

HOLISTINIS SOCIALINIO DARBO POŽIŪRIS SUTEIKIANT PAGALBĄ ŽMONĖMS TURINTIEMS PRIKLAUSOMYBES

Raimonda Urbonienė

Šv. Ignaco Lojolos kolegija, Kaunas Lietuva

Tautvydas Vigelas

Šv. Ignaco Lojolos kolegija, Kaunas Lietuva

Anotacija

Šiame darbe nagrinėjamas holistinis požiūris, priežastys jo atsiradimui ir sėkmingas šio požiūrio taikymas socialiniame darbe, teikiant pagalbą asmenims, turintiems priklausomybių. Problema yra aktuali tiek individualiai, tiek visuomeniniu lygmeniu. Priklausomybės daro žalą ne tik pačiam asmeniui, bet ir jo artimai aplinkai bei visai bendruomenei, todėl be galo svarbu išanalizuoti šio reiškinių ypatumus, aptarti jų poveikį asmens psichinei, fizinei, socialinei bei dvasinei gerovei. Pabrėžiama, kad priklausomybė yra kompleksinis sutrikimas, kuris prastina gyvenimo kokybę, didina socialinę atskirtį ir veda į dvasinę degradaciją. Taip pat pristatomi holistinio požiūrio principai ir jų taikymas socialiniame darbe. Darbas remiasi moksliniais šaltiniais bei praktinėmis įžvalgomis kuriant individualizuotą, empatišką ir vertybėmis grįstą pagalbos sistemą priklausomybę turintiems asmenims. Socialiniame darbe taikomi holistiniai metodai gerina priklausomų asmenų gyvenimo kokybę, sutelkia priklausomo asmens vidinius resursus tokiu būdu dedamos pastangos išvengti atkryčio ir visapusiškai šiuos asmenis integruoti į pilnavertį visuomenės gyvenimą.

Raktiniai žodžiai: Holistinis požiūris, socialinis darbas, priklausomybė, meno terapija, emocinė saviraiška, terapinis aljansas

Ivadas

Priklausomybės ligos išlieka viena sudėtingiausių socialinių problemų tiek Lietuvoje, tiek pasaulyje. Žmonės, turintys priklausomybes, dažnai patiria ne tik sveikatos, bet ir socialinių ryšių, užimtumo, savivertės problemas. Tradiciniai pagalbos modeliai neretai orientuojasi tik į vieną sritį – sveikatą, neatsižvelgiant į visapusiškus asmens poreikius. Todėl socialinio darbo praktikoje vis dažniau taikomas holistinis požiūris, kuris leidžia vertinti žmogų kaip visumą ir teikti kompleksinę pagalbą (Tamutienė, 2021; Vingrienė, 2022). Užsienio tyrimai rodo, kad holistinį požiūrį taikančios pagalbos programos padeda ne tik mažinti atkryčius, bet ir gerina bendrą gyvenimo kokybę, stiprina socialinius įgūdžius bei savarankiškumą (Roberts, 2020). Ši kryptis ypač aktuali Lietuvoje, kur socialinių darbuotojų vaidmuo priklausomybės gydyme tampa vis reikšmingesnis.

Tyrimo problema: Kaip holistinis socialinio darbo požiūris padeda efektyviau teikti pagalbą asmenims, turintiems priklausomybes, siekiant ilgalaikio sveikimo ir socialinės integracijos?

Tyrimo objektas: Holistinio socialinio darbo požiūrio taikymas teikiant pagalbą asmenims, turintiems priklausomybes.

Tyrimo tikslas: Išanalizuoti holistinio socialinio darbo požiūrio taikymo galimybes ir veiksmingumą dirbant su priklausomybę turinčiais žmonėmis.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibrėžti holistinio požiūrio sampratą socialiniame darbe.
2. Aptarti priklausomybių problemos ypatumus ir poveikį asmens gyvenimo kokybei.
3. Išanalizuoti holistinius metodus ir jų taikymo praktiką socialiniame darbe su priklausomais asmenimis.

Mokslinės literatūros analizė: analizuojant naujausius mokslinius straipsnius ir kitus akademinius šaltinius, susijusius su holistiniu požiūriu socialiniame darbe bei priklausomybių problematika. Viso analizuota 40 mokslinių straipsnių bei akademinių darbų, iš jų tiko 12. Rašant šį darbą, informacija buvo renkama iš įvairių mokslinių ir akademinių šaltinių. Naudotos Lietuvos ir tarptautinės akademinės duomenų bazės, tokios kaip Lietuvos Akademinei elektroninė biblioteka.

