

Екатерина Алексеевна САВИНА
Реабилитационный центр «ЗЕБРА»

**Работа с родственниками:
группы для созависимых
и родительские комитеты**

Рождественские чтения,
Москва, 2013 г.

Цель работы с родственниками – выздоровление семьи.

Семья – единство, данное Богом для спасения душ ее членов. Это малая Церковь, в которой путем жертвы любви происходит духовное осуществление человека.

Зависимость искажает семейную систему (созависимость) так, чтобы использовать ее для поддержания и воспроизводства самой болезни.

1. Избавить от страдания всех членов семьи.
2. Остановить использование семьи! – установление границ.
3. Формирование мотивации наркомана к выздоровлению:
 1. Преодоление отрицаний зависимости: «честное зеркало».
 2. Отпустить близкого – и сохранить любовь. Ожидание.
4. Пути выздоровления: знать и способствовать выздоровлению.
5. Семья продолжает помогать наркоману, когда он выздоравливает.

Преимущества:

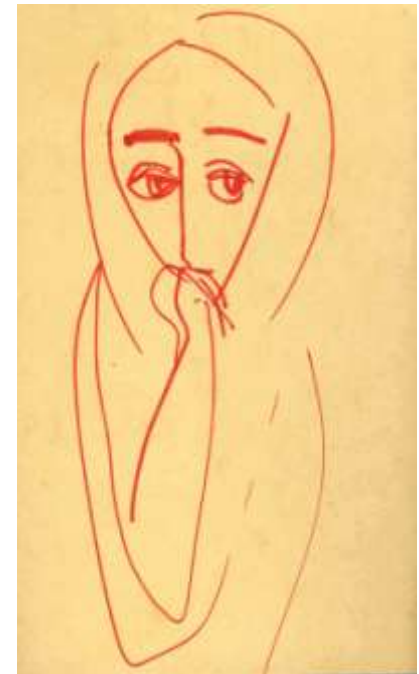
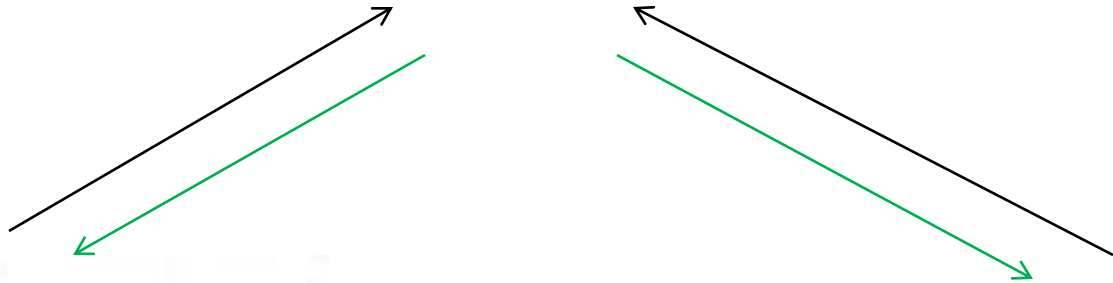
<i>Индивидуальное консультирование</i>	<i>Групповая работа</i>
<ul style="list-style-type: none">• Быстрое установление контакта.• Учет индивидуальных особенностей ситуации.• Выработка конкретного плана действий для данной семьи.	<ul style="list-style-type: none">• Общее дело.• Активная позиция участника: узнавание себя в других.• Большой ресурс опыта => помощи и надежды.• Горизонтальные связи, сохраняющиеся и после собраний.• Большая энергия группы.• Вариативность.• Помощь другому способствует выздоровлению помогающего.

Процесс в группах самопомощи

- Родственники наркоманов собираются вместе для того, чтобы делиться опытом, силами и надеждой в противостоянии наркомании – но не своим близким (общее дело).
- Они видят друг друга с ошибками и недостатками, знают, что им нужно (программа это показывает) и совместно трудятся для достижения этих целей.
- Они обращаются друг с другом без осуждения и учительства («советов не даем!»), с поддержкой и готовностью передавать опыт.
- При определенных условиях это совершается для Бога и Богом, даже если часть участников не видит этого. Главное условие – продолжающийся процесс покаяния участников.
- Это совершаемое синергично доброе дело, осуществляемое благодатью, а не только участниками группы.

Синергия помощи.

БОГ



Варианты групповой работы с родственниками.

1. Лекция:

- Информация - не более 30-40 минут.
- Обсуждение.
- Использование реакций слушателей для объяснения материала лекции.
- Готовность отвечать на иные актуальные вопросы.
- Раздаточные материалы, конспект. Контакты!
- Всего – не более 1,5 часов.

Темы: круг из 20-30 занятий, включающих:

- Основные понятия в преодолении созависимости: отрицание, аспекты созависимости в жизни семьи, установление границ, как «отпустить» наркомана, не контролировать его поступки, сохраняя с ним контакт, и другие подобные.
- Мотивации наркомана к выздоровлению,
- Неотложные ситуации,
- Проверенные контакты получения помощи, и др.

