

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

DIPLOMSKA NALOGA

V ISKANJU SMISLA ŽIVLJENJA

Vzpostavljanje abstinence uživalcev heroina

SILVANA STUDEN GRIL

LJUBLJANA 2010

PODATKI O DIPLOMSKI NALOGI

Ime in priimek: Silvana Studen Gril

Naslov naloge: V ISKANJU SMISLA ŽIVLJENJA

Vzpostavljanje abstinence uživalcev heroina

Kraj: Ljubljana

Leto: 2010

Število strani: 192

Mentorica: dr. Ines Kvaternik

Deskriptorji: značilnosti zasvojenosti s heroinom, stigma, kariera uživalca heroina, poti iz zasvojenosti, vzdrževanje abstinence, službe na področju zasvojenosti od drog, reintegracija, sprememba načina življenja.

Povzetek:

Naloga poskuša v teoretičnem delu prikazati realno sliko drog in njenega uživalca kot družbeni problem, značilnosti stigme ter se nato osredotoči na potovanje oziroma kariero uživalca heroina, ki se zaključi z vzpostavljanjem in vzdrževanjem abstinence. Poleg nizkopražnih programov predstavi tudi visokopražne programe, še posebej reintegracijo (ponovno vrnitev nazaj v socialno okolje) bivših uživalcev heroina in reintegracijske procese kot potekajo v Domu Vincenca Drakslerja v Pristavi pri Tržiču, ki je svoja vrata odprl uporabnikom nedolgo nazaj. V nadaljevanju so na podlagi empiričnega gradiva prikazana iskanja bivših uživalcev heroina za smiselnostjo njihovega lastnega bivanja. Naloga se tako usmeri na dejavnike, ki jim pri abstinenci pomagajo ali ovirajo, celo do te mere, da jih ponovno zanese v aktivno uživanje heroina. Največje težave jim poleg stigmatizacije povzročajo lastna čustvena razpoloženja: ekstremna nihanja razpoloženja, impulzivnost, evforija. Težave občutijo tudi pri navezovanju stikov z bližnjimi osebami za katere je prav tako pomembno, da se vključijo v program zdravljenja, saj poleg droge, družbe in človekove psihe prav tako tvorijo "začarani krog" zasvojenosti. Programi reintegracije kot zaključna faza obravnave osebnega in socialnega urejanja so ključni dejavnik pri vzdrževanju abstinence, pomembno vlogo pri tem pa igra opolnomočenje uporabnika.

Title: THE SEARCH OF THE MEANING OF LIFE

Re-establishing the abstinence of heroin users

Descriptors: characteristics of heroin addiction, stigma, a career of heroin user, ways out of addiction, maintenance of abstinence, services on the area of drug addiction, reintegration, changing the ways of life

Abstract:

In theoretical part the thesis tries to show the real picture of drugs and drug users as the society problem, the characteristics of stigma, further it focuses on the path or the career of a heroin user, which ends with the establishing and the maintenance of an abstinence. Besides of harm-reduction programs it also presents the high-level programs, especially it focuses on the reintegration of former heroin addicts and on reintegration processes as they lapse in the House of Vincenc Draksler in Pristava, Tržič, which opened its door for its users not long ago. In continuation, and based upon empiric material, the search of former heroin addicts after the meaning of their own lives are shown. The thesis thus focuses on factors which help them maintaining the abstinence or they may encumber it even to the degree that their active lives with heroin starts again. More problems than with stigmatization they find with dealing with their own emotional states: from fluctuation of emotions, impulsiveness to euphoria. Finding a contact with their closest ones is also considered one of the hardships they face. The family should thus also participate in curative treatment as they, besides the substance, the society and the human psyche, form an enchanted cycle of addiction. The programmes of reintegration as the final phase of personal and social treatment are the key factor in maintenance of an abstinence for a heroin user. The crucial part in that treatment plays the empowerment of a participant.

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

DIPLOMSKA NALOGA

V ISKANJU SMISLA ŽIVLJENJA

Vzpostavljanje abstinence uživalcev heroina

Mentorica: dr. Ines Kvaternik

Silvana Studen Gril

Ljubljana 2010

*»Teach me your mood, o patient stars;
who climb each night the ancient sky,
leaving on space no shade, no scars,
no trace of age, no fear to die.«*

Ralph Waldo Emerson

PREDGOVOR

Spoznala sem skrivnost, mističen svet, ki me je peljal v neznano in za katerega sem verjela, da mi bo odprl pot k svobodi, ki sem si jo tako zelo želela. Imela sem se za otroka revolucije, uporništvu in drugačnost sem doživljala kot iskanje mojega življenjskega smisla. Kdo sem, kaj sem, zakaj sem? Iskala sem svoj prostor, našla "nebesa", obiskala "pekel", sanje o svobodi so postale le mit. Sedaj, po mnogih letih, sem končno našla odgovor na vprašanje, kje je moj prostor, na "zemlji". Radost je, ki me žene naprej, čeprav ta včasih zgleda povsem zlagana. Užitek, radost, trpljenje... Vse to je del strani še nepopisanega.

V diplomski nalogi sem skušala povezati osebno izkušnjo in strokovno znanje, kar mi je delalo več preglavic, kot sem mislila na začetku, saj je osebna izkušnja povezana z veliko občutki, ki jih poskušam uporabiti tudi pri svojem delu z bivšimi zasvojenimi uživalci drog¹, ki so vključeni v reintegracijski center Dom Vincenca Drakslerja v Pristavi. Kot laična terapevtka² poskušam imeti občutek za uporabnika, posluh, za nekaj globljega, kar se plete v njihovih bitih, za tisto pravo razumevanje zasvojencev, še posebej tistih, ki so se odločili za abstinenco in stopili na pot, ki do te vodi. O laičnih terapevtih pred leti na področju zasvojenosti ni bilo veliko slišati, čeprav sem mnenja, da so ravno oni tisti, ki strokovnosti lahko dodajajo kvaliteto prav zaradi lastne izkušnje. Ravno to je botrovalo moji odločitvi, da se vpišem na Fakulteto za socialno delo in grem svojemu cilju naproti. Marsikdo se bo vprašal, zakaj. Ali ni bilo dovolj zasvojenosti, ali ni bilo dovolj "treskanja" z glavo v zid? Pa je odgovor povsem preprost: »Ker ima vsak pravico do svoje norosti!«

¹ Tako kot Marenk (2008: 3) sem se odločila, da bom v svoji nalogi uporabljala termin uživalec heroína. Druge izraze, ki delujejo slabšalno: narkoman, zasvojenec, odvisnik itd., sem uporabljala le v primerih povzemanja oziroma citiranja. Izraz uporabnik drog uporabljam v primerih, ko je posameznik vključen v program odvajanja. Strinjam se z Marenkovo (ibid.), ko pravi, da nobeden od omenjenih izrazov ni povsem ustrezen, saj se tako z enim kot z drugim vloga posameznika reducira zgolj na neko ravnanje ali lastnost.

Pri tem naj še omenim, da se termin uživalec drog (heroína) nanaša tako na moški in ženski spol, a kot v svoji diplomski piše tudi Marenkova (2008: 3), s tem ne trdim, da je med uživalci večje število pripadnikov moškega spola kot ženskega, niti njihovi vlogi na tem področju ne pripisujem večjega pomena.

² Besedo laični terapevt/-ka uporabljam za bivšega uživalca heroína, ki s svojimi izkušnjami pomaga uresničevati poslanstvo programa, v katerem je zaposlen, s tem pa pripomore tudi k večjemu zaupanju trenutno vključenih uporabnikov programa, saj mu daje zgled. In kot pravi Ramovš, 1997 (v Marenk 2008: 68) zgled in izkušnja drugih lahko pomagata posamezniku, da napreduje v uvidevanju svojega stanja in v odkrivanju možnosti za napredek.

»Mistika, ki se je v srednjem veku pletla okoli norosti in norca, je temeljila na podmeni, da ima norec vednost, ki je drugim nedosegljiva, da vidi stvari tam, kjer jih drugi ne, da izreče besede, ki jih drugi ne morejo in ne smejo. Položaj norosti lahko primerjamo s položajem smrti, ki je bila podobno kot norost, izključena iz horizontov sodobnega človeka. Sooča ga z njegovo resnico, na ničevost obstoja (Flaker 1998: 90).«

Moja norost je bila, da sem želela spremeniti svet. Dolga je bila pot, da sem spoznala, da biti upornik brez razloga, ne pomeni prav nič. Sedaj vem, da lahko naredim marsikaj, dodam kapljo v morje, če sem le to, kar sem. Če to pomaga drugim na poti do njihovih spoznanj, še toliko bolje!

Večkrat me pretrese, če uživalec ponovno poseže po drogi, naredi zdrs in kasneje recidiv³. Mnogokrat mi stvari niso povsem razumljive, zato sem svoje razumevanje poskušala poglobiti s tem, da sem se odločila, da bom raziskavo delala v tej smeri. Znano je, da se posamezniki, ki so vzpostavili abstinenco, srečujejo z mnogimi težavami, najsi gre za tiste, ki so bili v programu urejanja (komune, terapevtske skupnosti), ali pa so abstinenco vzpostavili na drug način (bili v zaporu, se "očistili" doma, šli v ustanovo na detoksikacijo...). Kaj je tisto, kar botruje, da nekdo naredi recidiv, drug pa ne? Zanimali so me ti dejavniki, saj so bile vse osebe, vključene v program, v fazi osebnega in socialnega urejanja zasvojenosti in so delale prve korake na poti k urejenosti, vendar so nekateri naleteli na ovire, ki jih niso mogli premostiti.

Sama, kot rečeno, dodajam kapljo v morje, upam pa, da se bodo v prihodnje njihovih problemov zavedali še drugi strokovnjaki, predvsem tisti, ki bi jim lahko pomagali vsaj pri destigmatizaciji in ne le-te ohranjevali, kot to delajo sedaj (policija, sodstvo). Vsak naj ima priložnost, da se ponovno poišče in zaživi polno življenje, ki mu pripada kot vsakemu človeku.

Na tem mestu bi se rada zahvalila svojemu duhovnemu učitelju Šrila Narayan Maharaju, Don Pierinu, patru Karlu Gržanu, Zvonetu Horvatu Žnidaršiču, svojim staršem in drugim, ki so me in me v tej šoli življenja podpirajo, opogumljajo in mi kažejo pravo pot. Zahvala tudi moji mentorici dr. Ines Kvaternik, da mi je pomagala pri izdelavi te diplomske naloge, me pravilno

³ Recidiv je stanje, ko bivši uživalec ponovno zapade v zasvojenost od drog in način življenja povezan z njimi.

usmerjala in mi pri reševanju problematike zasvojenosti kazala še druge možne konstruktivne pristope. Brez tega bi bilo moje delo omejeno le na mojo lastno izkušnjo.

Hvala tudi možu Sašotu za spodbujanje v letih študija, hčerki Tari, moji mali zvezdici, in še nerojenemu sinu, ki mu je ta naloga tudi posvečena.

KAZALO DIPLOMSKE NALOGE

V ISKANJU SMISLA ŽIVLJENJA

Vzpostavljanje abstinence uživalcev heroina

PREDGOVOR

KAZALO

- 1. TEORETIČNI UVOD** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.1. DROGE KOT DRUŽBENI PROBLEM** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.1.1. Stigma _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.2. SPLOŠNE ZNAČILNOSTI ZASVOJENOSTI** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3. POTOVANJE ALI KARIERA UŽIVALCA DROG** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3.1. Začetek _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3.2. Medeni tedni _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3.3. Navleči se _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3.4. Spuščanje in abstiniranje _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3.4.1. Ovire in težave pri abstiniranju _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.3.4.2. Pomoč pri abstiniranju _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.4. KAKŠNO POMOČ UŽIVALCI HEROINA POTREBUJEJO?** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.4.1. Službe, ki delujejo na področju zasvojenosti od drog _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.4.2. Nizkopražni programi (*zmanjševanje škode*) _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.4.3. Visokopražni programi _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.4.3.1. Detoksikacija _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.4.3.2. Terapevtske skupnosti ali komune _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5. PROGRAMI REINTEGRACIJE** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.1. Zakaj so programi reintegracije nastali oziroma nastajajo? _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2. Reintegracijski center – Dom Vincenca Drakslerja _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2.1. Pobuda za nastanek _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2.2. Program _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2.3. Ciljna skupina _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2.4. Cilji programa _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2.5. Metodologija dela _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 1.5.2.6. Ugotavljanje potreb uporabnikov _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 2. RAZISKOVALNI PROBLEM** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 2.1. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 2.2. RAZISKOVALNE HIPOTEZE** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.
- 2.3. SPREMENLJIVKE** _____ Napaka! Zaznamek ni definiran.

3. METODOLOGIJA		Napaka! Zaznamek ni definiran.
3.1. VRSTA RAZISKAVE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
3.2. MERSKI INSTRUMENTI IN VIRI PODATKOV		Napaka! Zaznamek ni definiran.
3.3. POPULACIJA IN VZORČENJE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
3.4. ZBIRANJE PODATKOV		Napaka! Zaznamek ni definiran.
3.5. OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV		60
3.6. FAZE OBDELAVE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4. REZULTATI		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.1. ODLOČITEV ZA ABSTINENCO		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.2. METODA SPUŠČANJA		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.3. PODPORA V ČASU ABSTINENCE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.4. VZDRŽEVANJE ABSTINENCE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.5. OVIRE PRI VZDRŽEVANJU ABSTINENCE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.6. ODNOS DO DRUGIH SUBSTANC		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.7. SOCIALNA MREŽA		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.8. PROSTI ČAS		80
4.9. CILJI		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.10. OSEBNE ZNAČILNOSTI		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.11. ALI PROGRAM REINTEGRACIJE PRI UREJANJU ZASVOJENOSTI POMAGA?		Napaka! Zaznamek ni definiran.
4.12. SLABOSTI PROGRAMA REINTEGRACIJE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
5. RAZPRAVA		Napaka! Zaznamek ni definiran.
6. SKLEPI/		Napaka! Zaznamek ni definiran.
7. PREDLOGI		Napaka! Zaznamek ni definiran.
8. VIRI IN LITERATURA		Napaka! Zaznamek ni definiran.
8.1. LITERATURA		Napaka! Zaznamek ni definiran.
8.2. INTERNETNI VIRI		Napaka! Zaznamek ni definiran.
9. POVZETEK		Napaka! Zaznamek ni definiran.
10. PRILOGE		Napaka! Zaznamek ni definiran.
10.1. INTERVJUJI		Napaka! Zaznamek ni definiran.
10.2. FAZE OBDELAVE GRADIVA		Napaka! Zaznamek ni definiran.

1. TEORETIČNI UVOD

1.1. DROGE KOT DRUŽBENI PROBLEM

Družbeni problem je po eni strani tisto, kar ljudje razumemo kot družbeni problem, po drugi pa so družbeni problemi politične in socialne (medijske) konstrukcije. Resnica o uživalcih in uživanju drog se pogosto razlikuje od podobe, ki prevladuje v javnosti. V predstavah, ki so se udomačile v vsakdanjem pojmovanju uživanja prepovedanih drog in podobah, ki jih ponujajo mediji in književnost, prevladujeta dva pola: džanki in povprečen abstinent. Očitno je džanki (uživalec heroína) vrh ledene gore, v katerega je usmerjena pozornost ne le javnosti in medijev, temveč tudi raziskovanja (Flaker 2002a: 30). Raziskava Flakerja in sodelavcev⁴ je poskušala razkriti, da droge same po sebi niso problem, prav tako ne njihovi uživalci. Tudi sama sem se v času uživanja drog imela za nenormalno, saj sem se tako kot vsak uživalec imela za drugačno, tak je bil pač moj življenjski slog. Kaj so si ljudje mislili o meni, me ni zanimalo, kljub vsemu pa me je bilo večkrat sram. Danes, ko poskušam gledati na uživalce heroína in na samo uživanje z druge perspektive, vidim, da je družba tista, ki vzbuja v uživalcih občutke nelagodja, sramu, odrinjenosti in s tem še večjih problemov, kot jih s seboj prinaša življenjski svet uživalcev drog, še posebej tistih, ki jih imenujemo (in tako imenujejo tudi sami sebe) džankiji. Večina osebnih in družbenih problemov z drogami v stvarnosti nastane kot posledica prohibicije drog in stigmatizacije njihovih uporabnikov, uporabnic (Rener v Flaker 2002a: 7). Kje tiči razlog, da zasvojenec⁵ ne moremo sprejeti kot povsem navadnih ljudi? Razlogov je več, prednjači pa vsekakor dejstvo, da v naši družbi prevladujejo podobe uživalcev, ki so obarvane z moralističnim pogledom, ki v javnosti vzbujajo strah, jezo in gnus. So "bavbav", pošast, nad katero se lahko zgražajo, se je bojijo in se proti njej bojujejo (Cohen v Flaker 2002a: 54).

⁴ Raziskava je bila del projekta Phare - Zmanjševanje povpraševanja po drogah (Flaker 2002a: 11). V njej so poleg Vita Flakerja sodelovali še Jani Belin, Dragica Fijan, Vera Grebenc, Andrej Kastelic, nekaj študentov Visoke šole za socialno delo ter seveda uživalci heroína, ki so raziskavi dodali konstruktiven del dogajanja same scene uživanja heroína in njenih posledic. Intervjuji z uživalci so bili opravljeni med novembrom 1998 in januarjem 1999.

⁵ V tem primeru sem uporabila besedo zasvojenec, saj vsi uživalci drog niso zasvojeni in jih javnost večkrat ne zazna kot uživalce drog. Stigma tako pripada le tistim, ki so "vidni" oziroma kot jih poimenuje Flaker ulični uživalci.

Na tem mestu najprej pogledjmo tipologijo uživalcev, saj je dejstvo, da vsi uživalci heroina niso zasvojeni in tudi za tiste, ki so, ni nujno, da so postali del t.i. džankizacije⁶. Stereotipi se namreč vežejo izključno na ulično podobo uživalcev drog, ki so bili in so še vedno v manjšini. Je res, da so vsi uživalci kriminalci? Je res, da so zanemarjeni, bledolični, da živijo v pekl, od koder ni izhoda? Je res, da je heroin demonski prašek? Večkrat kot ne, javnost na takšna vprašanja odgovarja pritrdilno. Vendar poznamo različne tipe uživalcev drog (Kušević v Flaker 2002a: 22):

- *Eksperimentatorje*: mamilo poskusijo, vendar ne nadaljujejo ali le v določenih okoliščinah;
- *Rekreativne uživalce*: občasno ali redno v določenih časovnih razmikih uživajo mamila, uživanje le-teh je namenjeno predvsem užitku;
- *Funkcionalne odvisnike*: uživajo mamilo, so od njega odvisni, vendar v družbi normalno funkcionirajo;
- *Disfunkcionalne odvisnike*: odvisni so od droge, ne funkcionirajo več normalno, droga je v njihovem življenju prva;
- *Družbeno tradicionalne uživalce*: živijo v kulturah, kjer je uživanje mamil del vsakdanjega življenja;
- *Terapevtske uživalce*: mamila uživajo kot zdravila, navadno pod zdravniškim nadzorom;
- *Nekonformiste*: uživanje je povezano z uporom proti obstoječim vrednotam.

Prvi štirje tipi so povezani s količino zaužite droge, še bolj pa s prevzemanjem deviantne identitete zasvojenosti. Ostali trije so kategorizirani po drugačnih merilih, saj kažejo na drugačne družbene okoliščine od tistih, ki prevladujejo v naši kulturi, kjer je droga blago, ki prinaša ilegalne dobičke na črnem trgu in legalne v farmacevtski industriji (Flaker 2002a: 22). Tako se je tudi sama politika do drog oblikovala na podlagi policijsko nadzorovalno represivnega aparata ter medicinskih diskurzov. Oba pristopa drogo prikazujeta kot družbeno deviantnost in poudarjata, da je uporaba nedovoljenih drog odklon od standardov družbeno sprejemljivega vedenja. Vendar pa Kvaternikova (2006: 9) poleg medicinskega in policijskega diskurza prišteva tudi političnega, saj le-ta daje legitimnost izrednim ukrepom, rezultat tega pa je širjenje represivnega aparata, ki v imenu zatiranja narkomanije nadzira

⁶ Džankizacija pomeni materialno, kulturno in socialno osiromašenje uživalca in redukcija zgolj na vlogo uživalca.

vedno večje segmente družbe. Ker politika droge opredeljuje kot sovražnike in jih z normo prepoveduje, droga ureja razmerja med ljudmi (Kvaternik Jenko 2005: 181). Posameznike razdeli na uporabnike in neuporabnike prepovedanih drog ter na podlagi tega oblikuje prag tolerantnosti, pri čemer uporabnike postavi onkraj njega, jih naredi za družbeno-kulturno nesprejemljive (ibid.). Policijski monopol tako določa, da so uživalci prepovedanih drog kriminalci, medicina jih določi za bolnike, država pa za deviantneže.

Renerjeva v *"Kdo ali kaj je problem"* (v Flaker 2002a: 6) piše, da družba potrebuje svoje deviante ter jih pazljivo in dolgo konstruira. Nedovoljene droge in uživalci so tako pomemben sovražnik, proti kateremu se je treba bojevati, in bolj kot je politika do drog prežeta z medikalizacijo in represijo, manj je družba razvita v socialnem smislu, saj pravih problemov ne vidi več. Takšno sovražnost, ki življenje uživalcev drog močno otežuje, je spodbudila "vojno proti drogam", ki jo je leta 1971 napovedal ameriški predsednik Nixon. Ideologija narekuje prohibitiven, agresiven in zelo kaznovalno usmerjen način soočanja s problematiko zlorabe prepovedanih drog. Na eni strani so se že v sami zgodovini opiatov razvijale razpečevalne in trgovske verige z lastnimi vojskami, po drugi strani pa so zahodne države razvile obsežne politike proti drogam, ki jih prej omenjene organizacijo krepijo in tako drogam dvigujejo vrednost. Mafija podpira, brani in tudi financira politiko represije nad prodajo mamil. Primer CIE, ki je spodbujala gojenje drog v zlatem trikotniku, da se je borila proti komunističnemu režimu, o tem zgovorno priča (Lukšič 1992:80). Lahko bi rekli, da korupcija in kriminal nista učinka droge, temveč učinka boja proti drogam. Postaja jasno, da je vojna le zavajanje državljanov, ki jim vlada prodaja droge, nato pa uspešno polni zapore. Vsi uživalci drog tako postanejo obenem tudi kriminalci. Je to sploh možno?

Povezava med uporabo drog in kriminalom je očitna: posest, prodaja, izdelava in pridelava drog oziroma snovi, iz katerih se droga pridobiva, so prepovedane in tako predmet kazenske zakonodaje. A to še zdaleč ne pojasni samoumevnosti stereotipa. Res je, da raziskave potrjujejo močno povezanost med zlorabo drog in antisocialnim vedenjem, vendar je tako sklepanje problematično, saj veliko uživalcev drog, ki se razen tega, da uživajo nedovoljene droge, ne ukvarjajo s kriminalom, hkrati je tudi precej ljudi, ki imajo kriminalno kariero, a niso uživalci drog. Vzročna povezava med uživanjem heroina in kriminalom ni dokazana, je pa vsekakor prisotna. Če se opredelimo na kariero uživalca, torej na začetno fazo, fazo zasvojenosti in fazo razpotja, lahko ugotovimo, da je povezava med uživanjem droge in kriminalom največja v fazi zasvojenosti. V tej je, poleg vlomov in tatvin, najpogostejše

dilanje ali preprodaja drog, čemur se je težko izogniti, če si mora uživalec priskrbeti drogo tudi zase. »Glede na to, da vsak uživalec drog počne nekaj prepovedanega, so uživalci prikladna tarča ne le za izvajanje policijskih postopkov, ampak tudi dežurni krivci, na katere se lahko razliva nezadovoljstvo javnosti (Grebenc 2003:429).«

Ob vsem tem pozabljamo, da o drugih, veliko pogostejših slogih in tipih uživanja prepovedanih in dovoljenih drog, ne slišimo kaj dosti. »Da so mediji in z njim novinarji postali ključni oblikovalci družbene stvarnosti in ne le zavesti o njej, je skoraj že trivialna ugotovitev (Splichal 1996: 49).« Novinarji se pri poročanju o drogah pogosto opirajo na pomanjkljive in netočne informacije, posredovane s strani predstavnikov služb, kot so policija, zdravstveni delavci in drugi, ki se z uživalci drog sicer srečujejo, niso pa strokovnjaki za področje drog in odvisnosti (Pezelj v Germ, Farčnik, 2002: 213). Na ta način prispevajo k čustvenemu in nepragmatičnemu stališču javnosti, krepijo že tako prisotne stereotipne predstave, proizvajajo kriminalizacijo, odvisnost uživalcev drog, etiketiranje in še dodatno povečujejo stigma (Flaker, 2002a: 37), s katero se marsikdo sooča tudi po svoji aktivni karieri uživalca.

1.1.1. Stigma

Beseda stigma izhaja iz grščine (stigmatos) in pomeni pečat, žig in negativno oznako, ki jo je težko izbrisati. Je znak, s katerim so tako ali drugače zaznamovali sužnja, zločinca ali izdajalca, da bi ga ljudje prepoznali in se mu izognili (Goffman v Flaker 2002a: 98). Stigmo bi lahko torej označili kot odstop od "normalnosti", stigmatiziranost pa razumemo kot zaznamovanost zaradi neke lastnosti, ki posameznika loči od drugih, tako da ima večina in on sam (stigma ponotranjijo) to lastnost za odklonsko ali deviantno. Ameriški sociolog Goffman⁷ jo je opredelil kot »nezaželeno drugačnost«. Domneval je, da je vse človeške razlike mogoče stigmatizirati. V nekaterih okoljih je lahko drugačnost (barva kože, etnična pripadnost, veroizpoved, politično prepričanje, starost, izobrazba, ...) nezaželena oz. stigmatizirana, okolje pa stigmatizirane osebe dojema kot manjvredne. Ti so lahko tarča posmeha, zaničevanja, opravljanja, psihičnega in fizičnega nasilja, dostop do družbenih dobrin, npr. izobrazba, delovno mesto, politično odločanje itd., jim je pogosto otežen.

⁷ <http://sl.wikipedia.org/wiki/Stigmatiziranost>

Teorija stigme se osredotoča na rezultate interakcije med deviantom in zastopnikom družbe, ki ga želi sankcionirati, diskreditirati. Goffmanov koncept stigmatizirane identitete izhaja iz izvirne teze, da je stigma identiteta (Ule 2000: 181) in zajema tri kategorije: socialno, osebno in jaz identiteto, ki jih posameznik med seboj uravnava. Pri tem se socialna identiteta nanaša na normativna pričakovanja drugih ljudi do posameznika in se deli na virtualno in aktualno. Virtualna temelji na karakterizaciji drugih, kot posameznika vidijo drugi "v efektu" oziroma mu pripišejo določene lastnosti glede na skupinsko pripadnost, aktualno socialno identiteto pa oblikujejo kategorije in lastnosti, ki jih pri posamezniku dejansko lahko najdemo. Neskladje med obema oblikama je ključnega pomena za razumevanje stigme kot diskreditirajoče lastnosti, saj se normativna pričakovanja pogosto preoblikujejo v zahteve in v kolikor posameznik tem zahtevam ne ugotovi, postane zaznamovan (Goffman 1968: 12-13).

»Stigmatizirani te procese doživlja po eni strani kot krivico, saj se mu njegova posebnost ne zdi tako vseobsegajoča, po drugi strani pa tudi sam prevzema tak pogled nase. Stigmatizirajoči ob stiku s stigmatiziranim občuti večplastno nelagodje. Po eni strani mu nasprotje stigmatiziranega odtuja, saj ga v svojem tolerančnem obdobju ne more prepoznati, hkrati pa ga izključi iz svojega doživljajskega sveta, saj mu je izkušnja drugega po definiciji tuja (Flaker 2002a: 99).«

To, kar je videno kot nezaželeno oziroma stigmatizirano, je zelo odvisno od socialnega konteksta. Kar je v določeni družbi odobravano, je lahko v drugačnem družbenem kontekstu nezaželeno, stigmatizirano. Stigme lahko odražajo vrednostne sodbe dominantne skupine – tiste skupine, ki ima v družbi moč, tiste, ki določa, kaj je zaželeno ali nezaželeno. Družbeni vpliv in socialna kontrola v procesu stigmatizacije pomenijo torej velik vpliv. Vsekakor se tu lahko povrnem na vpliv politike, medicinskega pristopa in represivnega organa, ki so vsekakor glavni dejavniki pri etiketiranju uživalcev drog kot določene skupine ljudi. Stigma izvira iz razlik, saj je vsako značilnost ali razliko potencialno mogoče stigmatizirati (Coleman v Ule, 1999: 198-202).

Uživanje drog povzroča moralno paniko, ta pa učinek črne luknje, ki uživalce drog nenehno vleče k uničujočim načinom uživanja. Gre za niz naučenih vedenj, v katere je zaradi stigmatizacije in z njo onemogočene druge izbire potisnjen uživalec drog in mu na koncu ne ostane drugega, kot le še vloga džankija (Flaker 2002a: 42). Posameznik si tako ustvari svet med sebi enakimi in se le med njimi počuti dobro, saj le tako lahko enakovredno komunicira

(Kaube 2007: 20). Zato se je stigme še toliko težje otresti. Stigma je identiteta, ki je posameznik noče, vendar se je ne more znebiti, vse dokler tega ne stori okolje, ki to identiteto proizvaja. Stigma se vzpostavi z odnosom okolja in samo tako lahko spet izgine (Flaker 2002a: 99).

Vsaka stigmatizirana oseba ima svojo kariero. V njej se mora naučiti ravnati s stigmo. Če je stigma opazna in očitna, se mora naučiti ravnati z napetostmi, ki izhajajo iz interakcij z drugimi, če ni opazna in ga ne diskreditira avtomatično, pa se mora ukvarjati z vprašanjem, ali stigmo pokazati oziroma kako jo prikriti (Flaker 2002a: 99).

Strah uživalcev drog in tudi bivših zasvojenec pred stigmatizacijo je velik, še posebej kadar gre za področje zaposlitve. Flaker (2002a: 120) ugotavlja, da je delovno okolje najbolj občutljivo za stigmo in tudi najpogostejši vzrok za prikrivanje stigme. Bivši uživalci si, preden razkrijejo svojo preteklost, vzamejo čas, da drugim dokažejo, da so "normalni", pretehtajo, ali je posameznik njihovi preteklosti naklonjen ali ne. S prikrivanjem se posameznik izogne morebitni izgubi kredibilnosti (Grebenc 2005: 168) in Flaker (2002a: 118 – 119) poudarjata, da je prikrivanje stigme kompleksen napor, saj mora biti oseba ves čas na preži, živeti dvotirno z izrazitim razcepom med javno in zasebno identiteto ter nadzorovati razmerje in stične točke med obema. Stigma ima veliko posledic, od socialnih (družinske težave, izguba stikov z vrstniki, veliki problemi z zaposlitvijo, s stanovanjem) do zdravstvenih (slabšalen odnos zdravstvenega osebja), vodi v diskriminacijo, v omejevanje življenjskih možnosti. V nadaljevanju vodi v propadanje osebnosti, nezaupanje, depresijo, sovražnost, socialno izključenost itd.

1.2. SPLOŠNE ZNAČILNOSTI ZASVOJENOSTI

O zasvojenosti – za razliko od "rekreacijskega" uživanja drog in od uživanja drog iz radovednosti – govorimo, ko gre za fenomen z več značilnostmi (Polajner 2010: 3):

1. Samouničevalnost: posledice so, ne glede na sredstvo, vedno škodljive in samouničevalne tako za osebo, ki je zasvojena, kot za njene ključne bližnje osebe in za družbeno vpetost zasvojene osebe (starši, partner, šolanje, zaposlitev...).
2. Adiktivnost: omama se pojavlja vse intenzivnejše in pogostejše.
3. Izguba kontrole in pojav abstinencnega sindroma ob odtegnitvi sredstva za patološko omamo: oseba sprva jemlje določeno kemično ali nekemično sredstvo, da bi s tem "kontrolirala" oziroma "upravljala" svoje stanje zavesti in doživljanje, končno pa oseba jemlje določeno sredstvo zaradi sredstva samega oz. zaradi izogibanja abstinenci krizi.
4. Pridobitev umetne škodljive biološke potrebe: zasvojenost je fenomen, ki zajame celostnega človeka in ne le eno od njegovih razsežnosti.

Ramovš (2007: 32-34) govori o šestih razsežnostih celostne podobe človeka, in sicer o telesni, psihični, duhovni, medčloveško družbeni, razvojni in bivanjski. Telesna razsežnost človeka je osnova vseh višjih razsežnosti, zadovoljuje vse organske potrebe ter fizikalno kemijske zakonitosti, ki so ji podvržena vsa živa in neživa bitja. Psihična ali duševna razsežnost pomeni izmenjavo med podsistemi v človeku ter med človekom in okoljem na temelju razvitega živčnega sistema (zaznavanje okolja in sebe s čutili, intelektualna predelava informacij, čustvena dogajanja v zavesti, spomin, navade, obnašanje). Duhovna razsežnost zaobjema človekovo doživetje samega sebe kot osebe in njegovo zavestno orientacijo v ekološki celoti prostorsko-časovne stvarnosti. Glavni lastnosti te razsežnosti sta svoboda odločanja in odgovornost za svoje odločitve. V sožitje ali medčloveško družbeno razsežnost sodijo povezave med ljudmi na ravni osebnih odnosov in stvarnih razmerij v človeških skupinah ter v vsej družbi (potreba po soljudeh, po komunikaciji in sožitju z njimi ter po osebnih vlogah v sožitju). Razvojna ali zgodovinsko kulturna zajema človekov individualni razvoj od spočetja do smrti ter vrstni razvoj človeštva od hominizacije naprej (potreba po razvoju in napredku, po učenju in ustvarjalnosti). Bivanjska ali eksistencialna razsežnost je človekovo spraševanje, kaj je smisel posameznega dejanja, trenutka ali situacije v okviru ekološke ali systemske

celote, njegovo iskanje smisla za daljše obdobje svojega življenja ter smisla življenja, zgodovine in stvarnosti kot celote (potreba po iskanju smisla). »Celostna šestdimenzionalna podoba človeka daje teoretično osnovo za razumevanje zasvojenosti in omam ter za njihovo znanstveno raziskovanje, prav tako pa za metodično oblikovanje njihove preventive, terapije in oskrbe neozdravljivih zasvojencev (Ramovš 2007: 34).«

Za razliko od njega Kooyman (v Polajner 2010: 7) omenja štiri temeljne razsežnosti zasvojenosti, in sicer vedenjsko (in biološko), osebnostno-patološko, družinsko-patološko ter družbeno (ter vrstniško-patološko).

Vedenjska razsežnost zasvojenosti zajema najprej drogiranje kot škodljivo – rizično (občasno drogiranje) ali samouničevalno vedenje (redno drogiranje). V širšem smislu vedenjsko razsežnost tvori vsako "krivdno" vedenje (kraje, laganje, manipuliranje, brezdelje, izsiljevanje, prostitucija, preprodaja drog...), zaradi katerega se oseba počuti krivo. Za pobeg pred doživljanjem krivde pa zopet potrebuje omamo (Polajner 2010: 8).

Iz tega vidika krivdno vedenje krepi potrebo po drogiranju, ponovno drogiranje zopet vodi v novo krivdno vedenje itn. do sklenitve "vedenjskega začaranega kroga zasvojenosti" V ta krog zasvojenosti uvrščamo tudi biološko potrebo po drogi (ibid.).

Pod osebnostne značilnosti, ki lahko vplivajo na nastanek zasvojenosti, sodijo rizične osebnostne lastnosti, osebnostna psihopatologija in duševne travme. Tako je osebnostna razsežnost zasvojenosti pomemben vidik reševanja kroga zasvojenosti (ibid.).

Veliko temeljnih elementov odnosne patologije velikokrat najdemo v odnosu zasvojenec – njegovi starši (družinska patološka zasvojenost). Kar se tiče zadnje, širše patološko-družbene zasvojenosti, pa le-ta zajema: "mokro kulturo", stigmatizacijo in marginalizacijo zasvojenih oseb, neperspektivnost mladih generacij, slabi družbeni zgledi. Socialno pa pritisk nad posamezniki izvajajo tudi vrstniki, ki ga silijo v omamo (Polajner 2010: 9).

Zasvojenost je torej potreba, ki se razvija postopoma, bolj ali manj naglo s privajanjem na določeno psihoaktivno snov, obliko vedenja ali doživljanje resničnosti. Ko je zasvojenost vzpostavljena, deluje pri človeku kot relativna nuja in mu jemlje svobodo doživljanja in ravnanja (Ramovš 2001: 61).

Če izhajam iz te definicije, je zasvojenost fenomen, ki temelji na več temeljnih razsežnostih, zato kakovostni spoprijem z lastno zasvojenostjo (pa naj gre za usmeritve v abstinenco ali v

manj škodljivo drogiranje) nujno zajema vključitev vseh temeljnih razsežnosti zasvojenosti. V praksi se to kaže npr. pri razvoju socialnega zaposlovanja, vključevanja družin v razne obravnave, v reintegraciji, osebni pomoči, terapiji... (Polajner 2010: 7).

1.3. POTOVANJE ALI KARIERA UŽIVALCA DROG

»Beseda kariera izhaja iz latinske besede carrus (voz s štirimi kolesi; via carrarua pomeni kolovoz, fr. carriere tudi dirkališče) in navadno pomeni poklicno pot, razvoj, uspeh in napredek v življenju, življenjsko pot... V nasprotju s tem pojmovanjem se je v sociologiji, še zlasti v simboličnem interakcionizmu, uveljavila kot pojem, s katerim so poskušali razumeti vzorce razvoja dogodkov v življenjski poti pripadnikov različnih obrobnih in deviantnih skupin; gre torej za pot in faze "napredovanja" v vlogi devianta (Flaker 2002a: 20)«.

Kariera nam kot takšen pojem omogoča, da lahko hkrati spremljamo dogodke in položaje (uradni in formalni status, institucionalne ureditve, življenjski stil, predpisane vloge, stereotipe...) ter doživljeno identiteto (podobo samega sebe, odločitve, samospoštovanje, doživljanje vloge...) (ibid.).

Kariera pomeni napredovanje v vlogo džankija⁸ (Flaker 2002a: 252). Vsaka pot se začne na začetku. Pot uživalca se začne, ko poseže po drogi, eksperimentira z njo, se nadaljuje z vse bolj pogostim uživanjem zasvojenostjo, konča pa, ko uživalec z jemanjem preneha, torej se spušča⁹ in prehaja na abstinenco.

Po Flakerju je kariera "proces psihosocialnega učenja". »Uživalec se mora naučiti tehnik uživanja (priprava droge, injiciranje, kajenje itd.), organizacije zaznavanja (opažanje in negovanje učinkov drog, reinterpretacija neprijetnih učinkov itd.), obrti (varnega uživanja, ravnanja z dilerji, policijo itd.) in vloge uživalca (ravnanje s stigmo, pogajanje s policijo, zdravniki, socialni delavci itd.) (Flaker 2002a: 211 – 240).« Potek kariere uživalca in stil uživanja sta odvisni predvsem od seznanjenja uživalca z različnimi načini uživanja. Lahko bi rekli, da so ravno dostopne informacije oziroma poznavanje drog tisto, kar vzpostavi razlikovanje med samimi skupinami uživalcev (Grebenc 2001: 112). Učenje uživanja droge, bi lahko rekli, poteka z vključevanjem v določeno skupino in njeno kulturo.

⁸ Z izrazom »džanki« ne mislim na nič slabšalnega, pač pa gre za tip uživalca heroina (po Flakerju 2002a), ki mu je heroin postal najpomembnejša stvar na svetu, zaradi česar ne more več igrati drugih vlog, ne da bi ga zaznamovala vloga džankija (Marenk 2008: 19).

⁹ »Spustiti se« v pogovornem jeziku, ki ga uporabljajo uživalci heroina, pomeni prenehati uživati heroin (Flaker 2002a: 214).

Pri ugotavljanju kariere (ravni uživanja in stopnjevanje kariere) posameznika, uživalca drog, se lahko, poleg že zgoraj omenjene Kuševičeve tipologije, opremo tudi na tipologijo Flakerja (1999: 809): neuživalci, priložnostni uživalci, redni uživalci, odvisni, zasvojeni, džankiji. *Neuživalci* so vsi, ki niso nikoli poskusili opiatov. *Eksperimentatorji ali občasni, naključni uživalci* so tisti, ki uživajo mamilo občasno ali eksperimentalno. Skupno jim je to, da je vzorec uživanja naključen in kaotičen, neurejen z drugimi tipi uživanja. »Največ eksperimentatorjev je med mladimi, saj je mladost obdobje, ko človek intenzivno razrešuje nekatere izzive življenja ter išče svoje mesto v njem. Upornost in iskanje tveganja sta del nabiranja življenjskih izkušenj in osebnostnega razvoja (Auer 2001: 22).« *Redni uživalci* so tisti, ki uživajo mamilo redno, pogostost uživanja je različna, časovni vzorci so ustaljeni. Odvisniki oziroma *odvisni uživalci* so uživalci, ki so odvisni od mamila, vendar tega ne vidijo kot zasvojenost, torej ne sodijo med zasvojence. Govorimo lahko o prehodnem tipu, tako glede kariere kakor glede klasifikacije. *Zasvojeni uživalci* so se naučili pohlepa po mamilu, ko so prepoznali svoje abstinenčne težave, in s ponavljanjem te izkušnje pridobili vedenje (in stališča) zasvojenega. Prav s tem prevzemajo vlogo zasvojenega ali pa se ji približajo. Zasvojenec postane *džanki* takrat, ko mu droga postane najpomembnejša stvar na svetu, to pomeni, da ne more več igrati drugih vlog, ne da bi ga zaznamovala dominantna vloga džankija (Flaker 2002a: 24 – 28). Džanki spada v tip disfunkcionalnega uživalca. Stephens (v Flaker 1999: 219) ugotavlja, da naj bi vloga džankija sestavljala naslednja vedenja: užival je več kot eno mamilo, najmanj enkrat je bil aretiran, izvršil je vsaj eno težje kaznivo dejanje, uporabil je nelegalne vire nabave mamil, mamilo je najpogosteje užival intravenozno, pred zdravljenjem se je "spustil" najmanj enkrat, najraje je užival heroin ali kokain, najmanj enkrat je preprodajal mamila.

Flakerjeva tipologija predstavlja možne stopnje ali faze kariere uživanja heroina in možnih tipov uživanja. Mogoči so tudi prehodi iz enega tipa v drugega. Če je mogoče napredovati od neuživanja prek vmesnih faz do vloge džankija, lahko domnevamo, da se kariera kdaj tudi ustavi na kakšni fazi ali tipu uživanja, ter tudi, da je mogoče nazadovati ali se premakniti v zgodnejšo fazo. Z vsakega tipa uživanja se lahko pomaknemo tudi na stopnjo neuživanja oziroma kariero uživanja heroina končamo (Flaker 2002a: 29).

1.3.1. Začetek

Zakaj nekdo začne jemati drogo? Petrović (v Polajner 1998: 67) pri vzrokih za jemanje drog poudarja zlasti interaktivno delovanje treh glavnih dejavnikov: fiziološko – kemičnih učinkov droge, osebnostnih lastnosti uživalca in značilnosti okolja. »Osnovni elementi trikotnika človek – okolje – droga so v stalni medsebojni interakciji, obenem pa pomen vsakega od osnovnih elementov variira od primera do primera. Npr. pri vzrokih za jemanje drog pri določenem posamezniku izstopajo predvsem njegove osebnostne lastnosti: nerazrešeni konflikti, biološke predispozicije idr. Pri teh lahko zasvojenost razumemo predvsem kot individualno-patološki fenomen. Če pa so vzroki za jemanje drog prednostno v domeni vplivov okolja, smemo jemanje drog in zasvojenost razumeti kot sociopatološki fenomen. V obeh primerih vpliv droge na zasvojenost ostaja skoraj enak, zato lahko ta vpliv opredelimo kot najmanj pomemben element izmed osnovnih treh (Petrović v Polajner, 1998: 68). In kot pravi Kvaternikova (2006: 176) zasvojenosti ne povzroča droga, temveč ravnanje z njo. Podobno poudarja Ramovš (1995: 97), da pri zasvojenosti nikoli ni problem droga, ampak vedno človek, ki se omamlja, in medčloveški odnosi vseh, ki živijo z njim. Torej moramo za urejanje zasvojenosti upoštevati vse tri vzroke: drogo, družbo-okolje in človeka samega.

Razlogi za to, da so osebe prvič posegle po drogi, so različni; Motivacija za prvo uživanje je radovednost, zelo pomembni so dejavniki socialne sprejetosti novinca v krog uživalcev in pa vpliv pomembnih drugih. Gre za prijatelje, ki ti ponudijo nekaj, kar počno sami. Do prvega uživanja pride v družbi, s prijatelji in znanci, preko njih se tudi nauči uporabljati pribor, pridobivati denar, uporabljati šifre, spoznati različne načine uživanja, vrste drog... Le redko se zgodi, da človek poišče drogo sam. »Skupine delujejo kot stroj, po eni strani praktičen, tehničen stroj, po drugi strani pa tudi stroj za ustvarjanje želje (Flaker 2002a: 175)«.

Poleg radovednosti in uveljavitve v vrstniški skupini so razlogi za uživanje še užitek, dolgčas, zgledi med vrstniki in partnerji, z gledovanjem po idolih, izziv neznanega, spoznavanje novih ljudi, stopnjevanje ustvarjalnosti, da bi bil bolj družaben, samozavesten, osebni problemi, priložnost za zaslužek (Flaker 2002a: 171,172).

Navadno ne gre za prvo omamo (večina jih je že poskusila alkohol, marihuano), večina jih pozna heroin iz pripovedovanja. Gre torej za počasno približevanje, ki uporabnike zanesi v prvo uživanje (Stephens v Flaker 1999: 220). Tudi, ko se oseba odloči (o zavedenosti ne bi

mogla govoriti), da bo heroin poskusila, navadno prvi poskus ni iniciiranje, pač pa snifanje ali kajenje heroina. V nekaterih primerih se srečamo s predhodnim pitjem makovega čaja oziroma makovih glavic. Zelo pogosta reakcija prvega zaužitja sta slabost in bruhanje. Te negativne navadno zasenčijo evforični učinki, ki so vzrok za nadaljnje uživanje heroina. Nekateri zatrjujejo, da je "flesh" tisti, ki jih potiska naprej, da si ustvarijo kariero uživalca, drugi prisegajo na kinkanje, stanje sproščenosti in brezskrbnosti, čeprav oseba deluje, kot da bi spala. Uživalci večkrat govorijo o občutkih moči, obvladovanju situacije, o povečani dojemljivosti itd., seveda pa moramo ob vsem tem vedeti, da so t.i. džankiji v manjšini.

Po začetnem uživanju pa do prve zasvojenosti poteka obdobje, ki bi ga lahko poimenovali medeni tedni. V tem času se pogostost uživanja heroina poveča, pride do prvih konfliktov s svojci, lahko se pojavijo tudi prve težave v šoli ali službi ter težave pri pridobivanju dodatnih sredstev za nabavo droge.

1.3.2. Medeni tedni

To je obdobje od začetnih prijetnih doživetij do prve zaznave odvisnosti. Pogostost uživanja se poveča, heroin postane prevladujoča droga, uživalci večkrat preklopijo na intravenozno uživanje, da bi svoj užitek povečali in podaljšali. Pojavijo se prve težave s svojci (posebej, če jih odkrijejo), s prijatelji, ki drog ne uživajo oziroma jih uživajo le občasno, v službi, šoli. V tem obdobju doživljajo občutja moči, ki jim jih daje heroin (so bolj samozavestni, počutijo se neranljive itd.), vendar pa ti občutki omogočijo tudi zanemarjanje predvidljivih posledic (Flaker 1999: 221).

1.3.3. Navleči se

Da se nekdo navleče, je potreben različen čas. Nekdo potrebuje tri tedne, dva meseca, nekdo šest, drugi spet leto dni. Odvisno od samega človeka, njegove tolerance in seveda od časovnega jemanja, od načina jemanja, kvalitete droge. Razloge za že razvito zasvojenost (Pregl v Merc 1995 v Polajner, 1998: 68) pa lahko iščemo v občutkih ugodja, pričakovanju posebnega učinka, begu iz realnosti, želji po evforičnem učinku, osebni negotovosti, zmanjšanju napetosti, strahu pred abstinenčno krizo ter neuspehom v družbenem in spolnem življenju.

»Pri navlečenju gre za več procesov hkrati. Eden je vsesplošna kriza. Konstrukcija sveta, ki je med drugim temeljila tudi na občutkih, ki jih daje heroin, se lahko sesuje. Igra in lahkotnost avtomatično postaneta svoje nasprotje. Uživanje heroina je v marsičem zapuščanje vsakdanjega in banalnega teritorija. Pri tem ne gre samo za novo čutnost, ki jo heroin ponuja, tudi ne samo za opuščanje običajnih stikov z družinskim in vrstniškim krogom, temveč tudi za strasten, romantičen odnos, kjer pomembnost objekta spremeni vsakdanje dogodke in početja v nekaj skrajno nepomembnega in celo motečega (Flaker 2002a: 192)«. »Človeku se mora zdeti, da nima kaj izgubiti, ali da je tisto, kar bo izgubil, nepomembno (ibid.).«

V tej fazi lahko govorimo o zasvojenosti, katere glavni kazalec je kriza, učinek odsotnosti heroina, ki je nekateri uživalci na začetku sploh ne prepoznajo. Grebenčeva (2003: 109) trdi, da je vprašanje krize tesno povezano z vprašanjem zasvojenosti. »Prehod na kompulzivno (zasvojeno) uživanje je pomembna sprememba statusa v karieri heroinskega uživalca, toda pogosto bo označen kot neopazen/nezaznaven zdrs – sivo področje, v katerem naraščajoča se vpletenost s heroinom osebe ni jasna in je odprta za različne zgrešene interpretacije. Znotraj prehoda lahko zaznavamo dve vrsti takih zgrešenih interpretacij. Prva je, ko oseba zase verjame, da je zasvojena, čeprav dejansko ni. Druga pa je, ko oseba ne verjame, da je že zasvojena, čeprav dejansko je (Pearson, Gilman, McIver v Grebenc 2003: 109).«

Življenje džankija se začne, ko uživalec doživlja krizo ob pomanjkanju heroina, pridobivanju denarja za drogo in pa ob nabavi droge. Druge stvari postanejo več ali manj postranskega pomena. Kriza je znak, da je oseba prestopila magično mejo, ki za večino predstavlja zdrs navzdol (Grebenc 2003: 110). Celoten svet uživalca heroina (džankija) se vrti okoli njega. Njihov upad socialnega statusa navadno vodi do kriminalizacije in stigmatizacije, saj uživalec za nabavo heroina potrebuje denar, ki se giblje nad povprečnimi dohodki, kar veliko zasvojencev pripelje v kriminal.

»Dominantna vloga, ki obvladuje teren uživanja in je hkrati najbolj destruktiven izid kariere, je džanki. Je popoln primer bavbava, ki povzroča moralno paniko, ima pa tudi učinek črne luknje, ki uživalce nenehno vleče k sebi, k uničujočim načinom uživanja drog. Na praktični ravni je to niz naučenih vedenj, v katera posameznika porinejo, ko mu s stigmatizacijo onemogočijo druge možnosti... (Flaker 2002a: 254). A ti, »ki so zaradi različnih okoliščin zdrsili iz neproblematične uporabe v džankizacijo, so v manjšini; in ta najbolj vidna, cestna podoba uživalcev je podlaga strahu in stereotipnih sodb (Rener v Flaker 2002: 7).«

Kriza ali odtegnitveni sindrom je telesne in psihične narave. Pri telesni krizi gre predvsem za telesne reakcije, kot so bruhanje, vročina, ki se menjava z mrzlico, potenje, bolečine v mišicah, driska, nespečnost, bolečine. Pri psihični krizi pa gre za nenehno željo po heroinu, zato gre pri procesu zdravljenja predvsem za spremembo načina življenja.

A ne gre le za to. Kriza s seboj prinaša tudi različne dejavnike tveganja, saj so ljudje v krizi manj pazljivi. Pospešuje prehod s snifanja ali kajenja na iglo, spodbuja souporabo pribora, kar s seboj prinaša tveganje za okuženost s hepatitisom C in virusom HIV. Le-tega s seboj prinaša tudi prostitucija. Pokaže se vzročna povezava s kriminalom, predvsem krajami, tatvinami, dilanjem (na ta način poskrbijo za svojo potrebo), agresijo, otežuje delo, izobraževanje. V krizi posameznik tudi tvega, da ogrozi svoje pozitivne socialne statuse (neopravičeno izostane z dela, kinka v šoli...). Kriza je poleg t.i. negativnih dejavnikov lahko tudi povod za iskanje pomoči, čeprav se po prestani krizi motivacija za zdravljenje zmanjša.