Holistinis požiūris ir samprata socialiniame darbe

Praėjusio šimtmečio garsus austrų psichiatrijos profesorius, mąstytojas, humanistas Viktoras Franklis (1946) yra pasakęs, kad pastaruosius penkiasdešimt metų psichologija telkėsi į labai siaurą sritį. Jos dėmesys nukrypo, galima sakyti, išskirtinai į žmogaus psichiką ir kūną. Franklinas išreiškė viltį, kad kitus penkiasdešimt metų ne mažiau dėmesio bus skirta ir iki tol užmirštai žmogaus dvasiai, nes žmogaus prigimtį sudaro protas ir kūnas, bet taip pat ir dvasia- visos šios dalys tarpusavyje susijusios, veikia viena kitą. Holistinis požiūris atsirado, kaip atsakas į siaurą, problemomis paremtą praktiką, kuri nematė kliento gyvenimo konteksto, kultūrinių ir struktūrinių veiksnių (Rogers, C.R.1961) Jis akcentuoja, kad visapusiškas žmogaus supratimas per empatiją, autentiškumą ir priėmimą gali iš esmės pakeisti žmogaus gijimo procesą. Šią teoriją vysto Benson, H. ir Stark, M. (1996) sakydami, kad ignoruoti dvasinius ir psichologinius aspektus gydant kūną – tai nesuvokti visos žmogaus būties, todėl tikrasis sveikimas tampa neįmanomu. Tai kertinis akmuo, kai žmogų pradedama vertinti kaip visumą, o ne kaip atskirų dalių sumą. Holistinis požiūris sakantis, kad sveikata, elgesys ar bet koks reiškinys negali būti visiškai suprastas ar išgydytas, jei ignoruojami ryšiai tarp fizinių, psichologinių, socialinių ir dvasinių aspektų (Obelenis, V. 2013).

Socialinis darbas Lietuvoje pradėjo formuotis, kaip savarankiška profesija atkūrus nepriklausomybę 1990 metais. O jau 1991 metais Vilniaus universitetas ir kitos aukštosios mokyklos pradėjo rengti socialinio darbo specialistus, o 2006 metais buvo patvirtintas Socialinio darbo įstatymas, kuri įtvirtino šios profesijos statusą ir reglamentavo jos veiklą. Nuo to laiko socialinis darbas Lietuvoje yra nuosekliai plėtojamas, integruojant tarptautines teorines-praktines kryptis, ypač akcentuojant žmogaus orumą, įgalinimo ir holistinio požiūrio principus (Bagdonas, A. 2001). Socialinio darbo profesijos formavimasis ir institucionalizavimas rėmėsi užsienio valstybių praktika ir patirtimi. Siekiant sukurti šiuolaikišką, žmogaus orumą, socialinį teisingumą ir įgalinimą pabrėžiančią sistemą, Lietuva perėmė patirtį iš pažangių Vakarų šalių (Juozaitienė, L. 2008). Ji pabrėžia, kad socialinio darbo vertybės, tokios kaip pagarba asmens unikalumui ir orumui atėjo į Lietuvą kartu su holistiniu supratimu.

Didžiausią įtaką socialinio darbo vystymuisi Lietuvoje buvo daroma Skandinavijos šalių-ypač Švedijos ir Norvegijos modelių pagrindu. Šiose valstybėse socialinis darbas grindžiamas holistine, kliento poreikius visapusiškai apimančia prieiga, taip pat stipria valstybės atsakomybe už socialinę gerovę. Skandinavijos praktikos skatino bendruomenių paslaugų plėtrą bei socialinio darbo su šeima ir individualiais metodų adaptavimą Lietuvoje. Taip pat didelę reikšmę turėjo Vokietijos patirtis, iš kurios perimtos decentralizuoto socialinių paslaugų tinklo organizavimo nuostatos. Jungtinės Karalystės socialinio darbo tradicijos paskatino orientaciją į kliento teises, antidiskriminacines praktikas, bei individualizuotą pagalbos teikimą. Didelę įtaką turėjo JAV metodikos įdiegimas per savi pagalbos bei priklausomybių gydymo programas (Bagdonas, A. 2001).

Socialinio darbo profesijos esmę sudaro žinios, įgūdžiai, vertybės, bei holistinis požiūris į iškilusias ir sprendžiamas problemas (Šinkūnienė, J.R. 2010). Visuomenėje vykstantys pokyčiai išryškina naujas sudėtingas žmonių socialines problemas, kurių

