelésébe: a tagok a rájuk vonatkozó döntések meghozatalának aktív részesei; a tagok segítik egymást a problémákra adott konstruktív megoldások megtalálásában és a frusztrációkkal történő megküzdésben; bátorítják egymást abban, hogy tapasztalataikat osszák meg a közösséggel; a kockázatok és terápiás lehetőségek közötti feszültség a közösség biztonságos közegében menedzselhetővé válik, és tanulási lehetőséggé formálható.
- A közösség drogmentes környezetet biztosít, kivéve az orvos által előírt szereket: nem fogyasztanak rekreációs céllal használt drogokat, és nem támogatják azok szedését; a külső személyekkel történő kapcsolattartást korlátozzák és felügyelik; jól működő dokumentációs rendszerben rögzítik a bentlakók mozgását (távozás és visszatérés rögzítése).
- Rendszeresen felülvizsgálják a TC terápiás eljárásainak minőségét és hatékonyságát: az átnézésbe külső személyeket is bevonnak (pl. családtagok, multidiszciplináris team-ek stb.); az átvizsgálás eredményeit írásban is rögzítik.

6. Terápiás program

- A TC rendelkezik terápiás programmal: a program legalább három fő részre bomlik, bevezető, terápiás és befejező szakaszra; mindhárom szakasz leírható a célok, cselekvések és várakozások mentén; a szakaszok végét rituális zárás jelöli.
- A napi program strukturált: terápiás csoportok, különféle tevékenységek és szabadidő a napi program elemei; a TC program encounter- vagy konfliktus-csoportot is tartalmaz.
- Minden TC tag írásban elkészített terápiás tervvel rendelkezik.

- A TC célja a szélesebb társadalomba történő integrálódás elősegítése: a TC szervezhet különféle edukációs aktivitásokat, relapszusmegelőző tréningeket, az egészségtudatos magatartás fejlesztésére irányuló képzéseket.
- A TC hierarchikus struktúrájú szerveződés: a felelősségi- és munkakörök egymásra épülnek; az idősebb terápisták felelősek az újabb tagokért.
- Az egyes privilégiumok az elért eredményekhez kapcsolódnak: a nem kívánatos viselkedés szankciókat von maga után (pl. privilégiumok megvonása); a privilégiumok és szankciók rendszere világos és mindenki által elfogadott; a TC-ben megalázó és fizikai szankcionálás nem alkalmazható.
- A TC felelős tagjai testi egészségének fejlesztéséért: egészséges ételt, szükség esetén diétát, orvosi ellátást biztosít, lehetőséget teremt a testedzésre.
- A metadont biztosító TC-k írásos dokumentációt vezetnek a kezelésről: a kezelés protokollok mentén zajlik.

7. Külső kapcsolatok

- a TC elősegíti a multidiszciplináris szemlélet szerinti network kialakulását a kezelési szinterek között;
- a TC tagjai népszerűsítik a TC módszerét és munkáját;
- a TC csatlakozik a terápisták közössége nemzetközi szervezeteihez;
- a TC gyakorlati helyet biztosít diákok és posztgraduális képzésben résztvevők számára;
- a TC menedzsmentje vagy fenntartója támogatja a TC-ben zajló kutatásokat: részt vesz a TC hatékonyságát vizsgáló kutatásokban; megfelelő minőségű és a kutatások számára hozzáférhető adatokat gyűjt a kliensekről; az adatgyűjtés során használja a rendelkezésre álló kérdőíveket (pl. EuropASI); a stáb legalább egy tagját megbízzák a kutatásokban való közreműködéssel; a TC részt vesz a nemzetközi kutatási network programokban.

Irodalom

- Paget, S., Thorne, J. & Das, A. (Eds.) (2015). *Service standards for therapeutic communities*. London: The Royal College of Psychiatrists' Centre for Quality Improvement. Letöltve 2015. 09. 20-án:
<http://www.rcpsych.ac.uk/pdf/Service%20Standards%20for%20Therapeutic%20Communities%209th%20Ed%20FINAL%20%20For%20%20Website.pdf>
- Shaah, D. & Paget, S. (2006). *Service standards for addiction therapeutic communities*. London: The Royal College of Psychiatrists' Centre for Quality Improvement. Letöltve 2015. 05. 20-án:
file:///C:/Users/BeaJoci/AppData/Local/Temp/INT05_Service%20Standards%20for%20Addiction%20Therapeutic%20Communities%201st%20edition%202006.pdf