»Kriza je – tako kakor fleš – dogodek, pravzaprav antidogodek. Ni vrhunec, pač pa dno. Je dejanski označevalec odnosa s heroinom, je metafora neskončnosti in je neskončna, ponavlja se v spirali in ko jo potolažimo, vemo, da pride naslednja. Kriza je stik s smrtjo, z lastno nemočjo in hkrati močjo. Kot taka je tudi kažipot izhoda, točka, kjer se začarani krog oziroma spirala zasvojenosti lahko prekine. Bolj ali manj kažipot, ki ne kaže nikamor (Flaker 2002a: 214).«

1.3.4. Spuščanje in abstiniranje

Kriza je tudi možnost, da se "izkrizira". Načini, kako uživalci pridejo do abstinence, so različni. V večini primerov prevladuje "spuščanje" doma: pri tem se lahko "spuščajo na suho", drugi postopno, kar je mnogo lažja oblika spuščanja. To pomeni, da si uživalec dozo zmanjšuje sam, kar pa navadno ni uspešno. Pri obeh metodah sta potrebni volja in odločnost, vsekakor je prisoten strah pred krizo, ki si jo mnogi blažijo na različne načine: makov čaj, pomirjevala, uspavala, tudi alkohol in trava, vse, da se ublaži kriza. Najbolj značilen predstavnik lajšanja krize je vsekakor metadon, ki lajša bolečine, a je pri jemanju le-tega potrebno paziti, da se uživalec ne navleče še tega. Spuščanje s heroina torej navadno, ne pa nujno, poteka s pomočjo metadona, spuščanje z le-tega pa pomeni odhod v ustanovo, kjer je možna detoksikacija (Center za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog). Nekateri se

odločijo za detoksikacijo v psihiatrični bolnici, kjer se uživalec lahko spušča iz metadona, heroina ali obeh substanc hkrati.

»Spuščanje je del kariere, obdobja abstiniranja se velikokrat izmenjujejo z obdobji navlečenosti (Flaker 2002a: 220)«. To pomeni, da se uživalci odločijo za kratek predah v karieri, nimajo denarja in droge, morajo v zapor ali pa enostavno ne zmorejo dolge poti do popolne abstinence in kasneje vzdrževanja le-te. Zavedati se moramo dejstva, da pri odločitvi za abstinenco ne gre le za kratkotrajen proces, ne gre le za "izkrizirati se", saj se uživalci drog ne srečujejo le s telesno, fizično zasvojenostjo (navajenost telesa na določeno kemično snov), pač pa jim večje preglavice povzroča psihična zasvojenost (hrepenenje po drogi, ker le-ta daje prijetne učinke). To je vsekakor težje premagati, zato od vseh uživalcev ne moremo pričakovati, da jim bo tudi uspelo.

»Psihološka razlaga bi lahko bila, da je navezanost na heroin in na rituale, povezane s heroinom (injiciranje, nabava ipd.), tolikšna, da se ji uživalec ne more odpovedati, socialna pa, da se človek težko odpove socialnim okoliščinam in družbi, s katero je do nedavno užival heroin, a tudi participaciji v vseh dejavnostih, in da še vedno jemlje heroin, ker hoče pri vsem tem sodelovati. Položaj je še toliko bolj resen, če se uživalcu ne posreči nadomestiti socialnih dejavnosti (npr. najti nove družbe, novih interesov itn.) in tako ostane osamljen, izoliran; njegovo življenje je prazno (Flaker 2002a: 195)«.

Včasih je pomembno izbrati pravi trenutek, saj veliko uživalcev, ko je "na drogi" sanja o tem, da bi prenehali. Ko pride abstinenčna kriza, želja mine. To se lahko vleče mesece, tudi leta, lahko pa do resničnega "preklopa" sploh nikoli ne pride. Vsak uživalec drog vsaj nekajkrat v svoji karieri doživi uvid¹⁰, da je zavozil, da ima vsega dovolj, da si želi od življenja še kaj več kot striktno biti omejen na nabaviti in se zadeti. Kakšna bo njegova odločitev, je odvisno od intenzivnosti in časovnosti uvida. Da se to zgodi, pa mora človek doseči dno. Ko govorim o dnu, moramo upoštevati dejstvo, da je "doseči dno" povsem relevanten pojem, saj je za nekoga doseči dno povsem nekaj drugega kot za drugega. Na primer za enega uživalca heroina pomeni dno, da so ga vrgli iz službe, za drugega, da je "pristal" na cesti, spet za tretjega, da ne vidi iz zasvojenosti več izhoda in se vsakodnevno spopada z osebno stisko. Za uresničitev uvida sta namreč potrebni volja in odločenost, da svojo odločitev izpelje.

¹⁰ Ramovš vidi uvid kot celostno doživljajsko prepoznavanje bistva določene resničnosti (2001: 58).

Odločitev je v začetku bolj krhka, velikokrat v obliki meglenega občutka, da z načinom življenja ni zadovoljen in da mora nekaj spremeniti (Auer 2001: 103).

Govorimo torej o osebni odločitvi, ki ji navadno botrujejo številni dejavniki: različne bolezni, naveličanost scene, pritiski okolice, kar velja kot privolitev, zapor... »Na eni strani so okoliščine, ki so spodbudile uživalca, da se je odločil za abstinenco, torej zunanji dejavniki, na drugi pa njegova lastna volja, njegovi notranji vzgibi (Flaker 2002a: 224)«. Pravi razlog je torej spreobrnjenje. »Spreobrnitev je definirana kot odločitev, ki jo človek sam sprejme, ko udari ob dno svojega greha – zasvojenosti – in uzre "pravo pot", ki ga lahko popelje ven (Flaker 2002a: 234).«

A spreobrnjenje se ne zgodi kar tako. Za to je potreben čas, saj se človek navadno ne spreobrne kar tako. Če se je prej uživalec učil življenja na sceni (uživanja, slenga, ravnanja z drugimi...), se mora sedaj naučiti zapuščanja tega, kar je postalo njegov "varen" življenjski svet. Iz rok mora izpustiti vse, kar mu je bilo prej sveto. Občutke nenadne praznine mora nadomestiti z drugim smislom oziroma življenjem, ki ga osmišlja na drug način, kot je to počel do sedaj. »Pri odločitvi za prenehanje uživanja heroina se dejansko več razlogov združi v celostno odločitev. Ne gre torej nujno za odločitev, temveč le za prehod, lahko bi rekli zdrs v drug življenjski slog (Flaker 2002a: 225)«. Pri tem je pomembno, da si zna zasvojeni vsaj delno predstavljati, kakšno bo njegovo življenje brez drog in le-tega videti kot resnično dosegljivega.

Potrebna je torej sprememba. Sprememba v sebi, v odnosih, komunikacijskih vzorcih, obrambnih mehanizmi... Pri urejanju zasvojenosti poleg posameznika, človeka igrata pomembno vlogo tudi okolje in družba. Najbolj pomembna je podpora družinskih članov, prav je, da tudi družina zasvojenca razmisli o potrebnih spremembah. Poglavitno vlogo igra tudi okolica zasvojenca, ki pa je, na žalost, vse prevečkrat bolj negativno naravnana kot ne.

Na tem mestu bi kot izhod iz scene, poleg zgoraj opisanega (dozorevanje džankija), ki se konča z vrnitvijo nazaj v "normalno" življenje in/ali ponovnim recidivom, omenila tudi smrt. »Smrt ni le izhod iz scene, ampak je lik, ki je venomer na sceni. Smrt džankija je povezana zlasti s fenomenom overdovza. To je tista neposredna nevarnost, s katero se džanki dnevno srečuje (Flaker 1999: 234).« Vendar moramo razlikovati med dvema vrstama overdovza: med tistim, ko gre za nezgodo, in tistim, ki je suicidalen (ibid.).

1.3.4.1.Ovire in težave pri abstiniranju

Pri abstiniranju se osebe srečujejo z različnimi ovirami (Flaker 2002a: 226 – 232):

1. Socialno ozadje uživalcev (premožnejši sorodniki so bolj motivirani dati podporo, revnejši uživalci se srečujejo s pomanjkanjem le-te). »Pri drsenju v območje abstinence uživalci nove dejavnosti in nove vloge nujno igrajo z drugimi ljudmi... Pri spreobrnjenju gre predvsem za ponovno vzpostavljanje zavez in za zamenjavo romantičnega odnosa s heroinom za novo "zrelo" romantiko, kjer je pomemben človek, ki ti stoji ob strani in ki ta proces varuje in se mu posveča (Flaker 2002a: 226).«

»Starši so mi cel čas stal ob strani. Ampak ko sem prišel domov, je bilo vse isto kot prej. Hotu sem na svoje, ampak sem moro'u najprej dobit službo pa pol kakšen flat. Službo sem že dobu, preden bi šo'u pa lahko na svoje, bi pa pretekl še kr neki časa. Doma je postajal pa vse hujš: niso mi zaupal, spet so mi težil, me zaslišval, sej prav'm tko je blo kt prej. Sploh niso znal spoštovat tega kar sem poskušo'u naredit. Kakšn let sm zdržou, pol sm pa nazaj padu. Mogoče bi mogu bit bol potrpežljiv. Ne vem. Zdej se spet prpravljam za komuno. Upam, da mi bo ratal.«¹¹

Pri vzpostavitvi abstinence je vsekakor zelo pomembna podpora najprej ožjih družinskih članov (starši, bratje, sestre...) in seveda prijateljev, ki, če jih sploh imajo, niso posegali po drogi. Spodbujanje z njihove strani ima sicer veliko težo, vendar je pri socialni urejenosti uživalcev pomembno, da se "spremenijo" tudi sorodniki, saj so ravno družine oziroma član v družini lahko tisti, ki vzdržujejo začaran krog zasvojenosti uživalca. Tako procesa ne varujejo, pač pa ga, ravno obratno, lahko prekinejo. Seveda so poleg ožjih družinskih članov pomembne še "druge osebe", ki so uživalcu lahko v oporo: kompetentna socialna delavka, skupina za samopomoč (nekdanji uživalci drog)... Pomembna sta razumevanje in iskrena opora.

Pritisk s strani družine, neustrezne reakcije, nesodelovanje, nerazumevanje itd. pa so tisti dejavniki, ki uživalca vlečejo nazaj v krog zasvojenosti.

¹¹ Te izjave so nastale v pogovorih in zapisih z aktivnimi uživalci drog v Labirintu v Kranju (Center za pomoč, terapijo in socialno rehabilitacijo zasvojenih), ker me je zanimalo, kaj menijo o ovirah in težavah pri abstiniranju, kot jih omenja Flaker v "Živeti s heroinom I." Uporabljene so bile le za namen pisanja diplomske naloge.

2. Mreža uživalcev ali odsotnost mreže, ki pripelje v osamitev. Strah pred drogo in strah pred normalnostjo – zdi se, kot da si se znašel v nekakšni črni luknji, iz katere ni izhoda. »Bojazen pred normalnostjo ne izvira le iz nespretnega opravljanja vsakdanjih opravil, iz pomanjkanja spretnosti v klepetanju o vsakdanjih problemih, temveč iz pomanjkanja interesa za banalno in iz neopremljenosti za ustvarjanje povsem neproblematične vsakdanjosti, ki ni nič posebnega (Flaker 2002a: 228).«

»Razmišljala sem, da nočem živeti tako kot živi večina: zjutraj vstaneš, se umiješ, v službo, domov, poješ kosilo, potem pa pred TV. Pa družina, imeti družino, en navaden dolgčas. Tukaj nisem videla smisla. Na drogi se je vsaj kaj dogajalo. No, ampak absurd je ta, da sedaj iščem smisel ravno v tem vsakdanjiku, želim početi stvari, ki me veselijo.«

Če se lahko tu navežem na Trainspotting: *»Izberi življenje. Izberi službo. Izberi kariero. Izberi družino. Izberi preklemano velik televizor. Izberi pralne stroje, avtomobile, kompaktne diske in električne odpiralce konzerv... Izberi DIY in se sprašuj, kdo preklemano si v nedeljo dopoldne. Izberi sedenje na tistem kavču in opazuj um – show spodletelih iger – in basanje z junk hrano. Na koncu vsega pa izberi svoje lastno gnitje, na katerega se poščiš v svojem lastnem grozljivem domu, ki je sebičnim, posranim mulcem, ki si jih naredil, da bi nadomestil sebe, v zadrego. Izberi svojo prihodnost. Izberi življenje... A zakaj bi si kaj takega sploh želel storiti?«¹²*

Poiskati smisel v malih, vsakdanjih stvareh, ki jih počneš. Ni tako lahko, a vseeno dodaš življenju smisel, da lahko nadomestiš določene užitke, ki ti jih da droga.

3. Uživalci so priča številnim neuspehim poskusom, saj skoraj ne poznajo nikogar, ki bi uspešno abstiniral dlje časa. Uživalci to izkušnjo doživljajo kot edino mogočo, se identificirajo z njo – zgleda, kot da ni mogoč noben drug potek. Dejstvo je, da drugega ne vidijo, torej tistih, ki abstininirajo, saj so se ti umaknili s scene, zato ne morejo biti zgled tistim, ki so še na sceni (Flaker 2002a: 229).

¹² Original tekst: *»Choose life. Choose a job. Choose a career. Choose a family. Choose a fucking big television. Choose washing machines, cars, compact disc players and electric tin openers... Choose diy and wondering who the fuck you are on sunday morning. Choose sitting on that couch watching mind – numbing spirit crashing game shows, stuffing junk food into your mouth. Choose rotting away at the end of it all, pissing your last in a miserable home, nothing more than an embarrassment to the selfish, fucked up brats you spawned to replace yourself. Choose your future. Choose life... But why do I want to do a thing like that?«*

»En kup jih je, ki so padli nazaj. Samo zadnji mesec so se na sceni spet pojavili trije, ki so bili u komun pa pol neki časa doma. Zgledal je, da jim bo ratal...«

4. Pomanjkljiv in neažuren odgovor služb, ki naj bi pri abstiniranju pomagale. Pri tem gre predvsem za dolgo čakanje, arogantnost in nemarnost strokovnih delavcev, uradne ure, nimajo urejenega zdravstvenega zavarovanja... (Flaker 2002a: 231).

Uživalci drog večkrat omenjajo dolge čakalne vrste, še posebej za detoksikacijo. Med čakanjem si lahko večkrat premislijo, kar pomeni, da gredo pomembne priložnosti mimo njih.

»Hodiš na razgovore vsak teden in čakaš, da boš prišel na vrsto. Jaz sm čakal dva meseca. Če bi bil pozitiven na heroin, bi čakal še dalj...«

»Jz grem na socialno samo zaradi socialne pomoči, ostalo me ne zanima. Enkrat sm šou na razgovor k socialni delavki, ma mi je sam pamet solila. Kaj mi bo, takih mam dost na vsakmu voglu. Noben se ne zna normaln pogovarjat s tabo, žalostn...«

Poleg omenjenih bi k oviram lahko prišteli še naslednje dejavnike: samega zasvojenca, starše, prijatelje in znance, policijo in sodstvo, širše okolje in drugo.¹³

Zasvojenec sam se ovira s tem, ko ni pripravljen na spremembe in ne želi spremeniti stila življenja. Zapleta se v družbeno nesprejemljiva in kazniva dejanja s tem, ko preprodaja drogo in s tem pridobiva nove uživalce. S tem stopnjuje svoje probleme, pa tudi vedenjsko in osebno motenost.

Starši (družina) so ovira, kadar ne sodelujejo v obravnavi, so nepripravljeni prevzeti del odgovornosti nase in se spremeniti. Starši lahko minimalizirajo ali zanikajo problem, lahko pa tudi zaničujejo poskuse zasvojenca, češ da mu tako ni več pomoči. Marsikdaj so ovire tudi v razpadu družine, slabih odnosih v družini ali v prisotnosti alkohola in drog v njej. Problem je lahko tudi socio-ekonomski položaj družine, kot je omenjeno že v prvi točki ovir po Flakerju. Prijatelji in znanci ovirajo zasvojenca predvsem tako, da ga na različne načine znova navajajo v zasvojenost. Predvsem gre za ohranjanje starih vzorcev obnašanja (mu ponujajo heroin, vabijo na zabave, kjer je droga itd.). Lahko se ga tudi začnejo izogibati, ker se je začel zdraviti

¹³ Slednje so rezultati raziskave Kaj ovira in kaj pomaga..., ki sta jo izvedla Nino Rode in Melita Žontar, 1999. Del raziskave je bil objavljen v reviji Socialno delo, letnik 40 (2001), št.6, z naslovom Prostovoljci pri delu z zasvojenimi: Primer Centra za odvisnosti Kranj.

ali pa se mu zaradi tega posmehujejo. Tisti, ki niso uživalci, zasvojenca marsikdaj odklanjajo ali pa si zatiskajo oči pred problemom in mu nudijo lažno pomoč.

Pri policiji ovirajo predvsem represivne metode dela, ki lahko prehajajo tudi v šikaniranje in prestopanje mej kompetenc. V sodstvu se ne poslužujejo alternativ pri kaznovanju, ne sodelujejo z drugimi institucijami. Škoduje tudi slaba organizacija ali celo korupcija.

Širše okolje ovira s stigmatizacijo zasvojenca in z njegovim izločanjem iz družbe, marsikdaj ni osveščeno in informirano o problemu in ga dramatizira, zato ima negativno splošno mnenje o zasvojenih in odklanja prizadevanja v smeri reintegracije bivših uživalcev. V nekaterih okoljih prevladujejo družbene norme, ki odobravajo odvisniško vedenje, kar je dodatna ovira pri zdravljenju.

1.3.4.2. Pomoč pri abstiniranju

Odvisnikom je pri abstiniranju v pomoč naslednje (Flaker 2002a: 232 – 234):

1. Prerasteš (na življenje začneš gledati drugače); različne drugačne dejavnosti omogočajo, da človek lahko postane še marsikaj drugega, da doživi veliko novega in prebrodi prepad med uživalcem in neuživalcem in vlogo slednjega napolni z vsebino.
2. Pomembnost ljudi, ki ti stojijo ob strani (izogibanje družbe uživalcev, pomoč bivših uživalcev).
3. Odhod v drugo okolje.

Slednje se mi zdi sporno, predvsem v začetni fazi abstiniranja oziroma odvajanja. Odhod v drugo okolje sicer lahko pomaga (oddaljene terapevtske skupnosti, komune), vendar se mora uporabnik po določenem času vrniti v okolje, v katerem se je "tragedija" nekega življenja začela. Spoprijeti se mora z realnostjo, z vsemi težavami in ovirami, od katerih se je prej "uspešno" umikal. Nikomur ni "prišparano" ničesar. Umik v drugo okolje na tej stopnji zato ni konstruktivno, temveč prej destruktivno dejanje. Za primer si lahko vzamemo Christiane F. Človek mora spremeniti način življenja, način razmišljanja, zato umik v drugo okolje včasih ne pomeni prav ničesar.

V raziskavi z naslovom »Kaj ovira in kaj pomaga...?« lahko preberemo, da pri abstiniranju pomaga zasvojenec sam, starši, terapevt, bivši odvisniki, prostovoljci, širše okolje ter drugo.

Zasvojencu pomaga, če je motiviran za spremembe v svojem življenju, če si zna postaviti uresničljive cilje. Dobro je, če se aktivno vključi v reševanje svojega problema, da poišče strokovno pomoč in vzpostavi zaupanje s strokovnjakom.

Starši si morajo priznati problem in spoznati vedenje zasvojenca. Otroka morajo podpreti pri zdravljenju in sodelovati pri terapiji. Skupaj z zasvojenim in terapevtom morajo postaviti jasne meje in izpolniti dogovorjeno. Obenem morajo s svoje strani narediti vse, da izboljšajo odnose z zasvojenim otrokom in v družini nasploh.

Terapevt mora biti usmerjen k zasvojencu. Pri njem si mora pridobiti zaupanje, mora mu biti čim bolj dostopen in mora ažurno ukrepati. Zasvojenca mora podpirati, ga usmerjati pri zdravljenju, hkrati pa biti potrpežljiv in zasvojencu dati čas potreben za odločitve in spremembe. Terapevt se ne more omejiti zgolj na delo z zasvojenim, temveč mora delati tudi s celotno njegovo družino in ji nuditi oporo.

Bivši uživalci zasvojencu pomagajo s svojim zgledom in s posredovanjem izkušenj o zdravljenju, razjasnjevanju nejasnosti itd. Hkrati mu nudijo podporo pri zdravljenju.

Prostovoljci so v pomoč tako zasvojencu kot terapevtu, saj razumejo oba pola in omogočajo boljše medsebojno razumevanje in utrjevanje programov pomoči. Zaradi generacijske bližine jim je omogočen svobodnejši pristop do zasvojenega. Z druženjem mu dajo možnost preko socialnega učenja naučiti se novih socialnih veščin pri reševanju problemov.

Okolje najbolj pomaga, če zgodaj opazi in opozori na odvisniško vedenje, da ne stigmatizira in je do zasvojenca strpno. Predvsem je pomembno, da pozitivno ovrednoti spremembe zaradi zdravljenja.

1.4. KAKŠNO POMOČ UŽIVALCI HEROINA POTREBUJEJO?

»Poleg pripovedovanj zgodb je kariera tudi niz družbenih in družabnih dogodkov, konkretnih obubožanj in družbenih intervencij ter institucionalnih pripomočkov. Poleg zdravstvenih težav je z uživanjem povezanih tudi veliko socialnih posledic... (Flaker 2002a: 252).« Tako se v karieri uživalca srečamo z različnimi službami, saj se na različnih stopnjah uživalci heroina in kasneje abstinenti srečujejo z različnimi težavami in ovirami, službe pa naj bi tako nudile široko paleto pomoči, ki naj bi uživalcem in abstinentom omogočale lažjo naravnost do samega sebe in družbe nasploh.

Če se torej vrnemo na kariero uživalca drog, lahko vidimo, da na različnih stopnjah zasvojenec potrebuje različne vrste pomoči. Na začetni fazi, ko do zasvojenosti še ne pride¹⁴, uživalci pomoči ne iščejo. V tej fazi so še vedno vključeni v izobraževalni ali zaposlitveni sistem. Če niso, je edina pomoč, ki jo takrat iščejo, denarno socialne narave. Pridejo na CSD in vložijo vlogo za denarno socialno pomoč. Na stopnji zasvojenosti je za uživalce najprimernejša strategija zmanjševanja škode. Govorimo o nizkopražnih programih (predvsem Društvo Stigma), ki so usmerjeni predvsem na informiranje o poškodbah žil in tkiva zaradi injiciranja v stresnih okoliščinah, o bakterijskih zastupitvah (injiciranje v nesterilnih, stresnih pogojih – javni wc-ji, kleti, zapuščene hiše), o nevarnosti okužb s krvjo prenosljivih virusov (tipi hepatitisa, HIV – v že navedenih pogojih, obenem s tveganimi rituali souporabe različnih pripomočkov, kot so igla, voda, filter, žlica oz. »kuhalnik«), o nevarnosti predoziranja (različni viri nabave, injiciranje v krizi, nihanje tolerance, stresne situacije, souporaba drugih substanc ter alkohola), obolevnosti zaradi dodatnega vnosa primešanih substanc, ki jih vsebuje »street dope«, o splošnem slabšanju zdravja, ki - kot končni izid navedenih nevarnosti - lahko hkrati vključuje več značilnosti (virusne in bakterijske okužbe, sepse, abscesi, podhranjenost, kronični bronhitis, tuberkuloza, zlatenica, aids) (Kocmur, 2008)¹⁵.

Ko se uživalci odločijo za abstinenco, se lahko poslužujejo različnih zdravstvenih in socialnih služb, metadonskih centrov, detoksikacije, programov odvajanja (komune, terapevtske skupnosti), po nekaj mesečni vzdrževani abstinenci pa tudi programov reintegracije.

¹⁴ In tudi ni nujno, da pride. Glej tipologijo uživalcev drog.

¹⁵ <http://www.drustvo-stigma.si/politika-droge-in-zmanjevanje-kode/208-paradigma>

1.4.1. Službe, ki delujejo na področju zasvojenosti od drog

V začetku devetdesetih let XX. stoletja v Sloveniji praktično ni bilo nobenih posebnih služb, ki bi se s problemom soočale in odvisnike pravilno usmerjale. Nekateri so šli na detoksikacijo v psihiatrično bolnico, potem naprej na Karitas, kjer so jih vozili v Udine na kolokvije, od tam pa naprej v komuno (Don Pierinova skupnost Srečanje). Začel se je razdeljevati metadon v Ljubljani in Kopru, Stigma je bila še pionirski projekt. V nekaj letih so se te službe razširile, danes jih je kar precej, tako na področju zdravstva kot na področju sociale. To pomeni, da je Slovenija na področju problematike drog odprla oči in se nehala sprenevedati. Vseeno je bila slovenska javnost in tudi strokovni del družbe zelo laičen in neveden glede tega. Prevladovalo je mnenje, da je osebe na heroinu potrebno "zdraviti". Že v takratnih načrtih (leta 1992, ko je skupščina RS sprejela »Nacionalni program za preprečevanje zlorabe drog v RS«) so vsi programi, z izjemo enega, opredeljevali patološkost uporabe drog in nanjo navezovali zdravljenje uporabnikov. Trikotnik droga – patologija – zdravljenje je bil kot družbena norma tako močno usidran, da je bila vsakršna alternativa o vprašanju "nepatološke" uporabe drog povsem neprimerna (Deželan, Drobne v Podmenik, 2007: 299).

Cilj zdravljenja je vračanje v normalne družbene tokove, pa najsi gre za medicinski, socialni ali represivni postopek zdravljenja. Stališče medicine problem uživanja drog prepoznava kot zdravje ali bolezen, pravo išče med poloma krivice in pravice, politika skrbi za zagotavljanje družbenega konsenza, teološki pogled pa je usmerjen na moralno kritično presojanje. Socialno delo je tista stroka, ki mora upoštevati vse ostale poglede, a ima vsekakor tudi svoj avtonomen pogled. Stefanoski (v Herwig-Lempp, Stover, 1996: 289-300) govori o socialnem delu, ki akceptira uživanje drog. Za razliko od tradicionalnega pristopa nikogar ne prisili k zdravljenju ali posvetovanju, njen predmet vidi v procesu pomoči in v metodah pomoči udeležencem, v problemu oziroma nudenju pomoči članom odnosnega sistema na vseh ravneh bivanja (osebni, medosebni in družbeni ravni). Pomoč poteka skozi podporo medsebojne povezanosti članov odnosnega sistema in pomoči ob procesih reorganiziranja, če so ti potrebni za zadovoljnejše življenje. Pomembno za socialno delo, ki sprejema uživanje drog, je tudi to, da ne postavlja abstinence kot pogoj, o njej se je možno pogovarjati šele na pobudo samega uživalca. Takšno socialno delo podpira procese socialne integracije in samopomoči, poudarek pa je na naraščajoči zdravstveni in socialni angažiranosti (ibid.).

Socialno delo, ki akceptira uživanje drog, dojema uživanje drog kot način življenja posameznika, za katerega se je odločil sam. Takšen pogled je torej prispeval k razvoju nizkopražnih programov, ki se osredotočajo predvsem na demarginalizacijo uživalcev drog ter za pomoč pri njihovem preživetju brez abstinence. Pri tem gre za večjo dostopnost služb uživalcem drog in odpravljanje nujnosti abstinence (ibid.).

Veliko časa je bilo potrebno, da je slovenski prostor pridobil raznovrstna znanja in da smo sprejeli dejstvo, da nekateri zasvojenici še niso pripravljeni, da bi popolnoma prekinili z uporabo drog, zato so se zanje vzpostavili programi zmanjševanja škode. Tako lahko danes govorimo o mreži, ki obsega vse programe, od nizkopražnih do visokopražnih, ki temeljijo na abstinenci, in zato zajemajo le majhen del zasvojenih od drog. Prav tako obstaja mreža programov v javno zdravstvenem sistemu, ki je pomemben del na področju obvladovanja problematike drog. Strokovna delavka, s katero sem na začetku tega leta v sklopu predmeta "zasvojenost" opravila intervju, pravi takole: »Cilj je z uporabnikom doseči abstinenco od PAS oz. stabilnost na substitucijski terapiji (metadon) in mu hkrati pomagati, da se integrira v okolje, konkretno to pomeni pomoč pri urejanju zdravstvenih in socialnovarstvenih storitev, usmerjanje in pomoč pri vključevanju v visokopražen program, iskanje zaposlitve, nudenje psihosocialnega svetovanja in psihoterapije. Izhodišče dela je opolnomočenje uporabnika in pomoč pri doseganju avtonomnosti ter pri tem, da sprejme odgovornost za svoje življenje kot samostojna odrasla oseba (Lajković 2010).«

1.4.2. Nizkopražni programi (*zmanjševanje škode*)

K razvoju teh programov je veliko prispevalo socialno delo, ki akceptira uživanje drog. Programi nizkega praga so se začeli razvijati sredi 80. let XX. stoletja kot reakcija na epidemijo HIV in hepatitisa, torej kot neko sredstvo za varnost družbe v celoti (Nizozemska, Švica). V službe nizkega praga spadajo t.i. "harm reduction" programi – programi za zmanjševanje škode, ki so povezani s tveganji uživalca. In kakšna so ta tveganja? »Največje tveganje, ki ga prinaša uživanje heroína, je prav džankizacija, proces, v katerem uživalec hkrati z uživanjem heroína zaradi družbene reakcije na svoje početje (kriminalizacija, stigmatizacija ipd.) in družbenega statusa same substance (prepovedana, demonizirana itn.) progresivno tone na družbeni lestvici, je izločen iz produktivnih družbenih procesov (sveta, dela, izobraževanja) in izobčen iz neformalnih mrež... Je prav gotovo glavni dejavnik celega

niza socialnih in zdravstvenih posledic, ki jih pripisujemo uživanju heroina (Flaker, 2002b: 256).«

Kriza. Tveganje v krizi je povezano s pomanjkanjem droge, pribora, denarja. Zaradi krize uživalec lahko ogrozi tudi svoje pozitivne socialne statuse. Človek je namreč v krizi bolj dovzeten za razna tveganja, ker hiti. Dostikrat se zgodi, da za svojo potrebo vzame že uporabljeno iglo ali pribor, ki je umazan, s čimer sam sebe ogrozi z grožnjo virusa HIV ali hepatitisa C. Uživanci pribor večinoma kupujejo v lekarnah, v Stigmi, nevladni organizaciji, pa ga lahko dobijo zastonj.

"Overdovz". Tveganje zmanjšujejo prostori, kjer se je mogoče varneje zadevati, kar omogoča, da souživalci pomagajo (sol, narkanin, hitra strokovna pomoč) in ne pobegnejo. Tveganje pri predoziranju je večje, če se heroin meša z drugimi substancami, nepoznavanje zmesi, precenjevanje doze. Velik del teh razlogov je posledica črnega trga.

Spolnost. Ta s seboj prinaša nezavarovanost, zaradi možne prostitucije pa tudi stigmo. *Dilanje.* Največje tveganje sta slaba roba, torej možnost prevare, in policija. Uživalec v večini primerov tudi sam postane diler, poveča se tudi možnost nasilnih dejanj zaradi same preprodaje, ki je kaznivo dejanje.

Vožnja v prometu. Pomembno je zavedanje, da heroin lahko povzroči počasnejše reflekse. Tveganja, povezana z vožnjo na heroinu, so: prometni prekrški, zapleti s policijo, moralna in socialna škoda.

Flaker (2002b: 215) omenja tudi tveganje, povezano s strokovnimi službami, ki z uživalci ravnaajo nespoštljivo in ponižujoče stereotipno. Torej so *strokovnjaki* v vlogi nekoga, ki ve, uporabniki pa tisti, ki morajo čutiti, da pomoč potrebujejo.

Dejstvo je torej, da programi nizkega praga dosežejo tudi najteže dosegljivo populacijo odvisnikov in odvisnic od nedovoljenih drog oziroma osebe, ki niso v stiku z nobeno zdravstveno ali socialno službo.

Paradigma zmanjševanja škode se ukvarja z realističnimi problemi in možnostmi pomoči povezanimi z uživanjem drog. »Ta prijem izhaja po eni strani iz pragmatičnega spoznanja, da so droge pojav, ki obstaja v vseh civilizacijah in ureditvah in ga ni mogoče povsem odpraviti, po drugi strani pa iz etične opredelitve, da je uživanje drog osebna odločitev in pravica vsakega človeka, da počne s svojim telesom, kar hoče... Seveda je tudi odgovor na epidemijo aidsa (omilitev in zmanjšanje škodljivih posledic drog) ter antizahteva po abstinenci, ki je dolgo veljala za edini način reševanja problematike zasvojenosti. S perspektive socialnega

dela govorimo o konceptu, ki akceptira pojav uživanja drog na način prilagajanja realno dosegljivim ciljem na ravni individualnih obravnav ter v zavzemanju za tiste vidike normalizacije, ki preprečujejo nepotrebno škodo, ki nastaja tudi zaradi neustreznega družbenega odziva na pojav drog.

Zmanjševanje škode na področju drog se v svojem bistvu nanaša na politike (konceptualne pristope) ter praktične programe z namenom zmanjšanja škode, ki nastaja v povezavi z jemanjem (nedovoljenih) drog. Razločevalna poteza koncepta zmanjševanja škode je prej v osredotočenju na preventivo škodljivih posledic rabe drog, kakor pa na preventivi jemanja drog kot takih. Kolikor je zamolčana predpostavka preventive jemanja drog doseganje družbe brez drog (kar je zgolj utopija), je odgovor zmanjševanja škode v naslavljanju na realno dosegljive cilje, ki so vidni v zmanjšanju okužb, zmanjšanju stopnje smrtnih primerov, zmanjšanju posledičnega kriminala in trpljenja ter izboljšanju socialnega, zdravstvenega in ekonomskega stanja uporabnikov. Ni realno pričakovati, da bomo samo z represijo, zdravljenjem, ali primarno preventivo zmanjšali porabo drog in s tem posledične škode; to je že dolgo očitno glede na slabšanje situacije v svetu in pri nas. Vseh ne moremo ozdraviti (ti so le vrh ledene gore), vseh ne moremo strpati v zapor (vsaj dokler živimo v nekakšni demokraciji) in vseh ne moremo vpreči v ideologijo primarne preventive, če se zavedamo aktualnih družbenih in socialnih razmer (namesto tega se število uporabnikov drog žal ne zmanjšuje, kvečjemu narašča). Strategija zmanjševanja škode torej podrazumeva drugačno merjenje rezultatov (Kocmur, 2008)¹⁶

Cilj zmanjševanja škode je v zmanjševanju negativnih posledic, ki jih občutijo posamezniki, skupnost in družba, medtem ko posameznik še vedno uživa droge (Marenk v Grebenc 2003: 61). To pa ne pomeni, da zmanjševanje škode izključuje abstinenco, ampak da sta tako zmanjševanje škode kot abstinenca le dva od možnih pristopov oziroma strategij, s katerimi se naslavlja problem uživanja drog (ibid.).

K nizkopražnim programom prištevamo: terensko delo, ki je lahko ključen dejavnik pri spremembi zavedanja samih uživalcev (*»...ni prov, da kr mečemo te igle povsod...«*), Centre za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti oziroma metadonske centre, ki jih je v Sloveniji največ, saj je vzdrževanje na metadonu ena najbolj razširjenih in glavnih obravnav zasvojenih

¹⁶ <http://www.drustvo-stigma.si/politika-droge-in-zmanjsjevanje-kode/208-paradigma>

od heroína. »Z nadomeščanjem heroína se ustavi hlepenje po drogi, uživalcu heroína ni treba kupovati niti pridobivati denarja za nakup, s čimer je razbremenjen neposrednih stikov in vključevanja v ilegalno trgovanje, hkrati ima vsaj načelno več denarja in časa in lahko oboje uporabi za izboljšanje kvalitete svojega življenja (Flaker 2002b: 194)«. Kljub tem pozitivnim dejavnikom pa osebe lahko postanejo od metadona fizično in psihično odvisne. Zaradi tega tako med laiki kot strokovnjaki prihaja do nasprotujočih se pogledov glede njihove uporabe, očitno je tudi medicinski represivni pristop.¹⁷

Poleg terenskega dela in razdeljevanja metadona lahko k nizkopraznim programom prištevamo tudi skupine za samopomoč, čeprav bi jih lahko šteli tudi k visokopraznim¹⁸.

1.4.3. Visokoprazni programi

Visokoprazni programi so usmerjeni v urejanje zasvojenosti in vzpostavljanje abstinence, temeljijo na življenju brez drog. Auer (2001: 133) med programe visokega praga uvršča tiste, ki so osnovani na modelu socialnega učenja, ki pospešuje spreminjanje odvisniškega vedenja in osebne spremembe nasploh. Ob tem so pomembni razvoj socialnih veščin, vzgoja in izobraževanje ter odprava protidružbenega vedenja. Temeljni element rehabilitacije je razvoj zmožnosti pomagati samemu sebi. Tako je pomembno, da se človek v visokopraznem programu nauči živeti brez opojnih substanc, da si pridobi oziroma privzgoji pozitivne lastnosti in da le-te na novo pridobljene zmožnosti vnese v svoje življenje ter konstruktivno z njimi živi.

»Visokoprazni programi so nastali pred približno 40 leti v Združenih državah Amerike. Njihov nastanek povezujejo z vietnamsko vojno, iz katere se je vrnilo veliko zasvojenih vojakov. Veliko število zasvojenih in premalo programov, ki so bili predvsem individualno usmerjeni, je sprožilo idejo po samoorganiziranju in samopomoči. Na začetku je bila to predvsem samopomoč in šele postopno so se vključevali elementi terapije. Nastalo je veliko terapevtskih skupnosti in komun, azilov, ki so na različne načine pomagali zasvojenim.

¹⁷ Pri metadonskem vzdrževanju se odvisniku od heroína da metadon, ki ga spiše pred medicinsko sestro oziroma pred medicinskim delavcem (pomešan s sokom, da ne bi prihajalo do zlorab). Pomembne odločitve glede uporabnikov strokovni delavci (zdravnik/-ica, psiholog/-inja, socialna delavka) sprejemajo v timu, ki se v večini metadonskih centrov sestaja ob torkih. Lahko bi rekli, da je to čas, ko so pogovori bolj osebni, išče se primerna pomoč. Drugače uporabniki ob prejemu metadona doživijo pregrado, ki jih ločuje od bolj pristnih in zaupljivih stikov z osebjem.

¹⁸ Ker se vanjo vključujejo tudi abstinenti.

Izkazalo se je, da je za celovito obravnavo zasvojenosti velikega pomena tudi časovna komponenta, tako da programi trajajo od dveh do treh let. Nekateri so usmerjeni bolj v delovno terapijo in v to, da gre posameznik iz okolja, kjer se je problem začel, spet drugi so usmerjeni v samopomoč ali v psihoterapevtsko delo, ki poleg delovnih aktivnosti zajema še poglobljeno osebno in partnersko delo. Programi se razlikujejo tudi glede vključenosti in sodelovanja družinskih članov (Hodnik idr. 2005: 1).«

1.4.3.1. Detoksikacija

Čeprav se v proces detoksikacije vključujejo aktivni uživalci heroina, spada le-ta med visokopražne programe, saj je njegov osnovni namen vzpostavitev abstinence. Izvajanje detoksikacije poteka na več načinov:

- nenaden odvzem heroina (abstinenčne težave blažijo s pomirjevali)
- postopno zmanjševanje doze (najprej zamenjava heroina z metadonom).

Detoksikacija je v življenjih uživalcev heroina večkrat prisotna. Za detoksikacijo se dostikrat odločijo uživalci heroina zaradi različnih razlogov, vendar večkrat nimajo namena vzdrževati abstinence. Če ga imajo, se navadno vključijo v nadaljnjo terapevtsko obravnavo. Detoksikacija poteka pod strokovnim medicinskim nadzorom, vključuje tudi psihoterapevte. Že nekaj let detoksikacija poteka v okviru Centra za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog (po domače Center za detoksikacijo) na Zaloški v Ljubljani, možna pa je tudi v nekaterih psihiatričnih bolnicah po Sloveniji (Vojnik, Begunje, Idrija).

Center za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog obsega svetovanje, ambulantno in bolnišnično zdravljenje, dnevni center. Ambulantno delo poteka v obliki individualnih pogovorov ali terapevtskih skupin, obsega tudi priprave za sprejem v bolnišnico. Na oddelku za detoksikacijo je oseba šest tednov, po tem obdobju pa se lahko vključi v osemtedensko nadaljevalno zdravljenje na Oddelku za intenzivno podaljšano zdravljenje. Kasneje je možna vključitev v dnevni center, v tem času se je možno vključiti v programe dodatnih terapevtskih skupin, kluba ali skupin za samopomoč. Cilj zdravljenja je vzpostavitev abstinence in pomoč pri njenem vzdrževanju z ustrežno spremembo življenjskega stila (Kastelic, Mikulan 2004: 132).

1.4.3.2. Terapevtske skupnosti ali komune

Orientacija zdravljenja je v terapevtskih skupnostih usmerjena na abstinenco in na radikalne spremembe osebnosti, mišljenja, vrednostnega sistema in življenjskega stila. Čeprav je osnoven namen vseh TS enak, ločimo socioterapevtsko in psihoterapevtsko usmerjene skupnosti. Prve pozornost namenjajo vedenju v skupini in v konkretnih življenjskih situacijah, druge pa se ukvarjajo s posamezniki in vzroki, ki so jih peljali v odvisnost (Auer 2001: 133).

V Sloveniji se zasvojenci s heroinom, v zadnjih nekaj letih tudi ostali zasvojenci, poleg v skupnost Srečanje (zavod Pelikan Karitas) obračajo še na projekt Človek, društva Up (Dianova, Val di nevole), Svit (Lautari) in Doulus (Reto in Remar centri), kjer je vstop možen brez abstinence. Mnenja o komunah so zelo različna, največ kritik se navadno sliši s strani tistih, ki programa niso zaključili in so se vrnili k aktivnemu uživanju psihoaktivnih substanc oz. heroina. Prednost nekaterih komun (Reto, Remar) je ta, da je vstop možen še pod vplivom psihoaktivnih substanc, vendar ima to lahko tudi povsem samosvojo ceno: večkrat uporabniki, ki se vračajo iz teh komun, pravijo, da si osebje v teh komunah želi, da bi uporabniki tam tudi ostali in jih na različne načine v to želijo tudi prepričati.¹⁹ To so komune, ki bazirajo na katoliški veri, in možno je, da uporabnik eno vrsto zasvojenosti zamenja z drugo. V programu reintegracije se v tem kontekstu opaža, da se uporabniki še zdaleč niso osamosvojili v svojem mišljenju in razmišljanju. Strokovno kot laično delo je zato oteženo, tako da ti dejavniki pred nas postavljajo nov izziv.

A vse terapevtske skupnosti za odvajanje od heroina so, kot pravi Flaker (2002b: 204), zagotovo kompleksen pojav. »Nanje moramo gledati kot na specifični družbeni pojav, ki je hkrati neka vrsta organiziranja življenja, ki daje govoru o drogah posebno razsežnost, hkrati pa ponuja uživalcem in njihovem konkretnemu okolju dejanske odgovore in storitve (ibid.).« So totalne ustanove, saj ustvarjajo nov, idiličen, a izoliran prostor, kjer je mogoče postaviti "nova pravila", ustvarjajo novo, enakopravnejšo skupnost ljudi in si prizadevajo ustvariti nove ljudi. Negujejo utopijo o zdravljenju družbe oziroma o tem, kako s svojim početjem prispevati k utopičnemu idealu družbe brez drog (Flaker 2002b: 205).

¹⁹ Ugotovitve v empiričnem delu kažejo, da se poslužujejo tudi primerjave realnega sveta s "hudičem".

Totalna ustanova je prevladujoči način obvladovanja obrobni družbenih skupin (Flaker 1996: 185), ki simbolizira fizično odsotnost od preostalega sveta. Tudi komuna je mesto, kamor se zatečejo zasvojenci z namenom, da se umaknejo od družbe.

Ljudje imajo tu možnost za ukvarjanje s samim sabo. Prednost, ki jo "izolirane" terapevtske skupnosti nudijo, je sprememba okolja, ki uporabnikom omogoča, da zapustijo "staro" družbo in se umaknejo na podeželje, ki omogoča premislek in odločitev. Prednost nekaterih skupnosti je tudi ta, da jo vodijo bivši odvisniki, ki prišlekom omogočajo hitro vzpostavitev zaupanja. Samo bivanje bazira na delu, na soočenju, izpovedih, pogovorih, spoznavanju sebe, drugih, življenja. Ne glede na prednosti in slabosti, je komuna prostor, kjer si človek s prostovoljnim ali prisilnim²⁰ vstopom omogoči novo priložnost. Res je tudi, da nekaterim ustrezajo ene vrste tipi komun, drugim drugi, vendar so vse vsekakor usmerjene na kasnejšo življenjsko abstinenco.

O komunah se sliši marsikaj, sama pa se strinjam s tole izjavo: »Skupnost Srečanje ni združenje proti drogi, skupnost Srečanje je v najširšem pomenu besede šola življenja, en sam nasvet za življenje. Ne ustavi se samo pri enem vidiku, zanima jo celoten človek. Zanima jo, kako ponovno najti uravnovešenost, kako ponovno najti samega sebe in se podati na novo pot. Skupnost Srečanje ni kraj za parkiranje nekje daleč od okolja, kjer se je začela in nadaljevala tragedija nekega življenja. To je bojišče, kjer se z metodo, z vajo, z žrtvijo in odprtostjo za soočenje z lastno osebnostjo, vsak pripravlja na spopad s problemi, ki jih prinaša vsakdanje življenje (Don Pierino 1994: 6).«

»Vsa področja in programi celostnega spoprijema z zasvojenostmi imajo svoje specifikke. Posebnosti terapevtskih skupnosti, ki so klasični "vrh" področij za spoprijem z zasvojenostmi, razdelimo po Kooymanu (v Polajner 1998: 64-65) na 15 elementov:

1. Skupnost deluje kot nadomestna družina; nekateri zasvojenci šele v takem programu prvič dobijo izkušnjo o družini.
2. Filozofija skupnosti mora biti konstantna in enostavno razumljiva. Ekipe terapevtov mora do zasvojencev nastopati enotno, posledica je velik vzgojni učinek.

²⁰ Večkrat se zgodi, da osebe pridejo v komuno pod pritiskom staršev ali drugih oseb iz okolice. V Italiji npr. sodišča uživalcem drog dajo na izbiro zapor ali komuno. Od osebne odločitve je potem odvisno, ali bo bivanje "muka", ker je tu še vedno prisilno, ali se bo vpliv drugih spremenil v prostovoljno bivanje. Priča smo obojemu.

3. Struktura skupnosti mora omogočati zasvojemcem pridobivanje izkušenj o odgovornosti in zadolžitvah.
4. Skupnost mora vzdrževati ravnotežje med demokracijo, terapijo in avtonomijo članov. Če skupnost omogoča preveč demokracije, manjka socialen pritisk, zato zasvojenci izbirajo načine preživetja, ki jim omogočajo stalno lagodje; ob prehudem pritisku in determiniranosti pa zasvojenci nimajo možnosti samostojnega odločanja in pridobivanja izkušnje neodvisnosti.
5. Socialno učenje poteka s socialno interakcijo, kar zasvojence kot tipične individualiste uči življenja v skupnosti.
6. Skupnost z načrtnim in nehotnim povzročanjem kriz omogoča treniranje prenašanja socialnih stisk.
7. Program skupnosti mora vsak dan omogočiti polno vključitev vseh članov.
8. Intervencije stalnega soočanja članov med seboj (predvsem z vedenjem) omogočajo pogosto povratno informacijo o pozitivnem vedenju in s tem osnovo za izboljševanje podobe o samem sebi, izgradnjo pozitivnih vrednot – predvsem poštenosti.
9. Stalna priznanja uspehov krepijo pridobivanje pozitivne samopodobe.
10. Skupnost s svojim upoštevanjem vrednot omogoča posameznemu članu postopno internalizacijo pozitivnih vrednot, predvsem:
 - poštenosti,
 - soočanja z napačnimi vedenji in navadami ter kritika le-teh,
 - vrednotenja težav kot priložnosti (reagiranja na dogodke in vsebine).
11. Občasna konfrontacija zasvojenca z njegovim neprimernim vedenjem pomaga odstranjevati destruktivno vedenje posameznih članov.
12. Pozitivni pritisk skupine na posameznika omogoča njegovo prilagoditev zdravemu načinu življenja in višanje sposobnosti za premagovanje stresa.
13. Skupnost mora s specifičnimi terapevtskimi intervencijami omogočiti učenje razumevanja in prepoznavanja čustev.

14. Skupnost z globinskimi terapevtskimi intervencijami pomaga posamezniku pri pretvorbi negativnih življenjskih scenarijev in afirmacij v pozitivne (npr. nisem ljubljen/imam pravico do ljubezni, ...).
15. Skupnost mora posredno nujno izboljšati odnose v družinah zasvojencev, da ti člani uspejo preseči (ali vsaj ublažiti) osebno psihopatologijo, posledice bolečin ob zadanih duševnih ranah in odnosno patološko soodvisnost.

Dotaknila sem se torej nekaterih programov, ki so v slovenskem prostoru že dokaj zakoreninjeni in v katerih uporabniki dnevno iščejo pomoč. Na tem mestu bi rada omenila še sprejemne in dnevne centre in t.i. varne hiše, ki so del nizkopražnih programov. Dokaj nov pa je program reintegracije, čeprav ga društvo Up izvaja že dalj časa. Programi reintegracije so postali tudi del obravnave zasvojenosti samostojnih programov, to so projekt Človek, Zavod Pelikan Karitas in kot rečeno društvo Up.

1.5. PROGRAMI REINTEGRACIJE

Reintegracija oziroma ponovno vključevanje posameznika v socialno okolje in njegovo socialno mrežo je pomemben in zaključen del obravnave zasvojenca, ki bi ga lahko označili tudi kot konec kariere. Le-ta ne predstavlja le izziv za posameznika pač pa za celotno družbo. Če je potek rehabilitacije dolgotrajen in odvisen od mnogih dejavnikov (lastnosti posameznika, vključenost posameznika in njegovih bližnjih), je prav tako naloga družbenega okolja, da osebe sprejme kot enakovredne člane družbe in jih namesto z etiketo "enkrat džanki - vedno džanki" označi kot ljudi z različnimi sposobnostmi (Selan 2010: 1).

Sam pojem reintegracija²¹ zajema najširši spekter aktivnosti, ki jih mora narediti uporabnik, da se lahko ponovno integrira v okolje, kjer živi. Ker je bil pred tem še kako integriran v tem istem okolju, prepoznan po karieri odvisnika, je naloga, da se otrese stigme in pripadnosti marginalni skupini zasvojencev, zanj precej stresna. Poleg pečata preteklosti ga ovira strah pred prihodnostjo, saj si v času odvisnosti ni pridobil znanj, veščin in strategij o prevzemanju odgovornosti za svoje odločitve in s tem za svoje življenje. Prav čas reintegracije je tisti, ko še vedno s pomočjo strokovne podpore prevzema vedno več kompetenc na različnih življenjsko pomembnih področjih v svoje roke (Kersnik v Podpečan: 2005: 20).

Gre torej za ponovno vključitev oziroma ponovni doseg ravnotežja osebnosti. Programi reintegracije so nujni del obravnave zasvojenosti programov visokega praga in tako tudi sklepni del celotne obravnave posameznika. Posameznika je mogoče reintegrirati le s celostnim pristopom²². Ta krepi posameznika na socialnem, psihološkem, fiziološkem, vedenjskem, družbenem in ekonomskem področju. Podrobna razčlenitev področij je potrebna zato, ker je treba pregledno izpostaviti vsa kritična področja, ki uporabniku omogočijo uspešno reintegracijo v lokalno okolje. Favoriziranje samo enega področja je lahko sicer specialistični pogled posamezne stroke na reintegracijo, vendar brez upoštevanja in enakovredne porazdelitve aktivnosti v programu na vsa našteta področja prinaša samo delno zadovoljive rezultate (Hodnik, 2006: 5). Torej ne samo, da vzdržuje abstinenco in da se nauči živeti brez droge, bistven poudarek je na tem, da postane uspešen, da se samouresniči. Reintegracija torej ne pomeni samo tega, da se posameznik ponovno vključi v okolje, kjer

²¹ V Slovarju slovenskega knjižnega jezika pojem reintegracija pomeni: obnovitev, povrnitev v prejšnje stanje; ponovna združitev; včlenitev.