sprendimams socialiniai darbuotojai pasitelkia pagrindinius holistinio požiūrio elementus. Vienas jų pasak Payne, (2021) yra asmens unikalumo pripažinimas, kai kiekvienas klientas matomas, kaip unikalus su savo gyvenimo istorija, vertybėmis, gebėjimais ir poreikiais. Jis rekomenduoja kiekvienam klientui taikyti individualizuotą pagalbos planą. Kitas holistinio požiūrio elementas – biopsichologinis vertinimas (Engel, 1977) kada išanalizuojama kliento fizinė, psichologinė ir socialinė būklė vertinant ne tik priklausomybių sergančių žmonių medžiagų vartojimo priežastys, bet ir psichologiniai sunkumai, šeimos dinamika, bei socialinis tinklas. Holistinio požiūrio į klientą neatsiejamu elementu yra laikomas kliento įgalinimas (Obelenis, V. 2013). Jis pažymi, kad klientas laikomas aktyviu pokyčių dalyviu, o ne pasyviu pagalbos gavėju. Nes efektingi tik kartu su klientu kuriami sprendimai, o ne primetami „iš viršaus“. Tai pat autorius pažymi, kad svarbus yra ir vienas iš holistinio požiūrio elementų – dvasinio ir egzistencinio matmens įtraukimas, kada skiriamas dėmesys kliento gyvenimo prasmei, vertybėms, dvasiniam pasauliui pasitelkiant išpažįstamos religijos mokymus. Klientui siūloma dvasinė parama ir dalyvavimas bendruomeninėse veiklose. Pažymėtini dar du holistinio požiūrio elementai, tai tarpdisciplininis bendradarbiavimas, jis apima įvairių specialistų ir institucijų bendradarbiavimą, kai problemos sprendimui pajungiami sveikatos priežiūros specialistai, psichologai, švietimo įstaigos bei teisėsaugos institucijos. (Obelenis, 2013) Ir aplinkos svarbos pripažinimo elementas, kai klientas matomas jo gyvenimo aplinkos, kultūros kontekste, atsižvelgiant kokią įtaką daro bendruomenė kliento problemų įtakai ir sprendimams (Bagdonas, A. 2008).

Šių holistinių elementų įtraukimas socialiniame darbe gali padėti sustiprinti kliento vidinius resursus ir atsparumą (Staškevičienė, B. 2010). Holistinis požiūris socialinio darbo praktikoje reiškia visuminį ir integruotą požiūrį į asmenį, kai vertinama ne tik konkreti problema, bet ir platesnės gyvenimo aplinkybės, į kurią įsiterpia žmogaus santykiai su artima aplinka, bendruomene bei socialine sistema (Bagdonas, 2008) Socialinis darbuotojas, taikydamas holistinį požiūrį, siekia atpažinti daugybinius kliento poreikius ir stiprybes, įtraukdamas skirtingus pagalbos šaltinius bei skatina kliento įgalinimą visose gyvenimo srityse (Payne, 2021). Praktikoje socialinis darbuotojas pasitelkęs išvardintus holistinio požiūrio elementus daro išsamią kliento situacijos analizę, kurios metu atsižvelgia į fizinę kliento sveikatą, emocinę būklę, šeimos ir socialinių ryšių stiprumą, gyvenimo sąlygas, kultūrinį bei dvasinį kontekstą. Šie išvardinti aspektai padeda socialiniam darbuotojui nustatyti ne tik problemų priežastis, bet ir galimus išteklius, kurie gali aktyvuoti ir skatinti pokyčius (Staškevičienė, 2010). Holistiniu požiūriu vadovaudamiesi socialiniai darbuotojai dirba tarpdisciplininėje komandoje, siekdami užtikrinti kompleksinę pagalbą, pasitelkdami visas reikalingas institucijas. Ko apsekoje socialinis darbuotojas veikia kaip tarpininkas tarp kliento ir sistemų, padedančių klientui pasinaudoti turimais resursais bei stiprinti jo gebėjimą veikti savarankiškai (Bronstein, 2003). Be to, holistinis požiūris reikalauja, kad socialinis darbuotojas gerbtų kliento orumą ir individualumą, pripažintų jo kultūrinę tapatybę bei įsitikinimus. Socialinis darbas grindžiamas dialogu ir kliento įtraukimu į sprendimų priėmimą, o ne vien techniniu problemos šalinimu (Banks, 2020). Lietuvos kontekste taip pat pabrėžiama, kad visuminis požiūris į klientą padeda siekti ilgalaikių pokyčių, o ne trumpalaikio problemos sprendimo. Anot A. Bagdono (2008), socialinis darbuotojas turi būti pasirengęs ne tik spręsti akivaizdžias problemas, bet ir padėti klientui susigrąžinti socialinius ryšius, savivertę bei gyvenimo kryptį

Visuomenėje vykstantys pokyčiai išryškina naujas sudėtingas žmonių socialines problemas, kurių sprendimas iš socialinių darbuotojų reikalauja didelės kompetencijos, naujų įgūdžių, diskusijų ir šiuolaikinių veiklos metodų taikymo. Šių dienų socialinis darbuotojas, tai socialiai pažeidžiamų žmonių gyvenimo kokybės puoselėtojas.