Пример: Установление границ

Понятие о границах в отношениях людей в семье.

Границы – это ответственность каждого члена семьи.

Границы – это ясные правила, по которым будет жить семья, для того, чтобы вернуться к ее функции: осуществление Промысла в отношении каждого члена семьи. **Примеры:**

- Возвращение домой до 24 час., после этого семья спит. Не успел – ночуешь вне дома.

Вариант: Каждый старается ночевать дома, если не получается – предупреждает по телефону.

Обсуждение...нет единого списка для всех.

- Никто не имеет права читать чужие письма в е-почте, смс, смотреть карманы, без стука входить в комнату и пр.
- Никто не имеет права оскорблять, кричать и применять силу.
- В доме не должно быть алкоголя и психоактивных лекарств.
- Молитва и вера – дело внутреннее и добровольное, нельзя принуждать или противиться вере другого.

... Какие еще границы Вы считаете важными для благополучия Вашей семьи?

Границы можно менять по общей договоренности.

Установление границ – коллективное решение трезвой части семьи, гарант его – главный член семьи, остальные помогают.

Обсуждение: практика установления границ.

Варианты групповой работы с родственниками.

2. Группы по программе:

Программы: «12 шагов», «Вехи выздоровления» или иные, предусматривающие **заданные темы** и их **обсуждение**.

Примеры: собрания групп «Нар-Анон», Православные общества трезвости.

А. «Малая» группа: от 6 до 10-12 человек.

- Ведущий (не обязательно специалист).
- Ритуал группы: (молитва), приветствие, чтение краткой программы, обсуждение «скоропомощных» ситуаций, чтение домашних заданий или высказывания по теме, обсуждение (обратные связи), завершение, молитва.
- Правила группы, вырабатываемые по ходу группы или установленные ведущим: опоздания, конфиденциальность, не перебивать и пр.
- После нескольких занятий группа «закрывается», включиться в нее нельзя.

2. Группы по программе:

Б. Группа- «аквариум» до 40-60 человек, можно и больше.

- Та же модель, но группа не закрывается.
- На чтение домашних заданий в середине собирается только малый круг из тех, кто готовился к этому занятию, и только он может участвовать в обсуждении темы домашних заданий. Остальные должны только слушать.
- После этого дается слово любому участнику «большого» круга, но только для отклика на то, что он только что слышал.
- Обычное завершение группы и общая молитва.

Вариант: курс домашних заданий по определенной методике (например, рабочим тетрадям по Программе «12 шагов»).

2. Группы по программе:

В. Катехизационный семинар для родственников наркоманов и алкоголиков.

Собирает не только православных, но и всех, кто хочет познакомиться с Православием и Церковью.

Не только общая вера, но и общие проблемы, очень близкие люди.

- Общая молитва, в том числе за близких зависимых.
- Программа: Евангелие, Апостол, Псалтирь, Молитвослов, Праздники, Минея, ц\с чтения, церковное пение...

Не столько информация, сколько совместное проживание событий.

- Ответы на многие и многие вопросы.
- Акции: лекции, приглашения гостей, паломнические поездки, фильмы и пр. – не часто.

3. Группы с ведущим-терапевтом.

А. Динамические (процесс-) группы.

Работают с состоянием участников «здесь и сейчас», в котором проявляются их насущные проблемы жизни.

Способствуют повышению способности принимать помощь извне, помогают видеть себя более адекватно, увеличивают ресурсы личности совладания с проблемой.

Увеличивают способность к эффективной коммуникации.

Динамика процесса может быть благодатной, если группа Бого-центрична (воцерковление терапевта).

3. Группы с ведущим - терапевтом.

Б. Группы – тренинги.

Отрабатывают конкретные навыки: коммуникация, выражение чувств, осознание себя, получение помощи, доверие и др.

Упражнения, использование профессиональных методов (расстановки, арт-терапия, движение и др.)

Ограниченное использование.

Родительские комитеты.

- Организационные вопросы в работе центра.
- Хозяйственные вопросы.

Реабилитационный центр «Зебра»

Реабилитационный благотворительный центр «Зебра» - это амбулаторный центр, в котором выздоравливают наркоманы, алкоголики и их семьи. Он работает по миннесотской модели в программе «12 шагов». При храме свт. Тихона Задонского работает православный семинар для алкоголиков и наркоманов.

При центре работают также группы для всех родственников алкоголиков и наркоманов, которые хотят получить помощь: «Ориентации» (информационная дискуссионная группа), группа «Шаги» (работа по программе «12 шагов») и православный семинар.

На сайте центра «Зебра» можно получить подробную информацию о зависимости, выздоровлении и нашем центре: www.zebra-center.ru.
Телефон для записи на консультации и вопросов: 8 (495) 545 7236;
8 (499) 127 3988.

Директор Екатерина Алексеевна Савина.

В презентации использованы рисунки Нади Рушевой.