²² Glej Ramovšev in Koymanov celovit pristop – v poglavju "Splošne značilnosti zasvojenosti".

živi, temveč da z reintegracijo pridobi na vseh življenjsko pomembnih področjih (dopolnjevanje, dopolnitev) in se mu povrnejo tudi vse pravice, ki so mu bile morda med zasvojenostjo odvzete (8. nacionalna konferenca LAS za preprečevanje zasvojenosti, ured. Kersnik, V., Hodnik, M., Piran: 2005).

1.5.1. Zakaj so programi reintegracije nastali oziroma nastajajo?

Čas postmoderne je prinesel s seboj določene spremembe, najbolj se to pozna v individualizaciji življenjskih stilov. Identiteta postaja vse bolj vprašljiva. Posameznik lahko ta proces doživlja kot osvoboditev in odpiranje novih horizontov, lahko pa ga doživlja kot pritisk, negotovost (Berger, Lukman v Selan 2010: 2).

»Posledica procesa individualizacije je, da velike institucije spreminjajo svojo podobo in izgubljajo svojo moč, hkrati pa oblikujejo nove specializirane ustanove za posredovanje smisla sodobnemu posamezniku. Individualizacija je vzrok za proces dezinstitutizacije na področju socialnega varstva, ki se je začel že pred desetletji v ZDA na področju skrbi za ljudi s težavami v duševnem zdravju, se nato razširil v Evropo in se danes nadaljuje na vseh področjih skrbi za ljudi (ibid.).«

Eno od področij skrbi je tudi področje zasvojenosti. Reintegracija je nastala kot skrb zaradi oseb, ki so se vračale iz komun in so se srečevale z vse večjimi težavami, ki so v večji meri lahko tudi posledica procesa individualizacije. »Tisti, ki segajo po mamilih, pa naj se med sabo še tako razlikujejo, se pogosto kažejo kot osebe v identitetni krizi, ki se spopadajo sami s sabo, bežijo pred lastnimi odgovornostmi, iščejo takojšnje zadovoljstvo, a se jim nikoli ne posreči, da bi si ga trajno zagotovile; taki ljudje niso zmožni, da bi trajno rešili probleme, ki jim jih prinašajo družina, delo, šola, čustvena razmerja (Picchi 1995: 23).«

Poleg samih ovir, ki so posledica "džankijevskega" načina življenja, se danes oseba po vrnitvi iz programa zdravljenja sooča še s težavami, povezanimi s trenutnim stanjem družbe. Čedalje bolj so prisotne tudi težnje po krajšem zdravljenju, zato se potrebe po ustrezni oskrbi večajo (Auer 2001: 134). Ko sva s sodelavcem pisala pogoje za vstop v program reintegracije Doma Vincenca Drakslerja, sva naletela na težavo pri postavitvi časovne meje abstinence. Po dolgem razmišljanju in "prerekanju" sva postavila mejo 6 mesecev, kar se je meni zdelo absolutno premalo. A čas je pokazal, da je ta meja prej kot ne realna, saj se uživalci odločajo

za vse krajši čas bivanja v komunah, poleg tega pa program tako nudi možnost vključitve tudi osebam, ki so se "očistile" že doma in se nočejo v terapevtski skupnosti ali zaporu.

Letno se v svoje okolje vrača kar nekaj ozdravljenih odvisnikov, ki imajo probleme z uspešno integracijo, saj po prihodu pogosto naletijo na odklonilen odnos širše in ožje okolice. Večina uporabnikov se ob prihodu v domače okolje sooči s stigmatizacijo (tako s strani bližnjih oseb, kot s strani ljudi, ki jih je oseba srečevala v obdobju pred urejanjem zasvojenosti), brezposelnostjo, osamljenostjo. Tudi pri domačih večkrat naletijo na nezaupanje in obsojanje (pripisovanje krivde za pretekla dejanja). Problematika nastanitve pri izvorni družini po končanem programu je izrazita. Veliko jih preprosto nima kam iti, so brezdomci, ker so njihove vezi z osebami, s katerimi so prej živeli, zrahljane do te mere, da jih nočejo več medse, lahko pa tudi nikogar nimajo. Ob tem je po daljši izoliranosti nujno potreben čas za prilagoditev, klimatizacijo v socialno okolje.

Vsi zgoraj naštetih razlogi, ki so bolj osebne narave (nepredelane teme), in občutki krivde, občutki zaradi "izgubljenega časa" itd. so večkrat vzrok za ponoven recidiv in zdrs v zasvojenost. Pri vzrokih za ponovno uživanje velja omeniti tudi huda nihanja razpoloženja, pomanjkanje socialnih spretnosti za premagovanje stresov, občutke praznine, neobvladljive impulzivnosti itd. (Marlatt v Auer 2001: 135).

Reintegracijski centri uporabnikom omogočajo postopen prehod iz zaprtih "komunskih" okolij v vsakdanje, realno življenje, iz katerega je večina uporabnikov prej "bežala" (banalnost, površnost odnosov, življenjske težave...). Glavni cilj programov za reintegracijo je pomoč uporabnikom pri vzdrževanju trajne abstinence in vključevanju v družbo. Namen reintegracije se tako izraža s številnimi pomembnimi področji, ki jih mora bivši zasvojenec realizirati, da bi si s tem povečal možnosti za trajno abstinenco, reintegracijo v družbo in trajno spremembo življenjskega sloga. Področja zajemajo (Picchi v Polajnar, 1998: 131):

- soorganizacijo, pospeševanje in krepitev prehoda iz zaprte strukture TS v družino in vsakdanjo družbo;
- integracijo novih navad, osebnostnih sprememb in pridobljenih vrednot v vsakdanje okolje izven programa;
- ozaveščanje iskanja življenjskega smisla in krepitev upoštevanja vrednotnega sistema;

- racionalno planiranje vizije osebne prihodnosti, upoštevajoč osebnostne lastnosti (predvsem nadarjenosti) in socialne kontekst (objektivne možnosti);
- sprejemanje družbenih odgovornosti in aktivno vključevanje v življenje družbe (šolanje ali zaposlitev idr.);
- razvitje avtonomnega in konstruktivnega življenjskega sloga;
- krepitev socialne pripadnosti družbenim skupinam z zdravim življenjskim slogom z zavestno gojeno osebno avtonomijo (področje prostega časa, prijateljstva, partnerstva);
- sprejemanje in krepitev odločitve za nenehno osebnostno, predvsem duhovno rast;
- treniranje socialnih veščin in splošno sprejetih vedenjskih vzorcev;
- ozaveščanje stresnih situacij v vsakdanjem življenju in delu ter odkrivanje zakonitosti, ki pri tem delujejo, z namenom razumevanja stresa in krepitev ustreznih zmožnosti, pozitivnega mišljenja osebnostnih drž in vedenja za premagovanje negativnih učinkov stresa oziroma za preprečevanje recidiva (Jarvis, Tebutt, Mattick v Polajnar, 1998: 131).

Zavestno osmišljanje življenja je eno od najglobljih in najzahtevnejših opravil, saj zasvojenec izgubi smisel za vse. Vračanje smisla in iskanje bivanjske polnosti je zato ena osnovnih opravil v času reintegracije.

1.5.2. Reintegracijski center – Dom Vincenca Drakslerja

1.5.2.1. Pobuda za nastanek

Pobudo za nastanek regijskega RC sega v leto 2005, v katerem je Urad za droge pri Ministrstvu za zdravje od srede januarja do začetka marca istega leta organiziral regijske sestanke lokalnih akcijskih skupin (LAS) v vseh 10 slovenskih (statističnih regijah). Osnovni namen teh sestankov je bil vzpostavitev sodelovanja in povezovanja LAS na regijski ravni, še posebej pri skupnih projektih. Med številnimi predlogi na takratnih sestankih se je pojavila tudi potreba po vzpostavitvi regijskih reintegracijskih programov, s pomočjo katerih bi skušali zaježiti število zdrsov zdravljenih odvisnikov po zaključku terapijske obravnave (Hodnik 2006: 3).

S tem prav gotovo sovpadajo vsi cilji Resolucije o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006-2010:

- prispevati k večji socialni vključenosti posameznikov in povezanosti slovenske družbe;
- izboljšati dostop do storitev in programov;
- doseči večjo učinkovitost pri dodeljevanju denarne socialne pomoči, izboljšati kakovost storitev in programov ter hkrati povečati njihovo ciljno usmerjenost in učinkovitost;
- krepi strokovno avtonomijo, upravljavsko samostojnost in racionalno poslovanje na področju socialnega varstva.

Reintegracijski center v Pristavi pri Trziču je edini v Sloveniji, ki je odprt za vse in ne le za tiste uporabnike, ki so bili prej obravnavani v enem od visokopražnih programov. Deluje po principu skupnosti, katere primarni namen je predvsem strokovna in laična opora in podpora posamezniku pri ponovnem vključevanju v družbo po končani obravnavi v komuni ali terapevtski skupnosti. Program zajema tudi osebe po prestajanju zaporne kazni, ki so v zaporu dosegli abstinenco, saj vemo, da se v zaporu precej uživalcev drog "očisti", a kasneje nima možnosti z abstinenco nadaljevati oziroma jo vzdrževati. Pri vseh vključenih v program gre za vzpostavljanje tistih socialnih veščin, ki so potrebne za doseg lastnih ciljev. V sam proces reintegracije vključujemo tudi družino uporabnika, saj so to tiste osebe, ki so mu najbližje in dejstvo je, da se je večina uporabnikov spremenila (niso več isti, kot so bili v obdobju zasvojenosti) in prav je, da se socialne mreže ponovno vzpostavijo in doživijo nove izkušnje. »Nujno je, da se tudi njegov ožji krog spremeni, da naredi korak naprej in da uporabnika destigmatizira še preden pride domov, saj v nasprotnem primeru učinki reintegracije lahko v najkrajšem obdobju zbledijo in uporabnik se znova znajde v začaranem krogu stigme, marginalizacije in posledično recidiva (Hodnik 2006: 3).«

1.5.2.2. Program

Program reintegracije je namenjen celostni obravnavi posameznikov, ki po procesu zdravljenja odvisnosti potrebujejo pomoč in podporo pri ponovnem vključevanju v socialno okolje ter vzpostavljajo temelje za trajno abstinenco in stabilno življenjsko orientacijo (Hodnik 2006: 5).

Program reintegracijskega centra (RC) se deli na dva dela. Prvi - bivalni del reintegracije traja do šest mesecev, z možnostjo podaljšanja do treh mesecev. Po zaključenem bivalnem delu sledi sklepni, izvenbivalni del obravnave, ki traja tri mesece. V kolikor oseba zavrne bivalni del reintegracije, se lahko vključi v izvenbivalni del, vendar v tem primeru ta del programa traja šest mesecev. Ob koncu programa oseba prejme potrdilo o uspešno zaključenem programu.

V bivalnem delu reintegracije poteka obravnava neprekinjeno 24 ur dnevno, 7 dni v tednu po urniku, saj je v času programa dana možnost bivanja v stanovanjski skupini. V izvenbivalnem delu reintegracije se posameznik med delavnikom udeležuje individualnih in skupinskih obravnav v času od 8. do 16. ure in dejavnosti v popoldanskem času. V kolikor je uporabnik, ki se želi vključiti v izvenbivalni del obravnave, zaposlen v dopoldanskem času, je vključitev prav tako mogoča, vendar se z njim izdelata prilagojen individualni načrt.

1.5.2.3. Ciljna skupina

Program je namenjen vsem bivšim uživalcem prepovedanih substanc. Možna je vključitev tudi drugih, ki so se srečali s katero koli zasvojenostjo, najsi gre za družbeno sprejemljivo ali nesprejemljivo substanco, npr. alkohol, igre na srečo... Večinoma se te osebe vračajo iz komun ali terapevtskih skupnosti ali pa so dosegle trajno abstinenco v socialnem okolju, v katerem živijo, in nimajo pogojev za reintegracijo v vsakdanje življenje. Poleg njih so v program zajeti tudi njihovi starši, otroci ali svojci.

1.5.2.4. Cilji programa

V programu uporabniki in uporabnice postopoma vzpostavijo pogoje za ponovno vključitev v socialno okolje in vse sfere socialnega življenja in si na ta način postavijo temelje za uspešno samostojno življenje. Vzpostavijo pogoje za doseganje trajne abstinence, se seznanijo z nevarnostmi, ki lahko pomenijo recidiv, se učijo strategij za uspešno funkcioniranje v stresnih situacijah, si postavijo cilje, krepijo funkcionalne odnose z družino, s prijatelji in vzpostavijo podporno socialno mrežo. V okviru strukture programa vzdržujejo dnevno delovno aktivnost ter se naučijo organizirati in kvalitetno preživljati svoj prosti čas.

Cilji programa reintegracijskega centra Dom Vincenca Drakslerja so še²³:

- bivanjska namestitve in celostna obravnava uporabnikov;
- vzdrževanje dolgotrajne abstinence in vzpostavljanje stabilnega odnosa do drog in odvisnosti z namenom preprečevanja recidiva;
- nadaljevanje šolanja in prepoznavanje kompetenc;
- vzpostavljanje poklicne kariere in uresničevanje zaposlitvenih ciljev;
- širjenje in krepitev podporne socialne mreže;
- učenje in pridobivanje na elementih samostojnosti in odgovornosti, osebni razvoj uporabnika, pridobivanje različnih socialnih in izobraževalnih kompetenc;
- spodbujanje k osebnostnemu razvoju;
- spodbujanje za aktivno in odgovorno načrtovanje prostega časa in prostočasnih aktivnosti;
- pomoč pri postopnem vključevanju v družino;
- vpliv na lokalno in širše družbeno okolje, vpliv na vrednote solidarnosti, medsebojne pomoči, dobrotelčnosti, preprečevanje nestrpnosti in diskriminacije, zmanjševanje neenakosti in sožitje z drugimi; tako naj bi posameznikom omogočili, da se v življenje vrnejo kot enakovredni člani širše družbene skupnosti in jim omogočili enake možnosti pri vključevanju v okolje;
- povezovanje z drugimi institucijami, centri, organizacijami in zavodi; v sodelovanju z drugimi institucijami se aktivno vključujemo v razreševanje problemov širše družbene problematike, v obliki prostovoljnih akcij nudimo podporo in pomoč različnim socialno ranljivim ali kako drugače prikrajšanim skupinam ter se na ta način aktivno vključujemo v vse sfere družbenega življenja; povezovanje je pomembno tudi v strokovnem smislu, s ciljem izmenjave informacij, strategij in načinov dela z namenom čim bolj učinkovite pomoči uporabnikom;
- osveščanje in izobraževanje s področja odvisnosti in socialne rehabilitacije ter promocija zdravega življenja;
- promocija in razvoj prostovoljstva; vključevanje nekdanjih odvisnikov v mrežo prostovoljcev, ki so pripravljeni posredovati svoje pozitivne izkušnje z aktivnim vključevanjem v programsko shemo reintegracijskega programa.

²³ Cilji so bili zastavljeni na sestanku strokovnih delavcev in laičnih terapevtov Centra za pomoč, terapijo in socialno rehabilitacijo zasvojenih v Kranju, oktobra 2008, zapisani pa so tudi v Razpisu Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve sofinanciranja programov socialnega varstva.

1.5.2.5. Metodologija dela

Pod metodologijo dela štejemo individualno obravnavo, skupinsko delo ter skupnostno socialno delo.

Individualna obravnava zajema izdelavo individualnega načrta, osebnih dnevnih in tedenskih načrtov ter svetovanje.

Tehnike individualnega dela z uporabnikom:

- razgovor (informativni, razbremenilni, motivacijski);
- svetovalno delo;
- izdelava življenjskega načrta po metodi individualnega načrtovanja z udejanjanjem ciljev;
- samoevalvacija uporabnika na pomembnih področjih njegovega življenja;
- terapevtsko delo z uporabnikom in njegovo družino.

Skupinski del obravnave obsega program dela za skupino uporabnikov z začetno, sprotno in končno evalvacijo. V ta del obravnave šteje tudi udeležba in izvedba delavnic (zaposlitvena, kuharska, gospodinjska, računalniška, ustvarjalna, kulturna, duhovni trenutek, delavnica o osebnostni rasti, športna aktivnost) in prostočasnih aktivnosti. Skupinski del obravnave zajema tudi skupine staršev, ki se odvijajo enkrat na dva tedna.

Tehnike skupinskega dela:

- delavnice (socialno-kulturno delo, praktične, umetniške, uporabne, izobraževalne delavnice); delavnice vodijo prostovoljci, strokovni delavci, laični terapevti ali zunanji sodelavci; potekajo po načelu aktivnega sodelovanja, praktičnega učenja, učenja po modelu, neformalnega in izkustvenega učenja;
- delavnice socialnega učenja (usposabljanje v socialnih spretnostih, komunikacijski treningi, reševanje konfliktov, igra vlog, informiranje uporabnikov o določenih temah);
- delavnice osebne rasti (tehnike relaksacije in sproščanja, pogovorne delavnice, informiranje uporabnikov o določenih temah);
- delavnice integracije v družinsko okolje (delavnice z uporabniki in njihovimi družinskimi člani);

- športne delavnice in športno udejstvovanje;
- izleti, taborjenja, pohodi, obiskovanje kulturnih in drugih prireditev;
- skupno preživljanje prostega časa;
- skupina za starše;
- klub reintegrantov.

Delo s skupnostjo in v skupnosti pomeni aktivno povezovanje z lokalno skupnostjo in ozaveščanje tako laične kot strokovne javnosti. Načini sodelovanja z lokalnim okoljem so promocija prostovoljstva in participacija v akcijah lokalnega okolja, promocija uspešnih metod in dobre prakse dela, promocija pozitivnega pogleda na nekdanje odvisnike, destigmatizacija in spodbujanje vrednot medsebojne pomoči in podpore, izobraževalne delavnice, predavanja, okrogle mize in dan odprtih vrat, ki program neposredno poveže z laično javnostjo in lokalnim okoljem.

Poleg osnovnih strokovnih metod in tehnik lahko posamezniki dosežejo zastavljene cilje preko različnih aktivnosti v programu (npr. delo in urejanje okolja, športne aktivnosti, pomoč laikov uporabnikom programa,...).

1.5.2.6. Ugotavljanje potreb uporabnikov

Potrebe uporabnikov v programu ugotavljamo s pomočjo individualnih razgovorov, s pomočjo predlogov skupine nekdanjih odvisnikov, ki so se že uspešno integrirali v socialno okolje. Poleg tega stanovalci tvorijo Svet stanovalcev, na katerem lahko jasno izražajo svoje mnenje, predloge, potrebe. Temu primerno tudi prilagajamo program, v kolikor vsi udeleženi v programu ocenimo, da potrebe in cilji sledijo splošni usmerjenosti programa.

Posredno ugotavljanje potreb uporabnikov poteka prek sodelovanja z drugimi institucijami, ki se ukvarjajo s sorodno problematiko in nas seznanjajo s potrebami uporabnikov in alternativnimi rešitvami za uspešno vključevanje v socialno okolje. Na tak način odkrivamo tudi potencialne uporabnike ter želje in potrebe, s katerimi se srečujejo.

Ugotavljanje potreb je pomemben faktor pri vzpostavljanju in vzdrževanju abstinence. Strokovnjaki, ki se ukvarjajo s problematiko zasvojenosti, vedo, da se večina uživalcev drog in tudi kasneje tistih, ki abstininirajo, srečuje s pojavom stigme. Prva potreba uporabnikov se

zato kaže v demarginalizaciji in destigmatizaciji. Najbolj se to kaže v sprejetosti uporabnikov v lokalni skupnosti.

Poleg te očitne potrebe uporabniki želijo na novo vzpostaviti stik s samim sabo, z drugimi in z okoljem, a se še prevečkrat srečajo s težavami glede osamljenosti (pomanjkanje prijateljskih vezi, nezaupanje bližnje okolice), nedokončane izobrazbe, zaposlitve, pravnih težav, pomanjkanja motivacije zaradi "normalnosti" oziroma "banalnosti" življenja ipd.

Motivacija, želje, cilji bivših uživalcev drog so ključnega pomena pri preventivi recedive in ponovnega zdrsa v zasvojenost. Kot bomo videli, je teh dejavnikov veliko, vsi pa pripomorejo k bolj kvalitetnemu in smiselnemu življenju bivših uživalcev drog.

2. RAZISKOVALNI PROBLEM

O komunah in problemih, na katere osebe naletijo po končanem programu in ponovnem vključevanju v družbo, je bilo napisanega kar nekaj. Čeprav so vsi enkratni posamezniki in imajo kot takšni različne probleme, se pa pri vzdrževanju abstinence skoraj vsi soočajo s problemi, ki so jim skupni: stigma, problemi pri iskanju zaposlitve, občutki zapuščenosti, osamljenosti, relativno lahko govorimo tudi o krivdi, neizpolnjenih pričakovanjih, itd. A nekaterim uspe težave premagati, drugim ne. V raziskovalni nalogi me je zanimalo, kateri so tisti dejavniki, ki botrujejo recidivu in včasih, prej ja kot ne, peljejo nazaj v aktivno jemanje drog. In kaj, nasprotno, so dejavniki, ki osebo obdržijo v življenju, ne glede na težave in ovire, ki jo čakajo. Zakaj enim uspe in drugim ne? Kakšno vlogo lahko pri tem igra tudi program reintegracije?

Osnovno izhodišče mojega raziskovalnega problema je vprašanje, kaj je potrebno za to, da posameznik, ki se vključi v program reintegracije doseže stabilno in trajno abstinenco, ter na ta način vzdržuje zdrav življenjski slog brez zasvojenosti. Konkretno me zanima, kaj vpliva na to, da nekdo vzdržuje svojo abstinenco oziroma kako lahko program reintegracije (kateri so pozitivni učinki) vpliva na to, da nekdo ne recidivira.

2.1. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

Raziskovalni problem sem razčlenila znotraj dveh temeljnih vprašanj:

1. Kaj vpliva na to, da posameznik vzdržuje abstinenco?
2. Kakšen je vpliv programa na preventivo recidiva?

2.2. RAZISKOVALNE TEZE

1. raziskovalno vprašanje: Kaj vpliva na to, da posameznik vzdržuje abstinenco?

Na podlagi raziskovalnega vprašanja sem oblikovala naslednje teze:

- T1: Želja, da ponovno ne poseže po drogi je ključnega pomena za vzdrževanje abstinence.
- T2: Pomembno je, da vzpostavi novo socialno mrežo oziroma da vzpostavi stik z mrežo, ki mu nudi oporo in razumevanje.
- T3: Ključnega pomena je, da spremeni svoj stil življenja.
- T4: Kot nadomestek drogi je pomembno, da najde smiselnost lastnega bivanja.
- T5: Če ne zaupa vase, je velika možnost, da ponovno poseže po drogi.
- T6: Pomembno je, da se ponovno in v čim krajšem času vključi v izobraževalni ali zaposlitveni sistem.
- T7: Dozoreti mora v svojem čustvovanju (se zna spopadati s svojimi čustvi), saj v nasprotnem primeru lahko prekomerna občutljivost privede do recidiva.

2. raziskovalno vprašanje: Kakšen je vpliv programa na preprečevanje recidiva?

Na podlagi raziskovalnega vprašanja sem oblikovala naslednje teze:

- T1: Na stabilnost abstinence vplivajo različni varovalni dejavniki, ki jih spodbujajo aktivnosti v programu.
- T2: Program viša zaupanje vase in v družbo.
- T3: Program pomaga pri učenju in pridobivanju socialnih veščin.
- T4: Program pomaga pri odkrivanju lastne identitete in osebnih človekovih potencialov.
- T5: Pomembno je, da se oseba nauči sprotno reševati vsakdanje težave, program ima pri tem precejšen vpliv.

T6: Program pomaga osebi do samostojnega zagotavljanja lastne eksistence.

T7: Oseba se nauči odnosa do vseh omamnih substanc.

2.3. SPREMENLJIVKE

Ker gre za kvalitativno raziskavo, nisem imela vnaprej določenih spremenljivk, temveč teme, ki sem jih določila glede na raziskovalna vprašanja:

- razlog za abstinenco,
- metoda spuščanja,
- razlogi za recidiv,
- način vzdrževanja abstinence,
- podpora v času abstinence,
- ovire,
- ciljno načrtovanje,
- zaposlitev/izobraževanje,
- stiki (socialna mreža),
- prosti čas,
- osebne značilnosti,
- vpliv programa reintegracije (prednosti, slabosti).

3. METODOLOGIJA

3.1. VRSTA RAZISKAVE

Raziskava je *kvalitativna*, torej raziskava, pri kateri sestavljajo osnovno izkustveno gradivo, zbrano v raziskovalnem procesu, besedni opisi ali pripovedi, in v kateri je to gradivo tudi obdelano in analizirano na beseden način brez uporabe merskih postopkov.

Raziskava je tudi *eksplorativna (poizvedovalna)*, saj ima namen odkriti potrebe bivših uživalcev heroina, ko se vračajo s komun ali terapevtskih skupnosti kot tudi podporo in pomoč, ki so ju pri tem deležni.

Ker je zbrano gradivo podano in obdelano v besednih opisih, je raziskava tudi *deskriptivna*.

Glede na uporabnost je *aplikativna (uporabna)*, saj lahko rezultati raziskave dajo primerno vedenje za nadaljnje delo z uporabniki.

3.2. MERSKI INSTRUMENTI IN VIRI PODATKOV

Podatke, ki sem jih potrebovala pri svoji raziskavi, sem pridobila iz individualnih načrtov uporabnikov ter iz intervjujev, ki sem jih z njimi opravila. Kot merski instrument je uporabljen kvalitativni intervju, in sicer gre za poglobljen odprt nestandariziran intervju, pri katerem so določene le širše teme kot vodilo za intervju. Vprašanja vnaprej niso določena, izpraševalec jih glede na potek pogovora (intervjuja) oblikuje sproti.

1. *Uporabimo princip odprtosti: interakcija prvotne raziskovalne ideje/interesa in pogleda ter prioritete raziskovanca (intervjuvanca).*

Zanima me, kako uporabniki doživljajo ponoven prihod v prvotno okolje. Ali jim program reintegracije pri tem koristi? S kakšnimi težavami se srečujejo najbolj pogosto? Zakaj so po njihovem mnenju recidivirali?

Zanima me njihovo gledanje (njihova konstrukcija) vsakdanjosti in vloga droge v njihovem sedanjem življenju. Kakšno je razumevanje intervjuvanca glede teme/problema?

2. Kontekst, refleksija, pragmatično znanje o vsakdanjem življenju

Odpri smo za raznolike podatke o raziskovanih. Poleg tega opazujem držo raziskovanca, pozorna sem na njegovo neverbalno komunikacijo. Seveda poskušam pridobiti njegovo zaupanje že na začetku intervjuja tako, da ne ocenjujem, ne vrednotim in tekom intervjuja ne "skačem v besedo".

Upoštevam tudi informacije o naravnem in družbenem okolju, saj sta posameznik in okolje neločljivo povezana. Tvorita družbeno-kulturni in naravni kontekst, ki vpliva na vedenje in doživljanje ljudi.

Komunikacija je dialog med koncepti, teorijami in vsakdanjimi izkustvi.

3. Induktivno, empirično-utemeljeno znanje (grounded theory)

Kvalitativna raziskava poteka v obliki sekvenčne analize. Na začetku raziskave imamo vedno že neko predstavo (predrazumevanje). Moja predstava se nanaša predvsem na mojo lastno izkušnjo, izhajam pa tudi iz Flakerjeve knjige "Živeti s heroinom I, II". V pomoč mi je tudi raziskava Marenkove "Živeti brez heroína", ki jo je objavila v svoji diplomski nalogi (2008). Čeprav sekvenčna analiza temelji na širjenju predrazumevanja in s tem novega razumevanja in novega opazovanja, sem bila omejena le na šest intervjujev, ki mi večjega širjenja spirale niso omogočali.

4. Rekonstruirano znanje

Po končanih intervjujih sem tisto, kar sem želela ugotoviti (dejavniki pro/za recidiv), analizirala. Upoštevala sem postopek kvalitativne analize (postopek po Glaserju in Straussu):

- razčlenitev opisov,
- prosto pripisovanje pojmov ali poimenovanje,
- izbor in definiranje relevantnih pojmov,
- selektivno kodiranje,
- formuliranje teorije.

5. Primernost: fleksibilnost glede na zahteve raziskovalne teme

Uporabila sem delno strukturiran intervju, saj sem raziskovala točno določene teme, vendar vprašanj nisem postavljala v nekem strukturiranem redu, vseeno pa sem se pri tem omejila na določene teme.

3.3. POPULACIJA IN VZORČENJE

Populacija so osebe, ki uspešno abstिनirajo vsaj pol leta, z izjemo ene osebe, ki je recidivirala, (bili v komuni, se "očistili" doma, v zaporu), vendar zaradi velikega števila v raziskavo vključujem le vzorec (populacija bi bile vse osebe v Sloveniji, ki abstिनirajo). Osebe sem izbrala naključno (25), upoštevala sem le dejstvo, da vpletem tudi osebe, ki so recidivirale. Na list papirja sem napisala osebe, ki bi mi pri raziskavi prišle prav. Nato sem vsako osebo napisala na svoj list. Na en kup sem dala osebe, ki uspešno abstिनirajo že nekaj časa, na drug kup osebe, ki so recidivirale in padle nazaj v aktivno uživanje drog. Po neslučajnostnem priložnostnem vzorčenju sem iz vsakega kupa potegnila po tri osebe. Dve osebi, ki sta zdrsnili, na intervju nista prišli, čeprav sta bili o tem seznanjeni in sta v raziskavo privolili.

3.4. ZBIRANJE PODATKOV

Intervjuje sem izvedla s šestimi osebami, vsako s svojo izkušnjo zasvojenosti in svojo kariero kot uživalca. Od tod sem tudi črpala nekatere podatke, ki so navedeni v teoretičnem delu naloge oziroma gre za osebne izpovedi, izjave samih intervjuvancev. Intervjuje sem izvedla posamično zaradi narave pogovora in zaradi osebnega prepričanja, da se mi bodo kot posamezniki bolj odprli. Seveda mi je pri tem pomagalo tudi nekaj mesečno delo z njimi, saj smo navezali precej dober in odprt odnos. Ena oseba se je "očistila" doma, ostali so bili v komuni (ena oseba skupnost Srečanje, dve Reto, ena Remar, ena društvo Žarek). Ena oseba je v času vključenosti v raziskavo recidivirala, ena pa je zdrsnila po treh letih komune in se zopet odločila iti nazaj. Sedaj je vključena v reintegracijske procese. Osebe so bile stare od 25 do 30 let. Poskušala bom poiskati vzročne dejavnike, zakaj nekateri po zdravljenju ponovno posežejo po drogi, drugi pa ne. Rezultatov pa ne morem sploševati, saj določeni dejavniki lahko na osebe vplivajo različno.

Intervjuji so v povprečju trajali slabo uro. Intervjuje sem opravila v reintegracijskem centru v Domu Vincenca Drakslerja, z eno osebo pa v Kranju, v prostorih Labirinta. Predhodno smo se domenili za datum in uro razgovora, takrat sem jim tudi razložila, za kaj gre. Na dan intervjuja sem jim razložila potek intervjuja in poskrbela, da so se udobno namestili.

Intervjuvanci so največ pripovedovali, od časa do časa sem jih ustavila, če sem videla, da so se neke teme lotili preobširno oziroma so tematsko zašli v drugo smer. Pogovore sem snemala na diktafon, kar je prispevalo k doslednejšemu pomnjenju dobljenih podatkov.

Strategija za komunikacijo

Dialog je temeljil na teoriji in teoretičnimi koncepti – torej na znanju, ki sem ga pridobila na osnovi prebranega – in vsakdanjimi izkušnjami intervjuvancev. Med intervjujem sem bila pozorna na to, da je potekal s čim manj motnjami oz. da nisem zastavljala nepotrebnih vprašanj. Bolj kot na sama vprašanja sem se usmerila v potek intervjuja. Upoštevala sem zapiske s Herwigovega predavanja, in sicer "Doing PCI-s – a practical introduction" (uvodna razlaga, ogrevanje, začetno vprašanje, pripoved, potek, družbene in osebne karakteristike, zaključek in protokol samega intervjuja). Po intervjuju sem si zapisala stvari, ki jih na diktafonskem traku ni: atmosfera, neverbalni aspekti, čustva in vtisi.

Točke intervjuja

Intervju sem razčlenila na uvodni del oziroma na uvodno razlago, ogrevanje (ki naj bi bilo namenjeno "podiranju zidu" med mano in intervjuvancem, vendar sem kmalu ugotovila, da ga sploh ni bilo), začetno vprašanje, pripovedovanje in zaključek.

3.5. OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

»Analiza naj bi pripeljala do oblikovanja konceptov, hipotez in eksplanacij, to je do teoretičnih formulacij. Induktivno teorijo sestavljajo trije osnovni elementi: pojmi, kategorije in propozicije (sodbe in trditve) (Mesec, 2007: 27).«

Podatke pridobljene v intervjuju sem obdelala po kvalitativni metodi na naslednji način: po zaključku debate je bilo potrebno pregledati zapiske, pretipkati in urediti intervjuje. Intervjuje sem v celoti zapisala. Posamezne zapise sem združila v en dokument, ki mi je služil za nadaljnjo obdelavo podatkov. Označevala sem relevantne dele besedila, nato sem izbrala besede in besedne zveze, ki so najboljše ponazarjali pomen označenih delov besedila. Znotraj odgovorov na posamezno vprašanje sem dobljene pojme hierarhično uredila, tako da sem jim poiskala nadrejene in podrejene pojme ter sopomenke.

Dobljene podatke sem torej obdelala glede na raziskovalna vprašanja in postavljene hipoteze. Odgovore sem razčlenila na kategorije, ki so se pojavljale skozi intervju in so bile pomembne za potrditev hipoteze. Kategorijam sem pripisala izjave, iz katerih je evidentno mnenje intervjuvancev. Nato sem vse oblikovala v smiselno celoto.

3.6. FAZE OBDELAVE

1. korak: urejanje gradiva

Vse intervjuje sem zapisala in jih združila v en dokument, tako da sem imela na različne teme odgovore vseh vprašanih. Vsak odgovor sem označila z inicialko imena intervjuvanega.

Primer:

Kako to, da si se odločil/-a za abstinenco?

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...

Ž: »Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu, da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet, da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe, če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...«

2. korak: določitev enot kodiranja

Znotraj vsakega odgovora posameznika sem poiskala besedo, besedno zvezo ali stavek, ki je bil bistven in ga podčrtala. Podčrtani deli besedila so postali enote kodiranja.

Primer:

Kako to, da si se odločil/-a za abstinenco?

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...«.

Ž: »...namen tega je bil, k sm vidu, da tako ne gre več. Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec. Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu, za drug de'u pa tud nism bil sposobn. Na nek način sm bil prisiljen v to. Tko da to je bil eden od razlogov, pa tud zato, ker sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman. Pa sm se odloču da neham s tem, ne...

Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet, da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe, če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...

3. korak: odprto kodiranje

Oblikovala sem tabelo z dvema stolpcema. V levi stolpec sem vnesla besedilo intervjujev, desnega pa sem pustila praznega, da sem vanj lahko vpisovala kode in pojme.

- *Pripisovanje pojmov empiričnim opisom*

Podčrtanim delom besedila sem pripisala pojme. Včasih sem uporabila neposredna poimenovanja, včasih asociacije, sinonime. Pojme sem vpisovala v desni stolpec.

Primer:

Kako to, da si se odločil/-a za abstinenco?

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je <u>mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat.</u> Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh <u>ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...«.</u>	SKRIVANJE PRED STARŠI ODSOTNOST UŽITKA NEZADOVOLJIV NAČIN ŽIVLJENJA UVID (vidu, da ne pelje to nikamor, prebuditev želje po življenju)
Ž: »...namen tega je bil k sm <u>vidu, da tako ne gre več.</u> Pa tud <u>doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec.</u> Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu za drug de'u pa tud nism bil sposobn. <u>Na nek način sm bil prisiljen v to. Tko da to je bil eden od razlogov pa tud zato ker sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman.</u> Pa sm se odloču da neham s tem, ne...<u>Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena.</u> Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas	UVID (vedu, da to ni življenje, da tako ne gre več) PRITISK STARŠEV

sam za sebe če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...«	
--	--

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije: osebna odločitev (uvid) in ostali dejavniki, okoliščine.

Primer:

Skrivanje pred starši → ostale okoliščine Odsotnost užitka → ostale okoliščine Nezadovoljiv način življenja → ostale okoliščine Videl, da to ne pelje nikamor → uvid Prebuditev želje po življenju → uvid Pritisk staršev → ostale okoliščine

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Kode in kategorije sem smiselno uredila v hierarhično celoto.

Primer:

Odločitev za abstinenco:

a.) UVID

- uvid, da to ne pelje nikamor (intervjuji L, Ž, N)
- prebuditev želje po življenju (intervjuji L, N)
- uvid, da to ni *življenje* (intervjuji Ž, N)

b.) OSTALE OKOLIŠČINE

- skrivanje pred starši (intervju L)
- pritisk staršev (intervju Ž)
- odsotnost užitka (intervjuji L, S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

Vsakemu pojmu sem pripisala vse kode, ki so spadale podenj, in vsaki kodi vse enote kodiranja, ki sem ji jih pripisala.

Primer:

a.) UVID

- *Uvid, da to ne pelje nikamor* (L: »V tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...« / Ž: »...sm vedu, da to ni to v življenju... sm vidu, da tako ne gre več...« / N: »...ker tako življenje ne vodi nikamor. Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja.«)
- *Prebuditev želje po življenju* (L: »V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...« / N: »Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja.«)
- *Uvid, da to ni življenje* (Ž: »...sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman... Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena.« /

N: »Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor... Slej prej te mine takega neodgovornega življenja«.)

- *Neodgovornost oz. želja po odgovornosti* (N: »Slej prej te mine takega neodgovornega življenja«.)
- *Naveličanost bežanja* (K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal. Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo...«.)
- *Želja po boljši izrabi časa* (N: »Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«.)
- *Uhajanje življenja iz rok* (S: »Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene. Mogla sm neki narest. Mislina sm, da bom umrla drugač«.)

b.) OSTALE OKOLIŠČINE

- *Skrivanje pred starši* (L: »...pa to, da je mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat.«)
- *Pritisk staršev* (Ž: »Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec.«)
- *Odsotnost užitka* (L: »Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka...« / S: »Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje«.)
- *Nazadovoljiv način življenja* (L: »...v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor«. / N: »Enostavno maš dovolj vsega«. / S: »Vsega sem imela čez glavo.«)
- *Pričakovanja* (N: »Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja. In to je to, ne? Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«.)
- *Odsotnost povzročanja težav* (M: »»...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou.«)
- *Naveličanost scene* (N: »Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine takega neodgovornega življenja.« / M: »Verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču...« / S: »Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene.«)

4. REZULTATI

Najprej bi rada omenila, da se ugotovitve nanašajo izključno na osebe, ki so bile ali so še vedno v programu reintegracije, razen ene, ki je program urejanja (komuno) končala že pred leti, vendar sem jo zaradi primerjave prav tako vključila v raziskavo.

Prva ugotovitev je ta, da obstaja med uporabniki velika razlika, in sicer glede na *predhoden proces zdravljenja*: različne vrste komun (glede na pristop in metode dela), zapor, vzdrževanje abstinence doma. Najbolj očitna je razlika med zrelostjo uporabnikov Reto centra in drugih komun ali terapevtskih skupnosti. Med prvimi je recidivov največ.

Spregledati ne morem niti dejstva, da se zrelost uporabnikov ter ponovno zaupanje vase in v druge kaže tudi v tem, *ali jim bližnje osebe, predvsem starši, nudijo oporo*. Pomembno je, da se vključijo v neko podporno skupino. Uporabniki, ki imajo z domačimi slabe odnose, se z njimi prepirajo, včasih prekinejo stike. Med njimi zato obstaja večja možnost za recidiv, kar pa seveda ni nujno. Reintegracijski centri so zato primeren prostor, da se stiki na novo vzpostavijo.

Slednja ugotovitev pa je vsekakor bistvenega pomena: *razlog, zakaj so začeli abstimirati*. Ta v večini primerov (ne pa vedno) ostaja ključen kazalec za ultimativno končanje kariere uživalca ali pa za njegovo nadaljnjo pot (zdrs v zasvojenost). Oseben uvid je še zdaleč najbolj trden dejavnik pri uspešnosti abstiniranja, sledijo druge okoliščine, kot so socialni pritisk, zdravstveni in drugi razlogi, ki so navedeni v podpoglavju "Spuščanje in abstiniranje".

Poleg teh bi omenila tudi *osebne značilnosti človeka*, saj menim, da teh ne smemo nikoli spregledati v nobeni fazi urejanja, tudi v programih zmanjševanja škode ne. Ne glede na omenjeno ima vsak človek pravico do kvalitetnega življenja, mi kot strokovni delavci, pa mu jo moramo omogočiti.

4.1. ODLOČITEV ZA ABSTINENCO

Vsi intervjuvanci, razen enega, so imeli za seboj že več poskusov abstiniranja, navajajo pa različne razloge za njihovo odločitev ali boljše razloge, ki so jih pripeljali do končne točke, ki je dno, s tem pa tudi uvid, da takšno življenje nima prihodnosti (*Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je mama vedela, da se*

drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...), da je neodgovorno (Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor... Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine takega neodgovornega življenja...), da si izgubil kontrolo nad lastnim življenjem (Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet...), nekateri pa dno primerjajo celo s smrtjo (Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene. Mogla sm neki narest. Mislina sm, da bom umrla drugač...). Nekateri v svojo odločitev niso povsem prepričani (...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou...), verjetno pa so jih k takšnemu razmišljanju pripeljale okoliščine: lahko je to pristisk staršev (...pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec. Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu za drug de'u pa tud nism bil sposobn. Na nek način sm bil prisiljen v to...) in drugih iz okolice (Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo, hotla sm bit taka kt drugi – po moje to. Ja... Hotla sm bit k drugi...), odhod v zapor (...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou...) itd.

Po povedanem lahko sklepamo, da doživetje uvida ni prisotno pri vseh. V tem primeru lahko pričakujemo recidiv, saj oseba na popolno abstinenco še ni povsem pripravljena (...mogoče še nisem bil pripravljen...). Večina izjav kaže na to, da so vsi že abstinirali (razen enega, ki to poskuša prvič), prvič so v povprečju poskušali pri dvajsetih letih oz. po letu ali dveh zasvojenosti s heroinom. Nekateri omenjajo tri poskuse, drugi več, tudi število deset smo slišali, čeprav je verjetno malce pretirano, po drugi strani pa spet drugi uporabnik pravi, da je poskušal abstinirati ves čas uživanja (*V bistvu sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat...*).

Če pogledamo razloge za recidiv, kot jih navajajo intervjujanci, vidimo, da so se težko odrekli užitku, ki jim ga je prinašal heroin (*Ene trikrat sm se spucu prej, ampak bolj zato, da bi lahk jedu tripe in eje, tko... / Po dveh mescih mi je spet zapasal, pa sm se ga spet butnu... / mi je pasal žurat naprej...*). Želja po kvalitetnejšem in bolj smiselnem življenju jih je pripravila do tega, da so začeli razmišljati o odhodu v komuno, saj so bili v veliki večini mnenja, da jim

doma, ne glede na podporo, ki so jo imeli, ne bo uspelo (...saj veš kak je to, enostavno ne gre... Tak, da sem se odločil pol za komuno... / ...ampak nikoli ni šlo dokler nisem šeu v komuno... Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam in pa to da sm bil v tem okolju, ravno kadr sm reku da bom nehu, se je kdo nalimal na vratih... Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...). Pri enem uporabniku je torej očitno, da mu želje staršev, da se očisti tudi po treh letih komune niso koristile. Ponoven padec in stil življenja na drogi ga po tolikem času nista več privlačila, tako da je sam uvidel, da si tega res ne želi več.

4.2. METODA SPUŠČANJA

Pet intervjuvancev od šestih se je poskusilo odvajati s heroina z metadonom. Obstajajo trije načini uporabe metadona: vzdrževanje, spuščanje in kratkoročno nadomeščanje. Spuščanje pomeni nadzorovano lajšanje abstinenčnih težav, in sicer za daljše ali krajše obdobje. Cilj je nadomestiti heroin, čez nekaj časa pa začeti z zmanjševanjem količine metadona (Flaker 2002b: 194). Z bolj stvarne perspektive pa Flaker (2002b: 195) sklepa, da so ti tipi uporabe metadona drugačni od doktriniranih idealov. »V prvi vrsti gre za nekakšno kompenzacijo uživanja heroina, ki je lahko v določenih primerih, ne glede na željo po spuščanju, precej nedefinirana in nejasna in za katero se šele pozneje, ko se položaj razvije, pokaže, kakšno funkcijo bo prevzela v življenju posameznika.« Če pogledamo izjave intervjuvanih, lahko vidimo, da so se vpisali na metadon zaradi želje po spuščanju. A zgodilo se je slednje (*Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona... / ...bla sm na metadonu, čeprou nisem šla tja, kr sm mislna, da mi bo pomagou, bolj zato da nimam krize, čeprou je bla ta pol še več... / Na metadon sm šeu pr' dvajsetih, po štirih letih uživanja heroina. Tja sm hodil pol leta, mogoče več. Doza ni bla velika, malo sm ga pil, mal nižo'u, spet povišo'u, kakor sm hitu. Preden sm šou u komuno so me dal na Subotex. Urinsko me sploh niso testiral. Čez vikend sm se ga zadel, nism vzeu Subotexa... /... na metadon sm hodu da nism imel krize, ko sm pa res hotu nehat, sem pa šel na Subotex pa potlej naprej v*

komuno...». Metadon jim je bolj služil za lajšanje abstinencijskih težav v času krize kot pa zaradi same želje po abstinenci. Šele ko je bila odločitev dovolj zrela ali pa pritisk dovolj močan, so se odločili za postopen prehod na Suboxon (Samo to je blo tak... sm se nonstop drogirou, na suboxonu pa rabiš večjo dozo., če hočeš bit zadet. Tri dni te drži tista tableta. Tako, da sm po tablete hodu, mal tak bolj, ko bo kriza... Ja, no na ta suboxon sm šou glih zarad krize pa da spet pokažem neko sodelovanje in prepričan sm bil, da bom sam se spustu. Če bi šel na metadon, bi vse skupi trajal spet neki let. Ja, nič, potem sem bil pa dovolj na dnu pa...), detoksikacijo (DTO je blo tko tko, kr nekaj bi mogla čakati in še čakati, zato sm se odločila za psihiatrično v Begnäh. En mesec pol pa komuna...), dva sta odšla v Reto center (komuno), kamor je možen vstop pod substancami in ti ponudijo priložnost detoksikacije v samem centru (...v Reto greš lahk navlečen, tm ti pol pomagajo, da greš čez to, da prebrodš najhuj... Ja, 24 ur so skoz s tabo. V glavnem, ko prideš, nikamor ne morš. Skoz je nekdo s tabo: te pazi, čuva, karkol pač rabš. Un k je pač s tabo, un praktično živi zraven tebe), eden, ki je program reintegracije uspešno oparvil, je to storil s pomočjo ibogaina (Po naključju sm naletel v starih Slovenskih novicah: "Nudim uspešno pomoč pri odvajanju od trdih drog. Posredujem vse informacije o ibogainu". In cifra. Poklicau sm isti moment. Sm ugriznu v izjavo, da si čist v 48 urah. Tja sm šou trikrat na razgovor. Tam so mi dal cifro od fanta, ki je šel čez to uspešno. Ravno preden sva z njim končala razgovor, me je vprašou ali si to res želim. To je pustil močen vtis. Sem si želel ja, močno sm si želel...).

Izkušnje spuščanja so različne. Zanimiva je ta na ibogainu (Šel sm čez tri faze: vstop ibogaina, pucanje, izstop ibogaina... Halucinacije so se umirile, ibogain mi je v momentu nabil metadonsko krizo skoraj na vrhunec, najbolj je bilo to, da nisem čutil potrebe po heroinu... Regresiral sem v stanje otroka... Je bila mama ob meni, da sem čutil varnost. So se mi prikazovale slike, kako sem rekel...res me je pucalo. Kriza je trajala ene pet dni, peti dan je dosegla vrhunec, od bolečine sem zaspau... Nisem mogel več. To je bil odrešilni spanec...), ki edina od vseh poleg vseh simptomov krize povzroča tudi halucinacije. Sama poznam še nekaj vrst spuščanja, vendar jih intervjuvanci niso omenjali, zato ostajam pri že doslej znanih načinih: metadon, suboxon, subutex, makov čaj, razne tablete, še posebej apaurin itd. Večina so imeli vsi izkušnjo spuščanja doma, čeprav je do konca uspela le enemu, le-ta se je spustil s pomočjo ibogaina. V svojih izkušnjah opisujejo, da so se šele potem, ko jim ni uspelo spustiti oziroma se "očistiti" doma, odločili za vstop v komuno.

4.3. PODPORA V ČASU ABSTINENCE

Vsi intervjuvanci omenjajo družino, nekateri imajo z njimi v času odločitve za abstinenco in med samim vzpostavljanjem abstinence slabe (*...mat je skoz govorila, da iz mene ne bo nič... / Je pršla, mislm, da ene dvakrat je pršla na obisk, sam ne vem, ni... ni kej prevč rada hodla na obisk...*), nekateri dobre izkušnje (*Z mamó sva se takrat prvič v življenju zblížala... / Mama je bla v stiku z mano: redno me je klicala vsakih 14 dni, ane, redno mi je pošiljala dnar, eč sem kdaj kej rabu pa tko, ane. Enkrat je pršla za štir dni k men pa tko... Ko sm bil tam me je skoz podpirala... / Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl...*). Zanimivo je to, da ne glede na podporo, ki sta jo dve osebi doživljali s strani staršev, predvsem mame, danes z njimi ne najdejo pravega stika. Eden kuha zamero zaradi stvari, ki jih je doživljal kot otrok (*Moja mat, mi je sama priznala, da me je zanemarjala, da me ni vzgajala, saj je raj popivala. Sej ji je zdej žou za to, sam kaj mi to pomaga? Kot otrok sm bil vedno prepuščen samemu sebi...*), drugi je stike povsem prekinil, saj so mamina pričakovanja in zahteve za sina trenutno prevelike in jih ne zmore (*...preveč pričakuje od mene, sploh ne vem kaj hoče. Skoz neki, ne vem, bom vidu... Sm bil doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik...*). Le dva intervjuvanca omenjata celo družino, ostali bolj mamó, kar pomeni, da o očetu sploh niso želeli govoriti (*A on? Boli ga zame, nismo živel skupi, mamó pa mene je pustu, ko je bla mama še noseča z mano. Nč stika, sej ga ne rabm... / doma vse isto: fotr skoz neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, mah to so štorije, dolga zgodba*), eden od intervjuvancev pa je v rejništvu že od dojenčka. Poleg staršev ali mame, ki jim je bila v oporo vsaj v začetni fazi abstinence, lahko zasledimo pomoč tudi drugih družinskih članov: sestre (*Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala...*), polbrata (*...v največjo oporo mi je bil moj polbrat. On mi je hodu na obiske pa prnesu mi je stvari, denar, če sm rabu...*), teta (*Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da...*).

Z večine so odnosi s primarno družino skrhani, razlogi za to največkrat ležijo v vseh članih družine, to da je bil/-a sin/hčerka zasvojenec, je le vrh ledene gore. Starši se premalokrat zavedajo, da tudi oni tvorijo krog družinske patološke zasvojenosti, zato je potrebno delati tudi z njimi. Najbolje bi bilo začeti delati z njimi že takrat, ko je njihov otrok še v komuni ali terapevtski skupnosti, vendar je resnica ta, da le redki to pomoč sprejmejo. Navadno imajo občutek, da so za probleme v družini odgovorni njihovi otroci, to pa je velikokrat povod, da

se otroci po končanem "zdravljenju" ne želijo vrniti domov, če pa se, se zopet znajdejo v očitkih, nezaupanju, strahovih, kar je dostikrat povod za recidiv in zdrs v zasvojenost oziroma aktivno uživanje drog.