Priklausomybių problemos ypatumai ir poveikis asmens gyvenimo kokybei

Šių dienų gyvenimo tempas ne retą nubloškia į gyvenimo užribį, panardindamas į priklausomybių liūną. Kas sąlygoja žmogaus norą atitrūkti nuo realybės. Tai kompleksiškas reiškinys, kurį lemia tarpusavyje persipinantys biologiniai, socialiniai ir kultūriniai veiksniai. Daugelis mokslininkų pabrėžia, kad priklausomybė nėra tik asmens apsisprendimo klausimas-tai biopsichosocialinio pobūdžio sutrikimas, kuris vystosi esant palankioms sąlygoms (Sussman, 2011) Biologiniai veiksniai, kaip rodo genetiniai tyrimai gali turėti įtakos priklausomybių vystymuisi. Asmenys, kurių šeimos nariai turėjo priklausomybių problemų yra linkę patys susidurti su panašiomis problemomis. Asmenybės bruožai, tokie kaip impulsyvumas, žema savivertė, emocinio reguliavimo sunkumai, taip pat vaikystėje patirtos traumos gali padidinti priklausomybių riziką (Skirgaila, A. 2013). Priklausomybė dažnai tampa nesąmoningu bandymu įveikti emocinį skausmą ar gyvenimo sunkumus. Neatmetama ir kultūrinio veiksnio įtaka, kai alkoholio vartojimas yra socialiai priimtinas ir netgi skatinamas tam tikrose kultūrinėse praktikose. Tai gali prisidėti prie ankstyvo vartojimo pradžios. Tačiau pagal mokslinius tyrimus ir specialistų įžvalgas pabrėžiama, kad didžiausia priklausomybių vystymąsi lemia socialiniai veiksniai, tokie kaip skurdas, socialinė atskirtis, nepilna šeima, silpnas emocinis ryšys ar pastovūs konfliktai tarp šeimos narių, skyrybos formuoja uždarą vidinį konfliktą, nedarbas, išsilavinimo stoka, bei bendraamžių spaudimas ir neigiamas pavyzdys. Tad šių veiksmų sąveika rodo, kad priklausomybės yra ne tik asmeninė problema, bet ir visuomenės sveikatos iššūkis, reikalaujantis kompleksinių prevencijos ir intervencijos strategijų (Vaičekonienė, R. 2013). Labai svarbu pažymėti, kad mokslas aiškiai įvardija ir pripažįsta priklausomybes kaip ligą tarptautiniu mastu (tiek nuo alkoholio, narkotikų, lošimų ir kt.) Tai lėtinės recidyvuojančios smegenų ligos, kurios paveikia elgesį, motyvaciją, savikontrolę ir smegenų cheminę pusiausvyrą, ir tai ne valios silpnumas, o medicininė būklė (ASAM,2011) Priklausomybės kaip ligos pripažinimas skatina ne bausti, bet gydyti. Atveria kelią į reabilitaciją terapiją ir farmakologinę pagalbą, taip pat padeda mažinti stigmatizaciją ir kaltės jausmą tarp sergančiųjų. Tačiau vienas aspektas ypatingai verčia mus, kaip visuomenę suklusti: tai didėjantis priklausomybių sąrašas, bei augantis su priklausomybėmis susijusių asmenų skaičius. Priklausomybė vis labiau tampa postmodernios visuomenės gyvenimo dalimi, tad tampa sunku nurodyti priklausomybių paplitimo mastą, o priklausomų asmenų statistika laikoma netikslia (Ignatavičiūtė, 2016).

Priklausomybes turinčio asmens gyvenimo kokybė kinta palaipsniui: dažniausiai reikšmingai prastėja tiek psichosocialiniu, tiek fiziniu bei ekonominiu aspektais. Ypač, tai stipriai juntama labiausiai paplitusioj ir labiausiai žinomoje priklausomybių grupėj, tai priklausomybės nuo psichotropinių medžiagų (alkoholis, narkotikai, vaistai (Skirgaila, A. 2013). Ilgalakis šių medžiagų vartojimas paveikia individo gebėjimą atlikti kasdienes funkcijas, palaikyti santykius su artimaisiais(dėl to dažniausiai išyra santuokos), jie nebesugeba įsitraukti į darbo rinką ar visuomeninę veiklą (Adomaitienė, 2018). Tokie asmenys dažnai patiria socialinę atskirtį, stigmatizaciją, emocinį nestabilumą., neretai susiduria su teisėsaugos institucijomis (vengimas mokėti alimentus, viešosios tvarkos pažeidimai, vagystės). Adomaitienė pažymi, kad tokiu būdu asmuo praranda socialinius ryšius ir socialinį statusą. Priklausomybės taip pat stipriai veikia sveikatą-didėja trauma, aktyvėja lėtinės ligos, dažnėja psichinių sutrikimų rizika. Dažnai stebimas depresijos, nerimo, savižudiškų minčių ar veiksmų paplitimas (Leliūgienė, I. 2003). Dėl sutrikusio savireguliacijos mechanizmo ir motyvacijos stokos tokie asmenys dažnai nesiekia gydymo arba per anksti jį nutraukia. Kitas stiprus faktorius yra ekonominis nestabilumas. Nedarbas tokio asmens gyvenime lemia gyvenimo kokybės mažėjimą, ko apsekoje asmuo neretai praranda gyvenamąją vietą, neturi galimybių užsitikrinti pagrindinių poreikių patenkinimo,