Dvema sta bili v veliko pomoč partnerki, saj sta verjeli vanju in ju spodbujali in to počneta še danes. Ne obsojata ju za preteklost, saj sta ju obe čakali ves čas komune, torej 5 in 11 mesecev. Sedaj imajo stike v času obiskov v reintegracijskem centru in za vikende, ko odhajata domov oziroma eden hodi k puncu v študentsko naselje, kjer biva v času študija, drugi pa se odpelje k dekletovim starim staršem na Dolenjsko, tako da preživijo nekaj časa skupaj (*Ona me je čakala, ja... Tko da me je ona lahko klicala vsake 14 dni... Ja, Brigita, ona je tko prva stvar v mojem življenju. Hoče mi dobr, verjame vame verjetn še bolj kt jz sam seb... / pa zraven je bila Bojana, čeprav sm pobegnu parkrat pa...).*

Poleg podpore v družinskih članih ali bližnjih osebah so nekateri oporo iskali drugje: v fantih v komuni (*Ja, ful je potrpljenja, in... in trud ko vidš da delajo s tabo, se ukvarjajo s tabo. Najprej ti je tko, si mislš kva te težijo, pa tega ne smeš pa unga, pa ti to teži, ampak pol pa vidš da je to okay, da delajo to z ljubeznijo, ker ti hočjo pomagat...),* sedaj jo fantje iščejo v drugih fantih, ki so vključeni v reintegracijske procese (...pa fantje notr...), intervjuvanka omenja kot pozitivno druženje stik s punco, ki je tudi končala program v komuni (*Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj).* Iz tega lahko razberemo, da se v programu zdravljenja začenjajo razvijati novi odnosi, ki se lahko ohranijo tudi po komuni. Ti odnosi so hkrati opora in bodrilo drug drugemu. Seveda pri tem obstaja nevarnost, da lahko ena oseba za seboj potegne še drugo, če le-ta ni dovolj močna in trdna. Tudi skupina za samopomoč služi kot dobra podpora (*Zdej mi poleg teka najbolj pomaga, da grem vsako soboto na NA. / To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga...).* Oba intervjuvanca, ki se te skupine udeležujeta, imata o njej pozitivno mnenje (*mi pomaga, mi je v oporo, najdem nove stike za druženje...*) in sta se vanjo vključila takoj, ko sta vzpostavila abstinenco. Tudi prijatelji so ključnega pomena pri preprečitvi recidiva, tako vsaj menita dve osebi (*Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle... / ...prijateljico imam: greva skupi na kofe, tud v kino, na izlet, sam to je vse, nč več nimam z njo...).* Izjava, da oseba ne potrebuje prijateljev (*Frendov*

niti nimam, niti jih ne pogrešam, ne, ker mam zdej vse kr rabm na doseg roke. To so edini stiki...), se mi bolj zdi znak osamljenosti, čeprav se dozdeva, da je intervjuvanec s stiki, ki jih trenutno ima, zadovoljen. Ena oseba vidi oporo tudi v tem, da je sprejeta, da sprejmejo njeno izkušnjo in je ne stigmatizirajo. V tem smislu omenja podporo osebja v šoli, ko se je ponovno vpisala v šolo oziroma Ljudsko univerzo (Pa tud v šol oziroma na ljudski univerzi so bli ful prjazni, nobene stigme, nič...) in pri delodajalcu, ko je iskala zaposlitev (...nobene stigme, nič. Tud na delu ne, jz sm kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznal. Se mi je zdelo nesmiselno skrivat te stvari, če so jih pa vedl...). Ista oseba vidi oporo tudi v svoji lastni volji (Največ pa moja volja, da sm vztrajala, sej so bli tud težki trenutki, se mi zdi, da tem noben ne uide. Sploh, kar se čustev tiče. Te ti skoz neki nagajajo, preveč smo občutljivi in te lahk hitr kej s tira vrže...). V sogovornikih je bilo opaziti različno zrelostno stopnjo: dlje, ko je oseba abstinirala, več življenjskih izkušenj je že imela, zato so bili tudi odgovori bolj izkustveni in so v sebi nosili globlji pomen. Le nekdo je videl oporo tudi v oddaljenosti od domačega kraja (Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da...), vendar je bila takšna vrsta pomoči primerna na začetku vzpostavitve abstinence.

Čeprav so trenutno trije od intervjuvanih vključeni v reintegracijski center Vincenca Drakslerja, nobeden od njih ni omenil, da še vedno potrebuje strokovno ali terapevtsko pomoč. Ne vem, ali se jim to zdi samoumevno ali pa menijo, da je ne potrebujejo, vendar bi bil program potemtakem neučinkovit. Če kot zaposlena v že zgoraj omenjenem reintegracijskem centru omenim le to, da je do sedaj le ena oseba v svojo prošnjo o vključitvi napisala, da potrebuje pomoč, potem sklepam, da jim je strokovna ali laična pomoč samoumevna, saj je del programa. V intervjujih so tako osebe omenile, da jim je bil v ključnih trenutkih v oporo terapevt (*Ščuka me je v tistih dneh, sm imel ful cajta, sam da se je dogajal, tko da sm šel večkrat na štop k njemu...*) in pa svetovalka v zaporu (*Z njima sm tud meu kr razgovore notr, ena me je skoz spremljala, hodla k men na obisk, v veliko pomoč mi je bla ko sem bil na zdravljenju, pa tk... velk mi je pomagala...*).

4.4. VZDRŽEVANJE ABSTINENCE

Najdaljša abstinenca intervjuvanih je deset let, najkrajša trinajst mesecev. Ena intervjuvana oseba je v času bivanja v reintegracijskem centru recidivirala in "padla nazaj", vendar je bila

za intervju pripravljena. Ena oseba je "zdrsnila" v zasvojenost po treh letih komune in se po nekaj mesecih odločila za ponoven vstop v komuno. Trenutno biva v reintegracijskem centru Vincenca Drakslerja. Ostale osebe so prav tako imele izkušnjo recidiva, vse pa so (bile) prvič vključene v proces reintegracije. Ena oseba se v proces ni vključila, saj teh centrov še ni bilo oziroma sta ga izvajala le društvo Up in projekt Človek, ki pa sta bolj zaprtega tipa.

Rezultati kažejo, da pri vzdrževanju abstinence pomagajo različne aktivnosti, talenti, različne osebe, način mišljenja in vključenost v različne dejavnosti, tako v samem centru kot izven njega (skupina za samopomoč). Najpogosteje so omenjani talenti, stvari, ki so jih odkrili v sebi in za katere čutijo, da jim pomagajo. To so: igranje glasbenih instrumentov (*Kitara..... Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljubu sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikel nism bil tolik zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jut, pojutršnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekak pomaga... je tko... terapijsko je veš. Če tko pogledam je ena življenjska stvar /... da lahko igram bobne...*), risanje (*...rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat*), pisanje (*...velik sm pisala in to mi je pomagal. Misl, pisala o svojih čustvih, na papir sm se izražala. To mi je res pomagal...*). Talenti ne izključujejo niti športa, še posebej če so usmerjeni na doseganje rezultatov, ena oseba se redno udeležuje tekaških maratonov, to mu pomaga pri vzdrževanju abstinence (*Tek in telesna aktivnost, edino to me je držalo, da sm glavo nad vodo držou. Tek ob enajstih zvečer. Nenormalne količine vadbe, sm se počutu sproščenega, umirjenega...*). Podobno sedaj odkriva na novo vključen uporabnik (*...to mi je super, it na kolo pa tja pa sm. Tud hribi so dobri sam sam ne grem, ne vem, drugi pa za vikend nočjo it. Jz bi šou kuj...*).

Izkoriščanje svojega talenta jim daje moč in spodbudo za spreminjanje sebe in svojega načina življenja. Lahko ga spreminjajo zavestno, torej se tega zavedajo, ali pa se proces dogaja bolj sam od sebe, vsekakor ne brez truda in volje. Želja po spremembi je torej ključnega pomena. To, da želiš spremeniti svoje življenje (*Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen*). Sogovornik se torej zaveda, da je v veliki meri vse odvisno od njega (*Jaz gledam na to čist tko enostavno. Vse je odvisno od*

mene..., ne? Zato niti ne iščem opore al pa neke, nekega zagotovila...). In ker to ve, si zna postavljati realne cilje in seveda – ostaja zbujen! Da ostane v toku življenja, da sredi dogajanja ne zaspi. Pri tem velja tudi prvo pravilo za "ostati čist", in sicer zamenjati družbo. Brez tega ne gre (*V komuni sm mogla razpucat sama s sabo, kaj hočem, in vse to. Najprej sm imela soočenje s starimi prijatelji, to sm mogla razpucat: a imamo še kej skupnega. Pa sm vidla, da ne, sej je mene čist neki družga zanimalo kt njih).*

Le redkokdo je kot pomoč pri vzdrževanju abstinence omenil delo. To je bilo omenjeno le v kontekstu življenja v zaporu (*V zaporu sm delu...*). Seveda si želijo najti zaposlitev, vendar nihče ne govori o delu kot o pomoči pri vzdrževanju abstinence. Nihče tudi, razen ene osebe, ne omenja podpore v pogovoru (*Najbolj so mi koristl pogovori...*) ali v tem, da bi bil razumljen (*Pa to, da je razumela kaj preživljam...*). To se mi je zdelo zanimivo, saj opažam, da je večina zasvojenih in bivših zasvojenih rada v središču pozornosti, biti razumljen je vsekakor en ključnih znakov, da želiš imeti pozornost.

4.5. OVIRE PRI VZDRŽEVANJU ABSTINENCE

Največja težava, ki jo vsi sogovorniki omenjajo, so lastna čustva (*Lastna čustva. Drugih ovir ni. Ne bojim se sveta, ne bojim se življenja, bojim se svojih čustev...*). Za uživalce drog, predvsem tiste, ki so s kariero zaključili, so značilna nihanja razpoloženja, od evforije do depresije. Ta razpoloženja se lahko spreminjajo iz minute v minuto, nič ni stalnega. Znana je tudi impulzivnost, veliko jih ima težave z notranjo napetostjo. Ti razlogi so najpogostejši pri ugotavljanju vzrokov za recidiv. Od kod takšni problemi? Kot je omenila ena oseba, ki pravi, da se je naveličala bežati (*Kot sem rekla, najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva...*), je pomemben razlog večno bežanje pred čustvi: bolečino, žalostjo, trpljenjem. Naučiš se dobro skrivati čustva, jih potiskati proč, omamljati. Sedaj pa so ti vsa čustva prinesena na pladnju in naučiti se moraš ravnati z njimi, to pa ni tako lahko naloga, kakor se zdi komu od nas. Čustva torej. Naj naštejemo, s čim se naši sogovorniki soočajo in česa jih je najbolj strah: težave v odnosih z nasprotnim spolom (*Težave v odnosih z ženskami. Ko me je pustila punca, sm se znašel na robu recidiva. Padel sem v depresijo, šel prvič k psihiatru, saj nisem vedel kaj se dogaja. Tam so mi pa hotl dat tablete, antidepressive pa sm reku hvala za sodelovanje in*

nasvidenje. Tono bolečine sm prenašou okol...), različna čustvena stanja (Edina ovira sem jaz sam! Drugih ovir al po ne vem kaj... Način razmišljanja, ja, ampak bolj čustveno stanje. Ne, ker mi niha hitro.... Mogoče se to ne vidi na zunaj, ampak če je neka situacija neugodna za mene, ne, ni problema, hm. Na splošno pa niham med nekim vznesenim stanjem pa potem ostanem brez volje, ne. Ampak mam na žalost tega brez volje več kot pa tistega drugega.....če sm brez neke volje al pa se ne znajdem, ne iščem neke pomoči, ne smilim se sam sebi, sprejemem ta del mene in to je to. Če pa vem, da je vse odvisno od mene, ne?), huda jeza (Verjetno pri kaki hudi jezi. Tam bi se znalo zgoditi, da bi me potegnl nazaj... Pa tud pri kašnem stresu, pri kaki grozni, kak bi reku...situaciji, ko se skregam al pa ne vem, da je neki pretresljivga, neki straš'nga, takrat, takrat, takrat je tud nevarno, da se zlomim...), bolečina, žalost (...najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva. Pa če me je kdo prizadeu. To je blo najteži...). Poleg čustev intervjuvanci omejuje še: prevelika pričakovanja (Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat...), zmedenost, ki izhaja iz neodločnosti in nevedenja (Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču...), slabe samopodobe (samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanj. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebelo, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej...), nizke samozavesti (Samozavest, nimam je...), podcenjevanja v družinskem krogu (Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou...), negotovosti. Tudi lokacija programa ali pa njegova neprimernost je lahko vzrok za ponoven padec (To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...). Situacij je vsekakor precej, vprašanje je le, kako jih ublažiti in premostiti. Menim, da programi reintegracije lahko k temu ogromno pripomorejo, seveda pa je pomemben tudi prispevek samih uporabnikov, začeni z željo po spremembi. En uporabnik je pri razlogu za možno recidiv omenil pomanjkanje moči (Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam...). Naloga programa je tako predvsem dodajanje moči uporabnikom ali delo s perspektive moči.

Zgoraj naštetih dejavniki so v glavnem tudi razlogi za recidiv. Eden od razlogov za padec, poleg že omenjenih pritiskov s strani staršev, je lahko tudi pritisk družbe. Ta se najpogosteje kaže v stigmatiziranju tudi že bivših uživalcev heroina. Vsi, razen dveh, problemov s stigmo

nimajo (*Ne. Nikoli. Mogoče sm imel pa ne vem. Ne, enkrat. Ampak še dobr da je blo tko. Na starmu delavnemu mestu so me zavrnil, češ da vse vedo o men, da takih delavcev ne rabijo. Drugač sm pa ful čutu simpatije. Mi je rekel šef v drugi službi: "Kapo dol! Ostan tak kakršen si!" / Jaz se sploh s tem ne obremenjujem. Meni je čisto vseeno. Zdej, če me bodo vrgli ven zaradi tega me pač bodo, ampak slej ko prej najdeš službo, ne? Še tako kot ti odgovarja... / Pa tud v šol oziroma na ljudski univerzi so bli ful prjazni, nobene stigme, nič. Tud na delu ne, jz sm kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznal. Se mi je zdelo nesmiselno skrivat te stvari, če so jih pa vedl...).* En uporabnik čuti stigmo le v domačem kraju, to je na kmetiji v vasi (*Niti ne, sam v domačem kraju...*). Iz sledeče izjave pa lahko opazimo, da uporabnik pripisuje stigmo drugim (*Ne, jaz nimam nobenga občutka, da bi me stigmatiziral kdo, da bi me kdo izoliral al pa karkoli. Nikol nisem mel tazga občutka, da bi me postran gledal pa tud nikol se mi ni vidl, da kaj jemljem. Ko sm bil v komuni sm vidu res izmučane face, folk k se je drogiral že od šestnajstga, dons so pa 40 let stari...*). Iz samega branja intervjuja to ni tako očitno razbrati, vsekakor pa je bilo opazno na obrazu, ki je deloval vzvišeno. Izjave, da on ni bil nikoli na dnu, da niti ni kriziral kot drugi, da se počuti več, se kažejo tudi v odnosu do drugih v RC. Flaker (2002a: 99) pravi, da »stigmatizirani te procese doživlja po eni strani kot krivico, saj se mu njegova posebnost ne zdi tako vseobsegajoča, po drugi strani pa tudi sam prevzema tak pogled nase.« To doživlja le ena sogovornica (*...povsod mam že ta pečat, kamorkol se obrnem... Mam občutek, da me vsi postran gledajo... Težko mi je za službo blo vprašat, pa v glasbeno šolo, vse, skoz me spremla to, še sama ne vem kaj...*). Ista oseba doživlja stigmo s strani staršev (*Najbolj je, da se nč ne vidmo. Pa tud slišmo ne, cel kup obsojanja, too much...*). Gledano s tega vidika lahko rečemo, da je stigma kompleksen pojem in da je najbolje, da jo ignoriramo, če se le da.

4.6. ODNOS DO DRUGIH SUBSTANC

Sogovorniki imajo povsem odklonilen odnos do marihuane, v precejšni meri pa tudi do uživanja alkohola. Da ni narobe spiti kakšnega piva, s to izjavo se strinja le ena oseba (*Kar se pa alkohola tiče, pa kakšno pivo, ne vem, si še nism čist na jasnem s temu. Misl'm... ne vidim problema, če spijem kak pir, ne?*). Osebi, ki sta že dalj časa "čisti", imata izkušnjo s pitjem alkohola tudi po končanih programih, vendar sta obe prišli do spoznanja, da ju ne potrebujeta (*Alkohol pa tko. Včasih sm kakšn pivo spil, pa sm ugotovu, da tud to ne rabm. Sej lahk sok*

pijem al pa koka-kolo, jz se mam čist dobr, uživam v družbi, ne v drinki... / Ko sm pršla s komune nism nč pila alkohola, nism, sem najprej mela polo za narest. K sm maturo nardila sem nazdravla z viskijam. Pol pa spet nč. Pol sm pa enga tipa spoznala, glasbenik je bil, ta ga je pa kr dost pil, pa sm takrt dost vn hodila pa to, ampak sm mela mejo, on ne. Ne morš met tazga partnerja, saj jz ne, zato sva šla narazn. Ko sm zanosila, od takrat ne spijem nč, tud tistga kozarca vina ne. Mi ne paše. Trava pa sploh ne. Je ne rabm. Sej je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okay...). Eden pravi, da tega ne bo konzumiral, torej o tem ne razmišlja (*To jz nč ne konzumiram...*), eden pa upa, da ne bo posegel po alkoholu, saj se zaveda, da je imel z njim isti problem kot s heroinom (*Večji problem mam z alkoholom. Ko sm jemou drogo sm skoz tud pil. Upam, da ne bom več...*). Torej o tem razmišlja, vendar v kontekstu upanja, da alkohola ne bo več pil.

Pri marihuani je zgodba drugačna. Odklonilen odnos do marihuane se kaže predvsem v slabih izkušnjah z njo (*Trava me je zmer čudn'ga delala, je nism mogu sploh... Ne rabm je, jo tudi prej nism, Misl'm da te nardi skisanga, neuporabnga. Kaj bi potlej dosegu? Nč... / Kar se trave tiče imam eno izkušnjo, tako... čudno. Sem enkrat kadil preden sem šu u komuno, s punco sva kadila, pa sem reku, da ne bom, ker se spomnim, da sem imel zmerej bed sceno na temu. Ampak sm vseen, pa je bilo spet isto ne... dobim paranojo. To misl'm da ne bom več počeu, ne...*) ter v naveličanosti vseh substanc, ki "odklopijo" (*Trava pa sploh ne. Je ne rabm. Sej je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okar...*).

Drugih substanc intervjuvanci ne omenjajo.

4.7. SOCIALNA MREŽA

Vzpostavljanje novih stikov in izboljšanje odnosov je za vse, ki so se odločili abstimirati precej zahtevna naloga. Vemo, da se velika večina posameznikov po prihodu iz programa urejanja sooča z osamljenostjo in odtujenostjo. Prijatelji, ki so jih imeli, preden so posegli po drogi, so jim z večine obrnili hrbet. S prijatelji, s katerimi so bili skupaj na sceni, pa nimajo več kaj skupnega in so zato z njimi pretrgali odnose. Novih prijateljev še nimajo. Zanimalo me je, kakšne stike imajo, ali so osamljeni in ali ter koliko jih to moti.

Na vprašanje, če ima kaj novih prijateljev, je sogovornik, ki je že zaključil program reintegracije, odgovoril pritrdilno (*Včasih grem na kakšn predavanje, seminar in spoznavam nov folk, s kšnimi se zaštekam, s kšnimi ne, sej je zmeraj tako, z enimi gre, z drugimi ne. Pa v službi spoznavam ljudi, na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...*). V začetku abstinenčne poti je bilo drugače (*Takr't sm mel sam mamo, nobenga frenda, zato sm se umaknu v Kanado. Da razmislim o moji poti za naprej. K sm bil tm u tist hiš, sej veš, sm počas začel dobivat nove stike, največ na predavanjih, k smo se skupi družl. Pa u hribih kšnga spoznaš, pa tko, počas je šlo... Ja, službo sm kmal dobu tko da ni blo take panike. Tm je pa skoz en folk, se že pogovarjaš, pa kakšno rečeš...*). Pozitivna je bila glede pridobivanja prijateljev in širjenja socialne mreže tudi sogovornica, ki v programu reintegracije ni bila. Za začetek omenja prijateljico, ki ji je ostala "zvesta", jo tudi obiskala v komuni. (*Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle...*). Kar se tiče nadaljnjih stikov, pa jih je največ navezala v okviru izobraževanja in dela, ki ga je opravljala (*Pol sm se v šolo vpisala pa začela delat prek študenta, pa tako...*). Veliko pomeni tudi ohranitev odnosov z osebami, ki so bile skupaj v komuni (*Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali...*).

Osebe, ki so v program vključene, na prvo mesto postavljajo ostale uporabnike, eden od njih tudi prostovoljce v RC (*Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na veselicah, zdej pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem...*). Ne vem, ali bodo stike ohranjali tudi po programu, saj je to odvisno od njih samih. Pomembno je, da imajo stike, skupne teme in da skupaj odkrivajo novo življenje. Vse to vsekakor pomaga blažiti prehod med komuno ali terapevtsko skupnostjo in vrnitvijo v domače okolje, kjer bodo lahko navezovali nove stike. Eni so tako prijateljstvo kot oporo našli v skupinah za samopomoč (*...na NA jih spoznavam... / Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga...*).

Kar se tiče bližnjih odnosov, bi izjave lahko razdelila v navezovanje boljših odnosov ali pa v pasivnost odnosov, različno od osebe do osebe. Nekateri ohranjajo stik in ga izboljšujejo

predvsem z bližnjimi, ki so jim v času odvajanja stali ob strani, največkrat je to partnerka (*Z njo se pogovorim vse. Pa tudi ji povem, ona pa tako ali tako kuj opazi, pred njo ne morem skrivat...*), vendar se tudi tu kažejo težave (...ona me je čakala...), saj gre za samoumevnost odnosa, po eni strani tudi za čutenje dolžnosti s strani sogovornika. Odnos zato stagnira. Enako je recimo v primeru sestre (*Največ s sestro, s starši bolj mal... Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala, zdej ne, prav, da je tud ona zdej obupala... Sej kdo pa ne'b po tolk'h poskusih? Najbolj je, da se nč ne vidmo. Pa tud slišmo ne, cel kup obsojanja, too much...*). Optimitem ali pesimizem se kaže tudi v odnosih s starši. Prvi se kaže v ponovnem zaupanju s strani družine (*Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal... Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl...*), drugi pa v nenehnih prepirih (*...doma vse isto: fotr skoz neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, mah to so štorije, dolga zgodba...*) in prekinitvi odnosov (*Sm bil doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik...*).

Programi reintegracije so dobra izhodiščna točka za osamosvojitve uporabnikov, istočasno pa tudi za delo s svojci, če so seveda ti na to pripravljeni. Ne glede na to, ali se bodo te osebe vrnile domov ali ne, je prav, da se odnosi med njimi izboljšajo. Vsaj do te mere, da bodo lahko normalno funkcionirali, to pa pomeni, si oprostili in preživeli skupaj bolj kvaliteten čas, kot ga preživljajo trenutno.

4.8. PROSTI ČAS

Preživljanje prostega časa bo kasneje zelo vplivalo na njihov vsakdanjik. Nekateri si čas težko organizirajo, nekateri ga preživijo sede, za računalnikom in televizijo, kot je to prišlo v navado veliki večini ljudi v času modernega pluralizma. Biti zadovoljen sam s sabo, pomeni preživeti čas smiselno, početi stvari, ki so ti všeč. Raziskava je pokazala, da sogovorniki to počno. Vsak si je našel svoj hobi in ga zna izkoristiti. Vprašanje je le, ali ga bodo znali izkoristiti tudi, ko bodo šli na svoje (*Sej ko maš službo, kaj ti pa pol ostane od časa?*).

Prvi sogovornik, ki je zaposlen, si čas najde (*Za tek in branje si vedno najdem čas.... Včasih grem na kakšn predavanje, seminar...*), enakega mnenja je tudi slednje dekle (*Brala in meditirala, pisala.... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...*). Problem naj torej ne bi bil v času pač pa v organizaciji le-tega. V reintegracijskem centru v Pristavi ta možnost vsekakor je: dopoldne se izvajajo razne aktivnosti, ki so navedene v programu,

popoldne imajo fantje možnost razvijati svoje talente in se učiti, kako preživljati prosti čas. Vendar je lahko to tudi slabo, ker so bolj ali manj prepuščeni sami sebi. Z njimi so prostovoljci, ki pa ne pokrivajo celotnega dneva (*Seveda. jz sm šou pol po tretji, al teč al na kofe, ob petih sm pa mogu že it u službo. Tud program je bil delno men prilagojen glih zard službe. Sam men je blo okay, tist k si pa časa ne zna sam organizirat je pa tko tko, zna bit sranje. Več ljudi bi mogl delat, da bi blo bolj varno za koga, da ne bi kr zablužil... Ampak mene ni motl sej pravm...*).

Dva intervjuvanca v prostem času najraje muzicirata (*Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljubu sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet... / Ja, najraj sm pa za bobni, to mi življenje daje...*). To počne tudi punca, vendar izgleda, da ne s takšnim veseljem kot slednja (*...Ja, sm...sej ga še zdey igram, pa tud inštruiram...*). Eden si najde čas še za kaj drugega (*Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo...*). Umetnosti se v prostem času poslužuje tudi ta sogovornica (*...sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat...*). Štiri osebe se ukvarjajo s fizičnimi aktivnostmi, prav tako s psihičnimi, kot so branje, pisanje, meditacija... Le dve osebi se v tem ne najdeta, kot omenjeno ena med prostim časom rada riše, druga igra kitaro in se v zvezi s tem poslužuje interneta (*Včasih grem za računalnik pa še to so tm ene ful dobre lekcije za kitaro...*) ter se športno udeležuje preko televizijskega ekrana (*Pa šport me zanima, vse tekme si pogledam, v nedelah sm včas kr zakopan pred TV-jam*). Zanimivo in pozitivno je to, da jih prekomerno posedanje pred raznimi ekrani ne veseli, saj vemo, da je današnja generacija svojo osamljenost namesto kvalitetnega druženja zamenjala za "facebook" in ostale spletne strani, kjer iščejo svojo podobo in identiteto. Trem se zdi posedanje pred računalnikom izguba časa, glede tega so bili vsi dokaj podobnega mnjenja (*Ne, nimam cajta za to. Na internet grem, da si pogledam e-mail, pa to če me kej zanima, drgač ne, škoda cajta, že tko ga mam bol mau... / Ne, to je glupost. Znam uštimit kr neki u vezi z računalniki, ampak, da bi pa čas zgublou, to ne... ne... Včasih kej pogledam če me zanima, to... / Nimam časa za to, otrok, delo, študij...*). Eden od njih pa osnov računalništva niti ne pozna (*Niti ne, ker znam samo mail pogledat pa kej malga napisat. Zdey me en prostovolj uči saj te usnove...*).

Le eden je pod prosti čas uvrstil pogovarjanje, torej da se v prostem času rad pogovarja (*Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam...*), eden pa misli, da bi lahko bral Biblijo, ker čuti, da jo mora, a je ne (*Mogoče bi lahk kej Biblijo bral, pa sm mal pustu to, ne vem če je dobr ne, ampak... ne...*). Tudi, če je ne bere, to ne pomeni, da se mora počutiti krivega, vendar

od časa do časa te občutke vsekakor doživlja. Tako se ponovno vračam na ugotovitve glede Reto centra. Mnogo oseb doživlja te občutke, v intervjujih sta nastopili dve osebi, ki sta bili vključeni v program urejanja v Reto centru, fant in punca, in oba vedno znova doživljata občutke krivde, zmedenosti, negotovosti, vse pa se veže na religijo in njuno vero, ki deluje bolj zmedeno kot utrjeno. Sama že nekaj let opazujem osebe, ki prihajajo iz teh centrov in reči moram, da sem večkrat priča mnogim neuspehim poskusom abstiniranja. Osebe, ki se vrnejo (če sploh se), doživljajo nenormalne občutke evforije in neprestano govorijo o Bogu, s čimer ni nič narobe, vendar vse skupaj že meji na fanatizem. Dokler jih ti občutki držijo pokonci, gre, ko pa se jih počasi začne dotikati realnost, počasi klonejo pod vplivom "pekla". Takih je mnogo in menim, da bi se moral program reintegracije izuriti tudi za takšne primere – ekstremne primere.

4.9. CILJI

Ciljno načrtovanje je pomemben del vsakega posameznika po vrnitvi iz komune ali terapevtske skupnosti. Cilje v programu reintegracije iščemo skupaj, in sicer s pomočjo individualnega načrta. Sami cilje imajo, nekateri so kratkoročni in bolj uresničljivi, drugi dolgoročni. Paziti je treba, da si ne postavijo le dolgoročnih ciljev, saj imajo večkrat prevelika pričakovanja, vse bi radi dosegli takoj. To je lahko vzrok za recidiv.

Pa pogledjmo, kakšne želje in pričakovanja imajo naši intervjuvanci. Vsi si želijo samostojnosti. To je razbrati iz želje najti oziroma obdržati službo (*Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje... /... se bojim da bom službo zgubla...*). Nekdo si je postavil za cilj dobiti konkretno službo (*Delat v vrtcu to mi je tist trenuten cilj*). V tej izjavi se vsekakor skrivajo prevelika pričakovanja, saj dobiti delo v vrtcu, če nimaš dokončane srednje šole, niti nimaš prave smeri, je kar precejšen zalogaj. Zato vsekakor to ne more biti trenuten cilj, lahko je dolgoročen, vložiti pa bo treba še veliko truda in še več potrpežljivosti. Dva od sogovornikov službo že imata, zato sklepam, da je nista omenjala iz teh razlogov.

Če človek želi opravljati delo, ki ga veseli, so bolj realne drugačne izjave (*Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks... Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen...*). Uporabnik se zaveda, da mu bo vse cilje uspelo uresničiti, če ostane zbujen. Trezen. In da najprej od vsega spremeni način življenja (*Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak*

da tudi potem stojim za tem, ne...). Sama sem mnenja, da so to osnove vsakega "postavljanja na noge". Včasih uporabniki hitijo z iskanjem službe, se hitro zaposlijo, da bodo tako ekonomsko osamosvojeni, pri tem pa pozabljajo, da niti še ne stojijo na trdih tleh, da še vedno hodijo po robu in da se morajo boriti sami s sabo vsak dan, dokler končno ne zadihajo "svobode", ki jim jo daje življenje. Opazovati se, biti iskren do sebe, to je ključ uspeha. Na žalost na ta ključ mnogi pozabijo v tistem trenutku, ko pridejo s komune. Vzeti si čas zase, je pomembno (*Družina, služba, si vzet čas zase... Zdej je vse drugač. Moji cilji so zdej čist drugačni, lahko rečem, da ohranjam svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih rečeh...*). Tu se kaže zrelost v razmišljanju, dalj časa človek abstiniira, zrelejši postaja. To je bilo v izjavah različnih intervjuvancev precej očitno.

Oba fanta, ki imata punco, si želita ustvariti družino (*Sigurn je cilj ustvarit družino, ne, enga otroka. Men je cilj met hčerko al pa sina k bo reku moj fotr je pa faca. K bo ponosn name, da bo drugim reku: "To je pa moj fotr, a veš", ne da ga bo sram. Kr en tip. Tko, da ja no... / ...družina, ne...*). Pred tem si eden od njiju želi ustvariti odnos s punco, s katero trenutno ni zadovoljen (*Pa itak z Brigito ustvart eno družino, en odnos... /... mislm mogoče mava zdej en težek obdobje ampak na vse tist kar je blo, bova. Sej pravi, vse je odvisno od vsazga posameznika. Prav je, da si okay tud če je drug nesramen do tebe. Morš se obnašat tko, da si tak, en da si še ti pol nesramen. To ne pelje nikamor. Pa tele moteče dejavnike kt je računalnik, k vem da jo moti, to morm dat preč pa se še jz ji začet prilagajat, da bova skupi preživela prost čas. Pa bom kartal z njo, čeprav mi je v interes delat kej družga...*). Partnerke si želi en intervjuvanec (*Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...*). Oseba je zadovoljna, izgleda, da je dosegla skoraj vse svoje že zadane cilje, priznava pa, da si želi partnerke in to še toliko bolj, ker ima pri navezovanju stikov z nasprotnim spolom resne probleme.

4.10. OSEBNE ZNAČILNOSTI

Za osebe, ki so uživale heroin, so motnje razpoloženja značilne, sem bi lahko uvrstili tudi impulzivnost, občutljivost in druge težave, s katerimi se soočajo tudi po mnogih letih abstinence ali celo vse življenje. Nekateri od sogovornikov so zgoraj omenjene težave opazili tudi pri sebi: impulzivnost (*...rd igram kitara, to me pomirja, sam hitr lahk znorim, če me kdo*

zmot... / Hitro se razjezim. Ne maram, da so grdi do mene, tega ne prenesm... / ...sej mam tud slabe strani sebe, ne vem... včas kr znorim za brez zveze, sploh odkar mam famijlo, čutm, da nimam časa zase, to me ful moti...), nihanja razpoloženja (...preveč mam teh nihanj razpoloženj...), občutljivost (...ja, pa najpomembnejš, bi kmal spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostkrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zdej je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drgač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tud pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...). Iz izjave je razvidno, da sogovornica v občutljivosti ne vidi le negativnega, pač pa tudi pozitivni vidik (...ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...). Sprejeti sebe, takšnega kot si, z vsemi napakami, ni lahka stvar, raje iščemo pozornost (...rd mam da se mi stvari povejo ne pred usemi, takrt znorim... / ...tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostkrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva...), razumevanje drugih, gledamo napake drugih. A to ni lastnost le (bivših) uživalcev drog, pač pa celega človeštva. Za bivše uživalce je še toliko težje, saj jim prevelik pesimizem pomeni depresivno stanje, ki se lahko konča s ponovnim uživanjem. Tudi stanja evforije so precej pogosta, vendar veliko bolj v času po krizi, torej ko oseba premaga fizične abstinencijske sindrome (...ene tri mesece sem bil evforično u luftu... ampak je bilo to dobro, samo da sem na druge stvari mislu...), manj značilna je v kasnejših fazah dozorevanja in prebujanja, a kot vidimo, se nekaterim dogaja tudi to (...sm čist u redu razen te izbruhi evforije...). Drugače od tega sogovornika je druga oseba na čase povsem ravnodušna (...včasih mi je vse ravno...), kar je precej nevarno, saj se zato lahko hitro znajde v istih težavah kot prej. To je stanje, ki ga uživalci drog dobro poznajo, ni pomembno, ali sije sonce, pada dež, ti nekdo poje uspavanko ali te tepe. Ne glede na to, kar se ti dogaja, ti je za vse eno figo mar. Predolgo zadrževanje v tem stanju skoraj nujno privede do recidiva, zato se je s takšno osebo potrebno veliko pogovarjati in jo spodbujati h gledanju in občutenju pozitivnega v njem. Tudi nezaupljivost (...mogoče sm še preveč nezaupliv do drugih...) in neodprtost (...pa premal odprt...) se lahko sčasoma spremenita v zaupanje in odprtost do drugih, seveda pa je ta izkušnja v veliki meri odvisna od preteklih situacij (...pa hitro nasedem kšnemu človeku, tko kot zadnjič, pol me pa izkoriščajo... zmerej nasedem...).

Mnogo stvari je del nas in to težko spremenimo. Izkušnje iz otroških dni pustijo v nas določen pečat, ki se ga le s težavo znebimo, pri tem vsekakor potrebujemo pomoč primerne strokovnjaka. Posesivnost (...mislim, da sm preveč posesiven, potem me pa preč odrinejo, jz

pa živce zgubljam...), razvajenost (...mogoče sm tud mal razvajen...), nesamozavestnost (...nesamozavestna totalno...), slaba samopodoba (...nimam se rada nič, če bi se se ne bi to zgodil...) s spremljajočimi občutki krivde in neprestanega strahu, so dejavniki, ki potrebujejo posebno pozornost. Delo s posamezniki, ki nosijo v sebi takšna občutja, mora biti poglobljeno in usmerjeno na človeka samega. Zmedenost, ki jo omenja en sogovornik, pa je lahko res posledica nespečnosti (...zmeden. Ne vem al sm tak po naravi al pa zarad spanca ker ne spim kot bi mogu. Ne da pozabljam stvari, to ne, no včasih tud, ampak ne vem kam sm kaj dau...), vendar pa ima tudi ta korenine nekje, zato bi bila tudi tej osebi potrebna primerna pomoč.

Intervjuvanci so zase našli le nekaj pozitivnih lastnosti. S pomočjo komune in procesov v programu reintegracije ter seveda svojega uvida ena oseba pravi, da je postala bolj odgovorna (...drugač mislm, da sm velik bol odgovoren kt sm bil. Vem, da nimam kaj druge krivit, poskušam sprejemati posledice za svoja dejanja...), bolj nesebična (...drugač pa mislim, da sem boljša oseba kt sem bil. Včasih sm bil res egoist, sej ne pravim, da nism več ampak vid'm da ne več tak kot sm bil. To je... dobr...) in bolj duhovna (...pa bolj duhov'n sem tudi postau. Včasih me to ni nič zanimal, zdej me, ker vem, da me pomirja. To sm začel u programu, sm se začel spraševati kaj, čemu, zakaj...imam kar lepo število dobrih izkušenj glede tega...). Dve osebi razmišljata oziroma skušata živeti po vrednotah (kot bi jih poimenovala sama, bi te vrednote označila za vrednote življenja) (...kar je u Bibliji, to so vrednote, probam se po njih ravnati, kolkr gre... / ...najbolj so mi padle v oči vrednote, ki so ble tam napisane. Sm mislna, da kaj vem, pa sem čez dobro leto in pol ugotovila, da nč ne vem. Dokler niso postale del mene, šele takrt sm jih razumela, ker sem jih lahk živela. Prej so ble le besede...) In skromnost je vsekakor vrednota (...Don Pierino pravi, da vse kar človek potrebuje, lahko stisne v eno dlan. Več pa res ne rab'm...), prav tako pridnost, delavnost (...se mi zdi, da sem priden drgač, da rad delam...), vztrajnost (...sej je bilo težko ampak se je splačal...)... Iz tega sledi neustrašnost (...ni me strah živet...), sprejemanje življenja takšnega kot je (...naučila sem se sprejemati karkoli že pride mimo: lepo, težko, kaj nej rečm? In to je to...) in mirnost (...mislm da sm mirn človek, se ne razburim hitro, skoraj nikol).

A izjave istih oseb so lahko povsem nasprotne. Oseba, ki pravi, da je mirna, izjavlja tudi, da je ravnodušna. Kaj bi lahko torej iz tega sklepali? Da mogoče mirnost zamenjuje s flegmatizmom? Skoraj bi to držalo bolj.

4.11. ALI PROGRAM REINTEGRACIJE PRI UREJANJU ZASVOJENOSTI POMAGA?

Vloga reintegracije je pri urejanju zasvojenosti, kot končnega dela obravnave celotne zasvojenosti, pomembna. Pomembna z vseh vidikov, sama pa največjo pomembnost pripisujem opolnomočenju vsakega posameznika posebej. Vsak ima svoje značilnosti, karakteristike, zato so pomembni vsi vidiki, tako osebni kot socialni. Pri raziskavi me je zanimalo, kaj menijo sogovorniki o tem, v čem vidijo največjo podporo in pomoč pri svoji rasti.

Intervjuvana oseba, ki je program reintegracije zaključila, je mnenja, da mu je samota (tri mesece je bil uporabnik v programu sam) prinesla več, kot si je kdaj koli mislil (*Pomagalo mi je to, čisto tko kotr je blo, sm bil dolg časa sam, pej sm vedno zbežal v čredo, nikol nism mogu bit sam. Tle sm bil pa primoran, tko da zdej brez problema lahko živim sam...*). Navidezna slabost se je za to osebo izkazala kot pozitivna izkušnja. Ta mu je prinesla tudi samostojnost, saj je ne glede na to, da je imel službo, vedno bežal v "čredo", kot begu pred samim sabo pravi sam (*Kolikor sem se bal samostojnosti, se je sedaj ne bojim več. Tega sem najbolj vesel...*). Samostojnost od programa pričakuje velika večina uporabnikov (*Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, da mam kje bit, ne. To je prva zadeva. Da se lahko postavim na noge...*). Program mora biti načrtovan tako, da spodbuja iskanje zaposlitve, ponovne vključitve v izobraževanje in iskanje lastnega bivalnega prostora. Ravno za to je čas bivanja od 6 do 9 mesecev, lahko pa se bivanje zaradi določenih okoliščin tudi podaljša, primeren. Menim, da je to dovolj časa, da si osebe najdejo delo in kasneje tudi stanovanje, če se seveda ne želijo vrniti domov k staršem. Zaposlitev iščejo vsi, čeprav ena oseba od intervjuvanih ne želi opravljati vsakega dela, to pa pomeni, da bo v fazi, kjer se nahaja, težko našla zaposlitev (*Želim si prostor, kjer bi lahko živel samostojno, kakšna bolezen lahko pride, verjetn stvari, če jih ne bi mogu uresničit, čeprav se tega učim, da bom znou sprejet stvari. Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat. Za nekatere je to nedosegljivo, ker sploh ne upajo pomislit, da bi delal to kar bi oni hotl. Morjo delat to v kar so prisiljeni... Nočm kr vsega delat...*). Ob tem omeni, da službo v Pristavi oziroma Tržiču, kjer se RC nahaja, ne more dobiti zaradi majhnosti kraja. Omenja še nekatere druge slabosti, ki ga pri tem ovirajo, s tem pa nakaže tudi slabosti programa. Druge lokacija ne moti, dotična oseba pa je takrat, ko je bila v Kranju, imela izgovor, da je Kranj preveč oddaljen. Njegova razvajenost, za katero ve tudi

sam, tako tudi tu prihaja do izraza. To, kar je za enega slabost, je lahko za drugega prednost in obratno. Slabosti v tem ne vidi sogovornik, saj se bolj od vsega želi osamosvojiti (*...sm se odloču pač, dopadl se mi je, sm reku v svojem kraju tud ne morem živet. In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge... Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje...*).

Vredna omembe je izkušnja sprejetosti (*Mile me je sprejel v trenutku, ko sm rabu pomoč. Tm so me vn vrgl, lahko bi mi reku, da je to sam za tiste, k pridejo s komune, da zame ni placa, pa me je vzel. Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač. Čez čas sm začel čutiti vez z življenjem, tisto bolj poglobljeno. Pa tud zarad moje službe ste mi šli na roke. To cenim...*), ki mu je poleg oseb, ki so ga razumele in spodbujale, pomagala najti tudi globljo vez z življenjem. To, da je oseba začela razmišljati tudi o duhovni plati bivanja, ni izkušnja le enega (*Ja, čutim, ampak recimo glede nekih duhovnih sprememb, jaz sm glede tega trmast, to je v meni. Imam svojo teorijo glede tega in težko odstopam od tega, ne...*). V prvi vrsti k temu pripomorejo pogovori (*Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje. Pa to, da je razumela kaj preživljam...*). Že sama sprejetost uporabnika in razumevanje njegovih situacij pripomore k večji samozavesti in s tem k osebni rasti (*Mal bolj dozorel se že počutim...*), k sprejemanju svoje lastne odgovornosti in zrelosti (*»Zaenkrat v bistvu mi je in mi pomaga, da ne grem z vso evforijo ven, da sm dobro razmislu kaj želim v življenju. Ampak sm opazu, da sm se kr razpustu, sm padu iz kontrole. V komuni ni prišlo do tega, veš, da se ne morš kr razpustit. Ne morš delat kar ti paše, ne morš reagirat kokr ti paše, ne morš tko. Morš kontrolirat samga sebe, to je tisto, kar ti komuna da: samokontrolo. Jaz k sm pršu vn iz komune sm vidu samo probleme: da nimam službe, da nimam n'kamor za it, pa nimam tega pa tega in sm kr mau razpustu sebe, se sploh ne kontroliram, kr neki na hit znorim in se sploh ne ustavm. To sm zdej vidu in se poskušam ustavt ko pride tako. Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no...*), opazovanju samega sebe in še česa. To, da so pridobili kakšne vrednote, ne omenja nihče. A iz zgoraj rečenega, lahko sklepamo, da s spremembo življenja pridejo tudi te, čeprav mi moja lastna izkušnja govori, da so vrednote človeka tisti dejavnik, ki ga je težko doseči, saj živimo v svetu, kjer vrednote, kot so iskrenost, poštenost, zaupanje, trdo delo, sočutje itd., niso veliko vredne. Svoj pomen imajo vsekakor v življenjih bivših uživalcev drog.

Sogovorniki so velik pomen pripisali možnosti razvijanja talentov v programu (*...plus tega je program tak, da lahko igram bobne. Je pač tako narjen, da da možnost da odkrivaš neke svoje talente, da jih razviješ al pa da jih spoznaš. In to je dobro, zelo dobro*).

Če povzamem, so sogovorniki v programu našli oporo v:

- sprejetosti,
- učenju samostojnosti,
- učenju, kako biti sam s sabo,
- učenju samokontrole,
- učenju samostojnosti,
- opazovanju sebe,
- sprejemanju lastne odgovornosti in zrelosti,
- razmišljanju o sebi,
- razmišljanju o duhovni ravni bivanja,
- pogovorih,
- razumevanju,
- spodbujanju pri iskanju službe in ponovnem vključevanju v izobraževalni sistem.

Edinstvena stvar, ki so jo poudarili prav vsi sogovorniki, ki so bili vključeni v RC, je možnost bivanja (*Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, da mam kje bit, ne. To je prva zadeva. Da se lahko postavim na noge...*). Razloga za to sta dva, in sicer, da ne želijo iti domov (*...sm se odloču pač, dopadl se mi je, sm reku v svojem kraju tud ne morem živeti. In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge... / Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou ... / U glavnem, doma nism mogu bit, v taki situaciji že ne. Nism hotu polsušat prepire pa skoz nekaj, pa tudi v Idriji res nimam kaj za početi...*) ali pa nimajo možnosti iti domov (*Ja, doma me niso hotl, pa tud sam ne bi šu, nism vidu smisla u tem...*). Tudi dekle, ki ni bila vključena v reintegracijski program, je imela o tem svoje mnenje (*O reintegraciji se je vedelo zelo malo ali skoraj nič. Pa tud ni se mi zdel potreben, vsaj jz sm zase tako čutila. Verjetn bi blo drugač, če ne bi mela nikamor it al pa bi bla edina opcija starši...*).

4.12. SLABOSTI PROGRAMA REINTEGRACIJE

V izjavah sogovornikov vidim dva razloga, ki lahko privedeta do recidiva, in sicer: neprimerni zaposleni (*Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač...*), neprimerna lokacija, pa še to le s strani ene osebe (*...use je u ist bajt. To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe...*). Res je, da zaposleni včasih niso pri uporabnikih s srcem, da se vanje ne "zaljubijo", v takšnih primerih je delo težko, za bivše zasvojenca pa to pomeni nemotivacijo, nejevoljo, posledično lahko predčasno zapustijo reintegracijski proces. To nujno še ne pomeni recidiva, predstavlja pa tveganje zanj. Druga ovira je neprimerna lokacija. Za bolj občutljive in tiste, ki določenih stvari še niso predelali, takšna lokacija, kot jo opisuje sogovornica, ni primerna. Drugače je za tiste, ki so si postavili lastne meje, začeni pri tem, s kom se bodo oziroma s kom se ne bodo družili. Še vedno in vselej pa velja riziko, ki ga ni moč spregledati. Le za opombo, lokacija RC je sedaj spremenjena, in sicer se je program prestavil v Pristavo pri Tržiču v Dom Vincenca Drakslerja. Ta je spet za nekatere primeren, za druge ne (*Super je, ko smo lahko zunaj pa delamo, športamo, roštiljamo, v Kranju to ne bi mogli. Ampak preprost je Kranj za reintegracijo velik bolša lokacija, ne. Manjše stanovanje in to je tisto. Tukej je pa velika hiša, bo velik ljudi, ki bodo pršli, šli in tako se ustvari komuna. In če je več ljudi, vedno manj se ljudi pozna, ker se ljudje skrivajo za tem, ne. Pri manjšem številu se takoj vidi kaj kdo živi...*). Sama sem mnenja, da je ta lokacija primernejša zaradi same narave dela, omenila pa bi tudi sodelovanje z lokalno skupnostjo, ki je vsaj za program gledano širše izrednega pomena. Ko smo že pri Vincencu Drakslerju, ki je hišo za te namene daroval, je zaradi finančne plati nastala tudi Fundacija, torej Fundacija Vincenca Drakslerja, ki deluje že kar nekaj let. Osebe na programu odvajanja in tiste, ki so ga zaključile oziroma se vrstile v domače okolje, so lahko pri Fundaciji V.D. vložile vlogo za denarna sredstva, s katerimi bi si lahko delno krile stroške šolanja, v času komune pa delno krile stroške tamkajšnjega bivanja. Dom V.D. se je odprl konec junija letošnjega leta. S pomočjo donatorjev je bila hiša dokončana in vseljiva. Obljube dotični osebi so se morale odložiti, kar pa je posejalo nič koliko nejevolje (*Mah, tle so sam neki oblublal pa nč od tega. To, da mi bodo plačal izpit za avto, pa nč od tega. Tale Fundacija je kr neki...*). Nekaj nejevolje je bilo zaradi prevelikega števila ljudi, ki so na začetku prihajalo v RC (*No, ne, da me je čist na začetk motl, da so tko ljudje hodil, no, ampak če so se šli menit za prostovoljstvo, dobr...*

ampak ne vem no...), a program brez prostovoljcev le težko vzdrži. Bolj nerazumevanje in nepotrpežljivost s strani uporabnikov je tista, ki daje programu slabosti, to pa je nekaj, kar je naše delo. Tudi kapaciteta za deset ljudi ni pretirana (Program je v redu po eni strani. Mislim, da je napaka, da se lovi eno veliko kapaciteto ljudi, to je po mojem mnenju napaka, saj se bodo mogla začeti uvajati komunska pravila, to pa pol ni več reintegracija...), saj ima RC možnost vključitve oseb na nacionalni ravni. Da se bo kdo skril, no, ne vem. Vsekakor je večina naštetih slabosti nepremostljiva, največ se da narediti s samim pristopom zaposlenih, to pa je naloga vsakega zaposlenega posebej.

Pri prvem raziskovalnem vprašanju *"Kaj vpliva na to, da posameznik vzdržuje abstinenco?"*, kjer sem zastavila sedem tez, ena ne drži, in sicer prva (Želja, da ponovno ne poseže po drogi je ključnega pomena za vzdrževanje abstinence), saj sem v raziskavi ugotovila, da je za odločitev za abstinenco želja prenehati lahko le trenutna in ima svojevrsten učinek, za vzdrževanje abstinence pa samo želja "ostati čist" ni dovolj. Potrebna je osebna odločitev, svojevrsten uvid, da je življenje brez užitkov na heroinu kakovostnejše in odgovornejše. Pri tem je potrebno spremeniti stil življenja, zamenjati krog družbe, se integrirati nazaj v družbo.

Pri drugem raziskovalnem vprašanju *"Kakšen je vpliv programa na preventivo recedive?"*, kjer sem prav tako zastavila sedem tez, sem prav tako skeptična pri prvi tezi (Na stabilnost abstinence vplivajo različni varovalni faktorji (kriteriji), ki jih spodbujajo aktivnosti v programu). Na stabilnost abstinence ti faktorji lahko pripomorejo, ni pa nujno.

5. RAZPRAVA

Ko se džanki zjutraj ali tekom dneva prebudi, je navadno v krizi. Če nima "robe" doma, da bi si je nemudoma vbrizgal²⁴, se začne bitka za preživetje: iskanje denarja za nabavo heroina, sama nabava, ki ti lahko požre veliko živcev, saj čakanje na dilerja včasih lahko traja po več ur. Ko "paketek" končno dobi v svoje roke, ga prevzame evforija, ki se stopnjuje s samim vbrizgom. Končno je "doma". Užitki so že zdavnaj minili, heroin mora vzeti zaradi same potrebe, če ga ne, bo nastopila še večja kriza od tiste jutranje. Takšen način življenja je del vsakdanjega življenja uživalca heroina. Ko se začnejo vsakovrstne težave, ki so povezane s takšnim življenjem, večina pomisli na to, da bi z uživanjem heroina prenehala. Vsekakor težka odločitev. Naveličanost vsakodnevne rutine, želja po bolj smiselnem in kvalitetnejšem življenju, izguba prijateljev, podrti odnosi na drugih področjih ali pa različni pritiski z okolice, in splet vseh teh dejavnikov, so večkrat vzrok, da uživalci vsaj pomislijo, da bi prenehali, lahko jih naveličanost žene celo v samo prenehanje uživanja.

Pot iz zasvojenosti je ena: vztrajati. Vztrajati v želji, da bo enkrat konec vseh teh težav in muk.