o tai sukelia papildomą stresą ir įtraukia į dar gilesnį priklausomybių ratą (Vaičekonienė, R. 2013).

Klinikiniai ir socialiniai tyrimai (Levisohn, 2003; Eryšev, 2002) leidžia pagrįstai teigti, jog psichoaktyvių medžiagų vartojimas labai greitai (o kelių savaičių ar mėnesių narkotikų atveju ir po keleto metų alkoholio atveju) sąlygoja galvos smegenų struktūros ir funkcijų pokyčius, kurie savo ruožtu sąlygoja priklausomybe sergančių asmenų emocijų ir elgesio pasikeitimus. Tyrėjai daro išvadą, jog dėl šių pokyčių keičiasi priklausomybe turinčio asmens psichinis funkcionavimas, pasireiškiantis neadekvačiomis emocinėmis būsenomis, destruktivių ar asocialių elgesiu, iškreipta logika ir daugelio mąstymo funkcijų, tokių kaip suvokimas, dėmesys, atmintis silpnėjimu. Tad apibendrinant galima teigti, kad priklausomybė nuo psichoaktyvių medžiagų pakeičia ja sergančių asmenų psichologinį funkcionavimą ir sąlygoja laipsnišką protinių gebėjimų mažėjimą, emocinį disfunkcionalumą ir asmenybės degradaciją.

Išanalizavę priklausomybių problemos ypatumus ir poveikį asmens gyvenimo kokybei prieiname išvados, kad priklausomybės sutrikimai kelia rimtą grėsmę ne tik pačiam asmeniui, bet ir jo artimiausiai aplinkai bei visai visuomenei. Todėl priklausomybė laikytina ne tik individualia, bet ir visuomenine problema, reikalaujančia kompleksinių sprendimo būdų ir holistinio požiūrio į ją.

Holistiniai metodai ir jų taikymas socialiniame darbe su priklausomybę turinčiais asmenimis

Norėdami efektyviau mažinti sergančių priklausomybės liga asmenų skaičių mokslininkai Hatala (2013) siūlo atkreipti dėmesį į holistinius metodus, kurie naudojant kartu su tradiciniais gydymo būdais duoda ganėtinai efektyvius rezultatus žengiant gijimo link ir vengiant ligos atkryčio (Skirgaila A., 2003). Vienas iš holistinių metodų yra biopsichosocialinis- dvasinis modelis, kurį praėjusio amžiaus aštuntojo dešimtmečio pabaigoje pateikė Engel (1979). Šis priklausomybių įveikos modelis moko priklausomybę turintį asmenį suvokti savo mintis, jausmus, išgyvenimus, juos pažinti ir priimti, o ne juos keisti ar slopinti. Kitaip tariant, klientai skatinami keisti mąstymą, sąmoningumo technikų naudojimas gali padėti klientui atpažinti su atkryčiu susijusią riziką ir taip jos išvengti. Pasak A. Skirgailos (2003) tyrimas atskleidžia, kad holistinis požiūris, apimantis fizinius, psichologinius, socialinius ir dvasinius aspektus, yra efektyvus dirbant su priklausomais asmenimis.

Dar vienas holistinis metodas socialiniame darbe su priklausomybę turinčiais asmenimis- tai kūno terapija (somatinė terapija) sukurta neurologo P. Levine (1997), remiasi natūralių žmogaus biologinių reakcijų į stresą ir traumą stebėjimu. Anot Levine, trauminiai įvykiai ne visada apdorojami kognityviai – dažnai jie „įstringa“ nervų sistemoje, o simptomai pasireiškia kūno reakcijomis. Šio metodo tikslas – per sąmoningą dėmesio kreipimą į kūno pojūčius atkurti fiziologinę pusiausvyrą ir nutraukti užsitęsusią „kovos-bėgimo-sustingimo“ reakciją. Šiame holistiniame metode susikerta kelios disciplinos: psichologija, neurologija ir rytų praktikos. Šios praktikos, kaip joga, tai chi, meditacija, masažas ir kt. tūkstantmečius pabrėžia ryšį tarp kvėpavimo, kūno padėties ir psichinės sveikatos. Anot W.Reicho, vieno pirmųjų psichoanalitikų, emocijos ir psichinės problemos įsikūnija kūne (raumenų įtampoje), tad kūno terapija: kvėpavimo ir kūno sąmoningumo pratimai ypač reikalinga gijime nuo priklausomybių taip pat vengiant ligos atkryčio. Tą akcentuoja ir ir A. Lowen (1975), kad išraiškingas kūno darbas, derinamas su emocine refleksija duoda puikių gijimo rezultatų.

Holistinis meno terapijos metodas taikytinas priklausomybių gydyme leidžia asmenims turintiems priklausomybių išreikšti sudėtingus jausmus, tokius kaip kaltė, gėda ar pyktis, per kūrybinę veiklą (Bacevičienė, M. 2020). M. Bacevičienė pabrėžia, kad kūrybiniai

procesai tyrimo dalyviams tapo saugia erdve savirefleksijai ir giluminiam pažinimui, o taip pat dailės terapija padėjo jiems iš naujo atrasti vidinius resursus ir įgauti pasitikėjimo sveikimo procese. Remiantis L. Lebedeva (2013) meno terapijos veiksmingumas priklausomybių gydyme grindžiamas jos gebėjimu atkurti kontaktą su savuoju „aš“, sustiprinti motyvaciją keistis ir įgyti naujų socialinių įgūdžių. Dailės, muzikos ar judesio elementai terapinėje erdvėje leidžia sumažinti psichologinį pasipriešinimą, o simbolinė kalba padeda pasiekti giluminius psichikos sluoksnius. Vizualinė raiška leidžia apeiti sąmoningus gynybos mechanizmus, o tai ypač svarbu gydant priklausomybes ir gretutinius emocinius sutrikimus. Straipsnyje: „Dailės terapija – plataus spektro problemų sprendėja“ (Delfi, 2019) pažymima, kad asmenims turintiems priklausomybių dailės terapija leidžia jaustis reikalingiems, kurti be vertinimo, išsakyti tai, ką sunku įvardinti žodžiais. Pažymima, kad tai būdas kai per simbolius galima pažvelgti į savo vidinį pasaulį ir pradėti keisti destruktivius elgesio modelius. Taip pat šis holistinis meno terapijos metodas gali tapti svarbiu elementu stiprinant sutrikdytą malonumo pojūtį priklausomiems asmenims, kurį jie gaudavo vartodami psichoaktyvias medžiagas. Pasak, N. Goštautaitės – Midttun (2020) meno terapija gali padėti susigrąžinti malonumo pojūtį užsiimant įvairesne veikla, nukreipti dėmesį nuo įkyraus potraukio, padėti geriau pažinti atkrytį skatinančius veiksnius, rasti pusiausvyrą, atsipalaidavimą. Tad meno terapija per tapybą, piešimą, muziką ar vaidybą leidžia išreikšti jausmus be žodžių, padeda susisiekti su gilesniais emociniais sluoksniais ir skatina savęs pažinimą. Kūrybinis procesas suaktyvina vidinius resursus, o tai svarbu siekiant ilgalaikių pokyčių priklausomybės gydyme (Bacevičiūtė, M. 2020).

Prie holistinių metodų priskirtinas ir naratyvinis metodas. Anot White ir Epston (1990) naratyvinis metodas yra grindžiamas idėja, kad žmogaus tapatybė ir savivoka formuojasi per pasakojimus, kuriuos jis kuria apie save, savo gyvenimą ir patirtis. Priklausomybę turintiems asmenims dažnai būdingas „probleminis pasakojimas“, kuriame jie mato save kaip silpnus bejėgius, nepajėgiančius keistis. Šio holistinio metodo esmė padėti žmogui iš naujo „perrašyti“ jo pasakojimą, atrandant alternatyvių istorijų, kuriose jis yra stiprus, gebantis įveikti sunkumus ir kurti prasmingą gyvenimą. White ir Epston (1990) sako, kad žmogų reikia atsieti nuo problemos, tokiu būdu priklausomybė nėra suvokiama kaip neatsiejama asmens tapatybės dalis, bet ji yra kaip išorinis reiškiny, kurį galima pažinti ir keisti. Toks požiūris sustiprina asmens savi veiksmingumą ir padeda atgauti kontrolės jausmą. Pasak Juškevičienės (2015) Lietuvoje naratyvinis metodas vis aktyviau taikomas darbe su priklausomybes turinčiais asmenimis. Individualių ir grupinių diskusijų metu socialiniai darbuotojai ir psichologai padeda klientui įvardinti ne tik žalingas patirtis, bet ir stiprybes- situacijas, kai pavyko atsispirti, keistis ar padėti kitiems. Tokie momentai tampa pagrindu kurti naują įgalinantį pasakojimą apie save. Juškevičienė (2015) teigia, kad taikant naratyvinę praktiką svarbus ne tik pasakojimo turinys, bet ir pats pasakojimo procesas- išgirdimas, pripažinimas ir reflektavimas. Tai stiprina kliento savivoką, tapatumo jausmą ir emocinį atsparumą. Denborough (2008) pažymi, jog naratyvinis metodas padeda mažinti priklausomybės stigmatizaciją, nes suteikia žmonėms galimybę būti matomiems per savo patirtis, o ne tik per diagnozę.