V raziskavi ugotavljam, da je ključen dejavnik pri sami vzpostavitvi in kasneje pri vzdrževanju abstinence uvid. Uvid lahko pomeni, da so osebe takšen način življenja prerasle, se ga naveličale ali uvidele, da s takšnim življenjem ne bodo imele prihodnosti, da so enostavno izgubile kontrolo nad svojim življenjem, saj je nadzor nad njimi prevzel heroin, večkrat tudi metadon. Abstinenca je v takšnih primerih navadno uspešna, ni pa nujno, saj se poveča dovzetnost za različna občutja, še posebej občutljivosti (pretirana ranljivost). Tudi vzorci obnašanja so še globoko usidrani, kar povzroča velike težave pri premagovanju psihične krize. Doživetje uvida torej ni in nikoli ne bo prisotno pri vseh, ki so se odločili abstimirati, saj so se nekateri za to odločili pod raznimi pritiski, še posebej pritiski okolice. Do tega so jih lahko pripeljali tudi zapor, bolezen in druge okoliščine. Abstinenca je v takem primeru lahko kratkotrajna (ni pa nujno), saj mogoče na abstinenco še niso pripravljeni, ker še vedno pričakujejo užitke, ki jim jih substanca daje. To je možno tudi po končanem zdravljenju v komuni ali terapevtski skupnosti. Kot pravi Flaker (2002a: 229), abstiniranje

²⁴ V tem primeru govorim o vbrizgavanju heroina, čeprav je kriza možna tudi za uživalce, ki heroin kadijo ali snifajo.

lahko ovirajo pritiski, da mora biti človek normalen, saj mu je treznost tuja, zato se z drogo počuti bolj normalnega kot brez nje. Ovira so tudi znaki odtegnitve, saj kažejo na nenormalnost, njihovo prikrivanje pa je posamezniku še dodatno breme.

Kariera ali potovanje uživalca se pri "spuščanju" in abstiniranju lahko ustavi ali pa se z neuspehim poskusom nadaljuje. Povsem običajno je, da ima vsak džanki teh poskusov kar nekaj. Kot pravi Flaker (2002a: 220), je spuščanje del kariere uživalca, obdobja abstiniranja se velikokrat izmenjujejo z obdobji navlečenosti. Prve poskuse abstiniranja je zaslediti po enem ali dveh letih uživanja heroina. Odločenost za zdravljenje je v začetku zelo krhka, velikokrat v obliki meglenega občutka odvisnika, da mora nekaj spremeniti. Vendar jih je celo od teh, ki si to želijo, spočetka sposobno izpeljati le okrog 15-20 % (Auer 2001: 103). Rakovec (2009: 15) meni, da sta vzpostavitev abstinence in naučiti se živeti brez drog pogoja, da bivši uživalec lahko v tem svetu eksistira, saj je meja, ko bi še lahko govorili o občasnem ali zmernem uživanju psihoaktivnih substanc globoko prestopil, medtem pa ga korak na pot samouresničitve pelje do smiselnosti svojega bivanja. Takrat se zave in gradi na svojih pozitivnih lastnostih in ima za cilj v življenju biti srečen, torej kot nekdo, ki z drogo nikoli ni imel stika.

Največ neuspešnih poskusov abstiniranja je doma, saj so preizkušnje v domačem okolju večje, še posebej, če starši ali kdo od svojcev uporabniku ne stojijo ob strani. Konec devetdesetih let XX. stoletja se je veliko pisalo in govorilo o ibogainu, a ker je bil predrag, si ga je lahko privoščila le manjšina. Nekaterim je vzpostavitev abstinence uspela, nekaterim ne, saj sta nenehen nadzor in potrpežljivost za marsikaterega starša prevelika izkušnja, ki ju ne zmore, četudi si želi (Auer 2001: 110). Tudi hiter odvzem droge se dostikrat izkaže za povsem neučinkovit, zato se uživalci pri spuščanju poslužujejo metadona, ki pa v večini primerov preide iz manjšanje doze metadona na vzdrževanje le-tega. To pa se lahko zavleče na nekaj mesecev, celo let. Pri spuščanju je bolj učinkovit suboxon, ki ga namesto metadona ponujajo Centri za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti ali po domače metadonski centri. O samem metadonu imajo bivši uživalci slabo mnenje, saj se zavejo, da so ga zlorabljali, medicinske sestre in zdravniško osebje pa jih je pri tem podpiralo. Glede suboxona je mnenje drugačno, saj so ga bivši uživalci doživljali kot bolj primerno pomoč pri spuščanju.

Pri osebni odločitvi je pomembno hitro ukrepanje samega uživalca, službe, ki se s tem ukvarjajo, pa se pogosto srečujejo s problemom dolgih čakalnih vrst (Center za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog). Uživalci v tem času lahko popustijo, saj jih motor zasvojenosti vodi nazaj k uživanju, pri čemer odločitev, da preneha, ne igra več pomembnosti. Govoriti o neučinkovitosti služb je na tem mestu povsem primerno. Najhitreje se da priti v psihiatrično ustanovo, vendar jo uživalci dostikrat zavračajo, ker se jim zdi odvajanje prehitro in zato prenaporno. Po opravljeni detoksikaciji ali minuli telesni krizi se odločijo za vzdrževanje abstinence v domačem okolju, torej ostanejo doma, ali pa za vstop v enega od programov odvajanja, navadno za komuno ali terapevtsko skupnost. Nekaj od njih jih meni, da je ta korak najprimernejši, saj je v domačem okolju preveč motečih dejavnikov in abstinence ni mogoče vzdrževati. Komune in terapevtske skupnosti so locirane tako v Sloveniji kot v tujini, odločitev za odhod v povsem drugo okolje prednjači, saj imajo uživalci občutek, da je umik tisti, ki jim bo pri zdravljenju najbolj pomagal. Vendar se tudi pri tem kažejo slabosti, saj imajo po vrnitvi iz komun velike težave s ponovnim vključevanjem v domače okolje, kar je posledica bivanja v tujini in "treznega stanja"²⁵. Ker sem že pri programih odvajanja, vsi razen enega, postavljajo kot pogoj za vstop popolno abstinenco. Ta eden, ki tega pogoja nima, torej kamor lahko vstopiš še pod vplivom psihoaktivnih substanc, je Reto center, ki je naravnan zelo katoliško in poleg običajnih težav povzroča še dodatne, to so občutki krivde. Ugotavljam, da je recidiv pri osebah, ki pridejo iz teh komun, najpogostejši. Osebe prihajajo nazaj domov zmedene, negotove, išoč "hudiča" na vsakem koraku. Težava je tudi nezaupanje, ki se kaže v pomanjkanju motivacije tako pri iskanju pomoči kot pri navezovanju novih stikov.

Ne morem spregledati dejstva, da mnogi govorijo tudi o nečem, kar je onkraj osebne odločitve: »*Sam ne moreš nehat...*« To so izjave nekaterih bivših uživalcev heroina, ki so prisotne tako v tej raziskavi, kot v raziskavi Flakerja in sodelavcev (2002a: 223)²⁶.

*

²⁵ Treznost Ramovš (2001: 56) opredeli kot stanje, oseba abstiniira, ni pa še odpravila in presegla osebnostnih, medčloveških, bivanjskih in drugih motenj zasvojenosti. Njegovo počutje je navadno zelo napeto, sožitje z njim pa lahko celo težje kot v času aktivnega uživanja. V tem času lahko oseba omamo s heroinom zamenja s kako drugo.

²⁶ Flaker (2002a: 223) pri tem omenja tudi enega od dvanajstih korakov AA (velja tudi za NA), ki pravi: »Potrebujem pomoč.«

Podpora bližnjih, predvsem družine in njenih članov, partnerjev, če jih imajo, ter tudi različnih strokovnih služb, je na poti iz zasvojenosti ključnega pomena. Podpora pomeni spodbujanje, motiviranje, razumevanje, sprejemanje, in je pomembna tako v fazi "očiščenja" kot v fazi abstiniranja. Eni imajo pri tem dobre izkušnje, drugi slabe. Flaker (2002a: 144) ugotavlja, da si starši večkrat prizadevajo stati uživalcem ob strani in da jih tudi uživalci doživljajo kot podporo, čeprav jim pomoč, ki jo nudijo, ne ustreza. Zaradi potrebe po bližini, nežnosti in ljubeznivi podpori se za kratek čas uživalci s to osebo zbližajo. Ko je hujše obdobje mimo, stik zopet izgubijo oziroma se odnos ponovno zaostri. Tako je zanimivo, da ne glede na podporo, ki jo lahko bivši uživalec doživlja s strani staršev v začetni fazi abstiniranja, danes ne najde pravega stika z njimi, in obratno, starši ne z njimi. Abstinenca poleg vsega odpira tudi pogled v resničnost dogajanja, večkrat se odprejo stare rane, izbruhnejo zamere, prej nedorečeno postane dorečeno. Očitki, nezaupanje, strahovi, podcenjevanja, prepiri itd. s strani staršev so velikokrat povod za zdrs v zasvojenost. Zavedanje, da tudi starši tvorijo krog zasvojenosti, je za mnoge šokantna. Strokovno in terapevtsko delo z njimi je zato povsem enakega pomena kot je takšno delo s samimi (bivšimi) uživalci.

Kooyman (Polajner 1998: 81) pravi, da se psihodinamika zasvojenosti pri že delno razviti zasvojenosti podkrepi še z dodatno vpetostjo v začarane kroge drugih dinamik: družbenih, družinskih, učinkov drog in psihičnih sprememb, kjer je zlasti pomembna naraščajoča dejanska in subjektivno doživljena krivda. Pot iz zasvojenosti zato praviloma vodi skozi vključitev in obravnavo vseh teh različnih dinamik in medsebojne interakcije (ibid.).

Tudi partnerji so lahko osebe, ki nudijo oporo, seveda če niso sami uživalci drog. Odnos je tu drugačen, večkrat bolj zaupljiv in prijeten. Motivacija za spremembo načina življenja se poveča, kar daje osebi voljo in potreben zagon, da uresniči svojo prvotno namero. Prav je, da so tudi partnerji vključeni v nadaljnje procese, ki si jih je izbral posameznik sam, in da mu še naprej pomagajo pri uresničitvi njegovih ciljev.

Podporo v času abstinence ne predstavljajo le partnerji, starši, sorodniki ali primerne strokovne službe, čeprav slednjih niti ne omenjajo. Velik poudarek (bivši) uživalci dajejo skupinam za samopomoč. Sama menim, da so bistvenega pomena predvsem zaradi predajanja

izkušenj in podpore drug drugemu. Služijo pa lahko tudi drugemu namenu, in sicer druženju, novi stikom itd. Zanimivo je, da v raziskavi Flakerja in sodelavcev skupin za samopomoč bivši uživalci niso omenjali, ker naj bi te ne mogle nadomestiti prepletenosti in globine stikov (Flaker 2002a: 161-162). Potemtakem te globine ni moč dobiti niti v podpori fantov in deklet, ki si delijo enako usodo v komunah, terapevtskih skupnostih ali programih reintegracije. Naj pri tem poudarim, da so druženja z osebami, ki obiskujejo te skupine, na začetku dobrodošla, vsaj dokler se socialna mreža posameznika ne razširi. Vedno pa velja, da pri takem druženju obstaja tveganje, saj lahko dotična oseba, ki še ni dovolj trdna, ne spreminja svojih navad in življenjskega stila, lahko podleže skušnjavi in potegne za sabo še drugo ali druge osebe. Ob tem naj vsekakor navedem slabost skupine za samopomoč NA, kamor se poleg abstinentov lahko vključijo tudi še aktivni uživalci drog. Zaradi tega lahko iskreno trdim, da intimnosti ni mogoče vzpostaviti.

Raziskava tudi kaže, da je bilo druženje po komuni z osebo, ki je prav tako zaključila program odvajanja, pozitivno. O tem pričajo tudi moje lastne izkušnje. Ko si osebe najdejo zaposlitev in/ali se vključijo v sistem izobraževanja, se socialna mreža poveča, občutki osamljenosti, ki pogosto posameznike vodijo v staro družbo zasvojenцев, pa so vse manj pogosti.

Tudi prijatelji oziroma prijateljice, ki nimajo tovrstnih izkušenj, so lahko pomembna opora osebam pri vzdrževanju abstinence, čeprav moramo vedeti, da je takšnih oseb malo. Navadno se zgodi, da jih uživalci izgubijo, saj jim zaradi načina življenja ne ostane s prijatelji nič skupnega. Stiki se navadno pretrgajo ali skrhajo za vedno. Izmed šestih raziskovanih oseb je imela le ena takšno oporo.

Kot podpora se omenja tudi osebje na šoli in delodajalci. Dober odziv z njihove strani pomeni veliko, saj tako uživalci kot bivši uživalci to razumejo kot nestigmatiziranje in sprejemanje njihove izkušnje, to pa je zanje dodatna motivacija. Sploh delovno okolje je občutljivo za stigmo uživanja droge in tudi najpogostejši vzrok za prekrivanje stigme (Flaker 2002a: 120). Ali povedati ali ne, da si bil "enkrat" džanki, je vprašanje, ki si ga zastavlja prav vsak. Nekateri s tem nimajo problemov, čeprav se neproblematizacija kaže bolj v okoliščinah, ko je delodajalec z njegovo preteklostjo že seznanjen. Skrivanje bi bilo v takem primeru nesmiselno. Socialni pritisk, kot stigmo lahko tudi razumemo, pomeni veliko breme za

posameznika, saj je zaposlitev tista pomoč, ki omogoča vključitev v družbo, omogoča samostojnost in daje občutek koristnosti (Flaker 2002b: 246). Če tega ni, je to lahko povod za recidiv. Izobraževalni sistem ima v nasprotju z zaposlitvenim procesom, vsaj kar se etiketiranja tiče, veliko manj težav. V raziskavi ugotavljam, da se večina bivših uživalcev stigme ne boji, kdo jo je sposoben pogledati celo s pozitivnega vidika. To pa seveda ne more držati za vse in vedno, saj lahko »stigmatizirani te procese doživlja po eni strani kot krivico, saj se mu njegova posebnost ne zdi tako vseobsegajoča, po drugi strani pa tudi sam prevzema tak pogled nase (Flaker 2002a: 99)«. Ta pečat občuti kamor koli se obrne, spremlja ga na razgovorih za službo, v javnosti, v domačem krogu, skratka na vsakem koraku. Stigma je torej kompleksen pojav in menim, da je eden od namenov programov, ki se ukvarjajo z obrobniimi skupinami, le-tega minimalizirati, če že ne odpraviti.

Je oporo možno iskati tudi v lastni volji, torej v samem sebi? Seveda. To kaže na osebnostno zrelost, vsekakor pa menim, da bi bila lahko ta volja hitro skrhana, če ta oseba ne bi dobila podpore nikjer drugje, ampak bi jo iskala le pri sebi. To, da posameznik opaža spremembe v sebi, da ga radosti, ko spreminja način svojega življenja, mu prav tako daje povod, da si zastavlja cilje, vendar je pri tem pomembno, da so cilji realni in dosegljivi. Prevelika pričakovanja lahko vodijo v nezadovoljstvo, iskanje krivde za neuspeh v sebi ali drugih, v končni fazi pa tudi recidiv.

Poleg opore oseb, ki jim pomagajo vzdrževati abstinenco in smo jih že omenili, ter samega sebe in svoje volje, so jim v oporo tudi drugi dejavniki, od načina razmišljanja, do ukvarjanja z različnimi športnimi in umetnostnimi aktivnostmi, dela, pogovorov itd. Lahko so to stvari, ki so jih počeli že prej, vendar so jih zaradi različnih dejavnikov opustili (nepotrpežljivost, depresija, premajhna motivacija...) V njih iščejo mir, smisel, terapijo.

*

Čeprav so bivši uživalci razloge za uživanje heroina dostikrat iskali v družbi, tega sedaj, v fazi urejanja, v večini ne počnejo več. Ovire, torej stvari, ki bi jim lahko preprečile pot do uspeha, iščejo v sebi. Najpogosteje omenjajo svoja čustva. Pogosto se pojavljajo nihanja razpoloženja, impulzivnost, evforična vzburjenost, ravnodušnost ali občutki praznine in nesmiselnosti bivanja. Po Marlattu (v Auer 2001: 135) so to tudi nekateri izmed najpogostejših vzrokov ponovnega uživanja. Sam Auer (ibid.) omenja še nekatere: pomanjkanje socialnih spretnosti za premagovanje stresov, pretirani občutki krivde in sramu, nižji nivo intelektualno-

kognitivnega funkcioniranja, izrazito poželenje po drogah... »Pri preprečevanju ponovnega uživanja so pomembne tako psihodinamske kot vedenjsko-kognitivne metode. Medtem, ko prve pomagajo prepoznati lastna čustva in občutke, vedenjsko-kognitivne predvsem učijo, kako prepoznati ključne trenutke, ki ogrožajo treznost in kako se jim izogniti; kako obvladovati negativne misli; kako premagovati obremenitve in napetosti; kako se nagrajevati brez drog ipd. (Auer 2001: 137).« Pri različnih negativnih občutjih jih je prej večina bežala v drogo, sedaj ta izhod ni več aktualen. Soočenje s takšnimi občutji zato zahteva dodaten napor, to pa je tudi tisto najtežje pri procesu odvajanja v fazi abstiniranja. Zahteva delo s perspektive moči, opolnomočenje uporabnika, saj reči, da ti ni uspelo zaradi pomanjkanja moči, nakazuje, da službe svojega dela niso opravile, kot bi ga lahko. Seveda se moramo pri tem vprašati, če je podpora v takšni situaciji posameznik sploh iskal, saj je ena od značilnosti zasvojenca tudi nezmožnost oziroma nizka zmožnost prositi za pomoč v stiski. Namesto tega se oseba lahko umakne (zbeži), prične manipulirati ali postane napadalna (agresivna) (Polajner 2010: 4).

Ovire so očitne tudi pri odnosih, strah jih je težav z nasprotnim spolom, ki lahko izvirajo iz posesivnosti ali nezrelosti v samih odnosih, saj se teh šele učijo. Učijo se komuniciranja, nesebičnosti, odgovornosti, skratka vsega, kar odnos kot tak zahteva. Tudi to, da delaš, kar ti ustreza, ni odgovorno ravnanje, včasih je potrebno razumevanje različnih vlog. Na delovnem mestu je naloga nadrejenega, da ti pove, kaj in kako moraš neko stvar narediti, sprejemanje avtoritete je prav tako ena zahtevnejših nalog, s katerimi se mora bivši uživalec spoprijeti, saj ima poleg težav pri postavljanju meja težave tudi z avtoriteto.

Ovire se kažejo tudi v prevelikih pričakovanjih, v zmedenosti, neodločnosti, negotovosti, precej pogosta je nizka samozavest, ki še toliko bolj pride do izraza pri ženskem spolu, ali drugače rečeno, je bolj očitna. Tudi slaba samopodoba poleg drugih ovir povzroča strah pred spremembami, strah pred samim sabo ter drugimi. Pri slednjih se še ne moremo ustaviti. Ni dovolj, da le blažimo, potrebno je odkriti korenino vzroka, to pa zahteva od strokovnjakov posebno pozornost. Programi reintegracije so pomemben element pri zmanjševanju ovir za ponovno uživanje, vendar je pri globljih problemih pomembno tudi načelo interdisciplinarnosti oziroma načelo sodelovanja in s tem primeren pristop usposobljenih. Ob tem naj omenim, da so zgoraj našteje težave nekaj, s čimer se sooča večina ljudi, in ne le bivši uživalci. Zgleda, da so pri njih te težave le bolj poudarjene.

Ne smemo pozabiti še enega dejavnika, ki (bivše) uživalce lahko odvrne od procesov "zdravljenja", to je program sam. Neprimerno osebje za delo s takšno populacijo ljudi, neprimernost lokacije programa, da sploh ne govorim o zastraševanju v dotičnih komunah. O neprimernosti služb in programov je bilo že veliko rečenega, sama se bom usmerila le na svojo raziskavo in na probleme, ki sem jih pri raziskavi ugotavljala. Sledi izjava, ki me je res šokirala: *»Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču...«* Pa to ni bila edina, o tem so govorili še nekateri, tudi trenutni uporabnik programa reintegracije Doma Vincenca Drakslerja. Da če si želel iti domov, se pravi zapustiti program, so te izolirali, ti vzeli vse odgovornosti, skrili kovčke... Pa se uživalci še vseeno odločajo za Reto center. Mislim, da so takšne metode neprimerne, da izpodkopavajo vso spoštovanje in verodostojnost človeka. Pa da ne bom le s prstom kazale na druge, tudi naš program ima pomanjkljivosti. Resda je bila ena, največja, odpravljena (neprimerna lokacija) s tem, ko smo se preselili v Pristavo pri Tržiču, vendar so nekateri problemi ostali: premajhno število zaposlenih, ki onemogoča pokritje programa 24 ur na dan. To pa je vsekakor dejavnik, ki lahko povzroči, da uporabniki zopet posežejo po drogah ali alkoholu.

*

Tekom programa odvajanja večkrat kakšne abstinent pove, da je v redu, če se reši heroína, marihuano bo pa še kadil. Prav tako so opazne zamenjave substanc, najpogosteje se heroin menja z alkoholom. Problem tako ne izgine, saj se zamenja le substanca. Kje je meja bivšega odvisnika pri omenjenih substancah, ve najbolje sam. Če svojih meja ne pozna, je bolje, da z opojnimi substancami preneha nasploh, saj ga lahko hitro in zanesljivo pripeljejo nazaj v zasvojenost. V raziskavi so imeli sogovorniki povsem odklonilen odnos do marihuane, v precejšnji meri pa tudi do pitja alkoholnih pijač. Osebe, ki abstinirajo že dalj časa, so v mejah "normalne" popile tudi kakšen kozarec alkoholne pijače, vendar jo sčasoma, zaradi spoznanja, da tudi tega ne potrebujejo, tudi opustijo. Ostalih substanc se ne dotikajo. Nekateri opustijo tudi kajenje cigaret.

*

Socialno ekološko načelo vsebuje dve metodični maksimi dela: maksimo aktiviranja naravne socialne mreže ter maksimo najmanjšega možnega vpletanja (Lussi v Mešl 2007). To pomeni, da je pomoč pri širjenju socialne mreže s strani strokovnih delavcev nujna. Ob tem naj pri

prvem načelu v svojem delovanju pomaga mrežo aktivirati, krepiti, podpirati ali le-to pomagati vzpostaviti, drugo načelo pa mu zapoveduje, da v ta naravna socialna medsebojna življenjska razmerja posega zadržano in skrbno ter le toliko, kolikor je v danih okoliščinah nujno (ibid.).

Vzpostavljanje stikov zunaj uživalskih krogov je nujni in težavni del rehabilitacije ter začetka brez droge. Pri tem je primerno opustiti druženje s tistimi vrstniki, ki uživajo drogo (Flaker 2002a: 160). Ob tem bi omenila, da je še posebej težak del spoznavanje ljudi, ki z drogo nikoli niso imeli problemov. Ciljam torej na stike z osebami, s katerimi niso bili v komuni ali terapevtski skupnosti, v zaporu, niti ne v programu reintegracije. Seveda je tudi to navezovanje stikov in druženje koristno, vendar si mora bivši uživalec svojo mrežo razširiti, to pa ne pomeni, da mu ohranitev stikov z osebami, ki so bile skupaj v programu odvajanja ni pomembna. Širjenje socialne mreže poteka predvsem ob vključitvi v delovno okolje, v sistem izobraževanja in ob vključitvi v prostočasne dejavnosti. Sklepanje prijateljstev je pomemben del nas vseh, brez tega smo osamljeni in nestrpni do drugih, ki so nam različni.

V raziskavi ugotavljam, da začetne stike bivši uživalci vzpostavljajo predvsem z osebami ali skupinami (skupina za samopomoč), ki jim v začetnem obdobju abstinence, torej v času, ko so v programu odvajanja, predstavljajo tudi oporo. Razen za osebe, ki imajo slabo samopodobo in nizko samozavest, navezovanje novih stikov ne predstavlja večjega problema. Ali jih bodo novi znanci stigmatizirali, o tem ne razmišljajo in si s tem ne delajo večjih težav. Vendar pa nove stike lahko oseba naveže tudi z "napačnimi" ljudmi, četudi niso uživalci drog. Pri tem bi lahko rekli *»dobit nove prijatelje za vsako ceno«*. Strah, da bo človek sam in osamljen, ga lahko pripelje v ekstremne situacije, ko je za druženje pripravljen storiti marsikaj, tudi podrežati se drugemu človeku in njegovim zahtevam. Ob tem sam doživlja tesnobo, se zapira vase in postaja osebam, ki mu želijo "dobro" odtujen. V situaciji, ko ne vidi več izhoda, ponovno poseže po drogi ali alkoholu.

*

Prosti čas je lahko videti kot polje svobode in tudi polje pobega od resničnosti, torej od našega vsakdanjega življenja povsem ločeno območje. Vendar je to le navidezno. V prostem času smo na različne načine opredeljeni, omejeni, obremenjeni, določeni z vidiki in procesi, ki

opredeljujejo naše celotno življenje tako na materialni, emocionalni in vsaki drugi ravni (Postrak 2007: 1). Neustrezni načini preživljanja prostega časa so lahko znak, simptom stisk, zato lahko z ustreznimi dejavnostmi v prostem času blažimo te stiske in pomagamo pri njegovem soočanju z njimi (ibid.).

Prosti čas vseh generacij je pomemben kazalec kvalitete življenja ljudi. Nekateri ta čas preživijo pasivno, nekateri aktivno. A ne glede na to, bistveno je, da človek od svojih aktivnosti dobiva zadovoljstvo in to pravo zadovoljstvo, ne tisto, ki ga prinašajo substance niti ne tisto, o katerem se vse pogosteje govori pri raziskavah mladih in mladine. Mladi se namreč umikajo z javnih prizorišč, tudi s prizorišč mladinske kulture, obenem pa se zatekajo v domišljjske svetove in k domišljjskim rešitvam, ki so prej izraz bega iz realnosti, kot pa soočenja s problemi (Ule 2000: 11). Če so prej mladi bežali v svetove omame, danes mladi bežijo v virtualne svetove. Pri opuščanju katerih koli svetov že so prostočasne dejavnosti pomemben del načina zdravega življenja. Dejavnosti v procesu opuščanja življenja na heroinu niso pomembne le zaradi polnjenja praznine, ki jo lahko pusti abstiniranje, temveč tudi zato, ker se preko povezovanja z dejavnostjo vzpostavlja subjekt (Flaker 2002a: 243-244). Poudarek je na tem, kaj kdo dela, s čim se ukvarja, ne pa kdo to dela (ibid.).

Kako se bodo naučili s časom razpolagati, ko so v fazi odvajanja, to bo kasneje vsekakor vplivalo na njihov vsakdanjik kasneje. Lažje je imeti program in se ga držati, saj že veš, da se gre v petek v hribe. Veliko težje pa se je po počitku popoldne vprašati, kaj bom počel sedaj. Človek tako začne razmišljati, kaj ga veseli, kaj bi rad počel, na začetku že zato, da prežene dolgčas, kasneje mu te dejavnosti dajejo določene pozitivne občutke, ki jih potrebuje, saj mora nadomestiti občutke na drogi. Že od nekdaj so bili uživalci drog tudi umetniki, v njih je bilo in je še vedno toliko skritih talentov, da včasih človek ob pogledu na risbo, ki jo je uživalec ustvaril, ob branju njihovih zapiskov ali poslušanju njihove lastne glasbe, kar utihne. V njih se vsekakor skriva nekaj globljega, in to v programih odvajanja začnejo tudi kazati. Škoda bi bilo vreči proč toliko talentov, zato se mi zdi prosti čas pomemben dejavnik pri negovanju le-teh. Seveda niso vsi umetniki, eni se bolj kot drugje vidijo v športu, naj si gre za tek, hribolazenje, kolesarjenje. Nekaterim so te dejavnosti v oporo pri samem spuščanju, spet drugi jih ohranjajo še naprej, saj se jim napor, ki jih morajo vanj vložiti, zdi izziv, nekateri pa se recimo raje usedejo na kolo in si ustvarijo možnost opazovanja narave in na sploh sveta okoli sebe. Svet nekateri opazujejo tudi preko branja knjig, kar je pohvalno, saj slišimo, da

danesh mladi branje knjig opuščajo, ker jih bolj veseli "chat-anje" preko računalnika. Raziskava je pokazala, da jih prekomerno posedanje pred različnimi ekrani ne veseli, še bolj razveseljivo je, da raje iščejo drugačne stike kot tiste na "facebooku", saj vemo, da današnja generacija svojo osamljenost namesto kvalitetnega druženja zamenjuje ravno za to in ostale spletne strani, kjer iščejo svojo podobo in identiteto.

*

Ciljno načrtovanje je nepogrešljiv del procesa odvajanja oziroma urejanja zasvojenosti. Pri postavljanju ciljev je treba paziti, da si ne postavijo le dolgoročnih ciljev, saj imajo večkrat prevelika pričakovanja, vse bi radi dosegli takoj. To je lahko vzrok za recidiv. Primerno je torej postavljati bolj kratkoročne cilje: zaposlitev, izobraževanje, urediti odnose, poskrbeti zase, najti skrb za druge itd. Seveda ni s sanjami na dolgi rok nič narobe, a kako že pravi tisti pregovor: »Kdor želi uresničiti svoje sanje, se mora najprej zbuditi!«²⁷ In prebujamo se s cilji za vsak dan naprej, tako kot se tudi večina raziskovanih. Spremeniti način življenja in stati za spremembami, ostati trezen in zbujen, si vzeti čas zase, ohranjati svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih stvareh. S temi majhnimi, čeprav za bivše uživalce velikimi koraki, se potem lahko lotevamo iskanja zaposlitve, ponovno vključujemo v izobraževalni sistem, urejamo odnose... Včasih uporabniki hitijo z iskanjem službe, se hitro zaposlijo, da bodo tako ekonomsko osamosvojeni, vendar pri tem pozabljajo, da še ne stojijo na trdih tleh, da še vedno hodijo po robu in da se morajo boriti sami s sabo vsak dan, dokler končno ne zadihajo "svobode", ki jim jo daje življenje. Opazovati se, biti iskren do sebe, to je ključ uspeha. Na žalost na ta ključ mnogi pozabijo v trenutku, ko pridejo iz komune. Vzeti si čas zase, je pomembno.

To, da si nekdo želi imeti kar čez noč konkretno službo, no, to je skorajda nemogoče, saj sovpada s prevelikimi pričakovanji, želja po lastni osamosvojitvi se mu s tem umika.

*

Auer (2001: 62) trdi, da nekatere osebnostne lastnosti povzročajo nagnjenost k (zlo)rabi in odvisnosti od drog, od katerih so nekatere v večji meri prirojene, druge pa pridobljene z vzgojo in drugimi vplivi okolja. »Med pretežno prirojene prištevamo nizko frustracijsko toleranco, nestabilnost čustev in razpoloženja, izrazito senzitivnost na učinke psihoaktivnih snovi, osebnostno togost ipd. (ibid.).« Med pridobljenimi pa so nizka samozavest, nezmožnost

²⁷ Brian Tracy;

samorazvoja, nezmožnost potolažiti samega sebe v stanjih obupa, nezmožnost izražanja neprijetnih občutkov, uporniška narava in s tem preziranje socialnih norm itd. (ibid.).

Raziskava potrjuje, da se bivši uživalci še vedno soočajo z nekaterimi od zgoraj naštetih dejavnikov, najbolj izrazita so nihanja razpoloženja, impulzivnost, evforija, ravnodušnost, občutljivost, slaba samopodoba in nizka samozavest. Pri omilitvi teh težav je pomembno, da sprejemajo samega sebe takšne, kot so, kar je za bivše zasvojence težavna naloga. Dolga leta uživanja heroina nedvomno v posamezniku puščajo negotov občutek sebe. Trdim, da je delo na sebi ključnega pomena pri premagovanju teh občutkov, pomembno je iskanje lastnega smisla bivanja in obstoja. Kdor tega ne najde, tava kakor izgubljena duša. Življenje, ki mu je edini namen abstinerati, je dokaj žalostno... Nekateri celo menijo, da bi bilo v tem primeru bolje, če bi se posameznik še naprej omamljal, saj bi s tem živel dosti bolj zanimivo (Flaker 2002a: 242). Dejstvo je, da vsi iščemo smisel, da se vsi spopadamo s težavami. To je realnost in odločitev za abstinenco kot sama abstinenca pomenita realnost, realno življenje. Nikomur ni nič prihranjeno. Premagovanje ovir zato pomeni sprejeti svoje težave, svoje občutke, svoj smiselni obstoj. Pomembno je, da si poiščemo ustrezno pomoč, če čutimo, da jo potrebujemo. Stvar, ki se jo morajo bivši uživalci naučiti, je, da lahko vprašajo za podporo, za pomoč, ne da rešujejo težave takrat, ko je lahko že prišlo do recidiva. To se navadno tudi zgodi, če oseba še vedno ostaja nezaupljiva.

Mnogo stvari pa je del nas, ki ga težko spremenimo. Izkušnje iz otroških dni pustijo v nas določen pečat, ki se ga le s težavo znebimo, pri tem vsekakor potrebujemo pomoč primerne strokovnjaka. Posesivnost, razvajenost, ki bi jo v določenih primerih videli tudi kot narcisoidnost, nesamozavest, slaba samopodoba, ki jo spremljajo občutki krivde in neprestanega strahu, so dejavniki, ki potrebujejo posebno pozornost. Delo s posamezniki, ki nosijo v sebi takšna občutja, mora biti poglobljeno in usmerjeno na človeka samega. Tudi zmedenost, če je posledica nespečnosti, ima lahko korenine v povsem drugi stvari, zato bi bila tudi tu potrebna primerna pomoč. Vse te lastnosti, ki so jih raziskovanci našeli, nam kažejo, da se znajo dobro opazovati in so do sebe iskreni. Da se spreminjajo in da spreminjajo svoja življenja na bolje. Mnogi so postali bolj odgovorni, razmišljajo o duhovnem vidiku bivanja, kar doživljajo kot učenje nesebičnosti in ravnanja v skladu z vrednotami, pridobili so delovne navade, izkušnje so jim pokazale pot do vztrajnosti, skromnosti, sprejemanja. Moč in trud, ki so ju vložili v premagovanje zasvojenosti, jim je prinesla tudi neustrašnost. Seveda ni moč

spregledati, da so do sebe lahko prevečkrat preveč samokritični, kar seveda ni najbolje, saj od sebe lahko pričakujejo več, kot so zmožni storiti ali dati. Nihče, razen tistih, ki so ponovno recidivirali, ni izgubil upanja (*Naveličana sem te scene, res, ampak mam občutek, da ne morm več. Zdej bo pol leta odkar ga spet bluzim, neki še delam pa skrivam pred vsem kr se da, da nam službe zgubla. Nimam pojma kako se bo to končal, po izkušnjah k jih mam verjetn ne dobr. Sam jz res nč ne morm...*). Vendar je upanje potrebno dati tudi tistim, ki ne vidijo več izhoda.

Mnoge druge ugotovitve (Marenk 2008) kažejo, da bivši uživalci dostikrat čas zasvojenosti doživljajo kot izgubljeni čas, predvsem naj bi bilo to opazno na področju zaposlitve in izobraževanja. Tega v tej raziskavi ni bilo zaznati, mogoče tudi zato ne, ker je polovica intervjuvanih komaj dosegla starost 25 let. Zavedam se, da se ti občutki pojavljajo in znajo biti za koga zelo problematični.

*

Vloga reintegracije je pri urejanju zasvojenosti, kot končnega dela obravnave celotne zasvojenosti, pomembna. Pomembna z vseh vidikov, sama največjo pomembnost pripisujem krepitvi moči vsakega posameznika posebej. Vsak ima svoje značilnosti, karakteristike, zato so pomembni vsi vidiki, tako osebni kot socialni.

Ugotavljam, da se v reintegracijo vključujejo predvsem osebe, ki po končani komuni nimajo kam iti oziroma so jim bližje osebe postavile pogoj, da jih sprejmejo domov, ko bodo povsem prepričane, da se je njihov začaran krog zasvojenosti prekinil. Nekateri uporabniki potrebo po vključitvi v program reintegracije vidijo sami, in sicer predvsem zaradi lastne želje po osamosvojitvi. Želijo si poiskati službo, se utrditi v okolju, od katerega so se prej s pomočjo omame umikali in si ustvariti boljše pogoje za življenje. V toku programa se pokaže, da vzdržijo najbolj potrpežljivi, saj dela čez noč ne dobijo. Delo pa je, kot vemo, povezano z zaslužkom. Z zasluženim denarjem si človek lahko splete novo socialno mrežo (ni nujno, je pa v veliki meri predpogoj), lahko se sčasoma odseli na svoje... In se seveda osamosvoji. V času gospodarske recesije je cilj osamosvojiti se postal toliko bolj oddaljen. Uporabniki se soočajo z velikimi težavami. Najhuje je, ko padejo v obdobje žalovanja. Žalovanja za preteklostjo, pravijo, da bi lahko že vse to imeli, pa zaradi njihove kariere uživalca nimajo. Potrebujemo veliko podpore in krepitve moči. V toku časa sem spoznala, da je perspektiva

moči tisti dejavnik, ki jim pomaga te težke trenutke prebroditi in ki jim poveča motivacijo za nadaljnjo pot brez droge. Vendar je dejstvo, da se nekateri iz tega ne izkopljejo, neprestano poudarjajo svojo negativno plat bivanja, kar jih sčasoma privede v recidiv in kasneje v ponovno uživanje drog ali alkohola. Na žalost je takih primerov še preveč, zato je nujno potrebno kaj spremeniti v tej smeri, seveda upoštevajoč dejstvo, da ima vsak posameznik pravico do lastne izbire.

V času reintegracije je poleg individualnega in skupinskega dela potrebna tudi delavna terapija, ki so jo mnogi že vajeni iz komun. V Kranju, kjer je bila začasna lokacija, so uporabniki imeli na voljo le bivalno površino in nič drugega. Čez čas, čeprav so vsi intenzivno iskali službo, so padli v pasivno stanje, iz katerega se niso več "prebudili". Pasivnost je podobna zasvojenosti, ko vanjo padeš, se težko iz nje izkoplješ. Problem pri tem so miselni vzorci. Ko iz dolgčasa ne veš, kaj bi počel, se ti po glavi začnejo motati stvari, za katere si misli, da si jih že predelal. Obešanje na dolgčas je tako ključnega pomena pri "padcu nazaj".

Poleg vseh zgoraj omenjenih težav smo se srečevali tudi z nezaupanjem na eni strani in neznanjem oziroma ne-vedenjem na drugi strani. Med uživalci (ne glede na poti v karieri) prevladuje nezaupanje do socialnih delavk/-cev. Če zaslutijo nepoznavanje ali vidijo, da strokovni delavci ne delajo s srcem (da niso pri stvari), je odziv "katastrofalen". Kimajo ali odkimavajo z glavo, ne bodo se odprli in s tem sebi in strokovnemu delavcu preprečujejo, da bi začeli graditi na sebi in svoji prihodnosti. Rekla bi, da je treba z uporabniki delati s srcem, ali kot bi rekel Flaker: »V uporabnike se je treba zaljubiti«. Drugačen je odnos do laičnega osebja, saj v tem primeru steče proces sam po sebi. Laični terapevt pozna situacijo, ve, s čim se uporabniki spopadajo. Četudi še nimajo dodelanega strokovnega znanja, so laični terapevti neprecenljiv vir izkušenj pri delu z uporabniki in so iz tega vidika nepogrešljiv člen pri delu z njimi.

Pravila in red so vsekakor pomembni, vendar morajo biti postavljeni ravno zaradi samega reda in ne le zaradi nadzora nad njimi. Pomembni so, da stvari tečejo in da potemtakem ne ovirajo dela na sebi. Ne želim, da reintegracijski center postane še ena oblika komune, saj morajo v zadnjem delu obravnave zasvojenosti imeti dovolj svobode, da poiščejo svoj stik z ustvarjalnostjo, kreativnostjo. To je čas, ko se učijo sami konstruirati svoj prosti čas in dejavnosti povezane s tem. Moram reči, da jih je večina začudena, da lahko počnejo stvari, ki

so jim pri srcu, pa najsi gre za igranje kitare, bobnov... (vsekakor je tudi velik prostor pogoj za to). Če se nekdo ni približal duhovni ravni oziroma jo zavrača, ga poskušam usmeriti na njegovo notranjo motivacijo, celo če je to igranje bobnov, saj glasba prihaja iz njega, iz njegovega srca. Poskušam se mu pridružiti tam, kjer on je. To je lepota, ki mi jo je podarila naša profesorica Gabi Čačinovič Vogrinčič. V tem sem našla smisel svojega dela. Pridružiti se, poiskati smisel, iskati cilje skupaj z njimi in zanje. Da poiščemo instrumentalno definicijo problema, se pogovarjamo in soustvarjamo rešitve skupaj. Stefanoski (1997:225) govori o potrebi »zagotoviti varen prostor jaza, v katerem bi lahko uporabniki in njegovi bližnji raziskovali svoje življenje in stisko, kjer bodo pripravljeni tvegati spremembe in kjer jih bodo poskušali udejanjiti v vsakdanjem življenju.« Pomembno je, da vsak najde nekaj zase.

Socialno učenje se dogaja prek skupinskih trenutkov. V razpravi je pomembno, da se pokaže enakopravnost vseh udeležениh, saj se večkrat zgodi, da želi oseba, ki je v programu najdalj, prevzeti vodilno vlogo nad ostalimi uporabniki. Vedno znova jih je potrebno opozarjati, da se vsi učimo živeti, da smo vsi enako odgovorni za svoja dejanja. Stefanoski (1997: 226) pravi, da to pomeni, da je vse, kar se uživalcu lepega zgodi, njegova zasluga in da je njegova zasluga tudi, kadar se mu zgodi kaj hudega. Če se je odločil za zdravljenje, je to njegova odločitev, če recidivira, prav tako. Ravno zaradi teh dejavnikov ima vsak stanovalec svoje odgovornosti, nekdo je odgovoren za sobe, spet nekdo za kuhinjo, spet tretji za delo in red v hiši. Za sočloveka smo odgovorni vsi, tako jaz, tako tudi uporabniki. Socialno učenje je tako poglobljen del reintegracije, saj se le preko vrednostnih sistemov lahko naučimo kaj novega in to novo tudi cenimo.

6. SKLEPI

- Odločitev za abstinenco oz. želja prenehati je lahko le trenutna in ima svojevrsten učinek, za vzdrževanje abstinence pa samo želja "ostati čist" ni dovolj. Potrebna je osebna odločitev, svojevrsten uvid, da je življenje brez užitkov na heroinu kakovostnejše in odgovornejše. Pri tem je potrebno spremeniti slog življenja, zamenjati krog družbe, se vključiti nazaj v družbo.
- "Spuščanje" doma je lahko uspešno, vendar se večina uživalcev zaradi različnih ovir, ki jih v domačem okolju čaka, raje umakne v komuno ali terapevtsko skupnost, kjer se čutijo bolj varne.
- Vzpostavljjanje stikov zunaj uživalskih krogov je nujen del urejanja zasvojenosti. Na začetku abstiniranja je potrebno opustiti vse moteče dejavnike v okolju (predvsem prejšnja družba) ter najti oporo v osebah, ki te na tej poti spodbujajo in pravilno usmerjajo (ključne bližnje osebe, primerne službe). Pomoč pri vzdrževanju abstinence lahko nudijo skupine za samopomoč, osebe v komuni ali v programu reintegracije. Vključitev v procese zaposlovanja in/ali izobraževanja ter v prostočasne dejavnosti pa poleg že omenjenih stikov omogoča spoznavanje novih ljudi in s tem drugačnega druženja.
- Zanimivo je, da bivši uživalci ne iščejo več krivde oziroma odgovornosti v drugih ljudeh ali situacijah, pač pa razloge za uživanje iščejo v sebi, prav tako menijo, da so bistven ključ pri reševanju težav in spopadanju z ovirami oni sami.
- Ključnega pomena je, da abinent spremeni svoj slog življenja. Spremeniti je treba navade, način razmišljanja, začeti se je treba ukvarjati z dejavnostmi, ki te notranje izpopolnijo. Zastaviti si je treba realne cilje in navezovati "zdrave" stike. Vse to so pomembni dejavniki pri spreminjanju lastnega življenja.
- Kot nadomestek drogi je pomembno, da bivši uživalec spremeni svoj slog življenja, kar pomeni, da najde smiselnost bivanja. Oseba brez tega smisla je prazna, osamljena in bo na dolgi rok le s težavo abstिनirala.
- Sprejeti samega sebe pomeni sprejeti svoja čustva in se z njimi soočiti. Pomagajo lahko osebe, službe in strokovni delavci, ki jim zaupa. Prekomerna občutljivost lahko privede do recidiva, ni pa nujno, saj lahko oseba le-to preusmeri v pozitivno smer, ko poskuša v tem poiskati svoje talente in možnosti za ustvarjanje.

- Nizka samozavest, slaba samopodoba, nihanja razpoloženja, impulzivnot in evforijo so težave, s katerimi se sooča precej posameznikov tudi po zaključeni obravnavi v komuni ali terapevtski skupnosti. Nezaupanje se kaže v pomanjkanju motivacije pri iskanju pomoči in pri navezovanju novih stikov. Čeprav se z omenjenimi problemi ne srečujejo le bivši uživalci, pač pa vsi ljudje, so ti problemi pri njih toliko bolj izraziti.
- Stigmatizacija v večini prihaja iz domačega kroga ter sosedov, malo manj iz zaposlitvenih krogov oziroma delodajalcev. Kar se tiče stigme, se zdi šolski sistem še najprijaznejši. Nekateri bivši uživalci poskušajo na stigmo pogledati s pozitivnega vidika, kar pomeni, da iščejo svoje perspektive v možnostih, o katerih prej niso niti razmišljali.
- Prosti čas je pomemben dejavnik uresničevanja želja posameznikov, odkrivanja skritih talentov, ponuja pa tudi priložnost za širjenje socialne mreže. Kakovost preživljanja prostega časa v času urejanja, bo kasneje vplivala na njihov vsakdan. Prosti čas je torej pomemben varovalni dejavnik pri urejanju zasvojenosti.
- Pomembno je, kakšen odnos imajo do drugih substanc, saj se s tem kaže njihov odnos do zasvojenosti in kakšen je njihov namen uresničevanja ciljev. Pogovarjanje o tem je izrednega pomena, saj se učijo postavljati lastne meje.
- Ciljno načrtovanje pomeni znati si postavljati realne in uresničljive cilje ter minimalizirati prevelika pričakovanja uporabnikov, če jih imajo.
- Vlogo programa reintegracije²⁸ večina bivših uživalcev ocenjujejo pozitivno, saj so v njem našli oporo in možnost, da se postavijo na svoje noge ter se s pridobljeno zrelostjo in odgovornostjo uprejo skušnjavam.
- Vpliv programa reintegracije²⁹ na preprečevanje recidiva je precejšen, saj se vključeni posamezniki preko različnih aktivnosti učijo socialnih veščin, s krepitvijo moči pa program tudi motivira posameznika za spremembe ter viša zaupanje vase in v družbo.

²⁸ Ker se je raziskava izključno vezala na bivše uživalce, ki so se vključili v reintegracijske procese v Domu Vincenca Drakslerja, govorim o vlogi in vplivu reintegracije v tej ustanovi.

²⁹ Glej opombo 28.

7. PREDLOGI

- Politika do drog se je že spremenila, vsaj v kontekstu paradigme zmanjševanja škode. Kljub temu ostaja odnos s strani represivnih državnih organov do uživalcev drog enak. Enako velja tudi za odnos zdravstvenega sistema. Ne glede, na kateri točki v karieri si (bodisi začetnik bodisi abstinent), si v okviru represivnega državnega aparata prepoznan kot kriminallec, v okviru zdravstva pa kot bolnik. Kot pravi Picchi (1995: 23), osebe, ki jemlje drogo, ne moremo imeti za obolelega, pokvarjenega, izgubljenega, krivega, za žrtev, saj je to oseba v krhkem stanju, oseba v času samote, ki jo je treba spremljati brez kompromisov. Je prestrašena oseba, ki jo je treba podpirati in spodbujati, oseba, ki je izgubila vrednote in jo je treba ponovno motivirati.
- Ob tem tudi predlagam ponovno³⁰ evalvacijo Centrov za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti oziroma metadonskih centrov. Vse preveč je nezadovoljstva s strani uporabnikov zaradi samega pristopa medicinskega osebja, prevelikih odmerkov metadona, uporabniki so govorili tudi o dajanju tablet pod mizo. Namesto, da bi bili to usposobljeni strokovnjaki za pomoč človeku v stiski, to stisko le še povečujejo.
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve naj nameni za programe, ki so usmerjeni v vzdrževanje abstinence, kot je npr. na novo odprt reintegracijski center Dom Vincenca Drakslerja, potrebna finančna sredstva za nemoteno delovanje programa.
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve bi lahko omogočilo vključitev več laičnih terapevtov v programe odvajanja od drog. Osebna izkušnja laičnega terapevta je abstinentu v veliko pomoč in podporo pri ponovnem vključevanju v družbo.
- Prav bi bilo, da sofinancerji programov, če so se za to odločili (npr. Fundacija Vincenca Drakslerja in ostale, ki mi niso znani), izpolnjujejo svoje dogovore in cilje, med njimi tudi finančno pomoč bivšim zasvojenecem pri kritju stroškov šolanja kot tudi pomoč pri ponovnem vključevanju v družbo.

³⁰ Ker je bila že narejena v okviru Inštituta Trimbos (nizozemskega inštituta za duševno zdravje in odvisnosti) in Fakultete za socialno delo Univerze v Ljubljani, 2007. Cilj evalvacije je bila pomoč pri izboljšanju kakovosti vzdrževalnega substitucijskega zdravljenja v Sloveniji. Raziskava je ugotavljala uporabljene metode, opis ozadja in trenutne organiziranosti vzdrževalnega substitucijskega zdravljenja, cilje, razpoložljiva dejstva o njegovi učinkovitosti, oceno kakovosti ter zadovoljivost pacientov. Ob vseh ugotovitvah so nastala priporočila glede vprašanj, ki zadevajo osebe in zdravljenje, vprašanja, ki zadevajo paciente, notranje ter zunanje organizacijske zadeve.

- Uradi za delo naj finančno in moralno bolj podprejo vključitev bivših uživalcev v procese izobraževanja. Politika zaposlovanja bi morala biti usmerjena tudi v zaposlovanje posameznikov, ki se vračajo s komun ali terapevtskih skupnosti. Pred leti so imeli (vsaj v Kranju) možnost vključitve v javna dela, to sedaj ni več mogoče. Mnogi so tako imeli priložnost dobiti zaposlitev, kar jim je omogočilo lažji prehod v domače okolje. Prav bi bilo, da se ta politika ponovno vzpostavi.
- Zadnji čas bi bil, da se v programih odvajanja zgodijo določene spremembe, namesto izoliranosti od skupnosti se morajo z njo povezati. V ta namen se lahko organizirajo skupna srečanja, okrogle mize, delovne akcije ipd. S tem se skupnost nauči sprejemati posameznike z izkušnjo zasvojenosti v svoj krog, kar vsekakor pripomore k zmanjševanju stigme. Osebe, vključene v program, pa imajo dober občutek sprejetosti.
- Vsi strokovnjaki, ki so zaposleni v programih, ki nudijo pomoč uživalcem drog in abstinentom, bi morali razviti kompetence za delo z bivšimi uživalci. Pitje alkohola na izletu s skupino AA, ponudba alkoholnih pijač na otvoritvi Vincenca Drakslerja bi moralo biti nesprejemljivo ravno tako, kot je nesprejemljivo uživanje prepovedanih drog. Za vse strokovnjake, ki so zaposleni v programih, ki nudijo pomoč bivšim uživalcem drog, bi predlagala nujno vključitev v izobraževanja, ki jih na tem področju izvaja Fakulteta za socialno delo.
- Kar zadeva raziskovalno delo bi vzpostavila potrebo po kontinuiranem raziskovanju potreb ljudi, ki imajo težave z zasvojenostjo in načrtovanju odzivov na te potrebe.

8. VIRI IN LITERATURA

8.1. LITERATURA

1. Auer, V. (2001), Droge in odvisnost: priročnik za zdravstvene, socialne in pedagoške delavce. Ormož: Samozaložba Ibidem.
2. Barber, J. (1997), Socialno delo na področju zasvojenosti. Ljubljana: Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve.
3. Deželan, T., Drobne M. (2007), Identifikacija politike do prepovedanih drog v Sloveniji. Socialno delo, 46, 6: 295-302.
4. Don Pierino Gelmini (1994), Tako preprosto. Ljubljana: Zavod Pelikan Karitas.
5. Flaker, V. (1992), Normalna droga: epilog k vojni proti drogi. Droge na tehtnici, Časopis za kritiko znanosti, XX, 142-147: 193-200. Ljubljana.
6. Flaker, V. (1998), Odpiranje norosti. Ljubljana: Založba Cf.
7. Flaker, V. (1999), Družbena konstrukcija kariere uživalca drog. Socialno delo, 38, 4-6: 211-240.
8. Flaker, V. (2002a), Živeti s heroinom I. – Družbena konstrukcija uživalca. Ljubljana: Založba Cf.
9. Flaker, V. (2002b), Živeti s heroinom II. – K zmanjševanju škode. Ljubljana. Založba Cf.
10. Flaker, V., Grebenc, V., Rode, N., Belin, J., Fojan, D., Grošičar, A., Feher, I., Šantelj, M., Kastelic, A., Zupančič, D., Merdanović, Z. (1999b), Podobe uživanja heroína v Sloveniji z vidika zmanjševanja škode. Socialno delo, 38, 4-6: 341-401.