Vienas iš pagrindinių holistinių metodų yra dvasinio konsultavimo metodas. Remiantis Vaitkevičiene (2017) dvasinio konsultavimo esmė- ne religinis ugdymas, o gilus būties, kančios ir vilties klausimų nagrinėjimas. Tai procesas, kuriame konsultantas, remdamasis žmogaus vertybėmis ir pasaulėžiūra, padeda jam ieškoti vidinių išteklių, susitaikymo su savimi bei aplinka. Dvasinė parama grindžiama empatiniu, nevertinančiu santykiu, kuris leidžia asmeniui išreikšti giliausius vidinius išgyvenimus, dažnai susijusius su priklausomybės kilme. Pasak, Puchalsk et al. (2009) dvasiniai išgyvenimai, tokie kaip atleidimas, viltis, tikėjimas ar transcendencijos pojūtis, gali padėti pacientams įveikti neviltį

ir sustiprinti motyvaciją sveikti. Dvasinio konsultavimo metu dirbama su šiomis temomis, siekiant padėti žmogui atkurti gyvenimo kryptingumą ir savivertę. Kaip nurodo Skirgaila (2013), dvasiniai išgyvenimai yra neatsiejami nuo priklausomybę patiriančio žmogaus gyvenimo istorijos, todėl jų ignoravimas gali lemti paviršutinišką ir trumpalaikį pokytį. Šio metodo dėka galima efektyviau padėti klientui įveikti ne tik priklausomybės simptomus, bet ir giluminius gyvenimo prasmės bei tapatumo klausimus. Skirgaila (2013) pažymi, kad dvasinis konsultavimas dažnai taikomas grupiniuose susitikimuose (pvz. 12 žingsnių programoje) su socialiniais darbuotojais bei individualiuose pokalbiuose su specialiai parengtais dvasiniais konsultantais, Svarbu pažymėti, kad dvasinio konsultavimo efektyvumas nepriklauso nuo religinės kliento priklausomybės – svarbiausia yra asmeninė pasaulėžiūra ir gebėjimas kurti saugią erdvę egzistencinei refleksijai. Dvasinė gerovė gali reikšmingai prisidėti prie priklausomybės gydymo sėkmės, pajungus holistinio metodų elementą- terapinį aljansą (Meier, P.S. 2005), kuris grindžiamas sukurtu pasitikėjimu tarp specialisto ir kliento. Tik jausdamasis saugus priklausomas asmuo gali aktyviai dalyvauti terapijoje ir lengviau priimti pokyčius bei atsakomybę už savo gyvenimą. Ši terapija padeda atkurti savivertę ir mažina gėdos ir bėdėjimosi savimi jausmą,. Todėl esant stipriam ryšiui tarp kliento ir specialisto galimas ilgesnis gydymo tęstinumas, taip užtikrinant geresnius gydymo rezultatus bei mažinant atkryčio galimybes.

Sėkmingai naudojant holistinio požiūrio metodus ir įvairias terapijos socialiniame darbe, mes atrandam naujas galimybes mažinti priklausomų asmenų skaičių mūsų visuomenėje.

Išvados

1. Holistinis požiūris leidžia vertinti priklausomybę kaip daugiapakopį reiškinį, susijusį ne tik su biologiniais ar psichologiniais, bet ir su socialiniais, emociniais bei dvasiniais veiksniais. Toks integruotas matymas leidžia tikslingiau parinkti intervencijos metodus, atsižvelgiant į visą žmogaus gyvenimo kontekstą. Socialinis darbas, taikant holistinis modelį, tampa orientuotas ne tik į problemų sprendimą, bet ir į asmens stiprybių paiešką bei potencialo skatinimą. Tokiu būdu žmogus įgalinamas dalyvauti savo gyvenimo pokyčių procese.

2. Priklausomybės yra sudėtingas, daugialypis reiškinys, lemiamas biologinių, psichologinių, socialinių ir kultūrinių veiksnių. Jos paveikia ne tik asmens fizinę ir psichinę sveikatą, bet ir socialinę padėtį bei gyvenimo kokybę. Priklausomybės pripažinimas liga leidžia taikyti veiksmingesnes pagalbos formas ir mažina stigmatizaciją. Tai ne tik asmens, bet ir visos visuomenės atsakomybė reaguoti į šią problemą taikant kompleksines prevencijos bei intervencijos priemones.