11. Flaker, V., Grebenc, V., Kvaternik, I., Bah, B. (2006), Ocena potreb in načrtovanje odgovorov po novih programih pomoči za uživalce drog v Republiki Sloveniji; končno poročilo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
12. Fojan, D. (2005), Zmanjševanje škode na področju drog. *Socialna pedagogika*, 9, 2: 177-192.
13. Germ, P., Farčnik, A. (2009), Oblike podpore uživalcem drog v različnih fazah opuščanja drog na področju Maribora: ponudba in potrebe. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo, diplomska naloga.
14. Goffman, E. (1990): *Stigma: notes on the management of spoiled identity*. London: Penguin books.
15. Grebenc, V. (2001), Ekspertiza na podlagi izkušnje in prepovedana vednost v prepovedih uživalcev drog. *Socialno delo*, 40, 2-4: 105-118.
16. Grebenc, V. (2003), Etnografija heroinske krize. *Socialno delo*, 42, 2: 109-119.
17. Grebenc, V. (2003), Droge in kriminal: kritičen razmislek o njuni zvezi. *Socialna pedagogika*, 7, 4: 407-430.
18. Grebenc, V. (2005), Heroinska kriza kot pokrajina na zemljevidu uživanja drog. *Teorija in praksa* 42, 1: 159-177.
19. Grebenc, V., Šabić, A., Kvaternik, I. (2008), Varna vožnja, Obvladovanje tveganj in nevarnih življenjskih slogov v prometu. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
20. Hodnik, M., Horvat, J., Perger, D., Puntar, S., Souvan, N. (2005), Visokopražni programi. Študijsko gradivo.
21. Hodnik, M. (2006), Projektna naloga programa delovno-reintegracijskega regijskega centra.

22. Lukšič, I. (1992), Legalizacija drog – nujnost in nemožnost. Časopis za kritiko znanosti, 146-147: 73-83.
23. Kanduč, Z. (1999), O nekaterih normativnih vprašanjih v zvezi s politiko do prepovedanih drog. Socialno delo, 38, 4-6: 255-259.
24. Kastelic, A., Mikulan, M. (2004), Mladostnik in droga, priročnik za starše in učitelje. Ljubljana: Prohealth.
25. Kaube, S. (2007), Stigma. Z znanjem proti odvisnostim od nedovoljenih drog. Pekre: VII. strokovno srečanje.
26. Kooyman, M. (1993), The therapeutic Community for Addicts. Intimacy, Parent Involvement and Treatment Success. Amsterdam: Swets & Zeitlinger.
27. Košir, M., Ranfl, R. (1996), Vzgoja za medije. Prvi slovenski učbenik za starše, vzgojitelje in učitelje. Ljubljana: DZS.³¹
28. Kvaternik Jenko, I. (2005), Političnost (uporabe) prepovedanih drog. Teorija in praksa 42, 1: 178-191.
29. Kvaternik Jenko, I. (2006), Politika drog: pogledi uporabnikov in uporabnic. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
30. Kvaternik, I., Grebenc, V., Rihter, L. (2008), Droge med politiko in vsakdanjim življenjem. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
31. Marenk, A. (2008), Živeti brez heroina: življenje bivših zasvojenih uživalcev heroina. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
32. Mesec, B. (2007), Metodologija raziskovanja v socialnem delu II. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

³¹ Iz te knjige izvira tudi citat Splichala, S. (str.49);

33. NA – An Introductory Guide to Narcotics Anonymous (1992), World Service Office, Inc.
34. Nolimal, D. (1999), Terensko delo z uživalci drog. *Socialno delo*, 38, 4-6: 293-297.
35. Picchi, M. (1995), Projekt človek. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
36. Podpečan, T. (2006), Družbena reintegracija odvisnikov in odvisnic od nedovoljenih drog v Sloveniji. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
37. Polajner, B. (1998), Vrednote zasvojenih z drogami v okviru psihološke obravnave "Projekt Človek". Ljubljana: Filozofska fakulteta, doktorska disertacija.
38. Polajner, B. (2010), Motorji zasvojenosti, študijsko gradivo. Koper: 2. izobraževalna delavnica.
39. Poštrak, M. (2007), Preventivna funkcija prostega časa. V: KRISTANČIČ, Azra. *Svoboda izbire - moj prosti čas*. Ljubljana: AA Inserco, svetovalna družba, 2007, str. 147-166.
40. Rakovec, D. (2009), Projektna naloga: Program Reintegracijskega centra v Pristavi pri Tržiču.
41. Ramovš, J. (1995), Slovenska sociala med včeraj in jutri. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
42. Ramovš, J. (1997), Slovar socialno alkoholološkega izrazja. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za psihologijo, logoterapijo in antropohigieno.
43. Ramovš, J., Ramovš, K. (2007), Pitje mladih. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
44. Reiter, H. (2009), Doing PCI's. Študijsko gradivo.
45. Rode, N., Žontar, M. (1999), Raziskovalna naloga »Kaj ovira in kaj pomaga...?«³²

³² Kot že rečeno je bil del raziskave objavljen v reviji *Socialno delo*, in sicer pod naslovom »Prostovoljci pri delu z zasvojenimi: Primer Centra za odvisnost Kranj«; *Socialno delo* (2001), 40, 6: 355-362.

46. Stefanoski, P. (1996), Socialno delo, ki akceptira uživanje drog. Socialno delo, 35, 4: 289-300.
47. Stefanoski, P. (1997), Razmišljanja o strokovnih izhodiščih za delo z uživalci drog na Centru za socialno delo. Socialno delo, 36, 3: 215-227.
48. Ule, M. (1999), Predsodki in diskriminacije. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
49. Ule, M. (2000), Sodobne identitete, v vrtincu diskurzov. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
50. Ule, M., Renner, T., Mencin Čeplak, M., Tivadar, B. (2000), Socialna ranljivost mladih. Šentilj: Aristej.
51. Witzel, A. (2000), Forum: Qualitative social research: The Problem-Centered Interview. Volume 1, No. 1, Art 22

8.2. INTERNETNI VIRI

1. Društvo Stigma – Kocmur, D. (2005). Nizkopražni programi in zmanjševanje škode, (3.9.2010).
(<http://www.drustvo-stigma.si/politika-droge-in-zmanjevanje-kode/208-paradigma>)
2. Selan, B. (2010), Individualizacija in stanovanjske skupine kot vidika socialne reintegracije oseb po pridobljeni poškodbi možganov. Strokovni prispevek 1. nacionalne konference o dolgotrajni pomoči osebam po pridobljenih možganskih poškodbah, (12.9.2010).
([http://www.zavod-zarja.si /datoteke/PDFdatoteke/strokovničlanki/1.../selan.pdf](http://www.zavod-zarja.si/datoteka/PDFdatoteke/strokovni%20lanki/1.../selan.pdf))
3. Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006-2010, (12.9.2010).
(<http://zakonodaja.gov.si/rpsi/r03/predpis NACP53.html>)
4. 8. Nacionalna konferenca LAS za preprečevanje zasvojenosti (2005): Reintegracija – skupni regijski projekt LAS (pilotski projekt). Vodji delavnice: Mile Hodnik in Vilma Kersnik, (12.9.2010).

9. POVZETEK

Glede na tipologijo uživalcev, ki sem jo na kratko opisala na začetku diplomske naloge, lahko sklepamo, da so t.i. džankiji v manjšini, saj le eden od desetih uživalcev postane zasvojen, a ne glede na to so džankiji najbolj vidna in očitna podoba uživalcev. Prav ti so vezani na stereotipe, ki jo še dodatno krepijo mediji in z njimi celotna javnost. Stigmatizacijo poleg že omenjenega povzroča tudi politika drog, ki uživalce označuje za deviantneže, medicinski pristop, ki jih ima za bolnike, represivni organi pa za kriminalce.

Osrednji teoretični del začenjam s splošnimi značilnostmi zasvojenosti, nato pa se podam na potovanje samega uživalca heroína, ki zaradi različnih razlogov začne z uživanjem, ga zaradi užitkov na heroínu nadaljuje, slednje ga lahko pripeljejo v vsakodnevno jemanje psihoaktivne substance, kar čez čas občuti kot abstinenco krizo. Odtegnitveni sindromi so znak, da se je oseba znašla v "začaranem" krogu zasvojenosti, od koder nekdo najde izhod, drugi spet ne. Tistim, ki so ga oziroma se soočajo z raznimi ovirami in težavami, so v pomoč različne službe, bližnje osebe, izkušnje drugih bivših odvisnikov. Vendar pomoči in podpore ne potrebujejo le tisti, ki so se odločili za pot iz zasvojenosti, pač pa tudi tisti, ki so še vedno na sceni. Zaradi njih omenjam in na kratko opišem nizkopražne programe, ki so se razvili kot odgovor na potrebe samih uživalcev. Vendar to ne pomeni, da zmanjševanje škode izključuje abstinenco. Nalogo nadaljujem z opisovanjem visokopražnih programov Centra za zdravljenje odvisnih od prepovedanih drog, komun in terapevtskih skupnosti ter programov za reintegracijo. Na koncu teoretičnega dela predstavim reintegracijski center Dom Vincenca Drakslerja, ki je odprl svoja vrata bivšim odvisnikom v začetku julija 2010.

V empiričnem delu je kvalitativno obdelanih šest poglobljenih intervjujev, dve osebi abstinerata že devet let, ena od njiju je bila vključena v reintegracijske procese v Kranju. Ena prav tako, vendar je recidivirala. Ostali trije so vključeni v RC Doma V.D. Raziskovanje sem usmerila v dejavnike, ki pripeljejo do recidiva in ponovnega zdrsa v zasvojenost oziroma v tiste varovalne dejavnike, ki jim pomagajo, da se to ne zgodi. Opazila sem, da na mnogo stvari nimajo vpliva, še posebej kar se tiče njihovih občutij in doživljanj. Pri tem ključno vlogo igra program, v katerega so vključeni, saj naj bi jim pomagal krepiti samozavest, zaupanje vase, spodbujal pri osebni rasti, razvijanju talentov, nudil pomoč pri iskanju zaposlitve in primerne izobrazbe, s tem pa tudi krepil in širil njihovo socialno mrežo ter

odpravljaj posledice stigmatizacije. Vendar je pri vsem tem v prvi vrsti potreben primeren in usposobljen zaposlitveni kader, pokritost programa in udejstvovanje vseh pri aktivnostih, ki pripomorejo k vključitvi v širšo skupnost. Ta bo poleg osebnega udejstvovanja pripomogla razbiti banalnost življenja, ki so ga bili vajeni, in mogoče posameznikom dala kakšne smisel v življenju več.

10. PRILOGE

10.1. INTERVJUJI

INTERVJU Z LJUBIŠO

Ljubiša je v stanovanjski skupini, v kateri se je izvajala reintegracija bivših uživalcev, preživel osem mesecev. Bil je že zaposlen, delno že reintegriran. Četudi je abstineniral že osem let, je čutil potrebo, da pride, saj je, kakor je povedal sam, bil vedno navajen živeti v skupini. Poleg tega se je soočal s čustvenimi problemi, ki jih je v času bivanja v stanovanjski skupini Katapult delno rešil s pomočjo psihologinje, ki je bila tam zaposlena. Sedaj živi na svojem in ohranja stik.

S: »Živjo, hvala, da si se odzval na moje vabilo glede intervjuja.«

L: »Sej sm rekel, da če kaj rabiš kar poklič. Kadarkol...«

S: »Glede na temo pogovora, bi ti še enkrat rada rekla, da zna biti kar precejšen zalogaj, zaradi spominov in ti mogoče ne bo prijetno. Če te to moti lahko intervju odkloniš, lahko pa ga tudi ustaviš.«

L: »Ne, ne bo problema... Kar se tega tiče ni problema.«

S: »Ok, potem pa najbolje, da kar začneva... Lahko?«

L: »Kr...«

S: »Zanima me... Kako to, da si se odločil za abstinenco? Kaj te je pripeljalo do tega?«

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti... (sledi nekaj sekundna tišina). To izvest pa zahteva določeno obdobje. Če bi počas nižal, bi to dolgo trajalo. Sm človek, ki mora vse doseč takoj. In tud to sm hotu takoj, dol s tega. V službi je bilo še bol otežen, za delo sm potreboval moč, ne da kriziram ne vem kolk dolg. In sm razmišlu kako bi jaz to na hitro prenehal?«

S: »Koliko časa si pa bil na metadonu?«

L: »Dve leti in pol s presledki, nism jemou nekaj mesecev, pa pol leta, tako, vse skupi pa dve leti in pol... (se zamisli).«

S: »Oprosti, ker sem te prekinjam, si mislu še kaj povedat?«

L: »Ne, ne...«

S: »Kaj pa je blo pa potlej (z zanimanjem)?«

L: »Po naključju sm naletel v starih Slovenskih novicah: "Nudim uspešno pomoč pri odvajanju od trdih drog. Posredujem vse informacije o ibogainu". In cifra. Poklicau sm isti moment. Sm ugriznu v izjavo, da si čist v 48 urah. Tja sm šou trikrat na razgovor. Tam so mi dal cifro od fanta, ki je šel čez to uspešno. Ravno preden sva z njim končala razgovor, me je vprašou ali si to res želim. To je pustil močen vtis. Sem si želel ja, močno sm si želel...in smo hitro nabral 1400 mark. Mami sm povedou kakšna je situacija saj sem po besedah teh ljudi potreboval nekoga, ker ne bom dva dni nič spal in me bo moral čuvat. Sama sreča, da sem to reku mami in ne prijateljem (se je za nekaj sekund zamislil)... Nato sm to kupil in vzel... odprle so se določene stvari. Sledile so halucinacije, uvidi.... To bom enkrat zapisal, to je izkušnja, res... Ampak bom moral bit zelo barvit, sej ni to

tako lahko opisat. No, doma sm imel še nekaj droge, sm mislu, da bom pol še kdaj šmrknu, ke pa sm. Sem si skril, da bom vzel, ko si bom zaželu. Po tretmanu, bilo je tolk dramatično, mama me je čuvala, dajala čaje, peljala na WC, držala vedro za bruhanje. Šel sm čez tri faze: vstop ibogaina, pucanje, izstop ibogaina. Ko so bili mentalni in duševni procesi prečiščeni sem mat povedau kje so skrivališča. Nism hitu več nič vzet. Halucinacije so se umirile, ibogain mi je v momentu nabil metadonsko krizo skoraj na vrhunec, najbolj je bilo to, da nisem čutil potrebe po heroinu.

S: »In kaj se ti je dogajalo na ibogainu. V čem je poanta?«

L: »Regresiral sem v stanje otroka... Je bila mama ob meni, da sem čutil varnost. So se mi prikazovale slike, kako sem rekel...res me je pucalo. Kriza je trajala ene pet dni, peti dan je dosegla vrhunec, od bolečine sem zaspau... Nisem mogel več. To je bil odrešilni spanec. Začelo se je počasi, počasi... V primeru krčev sem dobu Tramal in Xanax, ta me je zmedu in sm ga vrgu proč, za odtenek mi je olajšal bolečine Tramal. Ta mi je pomagou. Po petih, šestih dneh sem začel čutit kako mi krivulja pada... (odmor). Ko sm prvič stopu ven, ko sm prvič stopil iz postelje, sonce je sijalo, videl sem fotra in sinčka, tako lepa slika, in sem se kar zapletel v pogovor, prvič sem imel po dolgem času stik z realnostjo, ja, po dolgem času sem začutu stik z realnostjo (se zamisli in ponavlja kako lep občutek je bil takrat). Vse je bilo zeleno, poletje je bilo, bilo je ozračje pred nevihto, tako lepo čisto se je videlo, saj veš, kot je vedno pred nevihto, tako lepo in prav vidi se kako je zelenje bujno, in to sm doživljal brez tistih farmakoloških filtrov. Z mamu sva se takrat prvič v življenju zblížala, počutil sm se svobodno, da mi ne bo treba več metadona pit. Svoboden sem bil.

S: »Kako pa je bilo po tem obdobju? Kako si se počutil?«

L: »Ene tri mesece sem bil evforično u luftu... ampak je bilo to dobro, samo da sem na druge stvari mislu. Z mamu sva hodila na sprehode, veliko je bila v kontaktu z ljudmi, ki so mi to dali ter jim govorila kaj se z mano dogaja. Tako, da so mal spremljali vso situacijo. Mi je blo fajn, so me vzdigoval, mi bli v oporo, res. Prav hvaležen sem bil za te klice... počasi so se začele stvari izboljševat. Po enem mescu je šlo vse z mene, ves tist metadon pa tist filing k maš skoz utrujene noge. Spet sm začel spat v enem kosu. Po enmu tednu sm pa tud že delat začel.

S: »Ali je bilo to prvič, ko si se pucou al si prej že večkrat poskušou?«

L: »To je blo ultimativno pucanje, prvič sm probau u vojski, ki mi je dala red in disciplino, to mam še zdej. Ene trikrat sm se spucu prej ampak bolj zato, da bi lahk jed utripe in eje, tko.

S: »Koliko časa torej sedaj že abstiniraš??

L: »Sedaj bo devet let, deseto leto teče«.

S: »Kaj ti pomaga pri vzdrževanju abstinence? Torej, kaj počneš, kaj ti je v oporo pri tem?«

L: »Tek in telesna aktivnost, edino to me je držalo, da sm glavo nad vodo držou. Tek ob enajstih zvečer. Nenormalne količine vadbe, sm se počutu sproščenega, umirjenega«.

S: »Je res, da sedaj maratone tečeš?«

L: »Ja, že kar nekaj let. Super je, sam pa zahteva redno vadbo, drgač ni nč...«

S: »Torej v prostem času najraje tečeš?«

L: »Ja. Pa tud berem...«

S: »Kaj pa računalniki, internet, veliko posedaš pred njim?«

L: »Ne, nimam cajta za to. Na internet grem, da si pogledam e-mail, pa to če me kej zanima, drgač ne, škoda cajta, že tko ga mam bol mau...«

S: »Torej ne iščeš neke utehe v ljudeh na daljavo?«

L: »Že tko mam tle probleme, kaj šele na daljavo, kaj če mi?«

S: »Kaj pa opora? Si imel kakšno oporo v ljudeh, ne vem, v družini, prijateljih...?«

L: »Ščuka me je v tistih dneh, sm imel ful cajta, sam da se je dogajal, tko da sm šel večkrat na štop k njemu. Razlagou mi je kaj se dogaja v tem času z mojimi možgani. Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da... Zdej mi poleg teka najbolj pomaga, da grem vsako soboto na NA.«

S: »Kje pa pa vidiš ovire, Ljubiša? Kaj te je najbolj oziroma te še vedno najbolj ovira na poti oziroma pri vzdrževanju abstinence?«

L (z neverjetno hitrostjo): »Lastna čustva. Drugih ovir ni. Ne bojim se sveta, ne bojim se življenja, bojim se svojih čustev«.

S: »V kakšnem smislu pa?«

L: »Težave v odnosih z ženskami. Ko me je pustila punca, sm se znašel na robu recidiva. Padel sem v depresijo, šel prvič k psihiatru, saj nisem vedel kaj se dogaja. Tam so mi pa hotl dat tablete, antidepressive pa sm reku hvala za sodelovanje in nasvidenje. Tono bolečine sm prenašou okol«.

S: »Kako to, od kod toliko bolečine?«

L: »Moja mat, mi je sama priznala, da me je zanemarjala, da me ni vzgajala, saj je raj popivala. Sej ji je zdej žou za to, sam kaj mi to pomaga? Kot otrok sm bil vedno prepuščen samemu sebi...« (Ljubiša pove svoje izkušnje iz otroštva, vendar jih zaradi narave pogovora ne bom vključila v raziskavo, niti izpoved ni relevantna za mojo raziskavo).

Odmor. Vprašam ga, če bi kaj pil in odidem iskat vodo. Čez dobrih pet minut nadaljujeva.

S: »Hvala, da si podelil to z mano... Si pripravljen nadaljevat?«

L: »Ja, lahko, kr...«

S: »Okay... Kaj meniš o drugih substancah? Piješ alkohol... pa trava, ne vem....misl'm, a misliš, da je pomembno, da nič ne jemaš, nobene substance?«

L: »A to (začuden)?! Trava me je zmer čudn'ga delala, je nism mogu sploh... Ne rabm je, jo tudi prej nism, Misl'm da te nardi skisanga, neuporabnga. Kaj bi potlej dosegu? Nč. Alkohol pa tko. Včasih sm kakšn pivo spil, pa sm ugotovu, da tud to ne rabm. Sej lahk sok pijem al pa koka-kolo, jz se mam čist dobr, uživam v družbi, ne v drinki. A ni tako?«

S: »Misl'm da ja. To je dobr, da tako razmišljaš.... (sledi minutni odmor).

S: »Kaj pa stigma? Si imel kaj težav s stigmo oziroma si menl, da te ljudje stigmatizirajo?«

L: »Ne. Nikol. Mogoče sm imel pa ne vem. Ne, enkrat. Ampak še dobr da je blo tko. Na starmu delavnemu mestu so me zavrnili, češ da vse vedo o men, da takih delavcev ne rabijo. Drugač sm pa ful čutu simpatije. Mi je rekel šef v drugi službi: "Kapo dol! Ostan tak kakršen si!"

S: »Kako ti je pa pomagal program reintegracije, če ti je?«

L: »Pomagalo mi je to, čist tko kokr je blo, sm bil dolg časa sam, pej sm vedno zbežal v čredo, nikol nism mogu bit sam. Tle sm bil pa primoran, tko da zdej brez problema lahko živim sam. Mile me je sprejel v trenutku, ko sm rabu pomoč. Tm so me vn vrgl, lahko bi mi reku, da je to sam za tiste, k pridejo s komune, da zame ni placa, pa me je vzel. Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač. Čez čas sm začel čutiti vez z življenjem, tisto bolj poglobljeno. Pa tud zarad moje službe ste mi šli na roke. To cenim...

S: »Kaj pa glede samostojnosti, prej si vedno živel v neki skupini kolikor sem te razumela, nikoli nisi živel sam?«

L: »Kolikor sem se bal samostojnosti, se je sedaj ne bojim več. Tega sem najbolj vesel.«

S: »Je bil to potem tud razlog, da si šel v reintegracijo?«

L: »U glavnem, doma nism mogu bit, v taki situaciji že ne. Nism hotu polsušat prepire pa skoz nekaj, pa tudi v Idriji res nimam kaj za počet.«

S: »Ti je program omogočal imeti prosti čas, ki si ga sam organiziraš? Mislim...a si lahko šel na kafe s prijateljo, če si hotel? A si šel lahko teč, če si želel...? Te stvari...«

L: »Seveda. Jaz sem šel pol po tretji, al teč al na kafe, ob petih sem pa mogel že iti v službo. Tudi program je bil delno men prilagojen glavi zaradi službe. Sam men je bilo okay, tisti k si pa časa ne zna sam organizirati je pa tko tko, zna biti sranje. Več ljudi bi mogel delati, da bi bilo bolj varno za koga, da ne bi kar zablužil... Ampak mene ni motilo, sem prav...«

S: »Kaj pa odgovornost, na primer... Znaš sprejemati odgovornost zase in za svoja dejanja? Zaukaš vase bolj kot si, recimo?«

L: »Mislim, da se tega učim sproti, včasih sem preveč zmeden in pozabljam stvari, to mislim, da je k mam probleme s spanjem, drugače mislim, da sem velik bolj odgovoren kot sem bil. Vem, da nimam kaj druge kriviti, poskušam sprejemati posledice za svoja dejanja... To s spanjem morda pa res urediti, drugače bom zmer utrujen. Prosto sem že tega.«

S: »Koliko časa imaš na razpolago, da počneš stvari, ki te veselijo, torej te verjetno, kot si že omenil... hm... glede na to, da delaš od petih popoldne do enih zjutraj?«

L: »To mi je ovira glede druženja, drugače mi je kar vse tako. Za tek in branje si vedno najdem čas. To sem tudi v programu se naučil: se organizirati čas bolj konstruktivno, ne glede na službo.«

S: »Si si našel kakšne nove prijatelje, imaš punco, kakšen je tvoj odnos s starši, sorodniki... Skratka, zanima me tvoja socialna mreža!«

L: »Kot sem omenil, imam s puncami probleme, prijateljico imam: greva skupi na kafe, tudi v kino, na izlet, sam to je vse, nič več nimam z njo. Bojim se teh odnosov, doma vse isto: fotir skozi neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, morda to so štorije, dolga zgodba... (se zamisli za kar nekaj časa). Včasih grem na kakšno predavanje, seminar in spoznavam nov folk, s kšnimi se zaštekam, s kšnimi ne, sem je zmeraj tako, z enim gre, z drugimi ne. Pa v službi spoznavam ljudi, na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sem včasih mi pa tudi paše...«

S: »Kako pa je bilo na začetku s tem, sem veš, takrat, ko si šel začel abstimirati?«

L: »Tako't sem mel sam mamo, nobenga frenda, zato sem se umaknu v Kanado. Da razmislim o moji poti za naprej. K sem bil tam u tisti hiši, sem veš, sem počasi začel dobivati nove stike, največ na predavanjih, k smo se skupi družili. Pa u hribih kšnga spoznaš, pa tko, počasi je šlo.«

S: »Aha, pa si imel kakšnega prijatelja od prej?«

L: »Nč, sam stara klapa.«

S: »Je moral biti pa težko ne?«

L: »Ja, službo sem kmalu dobil tko da ni bilo take panike. Tam je pa skozi en folk, se že pogovarjaš, pa kakšno rečeš...«

S: »Ljubiša, zanima me kako bi sebe opisal kot osebo. Kakšen karakter imaš, kako se vidiš... torej kako se vidiš kot oseba?«

L: »Zmeden. Ne vem al sem tak po naravi al pa zaradi spanca ker ne spim kot bi mogel. Ne da pozabljam stvari, to ne, no včasih tudi, ampak ne vem kam sem kaj dal pa, ne znam povedati. Drugače pa mislim, da sem boljše oseba kot sem bil. Včasih sem bil res egotičen, sem ne pravim, da nisem več ampak vidim da ne več tak kot sem bil. To je... dobro... Pa bolj duhovni sem tudi postal. Včasih me to ni nič zanimalo, zdaj me, ker vem, da me pomirja. To sem začel v programu, sem se začel spraševati kaj, čemu, zakaj...imam kar lepo število dobrih izkušenj glede tega. To, kar jaz mislim o sebi, da se bojim odnosov s puncami, to sem pa že rekel, vedno sem nekaj razočaran, mislim, da sem preveč posesiven, potem me pa preči odrinejo, jaz pa živce zgubljam... (se zamisli za nekaj sekund)... Ne vem več. Tak sem, kaj ne rečem?«

S: »Sej si se prav lepo opisal. Kratko in jedrnat.«

L: »Ja... sicer pa veš kakšen sem.«

S: »No, ja, k'sne stvari že, vse pa spet ne. Pa tud pomembn je, da poznaš ti sebe. To je najbolj pomembn.... Torej... Tvoji cilji. Ljubiša, kakšni so tvoji cilji za naprej?«

L: »Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...«

S: »Upam, da jo boš našel, drugače pa ti hvala za tale pogovor. Tukaj bi ke zaključila, razen, če bi rd še kaj povedou.«

L: »Niti ne, sej mislm, da sm več al manj vse, kar se tega tiče, ostalo pa po moje sploh ni relevantno.«

S: »Dobro, hvala ti. Sm lahko vedno prideš, če boš kaj rabu.«

L: »Hvala.«

INTERVJU Z ŽIGOM

Žiga se je teden dni po prihodu iz komune na željo svoje partnerke in zaradi dejstva, da ni imel kam iti, vključil v stanovanjsko skupino v Kranju. Ker smo se med tem časom preselili v Pristavo, se je skupaj s programom preselil tudi on.

S: »Hvala, da si privolil v intervju. Intervjuje delam, kot že veš, za diplomsko nalogo, raziskujem pa dejavnike, ki so vam v oporo pri vzdrževanju abstinence oziroma možne ovire, ki te lahko pripeljejo do recidiva. Tako me zanimajo le določene teme, če pa ti bo o kakšni temi pretežko govorit, jo lahko izpustiva.«

Ž: »Prav, okay.«

S: »Zanima me zakaj si se odloču, da boš abstiniral?«

Ž: »Misliš, prvič ko sem se odloču?«

S: »Ja, v redu, lahko začneva s prvo abstinenco.«

Ž: »Sigurn, namen tega je bil k sm vidu, da tako ne gre več. Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec. Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu za drug de'u pa tud nism bil sposobn. Na nek način sm bil prisiljen v to. Tko da to je bil eden od razlogov pa tud zato ker sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman. Pa sm se odloču da neham s tem, ne...«

S: »Si bil na metadonu?«

Ž: »Na metadon sm šeu pr' dvajsetih, po štirih letih uživanja heroina. Tja sm hodil pol leta, mogoče več. Doza ni bla velika, malo sm ga pil, mal nižo'u, spet povišo'u, kakor sm hitu. Preden sm šou u komuno so me dal na Subotex. Urinsko me sploh niso testiral. Čez vikend sm se ga zadel, nism vzeu Subotexa...«

S: »Ja, kolikokrat si pa potem še poskusil probat nehat?«

Ž: »K sm probavou, sm probavou na vse načine. Sm velik športou, stari se je ful neki zame zavzel, neki sva z biciklom hodila okol, pa plavanje, je jezero tam v Kočevju. Saj veš, dva mesca je šlo pol. Po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... V bistvu sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, a ne. Ampak nikoli ni šlo dokler nism šeu v komuno.«

S: »Kje pa si videl največje ovire recimo?«

Ž: »Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam in pa to da sm bil v tem okolju, ravno kadr sm reku da bom nehu, se je kdo nalimal na vratih pa reku, pejt Žiga greva, sej veš kt uno ne dam te, ne spustim te. Tisti kremplji, ane, k te ne spustijo. In...«

S: »Kaj pa potlej, v zadnjo, ko si poskušal?«

Ž: »To je pa itak čist druga pesem. To me je že čist utrujal. Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer... (se zamisli).

S: »Tvoj razlog, da si se odloču, če se prav razumela, da si imel dost. Da je bilo to to, da tak življenje ne pelje nikamor.«

Ž: »Aha...«

S: »Se prav, ti si šel pol v Reto Center in si tam krizirou? Tam se lahko kriziraš, ti ni treba iti čist noter, ne?«

Ž: »Ja, dobr, jz sm tud že prej krizirou. Sam a veš, jaz tud od heroina nism nikol ne vem kakšne krize imel, saj sm skoz po mal krizirou. Nikol se nism ne vem kolk navleku. Zmer sm se neki pucu pa nehu. Tko, ane. Neki malga krize sm mel, ja.«

S: »Samo ni blo tko grozn...«

Ž: »Ja, ja.«

S: »Kako pa zgleda tam, so pol fantje tam s tabo, ko kriziraš...«

Ž: »Ja, 24 ur so skoz s tabo. V glavnem, ko prideš, nikamor ne morš. Skoz je nekdo s tabo: te pazi, čuva, karkol pač rabš. Un k je pač s tabo, un praktično živi zraven tebe.«

S: »Se prav, največja opora je potem v fantih, ki so s tabo?«

Ž: »Ja, ful je potrpljenja, in... in trud ko vidš da delajo s tabo, se ukvarjajo s tabo. Najprej ti je tko, si mislš kva te težijo, pa tega ne smeš pa unga, pa ti to teži, ampak pol pa vidš da je to okay, da delajo to z ljubeznijo, ker ti hočjo pomagat.«

S: »Kaj pa doma, so ti bili v oporo, al..?«

Ž: »Ja, doma.. so bli, ja. To so bli. Mama je bla v stiku z mano: redno me je klicala vsakih 14 dni, ane, redno mi je pošiljala dnar, eč sem kdaj kej rabu pa tko, ane. Enkrat je pršla za štir dni k men pa tko... Ko sm bil tam me je skoz podpirala, sam ona je pač ena posebna oseba, tko da je to čist ena druga tema (izgleda kot da hoče na hitro končat to temo).«

S: »Če lahko vprašam... Misliš posebna v pozitivnem kontekstu ali v negativnem, saj si to rekel bolj z zadržkom pa tud...hmm...vem, da imaš probleme doma, saj si z njo prekinil stik, če vem pro'u?«

Ž: »Ne bi zdej o tem, ampak preveč pričakuje od mene, sploh ne vem kaj hoče. Skoz neki, ne vem, bom vidu...«

S: »Kaj pa tvoj oče, Žiga?«

Ž: »A on? Boli ga zame, nismo živel skupi, mamu pa mene je pustu, ko je bla mama še noseča z mano. Nč stika, sej ga ne rabm... takrt mi je že hotu neki pomagat, sam... (se žalostno zazre v mizo).«

S: »Je to glavni razlog, da si prišel s'm?«

Ž: »Ja, doma me niso hotl, pa tud sam ne bi šu, nism vidu smisla u tem...«

S: »Okay, hvala. Kaj pa Brigita, tvoja punca?«

Ž: »Ona me je čakala, ja.«

S: »A si z njo lahko imel stike?«

Ž: »Začuda so mi dovolil, drugač je to prepovedan. V Retu se to ne prakticira. Stike maš lahk samo z domačimi, s starši mislm. In oni so to men dovolil, sploh ne vem kako, zakaj... Tko da me je ona lahko klicala vsake 14 dni«.

S: »Kako pa zdey recimo, prišel si iz komune, kaj ti največ pomaga, da vzržuješ abstinenco?«

Ž: »Kitara«.

Smeh...

S: »Kitara?«

Ž: »Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljubu sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jut, pojutršnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekaj pomaga«.

S: »Kaj pa ti daje kitara? Kakšne občutke ti daje?«

Ž: »Tko a veš, začneš igrat kitaro pač... Začneš igrat, delam neke tehnične vaje, dost naporna stvar, ker v bistvu igraš neke tone, pa igraš, pa spet od začetka, iščeš neki in je tko... terapijsko je veš. Če tko pogledam je ena življenjska stvar. Ker delaš stvari k niso dobre, pa je težko pa vse, pol pa začneš igrat, igraš pol pa kar naenkrat zadaneš ton. Ni več da fališ, ker si se prej ogrel, ane. Ko si ogret pa igraš ane, bolj igraš in bolj se počutš«.

S: »Pol delaš na potrpežljivosti, seveda da je potem terapija, ja«.

Ž: »Sčasoma pogruntaš«.

S: »Kaj ti je pa poleg kitare še v pomoč?«

Ž: »Ja, Brigita, ona je tko prva stvar v mojem življenju. Hoče mi dobr, verjame vame verjetn še bolj kt jz sam seb«:

S: »Ja, to je dobr, da maš nekoga takega ob sebi. Jaz tud verjamem vate«.

Smeh...

S: »Kaj še počneš v prostem času, Žiga, poleg igranja kitare?«

Ž: »Nč. Včasih grem za računalnik pa še to so tm ene ful dobre lekcije za kitaro. Pa šport me zanima, vse tekme si pogledam, v nedelah sm včas kr zakopan pred TV-jam.«

S: »A nič ne pogrešaš drugih stvari, ne vem, it na sprehod al na abzen, al...?«

Ž (odločno odgovori): »Ne, nč. Mogoče bi lahk kej Biblijo bral, pa sm mal pustu to, ne vem če je dobr ne, ampak... ne...«

S: »Okay, kaj pa sedaj, katere ovire vidiš sedaj, recimo stigma, kakšen imaš občutek, misliš, da te ljudje izolirajo, kako je s tem pri iskanju službe, takšne stvari...«

Ž: »Ne, jaz nimam nobenga občutka, da bi me stigmatiziral kdo, da bi me kdo izoliral al pa karkoli. Nikol nisem mel tazga občutka, da bi me postran gledal pa tud nikol se mi ni vidl, da kaj jemljem. Ko sm bil v komuni sm vidu res izmučane face, folk k se je drogiral že od šestnajstga, dons so pa 40 let stari«.

S: »Kako je bilo pa v službi, ko si prišel iz komune?«

Ž: »Tud ko sm delou na Tromostovju v kafiču, jz sm reku, sm povedou kdo sm, kaj sm... Ni se mi blo treba skrivat, so me ful sprejel. Nikol mi ni noben: "Ti si pa džanki", nikol- sam pol sm se pa začel spreminjat, ko sm spet začel bluzit, ampak sm šou kmal v komuno nazaj«:

S: »Kje pa sam vidiš največje ovire, tako da misliš, da ti lahko spodnese tla?«

Ž: »Ne vem. Želim si prostor, kjer bi lahko živel samostojno, kakšna bolezen lahko pride, verjetn stvari, če jih ne bi mogu uresničit, čeprav se tega učim, da bom znou sprejet stvari. Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat. Za nekatere je to nedosegljivo, ker sploh ne upajo pomislit, da bi delal to kar bi oni hotl. Morjo delat to v kar so prisiljeni«.

S: »Pa se ti ne zdi, da v situaciji v kateri se nahajaš, ne morš ravno izbirat službe...?«

Ž: »Zakaj ne? Nočm kr vsega delat.... (se zamisli).«

S: »Ena stvar je recesija. Ljudi odpuščajo, ni dela, tud za tiste ne k majo primerno izobrazbo. Jz mislm, da je dobr če na začetk poprimeš za vsak de'u,saj tolk da nardiš šolo in greš na svoje. Tuki tko ne boš mogu bit skoz...ni realno!«

Ž: »Jah, to vem da nam mogu skoz tuki bit, sam ta centr je pa tud nekje za hrbtam, kje nej tle najdm službo?«

S: »Lahk jo iščeš v Kranju, Ljubljani, sej prevozi obstajajo...«

Ž: »Mah, tle so sam neki oblublal pa nč od tega. To, da mi bodo plačal izpit za avto, pa nč od tega. Tale Fundacija je kr neki.... (postaja jezen).«

S: »A ti niso dal v mirovanje prošno... Verjetn zdele nimajo dnarja, sej veš da so vse u hišo uležl...«

Ž: »Mhhh.. brez veze, sej nima veze, si ga'm že sam plaču...«

S: »Saj se bo uredilo, boš vidu, sam mal potrpežljivosti Žiga...«

Ž: »Ma sit sm teh oblub, skoz neki, unih kabin za tuš še zdej ni... sam oblublajo (se ponovno razburi)!«

S: »A greva lahko naprej Žiga?«

Ž: »Ja, kr...«

S: »Kakšen imaš odnos do drugih substanc, Žiga, alkohola, trave...?«

Ž: »To jz nč ne konzumiram, tud nikol nism. Travo že, ostalo pa ne, sej še cigaret nism kadil, no včas, zdej pa ne, odkar sm u komuno šou...«

S: »Torej ti to ne predstavlja nobene ovire?«

Ž: »Nobene, ne nobene!«

S: »Super... Kaj pa recimo program, pa čist realno. Sedaj si pač tukaj, v programu si že pet mesecev. Ali čutiš, da ti je program kaj pomagal?«

Ž: »Je. Zaenkrat v bistvu mi je in mi pomaga, da ne grem z vso evforijo ven, da sm dobro razmislu kaj želim v življenu. Ampak sm opazu, da sm se kr razpustu, sm padu iz kontrole. V komuni ni prišlo do tega, veš, da se ne morš kr razpustit. Ne morš delat kar ti paše, ne morš reagirat kokr ti paše, ne morš tko. Morš kontrolirat samga sebe, to je tisto, kar ti komuna da: samokontrolo. Jaz k sm pršu vn iz komune sm vidu samo probleme: da nimam službe, da nimam n'kamor za it pa nimam tega pa tega in sm kr mau razpustu sebe, se sploh ne kontroliram, kr neki na hit runo znorim in se sploh ne ustavm. To sm zdej vidu in se poskušam ustavt ko pride tako. Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no«.

S: »Saj sm tud jaz imela včasih tak obdobje, da sem se začela obnašat kot otrok, ampak to je en obdobje ki potlej mine. Nekak tisto podoživljaš: otroštvo, mladost, potlej pa vidš, da nisi več to, da postajaš zrel člov'k. In začneš sprejemati odgovornost za to zrelost«.

S: »Kaj pa slabosti programa? Bi kaj spremenu, si kaj želiš, kaj te moti, takšne stvari.«

Ž: »Program je v redu po eni strani. Mislim, da je napaka, da se lovi eno veliko kapaciteto ljudi, to je po mojem mnenju napaka, saj se bodo mogla začeti uvajati komunska pravila, to pa pol ni več reintegracija. Super je, ko smo lahko zunaj pa delamo, športamo, roštiljamo, v Kranju to en bi mogli. Ampak preprost je Kranj za reintegracijo velik bolša lokacija, ne. Manjše stanovanje in to je tisto. Tukej je pa velika hiša, bo velik ljudi, ki

bodo pršli, šli in tako se ustvari komuna. In če je več ljudi, vedno manj se ljudi pozna, ker se ljudje skrivajo za tem, ne. Pri manjšem številu se takoj vidi kaj kdo živi».

S: »V Kranju so torej neke prednosti in slabosti, ravno tako tukaj, imaš dobre in slabe strani. Vedno je tako, ampak mormo ven potegniti kar je najboljše za nas«.

Oba se za par sekund zamisliva.

S: »Kako vidiš sebe Žiga? Kakšen misliš da si kot oseba?«

Ž: »Ah, kaj pa vem. Sm čist u redu razen te izbruhi evforije, to kar sm že povedu, tko, da se učim zdej kontrolirat use to. Mogoče sm tud mal razvajan, rd mam da se mi stvari povejo ne pred usemi, takrt znorim.... (pauza). Rd igram kitaro, to me pomirja, sam hitr lahk znorim, če me kdo zmot... to, kaj pa vem.... (pauza).«

S: »Aha, okay, kaj pa tvoje vrednote Žiga? Kako jih doživljaš, kaj ti pomenijo?«

Ž: »To, kar je u Bibliji, to so vrednote, probam se po njih ravnat, kolkr gre, pa sej ni kaj tuki rečt, ne..?«

S: »Kaj pa cilji, res da sva o tem ravno včeraj nekaj govorila, ali imaš poleg tega, o čemer sva včeri govorila, še kaj drugega?«

Ž: »Kar se tiče ciljev pač, te cilje si želim pač, nekaj jih bom dosegu, ne. Delat v vrtcu to mi je tist trenuten cilj. Ne vem pa kaj pa pol. sigurn je cilj ustvariti družino, ne, enga otroka. Men je cilj met hčerko al pa sina k bo reku moj fotr je pa faca. K bo ponosn name, da bo drugim reku: "To je pa moj fotr, a veš", ne da ga bo sram. Kr en tip. Tko, da ja no. Pa itak z Brigito ustvarit eno družino, en odnos«.

S: »Fino, pa kaj delata na tem?«

Ž: »Ja, mislm mogoče mava zdej en težek obdobje ampak na vse tist kar je blo, bova. Sej pravi, vse je odvisno od vsazga posameznika. Prav je, da si okay tud če je drug nesramen do tebe. Morš se obnašat tko, da si tak, en da si še ti pol nesramen. To ne pelje nikamor. Pa tele moteče dejavnike kt je računalnik, k vem da jo moti, to morm dat preč pa se še jz ji začeti prilagajat, da bova skupi preživela prost čas. Pa bom kartal z njo, čeprav mi je v interes delat kej družga.«

S: »Si na pravi poti, vedno se mormo drug drugmu prilagajat. In to je potem tisto: ustvarjaš odnos. Fino. Jaz sm ponosna nate. Lepo, da si se ustalil in da iščeš zdaj v pravo smer«.

Ž: »Ja, fino... hvala.«

S: »Zdaj bi pa še nekaj o tvojih stikih z drugimi, s kom se najraje družiš v tem času oziroma bi se rad?«

Ž: »Sej veš sama, Brigita pa fantje notr, pa u nedelah grem na bogoslužje pa včasih še k pastorku. Frendov niti nimam, niti jih ne pogrešam, ne, ker mam zdej vse kr rabm na dosegu roke. To so edini stiki.«

S: »Kaj pa z domačimi, nimaš nič stikov?«

Ž: »Trenutno ne. Sm bil doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik, no z malim bratcem... tega pa včasih poklič'm, za vikende sm pa tko pr Brigitinih starih starših. Te me majo radi, tm je kul, sam dežela mi ni všeč... Mah...«

S: »Tebi hvala. Če te bom pa še kaj rabila, te bom pa za rokav pocukala, a prav?«

Ž: »Prav, ni problema.«

INTERVJU Z NACETOM

Nace je v Domu Vincenca Drakslerja od samega začetka, vključil pa se je po enajst mesečnem bivanju v komuni Društvo Žarek.

S: »Hvala že vnaprej za tale intervju pa prosim če mi poveš, če o čem nočeš govorit in bova to temo preskočila.«

N: »Prov. Kr začniva«.

S: »Prosim, če mi poveš, zakaj si se odloču, da nehaš z drogo, da začneš abstinitirat. Kakšen si imel povod, da pač nehaš?«

Sledi kar dolga tišina.

N: »Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor. Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja. In to je to, ne? Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«.

S: »A si se sam odloču, da prenehaš?«

N: »Ja, sam. Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine (pauza) takega neodgovornega življenja.

S: »A si že kdaj prej probou nehat?«

N: »Ja, sem, nekaj časa nazaj, eno leto in pol približno. Bil sem na metadonu pred tem, sem nižal pa potem nehou z metadonom pa eno leto pa pol, nekaj takega, potem pa ni več šlo«.

S: »Kako pa da ti ni ratal, a kaj veš? Mogoče še nisi bil pripravljen...?«

N: »Čeprav sm imel stanovanje, avto, službo, punco, vse je blo, dost dnarja, ampak enostavno, ja... mogoče še nisem bil pripravljen. Sm se odloču, mi je pasal žurat naprej itd.«.

S: »Se pravi, da ti je Bojana ves čas stala ob stran?«

N: »Ja, to mi je vedno. Tud prej mi je pomagala, da sem nehu, ona je šla pol v Ljubljano študirat, jaz pa sm ostal sam in tudi to je blo to, da sm potem izkoristu. Ne, da sm izkoristu namenoma, ampak ko sm z njo je to čisto nekaj drugega, ker se res razumeva. Ko sm z njo sploh ne razmišljam o horsu al pa o drogiranju sploh. Okay, ti pa tam sva kej spila, tak. To je blo to. Ampak potem, ko je ona šla, je trajalo kak mesec, dva..., bil sm sam, dolgčas, ne. To je blo to.

S: »Kaj pa sedaj, sedaj je tud tu ni zraven, ali čutiš potem kakšno spremembo v sebi?«

N: »Kako to misliš?«

S: »Ja, zdaj se vidta samo za vikende. Ali čutiš kakšno razliko od takrat, ko si spet začel, ker je šla v Ljubljano in zdajšnjim trenutkom, ker se tudi ne vidita rav pogosto«:

N: »To je drugo. To ne morem primerjat. Bil sem v komuni, pa tudi zde sem v nekem programu, ne? Tu maš tud ljudi, ki so nonstop zraven tebe. Prej sem bil sam oziroma z Bojano.«

S: »Ampak nehou si pa sam?«

N: »Ja, ja. Sit sem bil metadona, vseh narkomanov, vseh. Zarad vsega sranja sm zato tud nehou«.

S: »Kako si pa zdaj nehou? Kakšna je bila ta pot? A si bil isto na metadonu?«

N: »Ja, no nism bil na metadonu, ja na začetku, pol kasneje pa..., kako se že reče... suboxon. Samo to je blo tak... sm se nonstop drogirou, na suboxonu pa rabiš večjo dozo., če hočeš bit zadet. Tri dni te drži tista tableta. Tako, da sm po tablete hodu, mal tak bolj, ko bo kriza... Ja, no na ta suboxon sm šou glih zarad krize pa da spet pokažem neko sodelovanje in prepričan sm bil, da bom sam se spustu. Če bi šel na metadon, bi vse skupi trajal

spet neki let. Ja, nič, potem sem bil pa dovolj na dnu pa ... Pa potem Bojana pa najina veza, saj veš kak je to, enostavno ne gre. Tak, da sem se odločil pol za komuno».

S: »Če prav razumem, si se spustil z metadona, pa pol šo'u na subotex in to je blo to?«

N: »Že, že, ampak na metadon sm hodu da nism imel krize, ko sm pa res hotu nehat, sem pa šel na Subotex pa potlej naprej v komuno».

S: »Pa si šel lahko takoj not v komuno, al..?«

N: »Ne, čakal sm mesec in pol. mogu sm se krizirat pa bit negativen na metadon, heroin in tablete, ko sm bil, pol sm šel pa lahk v komuno, ne...«

S: »Kje pa si čutil najbolj pomoč oziroma podporo, razen punce?«

N: »Ja, doma tudi, sploh zato, ker sem spet...se začel drogirat pa... saj tu ni kaj. S starši ni bilo problema glede tega... Saj sem bil tud doma tisti mesec in pol pa so bli skoz zraven mene, pa zraven je bila Bojana, čeprav sm pobegnu parkrat pa... Ampak okay! Hmmm, ja imel sem podporo v družini, tu ni kaj. Še par "pizdarij" sm naredu, mami sm spet dnar ukradu pa tak».

S: »Ja, ja. Dobro...Hm. Če prav razumem, pol si se doma krizirou?«

N: »Ja, doma. To, da bi šel v Reto, to ni verjante. Tko, da to je bila neka najbolj ugodna varjanta. Pa Lautari, tam bi mogu hodt na ne vem kolk sestankov v Koper, pa ne vem kaj».

S: »Dobro, zdej torej abstiniraš eno leto. Kaj ti je v oporo pri abstinenci? To, da čutiš, da nisi na oni meji... pač pa da te krepi.«

N: »Jaz gledam na to čist tko enostavno. Vse je odvisno od mene..., ne? Zato niti ne iščem opore al pa neke, nekega zagotovila. Noben drug ko jaz, pač enostavno... Ne smem, niti ne razmišljam o temu. Trenutno si niti ne želim».

S: »Kaj pa počneš za to, da sam narediš, da si sam zagotoviš, spremeniš?«

N: »Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničit: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen».

S: »Kaj pa recimo tukaj, sedaj si tu dober mesec.... V tem času, a čutiš, da ti program lahko kaj pomaga, te lahko podpira, ali te...«

N: »Ja, čutim, ampak recimo glede nekih duhovnih sprememb, jaz sm glede tega trmast, to je v meni. Imam svojo teorijo glede tega in težko odstopam od tega, ne. Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, da mam kje bit, ne. To je prva zadeva. Da se lahko postavim na noge, plus tega je program tak, da lahko igram bobne. Je pač tako narjen, da da možnost da odkrivaš neke svoje talente, da jih razviješ al pa da jih spoznaš. In to je dobro, zelo dobro. Ne?«

S: »Bi lahko v tem času, ko si tukaj... al si opazu kakšne slabosti, kaj kar te moti tu...?«

N: »Mmmm.... Niti ne... No, ne, da me je čist na začetk motl, da so tko ljudje hodil, no, ampak če so se šli menit za prostovoljstvo, dobr... ampak ne vem no... (tišina). Ne, drugega me nič ne moti.«

S: »Kaj pa glede stigme? Dostikrat se govori, da imajo uživalci drog, in tudi bivše probleme pri iskanju službe, saj se okoli govori: Ta je bil tak, pa tak».

N: »Jaz se sploh s tem ne obremenjujem. Meni je čisto vseeno. Zdej, če me bodo vrgli ven zarad tega me pač bodo, ampak slej ko prej najdeš službo, ne? Še tako kot ti odgovarja».

S: »Kje pa na tej poti čutiš ovire, vsaj zate, kje misliš da so?«

N: »Ja, to je... Edina ovira sem jaz sam! Drugih ovir al po ne vem kaj...«.

S: »Ne vem, recimo tvoja čustva, misli, torej kako razmišljaš, a tako si mislu, da si si ovira ti sam?«

N: »Način razmišljanja, ja, ampak bolj čustveno stanje. Ne, ker mi niha hitro... Mogoče se to ne vidi na zunaj, ampak če je neka situacija neugodna za mene, ne, ni problema, hm. Na splošno pa nimam med nekim vznesenim stanjem pa potem ostanem brez volje, ne. Ampak mam na žalost tega brez volje več kot pa tistega drugega«.

S: »Aja? A maš več? A res? Pri tebi je to zanimiv k se to ne opaz. Zelo tako deluješ – konstantno?«

N: »Sej, ja. Nism tak ponavadi, če sm brez neke volje al pa se ne najdem, ne iščem neke pomoči, ne smilim se sam sebi, sprejemam ta del mene in to je to. Če pa vem, da je vse odvisno od mene, ne?«

S: »Recimo, a se o teh stvareh, o katerih se sedajle pogovarjava, a se potem z Bojano pomeniš te stvari? O tem kako se počutiš ipd.?«

N: »Ne, Bojana je pa drugo. Bojana je pa Bojana. Z njo se pogovorim vse. Pa tudi ji povem, ona pa tako ali tako kuj opazi, pred njo ne morem skrivat. Ne, sej mam tud druge s katerimi se lahko pogovarjam«.

S: »No, fino«.

N: »Pa sej ni, da bi jaz neki v sebi tiščou pa zadrževau, ampak najraje to pač sam pa brez nekih ne vem kaj, da ostale krivim pa se znašat nad drugimi ljudmi..., ne?«

Del razgovora (intervjuja) je na željo uporabnika, izpuščen!

N: »Ampak jaz sem odprt človek, jaz povem kaj me muči...«.

S: »Kaj meniš o tem, da bi še kdaj pokadil kakšen joint? Ali pa se ga za vikend napi'u, kako maš s temi stvarmi rešeno, če maš?«

N: »Ja..ne vem..ne.. Kar se trave tiče imam eno izkušnjo, tako... čudno. Sem enkrat kadil preden sem šu u komuno, s punco sva kadila, pa sem reku, da ne bom, ker se spomnim, da sem imel zmerej bad sceno na temu. Ampak sm vseen, pa je bilo spet isto ne... dobim paranojo. To misl'm da ne bom več počeu, ne... Kar se pa alkohola tiče, pa kakšno pivo, ne vem, si še nism čist na jasnem s temu. Misl'm... ne vidim problema, če spijem kak pir, ne?!

S: »Kako boš pa z bendam? Kaj je zdaj s temi fanti k ste skupej igral?«

N: »En ga še bluzi, dva sta se kul, en je u komuni... en je doštudirou, se je doma očistu, tko...«

S: »Sem vprašala, ker saj veš glasbeniki, se mi zdi da večina kaj konzumira. Kako boš pa v taki situaciji?«

N: »Mmmm... Ja, o tem pa sploh še nism razmišl'ou, ne. Morm razmislit, ne vem (se za kratek čas zamisli).«

S: »Ja pametno bi blo, da si pripravljen na take situacije, ane?«

N: »Ja, res.«

S: »Nace, kot sm čez pogovor opazila oziroma razumela imaš torej največ stika z Bojano, pa še z nekaterimi, ki jim zaupaš svoje težave, pa dobro... s fanti, ker ste pač skupaj tu. S kom imaš še stike? Pa domači?«

N: »No, to sm povedou glede Bojane pa prijatlov, mam jih, tko da jim lahk rečem prjatli.... Doma...sej grem včasih domou pa slišimo se tud, zdej greva tud s sestro in njenim možem na morje, ampak doma... kaj vem... fotr skoz neki...nič ni dobro zanga, vse mora bit tako kot on reče. To mi nikol ni blo všeč.«

S: »Kaj pa potem počneš za vikend, dobro, čez teden približno vem kaj dogaja, da igraš bobne in si za njimi skoraj celo popoldne, pa da rad bereš... Kaj še rad počneš?«

N: »Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo... Ja, najraj sm pa za bobni, to mi življenje daje.«

S: »Pa za računalnikom in TV, al velik posedaš tam al...?«

N (na mah): »Ne, to je glupost. Znam uštimat kr neki u vezi z računalniki, ampak, da bi pa čas zgublou, to ne... ne... Včasih kej pogledam če me zanima, to...«

S: »Pa misliš, da si znaš organizirat čas?«

N: »Kokr kdaj, mogoče bi blo smislno, čeprou ne vem točno zakaj. Sej ko maš službo, kaj ti pa pol ostane od časa?«

S: »Cilji, Nace... Včeraj si rekel dokončat faks, ustvarit družino... Bi še kaj dodal?

N: »Ne. Dost je zaenkrat. Bom vidu sprot kaj se dogaja...«

S: »Go with a flow, ane?«

N: »Nekaj takega, ja.«

S: »Kako bi pa sam sebe opisou kot osebo? Kakšen misl's da si?«

N: »A po karakterju...?«

S: »Ja, kaj ti sam misliš o sebi?«

N: »Kaj nej mislim? Včasih mi je vse ravno, ne vem... Preveč mam teh nihanj razpoloženj, ne. Misl'm da sm mirn človek, se ne razburim hitro, skoraj nikol... Pa hitro nasedem kšnemu človeku, tko kot zadnjič, pol me pa izkoriščajo... zmerej nasedem. To se mi zdi...«

S: »Hvala ti in veliko uspehov še naprej, Nace!«

N: »Ni za kej.«

INTERVJU Z MARTINOM

Martin je bil zelo redkobeseden, zato je bil intervju krajši kot sem pričakovala, vseeno pa sem dobila potrebne podatke za raziskavo.

Drugače je Martin v Domu V.D. od samega začetka, prišel pa je iz zapora. K nam ga je napotila svetovalna delavka v zaporu, ki ga je prvi dan tudi pripeljala.

S: »Kot sem vam včeraj omenila na skupini delam raziskavo kateri so tisti dejavniki, ki človeku pomagajo, da ne pade nazaj v zasvojenost. Govorila bova o določenih temah, ki jih imam pred sabo. Bo zate to u redu?«

M: »Ja.«

S: »Pa če kr začneva... Na kratko, se prav, najprej so te zaprli, ko so bil notri pa si se odločil za abstinenco? Ali je bilo to prvič, ali si se že kdaj prej odločil za abstinenco?«

M: »Ne, to je bilo prvič, sem se pa v zaporu odloču, ja.«

S: »Kako pa to, da si se odloču? A je bilo nujno abstinerat glede na to, da si bil v zaporu?«

M: »Ne, ni bilo nujen, verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou.«

S: »Ja, ja. Kako je to potekal? Ti si pršu notr, pol so ti predlagal al kako, da greš u Vojnik? Pol si še krizirou verjetn?«

M: »Ja, mel sem krizo, sem dobivou tablete, drugač pa... Ko sem pršu v Vojnik sm pa, smo mel take terapije pa učne ure, telovadbo pa take stvari, da si pozabu...«.

S: »Kolk časa je to trajal?«

M: »Tri mesce«.

S: »Kolk časa si pa teblete jemou?«

M: »Eno leta pa dva mesca.«

S: »Aja. Po tem obdobju si šeu pa pol v Vojnik?«

M: »Ja«.

S: »Aja, kr neki časa. Kaj pa pol ko si nazaj pršu? Se prav tri mesece si bil pol kr tm, v Vojniku a kako?«

M: »Ja. Pol sm bil še do konca v zaporu, še dobrih šest mescou. Nism nobenih tablet več jedu pa nč. Meu sm še tu pa tam krizo sam ni bla več tako velka kt je na začetku bla«.

S: »Kdo pa ti je bil v največjo oporo ta čas?«

M: »Ja v največjo oporo mi je bil moj polbrat. On mi je hodu na obiske pa prnesu mi je stvari, denar, če sm rabu«.

S: »Kaj pa tam v zaporu, a to ste imel ločen oddelk, mislim, ali so vas potem tiste, ki ste vzpostavil abstinenco kaj ločil?«

M: »Ne. To je vse skupi«.

S: »Kaj pa te svetovalke v zaporu, a so ti bile v kakšno pomoč?«

M: »Ja.... Z njima sm tud meu kr razgovore notr, ena me je skoz spremljala, hodla k men na obisk, v veliko pomoč mi je bla ko sem bil na zdravljenju, pa tk... velk mi je pomagala«.

S: »Se prav ona, pa polbrat in to je to.«

M: »Ja«.

S: »Kaj pa tvoja mama, oziroma rejnica?«

M: »Je pršla, mislm, da ene dvakrat je pršla na obisk, sam ne vem, ni... ni kej prevč rada hodla na obisk«.

S: »Ali so vam v zaporu kakšno pomoč nudil, če ste pač že vzpostavil abstinenco, saj to vendarle ni tako zanemarljivo?«

M: »Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zde se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga«.

S: »To ti je blo torej v oporo, a si še kje drugje najdu oporo, ne vem, v delu...?«

M: »V zaporu sm delu, pa popoldne sm čistu oddelek, pa kak pink ponk smo odigral, drugega pa tam ni blo kej preveč«.

S: »In potem si se odloču, da prideš sem. Kako pa to, da si se odloču, da prideš sem?«

M: »Jaz prvo sploh nism vedi za tatole ustanovo. Men so v Vojniku predlagal, ne vem, gospa dr. Bobnova, pol je šlo v zaporu k toteli socialni delavki in je ona pol men posredvala in me tud sm prpelala. In ne vem, sm se odloču pač, dopadl se mi je, sm reku v svojem kraju tud ne morem živet. In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge«.

S: »Pa čutiš, da ti program pomaga?«

M: »Ja«.

S: »Maš ta občutek? Kje pa?«

M: »Mal bolj dozorel se že počutim«.

S: »Pa... te kaj moti tu?«

M: »Jz sm srečen tuki, mi pomagate, nč me ne mot, res ne.«

S: »Kaj pa stigma, čutiš, da te ljudje postrani gledajo zaradi tega, kar si bil?«

M: »Niti ne, sam v domačem kraju«.

S: »Kje pa se čutiš ranljivega? V smislu, kje misliš da so te točke, ki bi te lahko potegnile nazaj v zasvojenost oziroma v ponovno uživanje?«

M: »Verjetno pri kaki hudi jezi. Tam bi se znalo zgoditi, da bi me potegnli nazaj«.

S: »Kdaj se ti pa zgodi to, kdaj recimo čutiš to jezo?«

M: »Na primer, ko mi je majster na šihu reku, da to ni v redu, da me je skoz komandiru, takrat me pol tista jeza in sm tako nakačen da bi najraj kr neki vzel«.

S: »Potem morš pa to pazit, ne. To so občutki, ki pridejo in so del našega življenja...«

M: »Pa tud pri kašnem stresu, pri kaki grozni, kak bi reku...situaciji, ko se skregam al pa ne vem, da je neki pretresljivga, neki straš'nga, takrat, takrat, takrat je tud nevarno, da se zlomim«.

S: »To si je dobr zapomnit. Da se zavedaš trenutka, ko pride jeza in si rečeš: "to je to". Pri tem je pomembno, da imaš nekoga ob sebi. A imaš koga?«

M: »Polbrata pa enga iz kluba ko smo bli skup, njemu kr zaupam, pa on tud men pove kej...«.

S: »Imaš tudi tu možnost spoznavat druge ljudi?«

M: »Ja. Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na veselicah, zdej pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem.«

S: »A s kolesom hodš okol? To imaš kot hobi al...?«

M: »Ja, to mi je super, it na kolo pa tja pa sm. Tud hribi so dobri sam sam ne grem, ne vem, drugi pa za vikend nočjo it. Jz bi šou kuj.«

S: »Bomo poskušal še kakšnega prostovoljca več dobit pa bi šou mogoče lahk z njim večkrat v hribe...«

M: »To bi blo dobr.«

S: »Kako pa je z računalnikom? Si veliko pred njim?«

M: »Niti ne, ker znam samo mail pogledat pa kej malga napisat. Zdej me en prostovolj uči saj te usnove.«

S: »Martin, kaj si ti misliš sam o sebi? Kakšna oseba si...Kako vidiš sebe?«

M: »Ah, kaj pa vem... (pauza).«

S: »Ne vem, vidš sam sebe močn'ga, si iskren... Zvest? Delaven...take stvari, to k' se dost pogovarjamo na duhovn'mu trenutku«.

M: »Ne vem (dolga pauza). Hitro se razjezim. Ne maram, da so grdi do mene, tega ne prenesm. Ene mam r'd, ene ne prenesem. Se mi zdi, da sem priden drgač, da rad delam. Pa ne prenesem, da mi ukazujejo, sej se lahk pove bol na prjazn način, ni tak? Mogoče sm še preveč nezaupliv do drugih, pa premal odprt. Bo dovolj? Sej je to...«

S: »Seveda, to je čisto u redu. Hvala... Kako pa čutiš glede alkohola in glede drugih substanc, trave, npr.? Misliš, da si dovolj močan, da se odrečeš vsemu ali... kako?«

M: »Večji problem mam z alkoholom. Ko sm jemou drogo sm skoz tud pil. Upam, da ne bom več.«

S: »Ja, to bi blo pa dobro pazit, le potrpežljiv boš moral biti. Kaj pa cilji? Kakšne cilje imaš?«

M: »Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje.«

S: »Dobro, Martin. Hvala ti za razgovor, če bom pa še kaj imela za vprašat, te bom pa vprašala, a v redu?«

M: »Prov.«

INTERVJU S KATJO

Katja je bila vključena v reintegracijske procese v stanovanjski skupini v Kranju. Ko smo opazili, da že nekaj časa popiva, je bilo že prepozno, saj so stanovalci drug drugega ščitili in je bilo marskija nerazvidno. Katja je morala zapustiti center tudi zaradi drugih stvari (nasilno obnašanje), vendar sem z njo ohranila stike. Za tale pogovor se ji najlepše zahvaljujem.

S: »Katja, pozdravljena. Kot sem ti povedala že po telefonu, delam raziskavo glede dejavnikov, ki pripomorejo k abstinenci oziroma bolj kvalitetnejšemu načinu življenja. Ti si bila v programu reintegracije, vendar ti ni uspelo, ponovno si zdrsnila nazaj v aktivno uživanje. Čemu misliš, da se je to zgodilo? Bi prepoznala dejavnike, ki so te vodili do zdrsa?«

K: »Mislm, da ja. Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču...«

Prekinem, saj težko verjamem kar slišim: »Kako si rekla? Da je ta svet hudoben, tam kjer si bila pa je dobro in boš le tako lahko vzdržala?«

K: »Ja, ja. Tako. To so nm vsm govorl, zmedl me je. Nism vedla a delam prov k sm pršla v reintegracijo, sej tega tud niso priznaval...«

S: »Pa recimo še poleg tega, kaj bi še rekla, da je bil razlog, da padeš nazaj. Upam, da ne misliš, da drezam vate, ampak me res zanima, saj le poznavanje teh dejavnikov lahko vodi k preprečitvi le teh kasneje in pri drugih osebah, ki se bodo mogoče znašle v programu?«

K: »Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanč. Že od mjhnega se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou«.

S: »Kako pa to, da si se na prvem mestu odločila za abstinenco?«

K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal. Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo, hotla sm bit taka kt drugi – po moje to. Ja... Hotla sm bit k drugi. Zato sm tud k sm se drogirala zmer to skrivala pred vsem pa še dolg časa mi je ratval. K mi ni več in so me razkrinkal, me je blo res sram. Sm hotla umret takrt.... (se zamisli za kar precej časa).«

S: »A to pomen, da si samomor delala? Če nočeš od tega govorit, ni treba, ker zna bit težko. Me pa zanima...«

K: »Mah, sej mi je tko usen. Žile sm si šla rezat, overdose sm pa tud parkrat nalaš delala, ni mi blo sploh več. Sej mi zdej tud ni, ampak upam na najboljš, ne morm se sprjaznt, da bom na cest ceu life«.

S: »Si šla v komuno navlečena, al...?«

K: »Seveda, v Reto greš lahk navlečen, tm ti pol pomagajo, da greš čez to, da prebrodš najhuj...«

S: »Katere službe torej sedaj, v tem času obiskuješ, oziroma ali kam hodiš, mogoče po pomoč, mogoče čist tko...?«

K: »Na metadon. To je use. Večino cajta sm na avtobusni, pride kombi od Stigme in nm prpele igle pa to, čeprou si vedno mislm da me vsi gledajo in mi je nerodn... kakšn kofe pijem. Dol pa ne hodm. Je preveč čudn, najprej sm blat m u reintegracij, zdej nej bi pa dol hodla, a kaj? Pa še en kup folka srečaš, k bi ti skoz pamet solil...«

S: »Misliš Labirint?«

K: »Ja, use je u ist bajt. To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...Ne vem, če je to pametn tko, ampak zdej ste se preselil, a ne?«

S: »Ja, zdej smo v Pristavi pri Tržiču, menim, da je boljša lokacija za reintegracijo, če drugega ne, je vsaj odmaknjena od scene, aj je te že tako ali tako povsod dovolj. Katja, kaj misliš, da te je poleg lokacije še oviralo v samem programu?«

K: »Nč, samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...«

S: »Koliko časa si zdaj spet na sceni? Kje živiš? Imaš kakšne cilje?«

K: »Naveličana sem te scene, res, ampak mam občutek, da ne morm več. Zdej bo pol leta odkar ga spet bluzim, neki še delam pa skrivam pred vsem kr se da, da nam službe zgubla. Nimam pojma kako se bo to končal, po izkušnjah k jih mam verjetn ne dobr. Sam jz res nč ne morm.«

S: »Kaj pa starši? So ti stal ob stran, ko si se odvajala, kako je z njimi sedaj. Kakšne odnos imate?«

K: »Mah, so mi, ne čeprou bol sestra, mat je skoz govorila, da iz mene ne bo nč. Mogoče res ne, ampak upam ša še lahk, ane? Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala, zdej ne, prav, da je tud ona zdej obupala... Sej kdo pa ne'b po tolk'h poskusih? Najbolj je, da se nč ne vidmo. Pa tud slišmo ne, cel kup obsojanja, too much.«

S: »Katja, misliš, da občutiš stigmo s strani staršev?«

K: »Seveda, povsod mam že ta pečat, kamorkol se obrnem.«

S: »Kje še misliš, da je tako, da dobivaš podobne odzive?«

K: »Mam občutek, da me vsi postran gledajo... Težko mi je za službo blo vprašat, pa v glasbeno šolo, vse, skoz me spremla to, še sama ne vem kaj... (se zamisli). Sej se spomnš kašm žur je bil v pekarni. Skoz sm mislna, da morm vse povedat, če ne bodo pa zvedl...«

S: »Kako pa sebe vidiš, Katja?«

K: »Nesamozavestna totalno. Nimam se rada nič, če bi se se ne bi to zgodil. Sej je bilo že boljš pa, sej veš, kaj nej... vsega me je strah, sita sm usega, strah me je... Bojim se, da ne znam drugač živet... (pogleda stran in zavzdihne).«

Kratek odmor.

S: »Ko si abstinirala, Katja, kaj ti je bilo v največjo pomoč in oporo?«

K: »To, da sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat. Drgač pa pogovori, sam sm se dostkrat ful samo počutla, nekak osamljeno. Ne vem zakva, so bli trenutki...«

S: »Ali nisi tud klavirja igrala, saj sva še skupej hodile sprašvat, če kej rabijo za inštrukcije dajat?«

K: »Ja, sm (se zamisli), sej ga še zdej igram, pa tud inštruiram, sam name se res ne morš zanest...«

S: »Če prav slišim, nosiš v sebi cel kup krivde. Kako to, Katja? Sej si čist u redu punca, ti bo pa drugič uspel.... Jz sm se lahk nate zanesla za tist kar sva se zmenile si zmeri naredila, a ni tako?«

K: »Mah, k bi blo saj tko simpl...«

S: »Okay, Katja.... Če se vrneva nazaj in strneva vse ovire, ki so ti bile na poti: besede iz komune se mi zdijo velika ovira, mislm to, da je svet hudičovo seme in to pa vse naokoli besede, da ti ne bo uspel... Se mi zdi, da je to zelo velika ovira, nič vzpodbudnih besed! Pa potem mogoče lokacija v Kranju, torej zgradba, kjer istočasno potekajo trije različni programi. Pa seveda tvoja slaba samozavest in slaba samopodoba, itd. Kaj pa prednosti? Recimo, kje vidš prednosti programa, to kar misliš, da ti je koristilo?

K: »Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje. Pa to, da je razumela kaj preživljam. Pa se mi zdi, da sm preveč padla pod vpliv unih dveh fantov, te dva sta me skoz neki maltretirala pa nism upala povedat.«

S: »Torej bi zaključle, da nisi našla dovolj moči, da bi se borila, če lahk rečem, sama s sabo in z drugimi, na nek način?«

K: »Ja, neki tazga. Moči nism mela nikol dovolj.... To mislm, mi je najteži, da ne zmorem tud če hočm!«

S: »Si želiš nazaj v komuno al pa če bi se vključla v kakšn drug program?«

K: »Ma niti ne, se bojim da bom službo zgubla pa o tem sploh ne razmišlam.... Nočm, mal se izogibam vsega tega razmišlana, vsega je blo že preveč....«

S: »Ko si bila v reintegraciji, s kom si ohranjala oziroma vzpostavljala stike?«

K: »Največ s sestro, s straši bolj mal. Drugač sm se pa največ s fanti s skupine družla, pa tud z unimi z zavetiša sm bla dost, sploh z enmu. Pa en fant me je ene dvakrat pršu obiskat, moj bivši, sam tko... ni blo to to...«

S: »Pa ti ni bilo jasno, da bi bilo mogoče boljš, če bi nekatere osebe imela bolj ob strani, v smislu, da ne bi preživela tolk časa z njimi?«

K: »Sej pravm, da to ni blo to, bala sm se bit sama, sm se včas rajš podrejala, delala to kar so drugi hotl...«

S: »Nič, kaj naj rečem? Hvala ti za tale pogovor, če me boš kaj potrebovala pa veš kje me najdeš. Pa mogoče razmisli o tem kaj si želiš... Jaz ti želim vse naj, naj, ne glede na vse.«

K: »Hvala. Zdej pa grem, če me boš kej rabla še glede tega al pa tko, me pa poklič.«

S: »Hvala Katja. Lep pozdrav.«

INTERVJU S SONJO

Sonja abstiniira osmo leto, zaključila je komuno in si ustvarila življenje kot si ga je želela. V programu reintegracije ni bila. Bila je prav prijetna sogovornica.

Si: »Živjo, hvala, da si privolila v pogovor, čeprav je že kar nekaj časa, ko nisi več vključena v noben program. To mi veliko pomeni, saj bom tako lahko dobila malo širši vidik problematike, še posebej pri dejavnikih, ki so ključni za abstinenco ali recidiv.«

So: »Ja... Upam, da ti bo kaj pomagalo.«

Si: »Bi torej lahko kar začeli?«

So: »Seveda, več ali manj si mi že razložila glede narave diplomske in mislim, da s tem ne bom imela problemov.«

Si: »Sonja, kako bi opisala sebe? Kako si se spremenila, kako razmišljaš sedaj?«

So: »Jaz sem se spremenila v komuni, meni je dala vse. Seveda ker sem želela tudi sama. Najbolj so mi padle v oči vrednote, ki so bile tam napisane. Sm mislna, da kaj vem, pa sem čez dobro leto in pol ugotovila, da nič ne vem. Dokler niso postale del mene, šele takrat sem jih razumela, ker sem jih lahko živela. Prej so bile le besede. Se je bilo težko ampak se je splačalo. Donesem taka kot sem, ni me strah živeti, najboljša stvar pa je, ker mi ni več treba bežati. Naučila sem se sprejemati karkoli že pride mimo: lepo, težko, kaj ne rečem? In to je to. Don Pierino pravi, da vse kar človek potrebuje, lahko stisne v eno dlan. Več pa res ne rabim.«

Si: »To si pa lepo rekla. Vidim, da si zadovoljna s svojim življenjem...«

So: »Ne vedno, bi pretiravala, če bi to rekla. Se ni lahko to življenje, ampak gre, kaj ne rečem? Se mam tudi slabe strani sebe, ne vem... včas kr znorim za brez zveze, sploh odkar mam famijo, čutim, da nimam časa zase, to me ful moti. Pa kaj vem, to se mi pozna no... Se drugač je pa vse okay.... Ja, pa najpomembnejš, bi kmalu spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostokrat sporečeva...jz da mi premalo pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zde je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drugač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tudi pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo.«

Si: »Kaj pa ostale substance? Alkohol, trava, ne vem, take stvari... Kako je s tem pri tebi?«

So: »Ko sm pršla s komune nism nič pila alkohola, nism, sem najprej mela malo za narest. K sm maturo nardila sem nazdravila z viskijem. Pol pa spet nič. Pol sm pa enga tipa spoznala, glasbenik je bil, ta ga je pa kr dost pil, pa sm takrat dost vn hodila pa to, ampak sm mela mejo, on ne. Ne morš met tazga partnerja, saj jz ne, zato sva šla narazn. Ko sm zanosila, od takrat ne spijem nič, tudi tistga kozarca vina ne. Mi ne paše. Trava pa sploh ne. Je ne rabim. Se je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okay.«

Si: »Dobro, super.«

pa če se vrneva na začetek... Kdaj si se odločila za abstinenco? Koliko časa je že preteklo od te odločitve?«

So: »Sedaj teče osmo leto, šest jih bo za božič, odkar sem zunaj.«

Si: »Kakšne je bil povod, da si začela abstinerati?«

So: »Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekeje, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okoli mene. Mogla sm neki narest. Mislna sm, da bom umrla drugač.«

Si: »Torej si šla v komuno ali kaj?«

So: »Ja, pa ne takoj, bla sm na metadonu, čeprou nism šla tja, kr sm mislna, da mi bo pomagou, bolj zato da nimam krize, čeprou je bla ta pol še več. DTO je blo tko tko, kr nekaj bi mogla čakati in še čakati, zato sm se odločila za psihiatrično v Begnjah. En mesec pol pa komuna.«

Si: »Kako je bilo v Begunjah?«

So: »Verjetn nič lažje kot bi bilo kje drugje. Težko, kaj ne rečem?«

Si: »Si se prvič krizirala ta čas?«

So: »Ne. Po moje sm desetkrat že probala pa še ratval mi je, enkrat sm bla "klin" pol leta, enkrat en let, pa spet dve in pol, sam mi res ni nikol ratal. U glav nism nikol spucala. Vedno me je neki zmotl.«

Si: »Kaj pa bi to lahko blo?«

So: »Nism se hotla prilagajati, se mi zdi. Vedno so nekeje pričakoval od mene. Jz sm pa hotla neki družga, čeprou na dolgi rok verjetn ne bi delval, al pa, kaj vem. Pritisk je bil prevelik, ne vem. Pa še druge stvari, če nimaš razpucan u glav, je vse zaman.«

Si: »Kolk časa si pa bla pol v komun?«

So: »Ves program, tri leta.«

Si: »In kaj je bilo potem po komuni drugače?«

So: »V komuni sm mogla razpucat sama s sabo, kaj hočem, in vse to. Najprej sm imela soočenje s starimi prijatelji, to sm mogla razpucat: a imamo še kej skupnega. Pa sm vidla, da ne, sej je mene čist neki družga zanimalo kt njih. Pol sm se v šolo vpisala pa začela delat prek študenta, pa tako. Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomen!«

Si: »Pa druga opora ali pomoč, ki se ti je zdela pomembna ta čas? Kaj ti je poleg tega še veliko pomenilo?«

So: »Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komini k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj. Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal. Največ pa moja volja, da sm vztrajala, sej so bli tud težki trenutki, se mi zdi, da tem noben ne uide. Sploh, kar se čustev tiče. Te ti skoz neki nagajajo, preveč smo občutljivi in te lahk hitr kej s tira vrže.... To, v glavnem. Pa tud v šol oziroma na ljudski univerzi so bli ful prjazni, nobene stigme, nič. Tud na delu ne, jz sm kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznal. Se mi je zdelo nesmiselno skrivat te stvari, če so jih pa vedl....«

Si: »Programa reintegracije, da bi se vanj vključila takrat ni bilo?«

So: »Ne. O reintegraciji se je vedelo zelo malo ali skoraj nič. Pa tud ni se mi zdel potreben, vsaj jz sm zase tako čutila. Verjetn bi blo drugač, če ne bi mela nikamor it al pa bi bla edina opcija starši. Drugač pa ne vem, nism bla pa ne vem kako je sedaj s tem«

Si: »Oporo si torej imela, kaj pa kritične točke, katere so bile?«

So: »Kot sem rekla, najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva. Pa če me je kdo prizadeu. To je blo najteži. Samo sm mogla zdržat, velik sm pisala in to mi je pomagal. Misl, pisala o svojih čustvih, na papir sm se izražala. To mi je res pomagal«

Si: »Kaj si še rada počela v prostem času?«

So: »Brala in meditirala, pisala... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...«

Si: »Kako to misliš, odvijalo?«

So: »Kakor sem se dogovorila, kakor je bilo tudi moje počutje. Zakaj?«

Si: »Kar tako, ker me zanima kako lahko nekateri delajo stvari kot se odvijajo, ker nekateri vedno nekaj načrtujemo, pa smo včasih razočarani, ker ne more biti vedno vse po naših načrtih.«

So: »Saj zato, tud to se naučiš, da potem nisi preveč razočaran, ker to preveč boli.«

Si: »Pa za računalnikom, si veliko?«

So: »Nimam časa za to, otrok, delo, študij...«

Si: »Misliš, da se je v teh devetih letih kaj spremenil? Uživalci se vse manj odločajo za komuno, pa tudi če se, vzdržijo v njej krajši čas, pogostejša pa so tudi recidiva. Čemu misliš, da je tako?«

So: »Ne vem, mogoče niso pripravljen več kaj spremenit pa tudi situacija se mi zdi vse težja. Včasih džankiju al pa enmu k je pršou s komune ni blo težko službe dobit, dons jo je pa še za navadnga človeka težko, mislm za enga k se nikol ni drogirou. Pa tud več izbire majo, včasih si zbiral med komuno al pa cesto, Stigma je bla kasnej, pa vsi ti programi. Preveč jih je, včasih človk sloh ne ve več kam nej se obrne. Mogoče so to razlogi, verjetn jih je še več. Ne vem...«

Si: »Pa tvoji cilji za naprej?«

So: »Družina, služba, si vzet čas zase... Zdej je vse drugač. Moji cilji so zdej čist drugačni, lahko rečem, da ohranjam svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih rečeh...«

Si: »Lepo. To se mi zdi... kaj naj rečem...? Lepo, pač. Hvala Sonja, res iz srca hvala. Še naprej veliko uspehov in seveda zadovoljstva.«

So: »Hvala tebi in veliko sreče ter uspeha pri delu.«

10.2. FAZE OBDELAVE GRADIVA

1. Odločitev za abstinenco

1. korak: urejanje gradiva

Vse intervjuje sem zapisala in jih združila v en dokument, tako, da sem imela na različne teme odgovore vseh vprašanih. Vsak odgovor sem označila z inicialko imena intervjujanega.

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...«.

Ž: »...namen tega je bil k sm vidu, da tako ne gre več. Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec. Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu za drug de'u pa tud nism bil sposobn. Na nek način sm bil prisiljen v to. Tko da to je bil eden od razlogov pa tud zato ker sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman. Pa sm se odloču da neham s tem, ne...«.

Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...

N: »Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor. Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja. In to je to, ne? Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«.

»Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine (pauza) takega neodgovornega življenja.

M: »...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou.«

K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal. Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo, hotla sm bit taka kt drugi – po moje to. Ja... Hotla sm bit k drugi. Zato sm tud k sm se drogirala, zmer to skrivala pred vsem pa še dolg časa mi je ratval. K mi ni več in so me razkrinkal, me je blo res sram. Sm hotla umret takrt...«.

S: »Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene. Mogla sm neki narest. Mislna sm, da bom umrla drugač«.

2. korak: določitev enot kodiranja

Znotraj vsakega odgovora posameznika sem poiskala besedo, besedno zvezo ali stavek, ki je bil bistven in ga podčrtala. Podčrtani deli besedila so postali enote kodiranja.

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je <u>mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat</u>. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...«.
Ž: »...namen tega je bil k sm vidu, da tako ne gre več. Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec. Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu za drug de'u pa tud nism bil sposobn. Na nek način sm bil prisiljen v to. Tko da to je bil eden od razlogov pa tud zato ker sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman. Pa sm se odloču da neham s tem, ne...«. Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...
N: »Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor. Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja. In to je to, ne? Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«. »Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine (pauza) takega neodgovornega življenja.
M: »...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou.«
K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal. Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo, hotla sm bit taka kt drugi – po moje to. Ja... Hotla sm bit k drugi. Zato sm tud k sm se drogirala, zmer to skrivala pred vsem pa še dolg časa mi je ratal. K mi ni več in so me razkrinkal, me je blo res sram. Sm hotla umret takrt..... (se zamisli za kar precej časa)«.
S: »Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene. Mogla sm neki narest. Mislina sm, da bom umrla drugač«.

3. korak: odprto kodiranje

Oblikovala sem tabelo z dvema stolpcema. V levi stolpec sem vnesla besedilo intervjujev, desnega pa sem pustila praznega, da sem vanj lahko vpisovala kode in pojme.

- Pripisovanje pojmov empiričnim opisom

Podčrtanim delom besedila sem pripisala pojme. Včasih sem uporabila neposredna poimenovanja, včasih asociacije, sinonime. Pojme sem vpisovala v desni stolpec.

L: »Doze metadona so kar rasle, imel sem že 8 mililitrov, to me je zmotil visoka doza metadona pa to, da je <u>mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivat</u>. Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka, čist sm	SKRIVANJE PRED STARŠI
---	------------------------------

<u>»nazadovau... v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...«.</u>	ODSOTNOST UŽITKA NEZADOVOLJIV NAČIN ŽIVLJENJA UVID (vidu, da ne pelje to nikamor, prebuditel želje po življenju)
Ž: »...namen tega je bil k sm vidu, da tako ne gre več. Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec. Nisem bil nek kriminalc, nism tega mogu za drug de'u pa tud nism bil sposobn. Na nek način sm bil prisiljen v to. Tko da to je bil eden od razlogov pa tud zato ker sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman. Pa sm se odloču da neham s tem, ne...«. Ko sem v zadnjo padu po treh letih komune, sm vedu da to ni to. Nism si več želu tazga živlena. Vedu sm, da moram spet nekam, ampak pač, res ne vem. Eni pravjo, da se lahk očistjo sami doma, pa ne grejo v nobeno komuno pa neki, ampak jz ne bi mogu uspet da ne bi nekam šou, ne. Če ne gre človek nekam, da se odmakne, da res ma čas sam za sebe če želi, da se noče neki spreminjat, pol se itak ne bo, ne. To je moje osebno mnenje. Slej ko prej bodo stvari šle v napačno smer...	UVID (vedu, da to ni življenje, da tako ne gre več) PRITISK STARŠEV UVID
N: »Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor. Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja. In to je to, ne? Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«. »Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine (pauza) takega neodgovornega življenja.	UVID (tako življenje ne vodi nikamor,) ŽELJA PO SPREMEMBI UPANJA IN ŽELJE, PRIČAKOVANJA ŽELJA BOLJE IZKORISTITI ČAS NAVELIČANOST SCENE TE MINE (takšno neodgovorno življenje)
M: »...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou.«	NAVELIČANOST ODSOTNOST POVZROČATI TEŽAVE
K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal. Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo, hotla sm bit taka kt drugi – po moje to. Ja... Hotla sm bit k drugi. Zato sm tud k sm se drogirala, zmer to skrivala pred vsem pa še dolg časa mi je ratval. K mi ni več in so me razkrinkal, me je blo res sram. Sm hotla umret takrt.... (se zamisli za kar precej časa)«.	NAVELIČANOST BEŽATI
S: »Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je	NAVELIČANOST

<u>blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je</u> <u>uhajalo z rok, nisim več hotla tko žvet. Naveličala sm</u> <u>se scene, vsega okol mene. Mogla sm neki narest.</u> <u>Mislina sm, da bom umrla drugač«.</u>	ODSOTNOST UŽITKA UHAJANJE ŽIVLJENJA IZ ROK
--	---

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: osebna odločitev (uvid) in ostali dejavniki, okoliščine.

Skrivanje pred starši → ostale okoliščine Odsotnost užitka → ostale okoliščine Nezadovoljiv način življenja → ostale okoliščine Videl, da to ne pelje nikamor → uvid Prebuditev želje po življenju → uvid Pritisk staršev → ostale okoliščine Videl, da tako ne gre več, da to ni življenje → uvid Pritisk staršev → ostale okoliščine Neodgovornost te mine → uvid Večja pričakovanja od sedanjih → ostale okoliščine Želja po boljši izrabi časa → ostale okoliščine Naveličanost scene → ostale okoliščine Naveličanost bežati → uvid Odsotnost povzročanja težav → zunanje okoliščine Uhajanje življenja iz rok → uvid
--

- *Oсно (aksialno) kodiranje*

Kode in kategorije sem smiselno uredila v hierarhično celoto.

Odločitev za abstinenco:

- a) UVID
 - uvid, da to ne pelje nikamor (intervjuji L, Ž, N)
 - prebuditel želje po življenju (intervjuja L, N)
 - uvid, da to ni življenje (intervjuja Ž, N)
 - neodgovornost (želja po odgovornosti) (intervju N)
 - naveličanost bežanja (intervju K)
 - želja po boljši izrabi časa (intervju N)
 - uhajanje življenja iz rok (intervju S)
- b.) OSTALE OKOLIŠČINE
 - skrivanje pred starši (intervju L)
 - pritisk staršev (intervju Ž)
 - odsotnost užitka (intervju L, S)
 - nezadovoljiv način življenja (intervjuji L, N, S)
 - večja pričakovanja od sedanjih (intervju N)
 - odsotnost povzročanja težav (intervju M)
 - naveličanost scene (intervjuji N, M, S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

Vsakemu pojmu sem pripisala vse kode, ki so spadale pod njega in vsaki kodi vse enote kodiranja, ki sem ji jih pripisala.

- c.) UVID
 - *Uvid, da to ne pelje nikamor* (L: »V tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor. V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...« / Ž: »...sm vedu, da to ni to v življenju... sm vidu, da tako ne gre več...« / N: »...ker tako življenje ne vodi nikamor. Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja.«)
 - *Prebuditel želje po življenju* (L: »V men s je prebudila želja po življenju, občutek, globok občutek, ki ga ne morem razložiti...« / N: »Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja.«)
 - *Uvid, da to ni življenje* (Ž: »...sm vedu, da to ni to v življenju, da sm narkoman... Nism si več želu tazga živlena.« / N: »Ker... ker tako življenje ne vodi nikamor... Slej prej te mine takega neodgovornega življenja«.)
 - *Neodgovornost oz. želja po odgovornosti* (N: »Slej prej te mine takega neodgovornega življenja«.)
 - *Naveličanost bežanja* (K: »Sm že tolikrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratat. Preveč vsega se mi zdi, naveličala sm se bežat v drogo...«.)
 - *Želja po boljši izrabi časa* (N: »Še izkoristim ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«.)
 - *Uhajanje življenja iz rok* (S: »Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene. Mogla sm neki narest. Mislina sm, da bom umrla drugač«.)
- d.) OSTALE OKOLIŠČINE
 - *Skrivanje pred starši* (L: »...pa to, da je mama vedela, da se drogiram in pred fotrom sm se mogu skrivati.«)
 - *Pritisk staršev* (Ž: »Pa tud doma so me postavil pred neka dejstva: al bom narkoman celo življenje in bom živel na ulici kot nek klošar, brezdomec.«)

- *Odsotnost užitka* (L: »Heroin me sploh ni več zadevau, zato sem jemal vedno več koke, mešou sm droge LSD, travo, koko, ekstazi. Sploh ni blo več užitka...« / S: »Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje«.)
- *Nazadovoljiv način življenja* (L: »...v tej fazi sem vidu, da to ne pelje nikamor«. / N: »Enostavno maš dovolj vsega«. / S: »Vsega sem imela čez glavo.«)
- *Pričakovanja* (N: »Še vedno imam neka pričakovanja in upanja glede mojega življenja. In to je to, ne? Še izkoristit ta čas, ko ga imam in ustvarim nekaj tehtnega«.)
- *Odsotnost povzročanja težav* (M: »»...verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču, da se bom očistu in na nov zaživeu, da ne bi več sranja delou.«)
- *Naveličanost scene* (N:»Enostavno maš dovolj vsega. Vse se je vleklo tam od otroštva, srednje šole. Slej prej te mine takega neodgovornega življenja.« / M: »Verjetn sem bil sit vsega in sem se odloču...« / S: »Vsega sem imela čez glavo. Užitek ni bil več to, užitek, blo je kar nekej, kukr je bilo na začetku fino, je blo proti koncu vse eno veliko mučenje. Vse mi je uhajalo z rok, nism več hotla tko žvet. Naveličala sm se scene, vsega okol mene«.)

2. Razlogi za recidiv:

1. korak: urejanje gradiva

L: »To je bilo ultimativno pucanje, prvič sm probal v vojski, ki mi je dala red in disciplino, to mam še zdej. Ene trikrat sm se spucu prej ampak bolj zato, da bi lahk jed utripe in eje, tko.«
Ž: »Po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... V bistvu sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, a ne. Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam in pa to da sm bil v tem okolju, ravno kadr sm reku da bom nehu, se je kdo nalimal na vratih pa reku, pejt Žiga greva, sej veš kt uno ne dam te, ne spustim te. Tisti kremplji, ane, k te ne spustijo. In...«
N: »Ja, sem, nekaj časa nazaj, eno leto in pol približno. Bil sem na metadonu pred tem, sem nižal pa potem nehau z metadonom pa eno leto pa pol, nekaj takega, potem pa ni več šlo. Čeprav sm imel stanovanje, avto, službo, punco, vse je blo, dost dnarja, ampak enostavno, ja... mogoče še nisem bil pripravljen. Sm se odloču, mi je pasal žurat naprej itd.«
M: »Ne, to je bilo prvič...«
K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal... Misl'm, da ja. Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču... To so nm vsm govorl, zmedl me je. Nism vedla a delam prov k sm pršla v reintegracijo, sej tega tud niso priznaval... Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanj. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou«.
S: »Po moje sm desetkrat že probala pa še ratval mi je, enkrat sm bla "klin" pol leta, enkrat en let, pa spet dve in pol, sam mi res ni nikol ratal. U glav nism nikol spucala. Vedno me je neki zmotl«.

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »To je bilo ultimativno pucanje, prvič sm probal v vojski, ki mi je dala red in disciplino, to mam še zdej. <u>Ene trikrat sm se spucu prej ampak bolj zato, da bi lahk jed utripe in eje, tko.</u> «
Ž: »Po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... <u>V bistvu sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, a ne.</u> Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam in pa to da sm bil v tem okolju, ravno kadr sm reku da bom nehu, se je kdo nalimal na vratih pa reku, pejt Žiga greva, sej veš kt uno ne dam te, ne spustim te. Tisti kremplji, ane, k te ne spustijo. In...«
N: »Ja, sem, nekaj časa nazaj, eno leto in pol približno. Bil sem na metadonu pred tem, sem nižal pa potem nehou z metadonom pa eno leto pa pol, nekaj takega, potem pa ni več šlo. Čeprav sm imel stanovanje, avto, službo, punco, vse je blo, dost dnarja, ampak enostavno, ja... <u>mogoče še nisem bil pripravljen. Sm se odloču, mi je pasal žurat naprej itd.</u> «
M: »Ne, to je bilo prvič...«
K: »Sm že tolkrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal... Misl'm, da ja. Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostati v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču... To so nm vsm govorl, zmedl me je. Nism vedla a delam prov k sm pršla v reintegracijo, sej tega tud niso priznaval... <u>Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanč. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou.</u>
S: »Po moje sm desetkrat že probala pa še ratval mi je, enkrat sm bla "klin" pol leta, enkrat en let, pa spet dve in pol, sam mi res ni nikol ratal. U glav nism nikol spucala. <u>Vedno me je neki zmotl</u> «

3. korak: odprto kodiranje

L: »To je bilo ultimativno pucanje, prvič sm probal v vojski, ki mi je dala red in disciplino, to mam še zdej. <u>Ene trikrat sm se spucu prej ampak bolj zato, da bi lahk jed utripe in eje, tko.</u> «	TRIKRAT – DA BI IMEL VEČ UŽITKA OD DROGE
Ž: »Po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... <u>V bistvu sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, a ne.</u>	IMEL VEČ UŽITKA VES ČAS DROGIRANJA
Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam in pa to da sm bil v tem okolju, ravno kadr sm reku da bom nehu, se je kdo nalimal na vratih pa reku, pejt Žiga greva, sej veš kt uno ne dam te, ne spustim te. Tisti kremplji, ane, k te ne spustijo. In...«	POMANJKANJE MOČI DRUŽBA

N: »Ja, sem, nekaj časa nazaj, eno leto in pol približno. Bil sem na metadonu pred tem, sem nižal pa potem nehau z metadonom pa eno leto pa pol, nekaj takega, potem pa ni več šlo. Čeprav sm imel stanovanje, avto, službo, punco, vse je blo, dost dnarja, ampak enostavno, ja... <u>mogoče še nisem bil pripravljen</u>. Sm se odloču, mi je pasal žurat naprej itd.«	ENKRAT NISEM BIL PRIPRAVLJEN ŠE VEDNO SEM RAD ŽURAL
M: »Ne, to je bilo prvič...«	PRVIČ
K: »Sm že tolikrat probala, petkrat, pa mi nikol ni ratal... Mislm, da ja. <u>Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču...</u> To so nm vsm govorl, zmedl me je. Nism vedla a delam prov k sm pršla v reintegracijo, sej tega tud niso priznaval... <u>Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zan'č. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou.</u>	VELIKOKRAT ZMEDENOST (ZARADI DOGAJANJ V KOMUNI) SLABA SAMOZAVEST NIZKA SAMOPODOBA PODCENJEVANJE V DRUŽINSKEM KROGU
S: »Po moje sm desetkrat že probala pa še ratval mi je, enkrat sm bla "klin" pol leta, enkrat en let, pa spet dve in pol, sam mi res ni nikol ratal. <u>U glav nism nikol spucala. Vedno me je neki zmotl.</u>	VSAJ DESETKRAT VEDNO NEKAJ ZMOTILO

- Združevanje sorodnih pojmov v kategorije

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: notranji in zunanji dejavniki recidiva.

Imel več užitka od droge → notranji Pomanjkanje moči → notranji Družba → zunanji Nepripravljenost → notranji Zmedenost zaradi dogajanj v komuni → zunanji Slaba samozavest → notranji Nizka samopodoba → notranji Podcenjevanje v družinskem krogu → zunanji Nekaj zmotilo → zunanji

- *Oсно (aksialno) kodiranje*

Kode in kategorije sem smiselno uredila v hierarhično celoto.

<u>Razlogi za recidiv:</u> a.) NOTRANJI - imel več užitka od droge (intervjuji L, Ž, M) - pomanjkanje moči (intervjuja Ž, S) - nepripravljenost (intervju N) - slaba samozavest (intervju K) - nizka samopodoba (intervju K) b.) ZUNANJI - družba (intervju Ž) - zmedenost zaradi dogajanj v komuni (intervju K) - podcenjevanje v družinskem krogu (intervju K) - nekaj zmotilo (intervju S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

- a.) NOTRANJI DEJAVNIKI
- *Imel več užitka od droge* (L: »Ene trikrat sm se spucu prej ampak bolj zato, da bi lahk jed utripe in eje, tko.« / Ž: »Po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu.« / N: »Sm se odloču, mi je pasal žurat naprej itd.«)
 - *Pomanjkanje moči* (Ž: »Da preprosto tega nisem sposoben izpeljat sam...« / S: »U glav nism nikol spucala. Vedno me je neki zmotl.«)
 - *Nepripravljenost* (N: »...mogoče še nisem bil pripravljen...«)
 - *Slaba samozavest* (K: »Samozavest, nimam je...«)
 - *Nizka samopodoba* (K: »...samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanč. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej.«)
- b.) ZUNANJI DEJAVNIKI
- *Družba* (Ž: »...pa to da sm bil v tem okolju, ravno kadr sm reku da bom nehu, se je kdo nalimal na vratih pa reku, pejt Žiga greva, sej veš kt uno ne dam te, ne spustim te. Tisti kremplji, ane, k te ne spustijo.«)
 - *Zmedenost zaradi dogajanj v komuni* (K: »Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču... To so nm vsm govorl, zmedl me je...«)
 - *Podcenjevanje v družinskem krogu* (K: »Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou.«)
 - *Nekaj zmotilo* (S: »U glav nism nikol spucala. Vedno me je neki zmotl.«)

3. Metoda spuščanja:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Po naključju sm naletel v starih Slovenskih novicah: "Nudim uspešno pomoč pri odvajanju od trdih drog. Posredujem vse informacije o ibogainu". In cifra. Poklicau sm isti moment. Sm ugriznu v izjavo, da si čist v 48 urah. Tja sm šou trikrat na razgovor. Tam so mi dal cifro od fanta, ki je šel čez to uspešno. Ravno preden sva z njim končala razgovor, me je vprašou ali si to res želim. To je pustil močen vtis. Sem si želel ja, močno sm si želel...in smo hitro nabral 1400 mark. Mami sm povedou kakšna je situacija saj sem po besedah teh ljudi potreboval nekoga, ker ne bom dva dni nič spal in me bo moral čuvat. Sama sreča, da sem to reku mami in ne prijateljem...«
Ž: »K sm probaval, sm probavou na vse načine. Sm velik športou, stari se je ful neki zame zavzel, neki sva z biciklom hodila okol, pa plavanje, je jezero tam v Kočevju. Saj veš, dva mesca je šlo pol. po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... V bistvi sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, ane. Ampak nikoli ni šlo dokler nisem šeu v komuno«.
N: »Ja, no nism bil na metadonu, ja na začetku, pol kasneje pa..., kako se že reče... suboxon. Samo to je blo tak... sm se nonstop drogirou, na suboxonu pa rabiš večjo dozo., če hočeš bit zadet. Tri dni te drži tista tableta. Tako, da sm po tablete hodu, mal tak bolj, ko bo kriza... Ja, no na ta suboxon sm šou glih zarad krize pa da spet pokažem neko sodelovanje in prepričan sm bil, da bom sam se spustu. Če bi šel na metadon, bi vse skupi trajal spet neki let. Ja, nič, potem sem bil pa dovolj na dnu pa ... Pa potem Bojana pa najina veza, saj veš kak je to, enostavno ne gre. Tak, da sem se odločil pol za komuno«.
M: »sem se pa v zaporu odloču, ja... / Ja, mel sem krizo, sem dobivou tablete, drugač pa... Ko sem pršu v Vojnik sm pa, smo mel take terapije pa učne ure, telovadbo pa take stvari,da si pozabu...«.
K: »...v Reto greš lahk navlečen, tm ti pol pomagajo, da greš čez to, da prebrodš najhuj...«
S: »»Ja, pa ne takoj, bla sm na metadonu, čeprou nisem šla tja, kr sm mislna, da mi bo pomagou, bolj zato da nimam krize, čeprou je bla ta pol še več. DTO je blo tko tko, kr nekaj bi mogla čakati in še čakati, zato sm se odločila za psihiatrično v Begnah. En mesec pol pa komuna«.

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »Po naključju sm naletel v starih Slovenskih novicah: " <u>Nudim uspešno pomoč pri odvajanju od trdih drog. Posredujem vse informacije o ibogainu</u> ". In cifra. Poklicau sm isti moment. Sm ugriznu v izjavo, da si čist v 48 urah. Tja sm šou trikrat na razgovor. Tam so mi dal cifro od fanta, ki je šel čez to uspešno. Ravno preden sva z njim končala razgovor, me je vprašou ali si to res želim. To je pustil močen vtis. Sem si želel ja, močno sm si želel...in smo hitro nabral 1400 mark. <u>Mami sm povedou kakšna je situacija saj sem po besedah teh ljudi potreboval nekoga, ker ne bom dva dni nič spal in me bo moral čuvat.</u> Sama sreča, da sem to reku mami in ne prijateljem...«
Ž: »K sm probaval, sm probavou na vse načine. <u>Sm velik športou, stari se je ful neki zame zavzel, neki sva z biciklom hodila okol, pa plavanje, je jezero tam v Kočevju.</u> Saj veš, dva mesca je šlo pol. po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... <u>V bistvi sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, ane. Ampak nikoli ni šlo dokler nisem šeu v komuno«.</u>
N: »Ja, no nism bil na <u>metadonu</u> , ja na začetku, pol kasneje pa..., kako se že reče... <u>suboxon</u> . Samo to je blo tak... sm se nonstop drogirou, na suboxonu pa rabiš večjo dozo., če hočeš bit zadet. Tri dni te drži tista tableta. Tako, da sm po tablete hodu, mal tak bolj, ko bo kriza... Ja, no na ta suboxon sm šou glih zarad krize pa da spet pokažem neko sodelovanje in prepričan sm bil, da bom sam se spustu. Če bi šel na metadon, bi vse skupi trajal spet neki let. Ja, nič, potem sem bil pa dovolj na dnu pa ... Pa potem Bojana pa najina veza, saj veš kak je to, enostavno ne gre. Tak, da sem se odločil pol za <u>komuno</u> «.