3. Holistiniai metodai, apimantys fizinius, psichologinius, socialinius ir dvasinius žmogaus aspektus, tampa vis svarbesni priklausomybių gydyme. Jie padeda ne tik sumažinti ligos simptomus, bet ir stiprina žmogaus vidinius resursus bei savivoką. Socialinio darbo praktikoje šie metodai – kūno, meno, naratyvinė ir dvasinė terapija – leidžia kurti pasitikėjimu grįstą santykį su klientu, skatina ilgalaikį pokytį ir mažina atkryčio riziką. Socialiniai darbuotojai, taikydami holistinį požiūrį, prisideda prie asmens gyvenimo kokybės gerinimo ir padeda spręsti gilumines priklausomybės priežastis. Tai rodo, kad socialinis darbas yra nepakeičiama grandis priklausomybių įveikos procese.

Literatūra

1. Andriuškevičienė, R. (2015). Holistinio požiūrio taikymas socialiniame darbe su priklausomais asmenimis. *VDU*.
2. Bagdonas, A. (2001). Socialinio darbo raida Lietuvoje. *Socialinis darbas*.
3. Frankl, V. (1946). *Man's search for meaning*.
4. Goštautaitė-Midttun, N. (2020). Dailės terapija padeda pažinti save ir savo ligą. *Valstiečių laikraštis*.
5. Hatala, A. (2013). Towards a biopsychosocial in health psychology.
6. Juškevičienė, A. (2015). Naratyvinio metodo taikymas darbe su priklausomais asmenimis. *Socialinis darbas*.
7. Lebedeva, L. (2013). *Dailės terapija: teorija ir praktika*.
8. Leliūgienė, I. (2003). Profesinė veikla, metodai ir klientai. *VDU Leidykla*.
9. Levine, A. (1978). *Waking the tiger: Healing trauma*.
10. Meier, P. S. (2005). The role of the therapeutic alliance in the treatment of substance misuse.
11. Obelenis, V. (2013). Holistinis požiūris į priklausomybės ligų gydymą. *Sveikatos mokslai*.
12. Puchalski, C. M. (2009). Improving the spiritual dimension of whole person care: Reaching national and international consensus.
13. Skirgaila, A. (2013). Dvasinis socialinio darbo aspektas dirbant su priklausomais asmenimis. *VDU Leidykla*.
14. Sussman, S. (1997). The correlates of substance abuse and dependence among adolescents at high risk for drug abuse.
15. Vaitkevičienė, V. (2017). Dvasinė pagalba socialiniame darbe: samprata ir praktinės galimybės. *Socialinis darbas*.
16. White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Norton.

HOLISTIC APPROACH TO SOCIAL WORK IN PROVIDING ASSISTANCE TO PEOPLE WITH ADDICTIONS

Raimonda Urbonienė, Tautvydas Vigelas

Summary

„A Holistic Social Work Approach to Helping People with Addictions“ explores one of the most pressing issues in modern social work—how a holistic approach can more effectively support people struggling with addiction. Today, addiction is seen not only as a personal but also a societal problem, with physical, psychological, social, and spiritual consequences. A comprehensive approach is therefore essential for long-term recovery and successful social reintegration.

The first part of the paper introduces the concept of a holistic approach in social work, drawing on both classical and contemporary thinkers such as Viktor Frankl, Carl R. Rogers, Herbert Benson, and Miriam Stark. The holistic approach views a person as a whole—body, mind, spirit, and social being. It emphasizes principles such as recognizing client uniqueness, conducting biopsychosocial assessments, empowerment, inclusion of the spiritual dimension, interdisciplinary cooperation, and the importance of the environment.

The second part examines the nature of addiction. Addictions are described as chronic, relapsing disorders with biological, psychosocial, and spiritual roots. They are influenced by factors such as genetics, trauma, poverty, unemployment, and family dysfunction. Addiction leads to social exclusion, health issues, psychological isolation, and long-term personal decline.

The third part focuses on holistic methods used in practice: the biopsychosocial-spiritual model, body therapy (Peter Levine), art therapy, and narrative approaches. These methods aim to strengthen the client's self-awareness, internal resources, and motivation for change. They support the person's reintegration into society and overall well-being.

In conclusion, a holistic approach enables the social worker to become not just a helper but a true partner in the client's journey. It fosters a renewed connection with oneself, the environment, and the community—making holistic social work not just a method, but a values-based practice grounded in dignity, respect, and human potential.

Keywords: Holistic approach, social work, addiction, art therapy, emotional self-expression, therapeutic alliance