M: »sem se pa v <u>zaporu</u> odloču, ja... / Ja, mel sem krizo, sem dobivou <u>tablete</u> , drugač pa... Ko sem pršu v Vojnik sm pa, smo mel take <u>terapije pa učne ure, telovadbo pa take stvari, da si pozabu...«.</u>
K: »...v <u>Reto</u> greš lahk navlečen, tm ti pol pomagajo, da greš čez to, da prebrodš najhuj...«
S: »»Ja, pa ne takoj, bla sm na <u>metadonu</u> , čeprou nisem šla tja, kr sm mislna, da mi bo pomagou, bolj zato da nimam krize, čeprou je bla ta pol še več. DTO je blo tko tko, kr nekaj bi mogla čakati in še čakati, zato sm se odločila za <u>psihiatrično v Begnah</u> . En mesec pol pa <u>komuna</u> «.

3. korak: odprto kodiranje

L: »Po naključju sm naletel v starih Slovenskih novicah: "Nudim uspešno pomoč pri odvajanju od trdih drog. Posredujem vse informacije o <u>ibogainu</u> ". In cifra. Poklicau sm isti moment. Sm ugriznu v izjavo, da si čist v 48 urah. Tja sm šou trikrat na razgovor. Tam so mi dal cifro od fanta, ki je šel čez to uspešno. Ravno preden sva z njim končala razgovor, me je vprašou ali si to res želim. To je pustil močen vtis. Sem si želel ja, močno sm si želel...in smo hitro nabral 1400 mark. <u>Mami sm povedou kakšna je situacija saj sem po besedah teh ljudi potreboval nekoga, ker ne bom dva dni nič spal in me bo moral čuvat</u> . Sama sreča, da sem to reku mami in ne prijateljem...«	IBOGAIN DOMA
Ž: »K sm probaval, sm probavou na vse načine. <u>Sm velik športou</u> , stari se je ful neki zame zavzel, neki sva z biciklom hodila okol, pa plavanje, je jezero <u>tam v Kočevju</u> . Saj veš, dva mesca je šlo pol. po dveh mescih mi je spet zapasal pa sm se ga spet butnu, pol spet kakšn mesec nč, pa sm se ga spet butnu. Pa je bilo en obdobje, ko sm se ga enkrat na mesec. Pol itak ne funkcioniraš dolg, pa spet začneš, pa se ga navlečeš...pa sm pol spet nehu mau... V bistvi sm ves ta čas, ko sm se drogiral, poskušaval tud nehat, ane. Ampak nikoli ni šlo dokler nisem šeu v <u>komuno</u> «.	REKREACIJA DOMA KOMUNA
N: »Ja, no nism bil na <u>metadonu</u> , ja na začetku, pol kasneje pa..., kako se že reče... <u>suboxon</u> . Samo to je blo tak... sm se nonstop drogirou, na suboxonu pa rabiš večjo dozo., če hočeš bit zadet. Tri dni te drži tista tableta. Tako, da sm po tablete hodu, mal tak bolj, ko bo kriza... Ja, no na ta suboxon sm šou glih zarad krize pa da spet pokažem neko sodelovanje in prepričan sm bil, da bom sam se spustu. Če bi šel na metadon, bi vse skupi trajal spet neki let. Ja, nič, potem sem bil pa dovolj na dnu pa ... Pa potem Bojana pa najina veza, saj veš kak je to, enostavno ne gre. Tak, da sem se odločil pol za <u>komuno</u> «.	METADON SUBOXON DOMA KOMUNA
M: »...sem se pa v <u>zaporu</u> odloču, ja... / Ja, mel sem krizo, sem dobivou <u>tablete</u> , drugač pa... Ko sem pršu v Vojnik sm pa, smo mel take <u>terapije pa učne ure, telovadbo pa take stvari, da si pozabu...«.</u>	ZAPOR PSIHIATRIČNA BOLNICA TABLETE

	TERAPIJA
	REKREACIJA
K: »...v <u>Reto</u> greš lahk navlečen, tm ti pol pomagajo, da greš čez to, da prebrodš najhuj...«	KOMUNA
S: »Ja, pa ne takoj, bla sm <u>na metadonu</u> , čeprou nisem šla tja, kr sm mislna, da mi bo pomagou, bolj zato da nimam krize, čeprou je bla ta pol še več. DTO je blo tko tko, kr nekaj bi mogla čakati in še čakati, zato sm se odločila za <u>psihiatrično v Begnah</u> . En mesec pol pa <u>komuna</u> «.	METADON PSIHIATRIČNA BOLNICA (detoks) KOMUNA

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: doma, drugje.

Ibogain / doma → doma
 Rekreacija / doma – komuna → doma / drugje
 Metadon, suboxon / doma – komuna → doma / drugje
 Tablete, terapija, rekreacija / zapor – psihiatrična bolnica → drugje
 Komuna → drugje
 Metadon / psihiatrična bolnica – komuna → drugje

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Kode in kategorije sem smiselno uredila v hierarhično celoto.

Metoda spuščanja

- a.) DOMA
- ibogain (intervju L)
 - metadon (intervjuji N, S)
 - suboxon (intervju N)
 - rekreacija (intervju Ž)
- b.) OSTALO
- psihiatrična bolnica (intervjuja M, S)
 - komuna (intervjuji Ž, N, K, S)
 - zapor (intervju M)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

Vsakemu pojmu sem pripisala vse kode, ki so spadale pod njega in vsaki kodi vse enote kodiranja, ki sem ji jih pripisala.

a.) DOMA

- *Ibogain* (L: »"Nudim uspešno pomoč pri odvajanju od trdih drog. Posredujem vse informacije o ibogainu"...«)
- *Metadon* (N: »Ja, no nism bil na metadonu, ja na začetku.« / S: »Ja, pa ne takoj, bla sm na metadonu, čeprou nisem šla tja, kr sm mislna, da mi bo pomagou, bolj zato da nimam krize, čeprou je bla ta pol še več.
- *Suboxon* (N: »pol kasneje pa..., kako se že reče... suboxon. Samo to je blo tak... sm se nonstop drogirou, na suboxonu pa rabiš večjo dozo., če hočeš bit zadet. Tri dni te drži tista tableta. Tako, da sm po tablete hodu, mal tak bolj, ko bo kriza...
- *Rekreacija* (Ž: »Sm velik športou, stari se je ful neki zame zavzel, neki sva z biciklom hodila okol, pa plavanje, je jezero tam v Kočevju.«)

b.) OSTALO

- *Komuna* (Ž: »V bistvi sm ves ta čas, ko sm se drogiraj, poskušaval tud nehat, ane. Ampak nikoli ni šlo dokler nisem šeu v komuno«. / N: »Če bi šel na metadon, bi vse skupi trajal spet neki let. Ja, nič, potem sem bil pa dovolj na dnu pa ... Pa potem Bojana pa najina veza, saj veš kak je to, enostavno ne gre. Tak, da sem se odločil pol za komuno«. / K: »...v Reto greš lahk navlečen, tm ti pol pomagajo, da greš čez to, da prebrodš najhuj...« / S: »En mesec pol pa komuna.«
- *Psihiatrična bolnica* (M: »Ko sem pršu v Vojnik sm pa, smo mel take terapije pa učne ure, telovadbo pa take stvari, da si pozabu...«. / S: »DTO je blo tko tko, kr nekaj bi mogla čakati in še čakati, zato sm se odločila za psihiatrično v Begnah.«
- *Zapor* (M: »sem se pa v zaporu odloču, ja...«)

4. Podpora v času abstinence:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Z mamou sva se takrat prvič v življenju zblížala, počutil sm se svobodno, da mi ne bo treba več metadona pit. Svoboden sem bil.«
Ščuka me je v tistih dneh, sm imel ful kajta, sam da se je dogajal, tko da sm šel večkrat na štop k njemu. Razlagou mi je kaj se dogaja v tem času z mojimi možgani. Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da... Zdej mi poleg teka najbolj pomaga, da grem vsako soboto na NA.«
Ž: »Ja, 24 ur so skoz s tabo. V glavnem, ko prideš, nikamor ne morš. Skoz je nekdo s tabo: te pazi, čuva, karkol pač rabš. Un k je pač s tabo, un praktično živi zraven tebe....Ja, ful je potrpljenja, in... in trud ko vidš da delajo s tabo, se ukvarjajo s tabo. Najprej ti je tko, si misliš kva te težijo, pa tega ne smeš pa unga, pa ti to teži, ampak pol pa vidš da je to okay, da delajo to z ljubeznijo, ker ti hočjo pomagat.
Ja, doma.. so bli, ja. To so bli. Mama je bla v stiku z mano: redno me je klicala vsakih 14 dni, ane, redno mi je pošiljala dnar, eč sem kdaj kej rabu pa tko, ane. Enkrat je pršla za štir dni k men pa tko... Ko sm bil tam me je skoz podpirala, sam ona je pač ena posebna oseba, tko da je to čist ena druga tema... preveč pričakuje od mene, sploh ne vem kaj hoče. Skoz neki, ne vem, bom vidu...«
Ona me je čakala, ja... Tko da me je ona lahko klicala vsake 14 dni.... / Ja, Brigita, ona je tko prva stvar v mojem življenju. Hoče mi dobr, verjame vame verjetn še bolj kt jz sam seb«.
N: »Ja, doma tudi, sploh zato, ker sem spet... se začel drogirat pa... saj tu ni kaj. S starši ni bilo problema glede tega... Saj sem bil tud doma tisti mesec in pol pa so bli skoz zraven mene, pa zraven je bila Bojana, čeprav sm pobegnu parkrat pa... Ampak okay! Hmmm, ja imel sem podporo v družini, tu ni kaj.«
M: »Ja v največjo oporo mi je bil moj polbrat. On mi je hodu na obiske pa prnesu mi je stvari, denar, če sm rabu...

Z njima sm tud meu kr razgovore notr, ena me je skoz spremljala, hodla k men na obisk, v veliko pomoč mi je bla ko sem bil na zdravljenju, pa tk... velk mi je pomagala (svetovalka)....
Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga«.
K: »Mah, so mi, ne čeprou bol sestra, mat je skoz govorila, da iz mene ne bo nč. Mogoče res ne, ampak upam ša še lahk, ane? Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala, zdej ne, prav, da je tud ona zdej obupala...«
S: »Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komini k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj. Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal. Največ pa moja volja, da sm vztrajala, sej so bli tud težki trenutki, se mi zdi, da tem noben ne uide. Sploh, kar se čustev tiče. Te ti skoz neki nagajajo, preveč smo občutljivi in te lahk hitr kej s tira vrže.... To, v glavnem. Pa tud v šol oziroma na ljudski univerzi so bli ful prjazni, nobene stigme, nič. Tud na delu ne, jz sm kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznal. Se mi je zdelo nesmiselno skrivat te stvari, če so jih pa vedl....
Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »Z mamu sva se takrat prvič v življenju zblížala, počutil sm se svobodno, da mi ne bo treba več metadona pit. Svoboden sem bil.«
<u>Ščuka me je v tistih dneh, sm imel ful cajta, sam da se je dogajal, tko da sm šel večkrat na štop k njemu. Razlagou mi je kaj se dogaja v tem času z mojimi možgani. Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da... Zdej mi poleg teka najbolj pomaga, da grem vsako soboto na NA«</u>
Ž: »Ja, 24 ur so skoz s tabo. V glavnem, ko prideš, nikamor ne morš. Skoz je nekdo s tabo: te pazi, čuva, karkol pač rabš. Un k je pač s tabo, un praktično živi zraven tebe....Ja, ful je potrpljenja, in... in trud ko vidš da delajo s tabo, se ukvarjajo s tabo. Najprej ti je tko, si mislš kva te težijo, pa tega ne smeš pa unga, pa ti to teži, ampak pol pa vidš da je to okay, da delajo to z ljubeznijo, ker ti hočjo pomagat.
Ja, doma.. so bli, ja. To so bli. <u>Mama je bla v stiku z mano: redno me je klicala vsakih 14 dni, ane, redno mi je pošiljala dnar, eč sem kdaj kej rabu pa tko, ane. Enkrat je pršla za štir dni k men pa tko...</u> Ko sm bil tam me je skoz podpirala, sam ona je pač ena posebna oseba, tko da je to čist ena druga tema... <u>preveč pričakuje od mene, sploh ne vem kaj hoče.</u> Skoz neki, ne vem, bom vidu...«
<u>Ona me je čakala, ja... Tko da me je ona lahko klicala vsake 14 dni.... / Ja, Brigita, ona je tko prva stvar v mojem življenju. Hoče mi dobr, verjame vame verjetn še bolj kt jz sam seb«.</u>
N: »Ja, <u>doma</u> tudi, sploh zato, ker sem spet...se začel drogirat pa... saj tu ni kaj. S starši ni bilo problema glede tega... Saj sem bil tud doma <u>tisti mesec in pol</u> pa so bli skoz zraven mene, pa zraven je bila <u>Bojana</u> , čeprav sm pobegnu parkrat pa... Ampak okay! Hmmm, ja <u>imel sem podporo v družini, tu ni kaj.</u> «
M: »Ja <u>v največjo oporo mi je bil moj polbrat. On mi je hodu na obiske pa prnesu mi je stvari, denar, če sm rabu...</u>
Z njima sm tud meu kr razgovore notr, ena me je skoz spremljala, hodla k men na obisk, v veliko pomoč mi je bla ko sem bil na zdravljenju, pa tk... velk mi je pomagala (svetovalka)....
Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga«.
K: »Mah, so mi, ne čeprou bol sestra, mat je skoz govorila, da iz mene ne bo nč. Mogoče res ne, ampak upam ša še lahk, ane? Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala, zdej ne, prav, da je tud ona zdej obupala...«
S: »Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komini k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj. Dobr, <u>starši seveda, oni so mi skoz pomagal.</u> Največ pa <u>moja volja, da sm vztrajala,</u> sej so bli tud težki trenutki, se mi zdi, da tem noben ne uide.

Sploh, kar se čustev tiče. Te ti skozi neki nagajajo, preveč smo občutljivi in te lahko hitro s tira vrže.... To, v glavnem. Pa tudi <u>v šoli oziroma na ljudski univerzi so bili ful prijazni, nobene stigme, nič. Tudi na delu ne, jaz sem kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznali. Se mi je zdelo nesmiselno skrivati te stvari, če so jih pa vedli....</u>
Počasi so mi stari toliko zaupali, da so mi dali stanovanje od stare mame, ki je umrla. To mi je velik pomenl.«

3. korak: odprto kodiranje

L: »Z mamom sva se takrat prvič v življenju zblížala, počutil sem se svobodno, da mi ne bo treba več metadona pit. Svoboden sem bil.«	MAMA
<u>Ščuka me je v tistih dneh, sem imel ful kajta, sam da se je dogajal, tko da sem šel večkrat na štop k njemu. Razlagou mi je kaj se dogaja v tem času z mojimi možgani. Pol sem šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da... Zdej mi poleg teka najbolj pomaga, da grem vsako soboto na NA.«</u>	TERAPEVT TETA (sorodniki) / ODDALJENOST SKUPINA ZA SAMOPOMOČ
Ž: »Ja, 24 ur so skozi s tabo. V glavnem, ko prideš, nikamor ne morš. <u>Skozi je nekdo s tabo: te pazi, čuva, karkoli pač rabš. Un k je pač s tabo, un praktično živi zraven tebe....</u> Ja, ful je potrpljenja, in... in trud ko vidš da delajo s tabo, se ukvarjajo s tabo. Najprej ti je tko, si misliš kva te težijo, pa tega ne smeš pa unga, pa ti to teži, ampak <u>pol pa vidš da je to okay, da delajo to z ljubeznijo, ker ti hočjo pomagat.</u>	FANTJE V KOMUNI
Ja, doma.. so bili, ja. To so bili. <u>Mama je bila v stiku z mano: redno me je klicala vsakih 14 dni, ane, redno mi je pošiljala denar, eč sem kdaj kaj rabu pa tko, ane. Enkrat je pršla za štiri dni k meni pa tko...</u> Ko sem bil tam me je skozi podpirala, sam ona je pač ena posebna oseba, tko da je to čist ena druga tema... <u>preveč pričakuje od mene, sploh ne vem kaj hoče. Skozi neki, ne vem, bom vidu....</u> «	MAMA
<u>Ona me je čakala, ja... Tko da me je ona lahko klicala vsake 14 dni.... / Ja, Brigita, ona je tko prva stvar v mojem življenju. Hoče mi dobro, verjame vame verjetno še bolj kot jaz sam sebi.</u> «	PUNCA
N: »Ja, <u>doma</u> tudi, sploh zato, ker sem spet...se začel drogirati pa... saj tu ni kaj. S starši ni bilo problema glede tega... Saj sem bil tudi doma <u>tisti mesec in pol pa so bili skozi zraven mene, pa zraven je bila Bojana, čeprav sem pobegnu parkrat pa...</u> Ampak okay! Hmmm, ja <u>imel sem podporo v družini, tu ni kaj.</u> «	DRUŽINA PUNCA
M: »Ja <u>v največjo oporo mi je bil moj polbrat. On mi je hodu na obiske pa prnesu mi je stvari, denar, če sem rabu...</u>	POLBRAT
<u>Z njima sem tudi me kr razgovore notri, ena me je skozi spremljala, hodla k meni na obisk, v veliko pomoč mi je bila ko sem bil na zdravljenju, pa tk... velk mi je pomagala (svetovalka)....</u>	SVETOVALKA V ZAPORU
Jaz sem lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. <u>To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistimi, ki je bil v skupini. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga.</u> «	SKUPINA ZA SAMOPOMOČ

K: »Mah, so mi, ne čeprou bol <u>sestra</u> , mat je skoz govorila, da iz mene ne bo nč. Mogoče res ne, ampak upam ša še lahk, ane? <u>Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala, zdej ne, prav, da je tud ona zdej obupala...«</u>	SESTRA
S: » <u>Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj. Dobr, <u>starši seveda, oni so mi skoz pomagal. Največ pa moja volja, da sm vztrajala, sej so bli tud težki trenutki, se mi zdi, da tem noben ne uide. Sploh, kar se čustev tiče. Te ti skoz neki nagajajo, preveč smo občutljivi in te lahk hitr kej s tira vrže.... To, v glavnem. Pa tud v šol oziroma na ljudski univerzi so bli ful prijazni, nobene stigme, nič. Tud na delu ne, jz sm kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznal. Se mi je zdelo nesmiselno skrivat te stvari, če so jih pa vedl....</u></u>	PRIJATELJICA PUNCA S KOMUNE MOJA LASTNA VOLJA OSEBJE NA ŠOLI DELODAJALEC
Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.«	STARŠI

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: še vedno iščem strokovno pomoč, podporo iščem v družini, podporo iščem drugje.

Mama → podporo iščem v družini
Terapevt → še vedno iščem strokovno pomoč
Teta → podporo iščem v družini
Oddaljenost od domačega kraja → podporo iščem drugje
Fantje v komuni → podporo iščem drugje
Punca → podporo iščem drugje
Družina → podporo iščem v družini
Svetovalka → še vedno iščem strokovno pomoč
Polbrat → podporo iščem v družini
Skupina za samopomoč → podporo iščem drugje
Sestra → podporo iščem v družini
Prijateljica → podporo iščem drugje
Punca s komune → podporo iščem drugje
Moja lastna volja → podporo iščem drugje
Osebj na šoli → podporo iščem drugje
Delodajalec → podporo iščem drugje

- *Oсно (aksialno) kodiranje*

Kode in kategorije sem smiselno uredila v hierarhično celoto.

Podpora v času abstinence:

a.) ŠE VEDNO IŠČEM STROKOVNO POMOČ

- *terapevt* (intervju L)
- *svetovalka* (intervju M)

b.) PODPORO IŠČEM V DRUŽINI

- *mama* (intervjuja L, Ž)
- *sorodniki* (intervjuji L, M, K)
- *družina* (intervjuja N, S)

c.) PODPORO IŠČEM DRUGJE

- *oddaljenost od domačega kraja* (intervju L)
- *fantje v komuni* (intervju Ž)
- *punca* (intervjuja Ž, N)
- *skupina za samopomoč* (intervjuja L, M)
- *prijateljica* (intervju S)
- *punca s komune* (intervju S)
- *moja lastna volja* (intervju S)
- *osebje na šoli* (intervju S)
- *delodajalec* (intervju S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) ŠE VEDNO IŠČEM STROKOVNO POMOČ

- *Terapevt* (L: »Ščuka me je v tistih dneh, sm imel ful cajta, sam da se je dogajal, tko da sm šel večkrat na štop k njemu. Razlagou mi je kaj se dogaja v tem času z mojimi možgani...«)
- *Svetovalka* (M: »Z njima sm tud meu kr razgovore notr, ena me je skoz spremljala, hodla k men na obisk, v veliko pomoč mi je bla ko sem bil na zdravljenju, pa tk...«). velk mi je pomagala...«)

b.) PODPORO IŠČEM V DRUŽINI

- *Mama* (L: »Z mamo sva se takrat prvič v življenju zblížala...« / Ž: »Mama je bla v stiku z mano: redno me je klicala vsakih 14 dni, ane, redno mi je pošiljala dnar, eč sem kdaj kej rabu pa tko, ane. Enkrat je pršla za štir dni k men pa tko...«)
- *Sorodniki* (L: »Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da... / M: »Ja v največjo oporo mi je bil moj polbrat. On mi je hodu na obiske pa prnesu mi je stvari, denar, če sm rabu...« / K: »Sestra mi največ pomaga oziroma mi je pomagala...«)
- *Družina* (N: »...ja imel sem podporo v družini, tu ni kaj.« / S: »Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal.... Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.«)

c.) PODPORO IŠČEM DRUGJE

- *Oddaljenost od domačega kraja* (L: »Pol sm šel v karanteno k teti v Kanado za pol leta tko da...«)
- *Fantje v komuni* (Ž: »24 ur so skoz s tabo... Skoz je nekdo s tabo: te pazi, čuva, karkol pač rabš. Un k je pač s tabo, un praktično živi zraven tebe...Ja, ful je potrpljenja, in... in trud ko vidš da delajo s tabo, se ukvarjajo s tabo. Najprej ti je tko, si mislš kva te težijo, pa tega ne smeš pa unga, pa ti to teži, ampak pol pa vidš da je to okay, da delajo to z ljubeznijo, ker ti hočjo pomagat.«)

- *Punca* (Ž: »Ona me je čakala, ja... Tko da me je ona lahko klicala vsake 14 dni.... / Ja, Brigita, ona je tko prva stvar v mojem življenju. Hoče mi dobr, verjame vame verjetn še bolj kt jz sam seb«. / N: »...pa zraven je bila Bojana (punca)...«)
- *Skupina za samopomoč* (L: »Zdej mi poleg teka najbolj pomaga, da grem vsako soboto na NA.« / M: »To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga.«)
- *Prijateljica* (S: »Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle.«)
- *Punca s komune* (S: »Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj.«)
- *Moja lastna volja* (S: »Največ pa moja volja, da sm vztrajala, sej so bli tud težki trenutki, se mi zdi, da tem noben ne uide. Sploh, kar se čustev tiče. Te ti skoz neki nagajajo, preveč smo občutljivi in te lahk hitr kej s tira vrže...«)
- *Osebe na šoli* (S: »Pa tud v šol oziroma na ljudski univerzi so bli ful prjazni, nobene stigme, nič.«)
- *Delodajalec* (S: »...nobene stigme, nič. Tud na delu ne, jz sm kr povedala, najbrž zato ko so me že od prej poznal. Se mi je zdelo nesmiselno skrivat te stvari, če so jih pa vedl....«)

5. Vzdrževanje abstinence:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Tek in telesna aktivnost, edino to me je držalo, da sm glavo nad vodo držou. Tek ob enajstih zvečer. Nenormalne količine vadbe, sm se počutu sproščenega, umirjenega.«
Ž: »»Kitara.... Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljuba sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jut, pojutršnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekaj pomaga.«
N: »Jaz gledam na to čist tko enostavno. Vse je odvisno od mene..., ne? Zato niti ne iščem opore al pa neke, nekega zagotovila.... Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničit: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen«.
M: »V zaporu sm delu, pa popoldne sm čistu oddelek, pa kak pink ponk smo odigral, drugega pa tam ni blo kej preveč...«
K: »To, da sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat. Drgač pa pogovori, sam sm se dostkrat ful samo počutla, nekaj osamljeno.... Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje. Pa to, da je razumela kaj preživljam.«
S: »...velik sm pisala in to mi je pomagal. Mislm, pisala o svojih čustvih, na papir sm se izražala. To mi je res pomagal...«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: » <u>Tek in telesna aktivnost</u> , edino to me je držalo, da sm glavo nad vodo držou. Tek ob enajstih zvečer. <u>Nenormalne količine vadbe</u> , sm se počutu sproščenega, umirjenega.«
Ž: »» <u>Kitara.... Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljuba sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim.</u> Sam seb govorim,

"sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jutri, pojutrišnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekaj pomaga«.
N: »Jaz gledam na to čist tko enostavno. Vse je odvisno od mene..., ne? Zato niti ne iščem opore al pa neke, nekega zagotovila.....
<u>Način življenja.</u> Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. <u>Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks, družina, ne.</u> Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen«.
M: »V zaporu sm delu, pa popoldne sm čistu oddelek, pa kak pink ponk smo odigral, drugega pa tam ni blo kej preveč...«
K: »To, da sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat. Drgač pa pogovori, sam sm se dostkrat ful samo počutla, nekaj osamljeno....
Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, <u>če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje. Pa to, da je razumela kaj preživljam.</u> «
S: »...velik sm pisala in to mi je pomagal. Misl, pisala o svojih čustvih, na papir sm se izražala. To mi je res pomagal...«

3. korak: odprto kodiranje

L: »Tek in telesna aktivnost, edino to me je držalo, da sm glavo nad vodo držou. Tek ob enajstih zvečer. Nenormalne količine vadbe, sm se počutu sproščenega, umirjenega«.	ŠPORT
Ž: »Kitara..... Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljuba sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jutri, pojutrišnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekaj pomaga«.	GLASBA (umetnost)
N: »Jaz gledam na to čist tko enostavno. Vse je odvisno od mene..., ne? Zato niti ne iščem opore al pa neke, nekega zagotovila.....	JAZ SAM
Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen«.	NAČIN ŽIVLJENJA IMAM CILJE ODLOČITEV OSTATI TREZEN
M: »V zaporu sm delu, pa popoldne sm čistu oddelek, pa kak pink ponk smo odigral, drugega pa tam ni blo kej preveč...«	DELO
K: »To, da sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat. Drgač pa pogovori, sam sm se dostkrat ful samo počutla, nekaj osamljeno....	RISANJE (umetnost)
Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje. Pa to, da je razumela kaj preživljam.«	POGOVORI RAZUMEVANJE DRUGIH
S: »...velik sm pisala in to mi je pomagal. Misl, pisala o svojih čustvih, na papir sm se izražala. To mi je res	PISANJE (umetnost)

pomagal...«	
-------------	--

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: spoznavam in izkoriščam svoje talente, poskušam spremeniti svoje življenje ter opora v drugih.

Šport → spoznavam, izkoriščam svoje talente Glasba → spoznavam, izkoriščam svoje talente Jaz sam → poskušam spremeniti svoje življenje Način življenja → poskušam spremeniti svoje življenje Cilji → poskušam spremeniti svoje življenje Da ostanem trezen → poskušam spremeniti svoje življenje Delo → poskušam spremeniti svoje življenje Risanje → spoznavam, izkoriščam svoje talente Pogovori → opora v drugih Razumevanje drugih → opora v drugih Pisanje → spoznavam, izkoriščam svoje talente

- *Osno (aksialno) kodiranje*

<u>Vzdrževanje abstinence</u>

a.) SPOZNAVAM, IZKORIŠČAM SVOJE TALENTE

- šport (intervju L)
- umetnost (intervjuji Ž, N, K, S)

b.) POSKUŠAM SPREMENITI SVOJE ŽIVLJENJE

- jaz sam (intervju N)
- način življenja (intervju N)
- cilji (intervju N)
- ostati trezen (intervju N)
- delo (intervju M)

c.) OPORA V DRUGIH

- pogovori (intervju K)
- razumevanje drugih (intervju K)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) SPOZNAVAM, IZKORIŠČAM SVOJE TALENTE

- Šport (L: »Tek in telesna aktivnost...«)
- Umetnost (Ž: »Kitara...« / N: »da lahko igram bobne...« / K:« ...rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat«. / S: »...velik sm pisala in to mi je pomagal. Misl, pisala o svojih čustvih, na papir sm se izražala. To mi je res pomagal...«.)

b.) POSKUŠAM SPREMENITI SVOJE ŽIVLJENJE

- *Jaz sam* (N: »Vse je odvisno od mene..., ne? Zato niti ne iščem opore al pa neke, nekega zagotovila.....«.)
- *Način življenja* (N: »Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem...«.)
- *Cilji* (N: »neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks, družina...«.)
- *Ostati trezen* (N: »...edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen«.)
- *Delo* (M: »V zaporu sm delu...«.)

c.) POTREBUJEM DRUGE

- *Pogovori* (K: »Najbolj so mi koristl pogovori...«.)
- *Razumevanje drugih* (K: »Pa to, da je razumela kaj preživljam«.)

6. Ovire pri vzdrževanju abstinence:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Lastna čustva. Drugih ovir ni. Ne bojim se sveta, ne bojim se življenja, bojim se svojih čustev...
Težave v odnosih z ženskami. Ko me je pustila punca, sm se znašel na robu recidiva. Padel sem v depresijo, šel prvič k psihiatru, saj nisem vedel kaj se dogaja. Tam so mi pa hotl dat tablete, antidepressive pa sm reku hvala za sodelovanje in nasvidenje. Tono bolečine sm prenašou okol...«
Ž: »Ne vem. Želim si prostor, kjer bi lahko živel samostojno, kakšna bolezen lahko pride, verjetn stvari, če jih ne bi mogu uresničiti, čeprav se tega učim, da bom znou sprejet stvari. Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat...«
N: »Edina ovira sem jaz sam! Drugih ovir al po ne vem kaj...
Način razmišljanja, ja, ampak bolj čustveno stanje. Ne, ker mi niha hitro.... Mogoče se to ne vidi na zunaj, ampak če je neka situacija neugodna za mene, ne, ni problema, hm. Na splošno pa niham med nekim vznesenim stanjem pa potem ostanem brez volje, ne. Ampak mam na žalost tega brez volje več kot pa tistega drugega..
...če sm brez neke volje al pa se ne najdem, ne iščem neke pomoči, ne smilim se sam sebi, sprejemem ta del mene in to je to. Če pa vem, da je vse odvisno od mene, ne?«
M: »Verjetno pri kaki hudi jezi. Tam bi se znalo zgoditi, da bi me potegnl nazaj... Pa tud pri kašnem stresu, pri kaki grozni, kak bi reku...situaciji, ko se skregam al pa ne vem, da je neki pretresljivga, neki straš'nga, takrat, takrat, takrat je tud nevarno, da se zlomim.«
K: »Misl, da ja. Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču...
Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanj. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou...
To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...
...samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...
S: »...najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva. Pa če me je kdo prizadeu. To je blo najteži...

2. korak: določitev enot kodiranja

L: » <u>Lastna čustva</u> . Drugih ovir ni. Ne bojim se sveta, ne bojim se življenja, <u>bojim se svojih čustev</u> ...
<u>Težave v odnosih z ženskami</u> . <u>Ko me je pustila punca, sm se znašel na robu recidiva</u> . Padel sem v depresijo, šel prvič k psihiatru, saj nisem vedel kaj se dogaja. Tam so mi pa hotl dat tablete, antidepresive pa sm reku hvala za sodelovanje in nasvidenje. Tono bolečine sm prenašou okol...«
Ž: »Ne vem. Želim si prostor, kjer bi lahko živel samostojno, kakšna bolezen lahko pride, verjetn stvari, če jih ne bi mogu uresničit, čeprav se tega učim, da bom znou sprejet stvari. <u>Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat</u> ...«
N: »Edina ovira sem <u>jaz sam</u> ! Drugih ovir al po ne vem kaj... Način razmišljanja, ja, ampak bolj čustveno stanje. Ne, ker mi niha hitro.... Mogoče se to ne vidi na zunaj, ampak če je neka situacija neugodna za mene, ne, ni problema, hm. <u>Na splošno pa niham med nekim vznesenim stanjem pa potem ostanem brez volje, ne</u> . Ampak mam na žalost tega brez volje več kot pa tistega drugega.. ...če sm brez neke volje al pa se ne najdem, ne iščem neke pomoči, ne smilim se sam sebi, sprejemem ta del mene in to je to. Če pa vem, da je vse odvisno od mene, ne?«
M: »Verjetno pri kaki <u>hudi jezi</u> . Tam bi se znalo zgodit, da bi me potegnl nazaj... <u>Pa tud pri kašnem stresu, pri kaki grozni, kak bi reku... situaciji, ko se skregam al pa ne vem, da je neki pretresljivga, neki straš'nga, takrat, takrat, takrat je tud nevarno, da se zlomim</u> ...«
K: »Misl, da ja. <u>Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču</u> ...
<u>Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanč</u> . Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebelo, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. <u>Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou</u> ...
<u>To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe</u> . Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal... ...samo sem bila res <u>negotova</u> . S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...
S: »...najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva. Pa če me je kdo prizadeu. To je blo najteži...

3. korak: odprto kodiranje

L: » <u>Lastna čustva</u> . Drugih ovir ni. Ne bojim se sveta, ne bojim se življenja, <u>bojim se svojih čustev</u> ...	LASTNA ČUSTVA
<u>Težave v odnosih z ženskami</u> . <u>Ko me je pustila punca, sm se znašel na robu recidiva</u> . Padel sem v depresijo, šel prvič k psihiatru, saj nisem vedel kaj se dogaja. Tam so mi pa hotl dat tablete, antidepresive pa sm reku hvala za sodelovanje in nasvidenje. Tono bolečine sm prenašou okol...«	TEŽAVE V ODNOSIH Z NASPROTNIM SPOLOM
Ž: »Ne vem. Želim si prostor, kjer bi lahko živel samostojno, kakšna bolezen lahko pride, verjetn stvari, če jih ne bi mogu uresničit, čeprav se tega učim, da bom znou sprejet stvari. Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat...«	PREVELIKA PRIČAKOVANJA

N: »Edina ovira sem <u>jaz sam</u>! Drugih ovir al pa ne vem kaj... <u>Način razmišljanja, ja, ampak bolj čustveno stanje. Ne, ker mi niha hitro.... Mogoče se to ne vidi na zunaj, ampak če je neka situacija neugodna za mene, ne, ni problema, hm. Na splošno pa niham med nekim vznesenim stanjem pa potem ostanem brez volje, ne. Ampak mam na žalost tega brez volje več kot pa tistega drugega..</u> <u>...če sm brez neke volje al pa se ne najdem, ne iščem neke pomoči, ne smilim se sam sebi, sprejemem ta del mene in to je to. Če pa vem, da je vse odvisno od mene, ne?»</u>	LASTNA ČUSTVA NIHANJA RAZPOLOŽENJA NE IŠČEM POMOČI
M: »Verjetno pri kaki <u>hudi jezi</u>. Tam bi se znalo zgoditi, da bi me potegnil nazaj... <u>Pa tud pri kašnem stresu, pri kaki grozni, kak bi reku...situaciji, ko se skregam al pa ne vem, da je neki pretresljivga, neki straš'nga, takrat, takrat, takrat je tud nevarno, da se zlomim.</u>«	LASTNA ČUSTVA HUDA JEZA STRES
K: »Misl, da ja. <u>Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičevo zlo, da morm ostat v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču...</u> <u>Samozavest, nimam je, samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanč. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebelo, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej. Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou...</u> <u>To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...</u> <u>...samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...</u>	ZMEDENOST NIZKA SAMOZAVEST SLABA SAMOPODOBA PODCENJEVANJE V DRUŽINSKEM KROGU MOTNJE V PROGRAMU REINTEGRACIJE NEGOTOVOST
S: »...<u>najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva. Pa če me je kdo prizadeu. To je blo najteži...</u>	LASTNA ČUSTVA BEG PRED REALNOSTJO PRIZADETOST S STRANI DRUGIH

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: lastno čustveno stanje in osebne situacije.

Lastna čustva → lastno čustveno stanje
Težave v odnosih z nasprotnim spolom → lastno čustveno stanje
Prevelika pričakovanja → osebne situacije
Nihanja razpoloženja → lastno čustveno stanje
Ne iščem pomoči (samozadostnost) → osebne situacije
Stres → lastno čustveno stanje
Zmedenost → lastno čustveno stanje
Nizka samozavest → osebne situacije
Slaba samopodoba → osebne situacije
Podcenjevanje v družinskem krogu → osebne situacije
Motnje v programu (komuna, reintegracija) → osebne situacije
Negotovost → osebne situacije
Beg pred realnostjo → osebne situacije
Prizadetost → lastno čustveno stanje

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Ovire pri vzdrževanju abstinence:

- a.) LASTNO ČUSTVENO STANJE
- lastna čustva (intervjuji L, N, M, S)
 - težave v odnosih z nasprotnim spolom (intervju L)
 - nihanja razpoloženja (intervju N)
 - stres (intervju M)
 - zmedenost (intervju K)
 - prizadetost (intervju S)
- b.) OSEBNE SITUACIJE
- prevelika pričakovanja (intervju Ž)
 - samozadostnost (intervju N)
 - nizka samozavest (intervju K)
 - slaba samopodoba (intervju K)
 - podcenjevanje v družinskem krogu (intervju K)
 - motnje v programu (intervju K)
 - negotovost (intervju K)
 - beg pred realnostjo (intervju S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) LASTNO ČUSTVENO STANJE

- *Lastna čustva* (L: »Lastna čustva. Drugih ovir ni. Ne bojim se sveta, ne bojim se življenja, bojim se svojih čustev...« / N: »Edina ovira sem jaz sam! Način razmišljanja, ja, ampak bolj čustveno stanje. Ne, ker mi niha hitro....« / M: »Verjetno pri kaki hudi jezi. Tam bi se znalo zgoditi, da bi me potegnili nazaj... Pa tudi pri kašnem stresu, pri kaki grozni, kak bi reku...situaciji, ko se skregam al pa ne vem, da je neki pretresljivga, neki straš'nga, takrat, takrat, takrat je tudi nevarno, da se zlomim.« / S: »...najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala, al pred bolečino, al pred žalostjo, zmeraj so bla ta čustva.«)
- *Težave v odnosih z nasprotnim spolom* (L: »Težave v odnosih z ženskami. Ko me je pustila punca, sm se znašel na robu recidiva. Padel sem v depresijo, šel prvič k psihiatru, saj nisem vedel kaj se dogaja.«)
- *Nihanja razpoloženja* (N: »Mogoče se to ne vidi na zunaj, ampak če je neka situacija neugodna za mene, ne, ni problema, hm. Na splošno pa niam med nekim vznesenim stanjem pa potem ostanem brez volje, ne.« /
- *Stres* (M: »Pa tudi pri kašnem stresu... takrat je nevarno, da se zlomim...«)
- *Zmedenost* (K: »Komuna me je še bolj zmedla...«)
- *Prizadetost* (S: »Pa če me je kdo prizadeu. To je blo najteži...«)

b.) OSEBNE SITUACIJE

- *Prevelika pričakovanja* (Ž: »Rad bi bil tm kjer si želim bit, rad bi delou to kar želim delat...«)
- *Samozadostnost* (N: »...če sm brez neke volje al pa se ne najdem, ne iščem neke pomoči, ne smilim se sam sebi, sprejemam ta del mene in to je to. Če pa vem, da je vse odvisno od mene, ne?«)
- *Nizka samozavest* (K: »Samozavest, nimam je...«)
- *Slaba samopodoba* (K: »...samopodoba, tud te nimam al pa je zlo zanj. Že od mjhnga se nism mela rada, zmer sm se mela za predebela, sm mela tud bulemijo, pa zmer je blo nekej...«)
- *Podcenjevanje v družinskem krogu* (K: »Tud doma mi ni nikol blo za bit, zmeri so me neki podcenjeval, zato sm šla tud rajš v program kt domou...«)
- *Motnje v programu* (K: »Komuna me je še bolj zmedla, mogoče sm bla premal časa, mogoče je blo to z vero kej, k so mi skoz govorl, da je ta svet hudičovo zlo, da morm ostati v komun, če hočm da mi rata, drugač me bo ta svet uniču... / To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal...«)
- *Negotovost* (K: »...samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...«)
- *Beg pred realnostjo* (S: »...najhuje je hendlat s čustvi, logično. Sej tega nism nikol znala, vedno sm bežala...«)

7. Odnos do drugih substanc:

1. korak: urejanje gradiva

L: »A to (začuden)?! Trava me je zmer čudn'ga delala, je nism mogu sploh... Ne rabm je, jo tudi prej nism, Misl'm da te nardi skisanga, neuporabnga. Kaj bi potlej dosegu? Nč. Alkohol pa tko. Včasih sm kakšn pivo spil, pa sm ugotovu, da tud to ne rabm. Sej lahk sok pijem al pa koka-kolo, jz se mam čist dobr, uživam v družbi, ne v drinki. A ni tako?«

Ž: »To jz nč ne konzumiram, tud nikol nism. Travo že, ostalo pa ne, sej še cigaret nism kadil, no včas, zdej pa ne, odkar sm u komuno šou....«

N: »Ja..ne vem..ne.. Kar se trave tiče imam eno izkušnjo, tako... čudno. Sem enkrat kadil preden sem šu u komuno, s punco sva kadila, pa sem reku, da ne bom, ker se spomnim, da sem imel zmerej bed sceno na temu. Ampak sm vseen, pa je bilo spet isto ne... dobim paranojo. To misl'm da ne bom več počeu, ne... Kar se pa alkohola tiče, pa kakšno pivo, ne vem, si še nism čist na jasnem s temu. Misl'm... ne vidim problema, če spijem kak pir, ne?!
Mmmm... Ja, o tem pa sploh še nism razmišl'ou, ne. Morm razmislit, ne vem.« (op. igranje z bedom)
M: »Večji problem mam z alkoholom. Ko sm jemou drogo sm skoz tud pil. Upam, da ne bom več.«
S: »Ko sm pršla s komune nism nč pila alkohola, nism, sem najprej mela polo za narest. K sm maturo nardila sem nazdravla z viskijam. Pol pa spet nč. Pol sm pa enga tipa spoznala, glasbenik je bil, ta ga je pa kr dost pil, pa sm takrt dost vn hodila pa to, ampak sm mela mejo, on ne. Ne morš met tazga partnerja, saj jz ne, zato sva šla narazn. Ko sm zanosila, od takrat ne spijem nč, tud tistga kozarca vina ne. Mi ne paše. Trava pa sploh ne. Je ne rabm. Sej je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okay.«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »A to (začuden)?! <u>Trava me je zmer čudn'ga delala</u> , je nism mogu sploh... Ne rabm je, jo tudi prej nism, Misl'm da <u>te nardi skisanga, neuporabnga</u> . Kaj bi potlej dosegu? Nč. <u>Alkohol pa tko</u> . Včasih <u>sm kakšn pivo spil</u> , pa <u>sm ugotovu</u> , da <u>tud to ne rabm</u> . Sej lahk sok pijem al pa koka-kolo, jz se mam čist <u>dobr</u> , uživam v družbi, ne v drinki. A ni tako?«
Ž: »To jz nč ne konzumiram, tud nikol nism. Travo že, ostalo pa ne, sej še cigaret nism kadil, no včas, <u>zdej pa ne, odkar sm u komuno šou....</u> «
N: »Ja..ne vem..ne.. Kar se trave tiče imam eno izkušnjo, tako... čudno. Sem enkrat kadil preden sem šu u komuno, s punco sva kadila, pa sem reku, da ne bom, ker se spomnim, da sem imel zmerej bed sceno na temu. Ampak sm vseen, pa je bilo spet isto ne... dobim paranojo. To misl'm da ne bom več počeu, ne... <u>Kar se pa alkohola tiče, pa kakšno pivo, ne vem, si še nism čist na jasnem s temu</u> . Misl'm... ne vidim problema, če spijem kak pir, ne?!
Mmmm... Ja, o tem pa sploh še nism razmišl'ou, ne. Morm razmislit, ne vem.« (op. igranje z bedom)
M: »Večji problem mam z alkoholom. Ko sm jemou drogo sm skoz tud pil. Upam, da ne bom več.«
S: »Ko sm pršla s komune nism nč pila alkohola, nism, sem najprej mela polo za narest. K sm maturo nardila sem nazdravla z viskijam. Pol pa spet nč. Pol sm pa enga tipa spoznala, glasbenik je bil, ta ga je pa kr dost pil, pa sm takrt dost vn hodila pa to, ampak sm mela mejo, on ne. Ne morš met tazga partnerja, saj jz ne, zato sva šla narazn. Ko sm zanosila, od takrat ne spijem nč, tud tistga kozarca vina ne. Mi ne paše. Trava pa sploh ne. Je ne rabm. Sej je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okay.«

3. korak: odprto kodiranje

L: »A to (začuden)?! <u>Trava me je zmer čudn'ga delala</u> , je nism mogu sploh... Ne rabm je, jo tudi prej nism, Misl'm da <u>te nardi skisanga, neuporabnga</u> . Kaj bi potlej dosegu? Nč. <u>Alkohol pa tko</u> . Včasih <u>sm kakšn pivo spil</u> , pa <u>sm ugotovu</u> , da <u>tud to ne rabm</u> . Sej lahk sok pijem al pa koka-kolo, jz se mam čist <u>dobr</u> , uživam v družbi, ne v drinki. A ni tako?«	TRAVA ALKOHOL
Ž: »To jz nč ne konzumiram, tud nikol nism. Travo že, <u>ostalo pa ne, sej še cigaret nism kadil, no včas, zdej pa ne, odkar sm u komuno šou....</u> «	TRAVA

N: »Ja..ne vem..ne.. <u>Kar se trave tiče imam eno izkušnjo, tako... čudno. Sem enkrat kadil preden sem šu u komuno, s punco sva kadila, pa sem reku, da ne bom, ker se spomnim, da sem imel zmerej bed sceno na temu. Ampak sm vseen, pa je bilo spet isto ne... dobim paranojo. To misl'm da ne bom več počeu, ne... Kar se pa alkohola tiče, pa kakšno pivo, ne vem, si še nism čist na jasnem s temu. Mislm... ne vidim problema, če spijem kak pir, ne?!</u> Mmmm... Ja, o tem pa sploh še nism razmišl'ou, ne. Morm razmisliť, ne vem.« (op. igranje z bedom)	TRAVA ALKOHOL
M: »Večji problem mam z alkoholom. Ko sm jemou drogo sm skoz tud pil. Upam, da ne bom več.«	ALKOHOL
S: »<u>Ko sm pršla s komune nism nč pila alkohola, nism, sem najprej mela šolo za narest. K sm maturo nardila sem nazdravla z viskijam. Pol pa spet nč. Pol sm pa enga tipa spoznala, glasbenik je bil, ta ga je pa kr dost pil, pa sm takrt dost vn hodila pa to, ampak sm mela mejo, on ne. Ne morš met tazga partnerja, saj jz ne, zato sva šla narazn. Ko sm zanosila, od takrat ne spijem nč, tud tistga kozarca vina ne. Mi ne paše. Trava pa sploh ne. Je ne rabm. Sej je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okay.</u>«	ALKOHOL TRAVA

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: razmišljam o tem, ne razmišljam, ne razmišljam več.

Alkohol → razmišljam, ne razmišljam, ne razmišljam več
Marihuana → ne razmišljam

- *Oсно (aksialno) kodiranje*

- a.) RAZMIŠLJAM
 - alkohol (intervju N)
- b.) NE RAZMIŠLJAM
 - alkohol (intervjuja Ž, M)
 - marihuana (intervjuji L, Ž, N, S)
- c.) NE RAZMIŠLJAM VEČ
 - alkohol (intervjuja L, S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) RAZMIŠLJAM

Alkohol (N: »Kar se pa alkohola tiče, pa kakšno pivo, ne vem, si še nism čist na jasnem s temu. Misl'm... ne vidim problema, če spijem kak pir, ne?!«)

b.) NE RAZMIŠLJAM

- *Marihuana* (L: »Trava me je zmer čudn'ga delala, je nism mogu sploh... Ne rabm je, jo tudi prej nism, Misl'm da te nardi skisanga, neuporabnga. Kaj bi potlej dosegu? Nč.« / Ž: »To jz nč ne konzumiram, tud nikol nism. Travo že, ostalo pa ne, sej še cigaret nism kadil, no včas, zdej pa ne, odkar sm u komuno šou.« / N: »Kar se trave tiče imam eno izkušnjo, tako... čudno. Sem enkrat kadil preden sem šu u komuno, s punco sva kadila, pa sem reku, da ne bom, ker se spomnim, da sem imel zmerej bed sceno na temu. Ampak sm vseen, pa je bilo spet isto ne... dobim paranojo. To misl'm da ne bom več počeu, ne...« / S: »trava pa sploh ne. Je ne rabm. Sej je blo že dost odklopov, zato pa jemaš droge ne, da se ga odklopiš? Realnost je čist okay.«)
- *Alkohol* (Ž: »To jz nč ne konzumiram...« / M: »Večji problem mam z alkoholom. Ko sm jemou drogo sm skoz tud pil. Upam, da ne bom več.«)

c.) NE RAZMIŠLJAM VEČ

- *Alkohol* (L: »Alkohol pa tko. Včasih sm kakšn pivo spil, pa sm ugotovu, da tud to ne rabm. Sej lahk sok pijem al pa koka-kolo, jz se mam čist dobr, uživam v družbi, ne v drinki.« / S: »Ko sm pršla s komune nism nč pila alkohola, nism, sem najprej mela šolo za narest. K sm maturo nardila sem nazdravla z viskijam. Pol pa spet nč. Pol sm pa enga tipa spoznala, glasbenik je bil, ta ga je pa kr dost pil, pa sm takrt dost vn hodila pa to, ampak sm mela mejo, on ne. Ne morš met tazga partnerja, saj jz ne, zato sva šla narazn. Ko sm zanosila, od takrat ne spijem nč, tud tistga kozarca vina ne. Mi ne paše...«)

8. Socialna mreža / trenutni stiki

1. korak: urejanje gradiva

L: »...imam s puncam probleme, prijateljico imam: greva skupi na kofe, tud v kino, na izlet, sam to je vse, nč več nimam z njo. Bojim se teh odnosov, doma vse isto: fotr skoz neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, mah to so štorije, dolga zgodba...«
Včasih grem na kakšn predavanje, seminar in spoznavam nov folk, s kšnimi se zaštekam, s kšnimi ne, sej je zmeraj tako, z enimi gre, z drugimi ne. Pa v službi spoznavam ljudi, na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...
Takr't sm mel sam mam, nobenga frenda, zato sm se umaknu v Kanado. Da razmislim o moji poti za naprej. K sm bil tm u tist hiš, sej veš, sm počas začel dobivat nove stike, največ na predavanjih, k smo se skupi družl. Pa u hribih kšnga spoznaš, pa tko, počas je šlo.... Ja, službo sm kmal dobu tko da ni blo take panike. Tm je pa skoz en folk, se že pogovarjaš, pa kakšno rečeš...«
Ž: »Sej veš sama, Brigita pa fantje notr, pa u nedelah grem na bogoslužje pa včasih še k pastoru. Frendov niti nimam, niti jih ne pogrešam, ne, ker mam zdej vse kr rabm na dosegu roke. To so edini stiki.
Sm bil doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik, no z malim bratcem... tega pa včasih poklič'm, za vikende sm pa tko pr Brigitinih starih starših.«
A on? Boli ga zame, nismo živel skupi, mam pa mene je pustu, ko je bla mama še noseča z mano. Nč stika, sej ga ne rabm...
N: »Bojana je pa Bojana. Z njo se pogovorim vse. Pa tudi ji povem, ona pa tako ali tako kuj opazi, pred njo ne morem skrivat. Ne, sej mam tud druge s katerimi se lahko pogovarjam«.

M: »Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga...
Polbrata pa enga iz kluba ko smo bli skup, njemu kr zaupam, pa on tud men pove kej.
Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na veselicah, zdej pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem.«
K: »Največ s sestro, s straši bolj mal. Drugač sm se pa največ s fanti s skupine družla, pa tud z unimi z zavetiša sm bla dost, sploh z enmu. Pa en fant me je ene dvakrat pršu obiskat, moj bivši, sam tko... ni blo to to...
Sej pravm, da to ni blo to, bala sm se bit sama, sm se včas rajš podrejala, delala to kar so drugi hotl...«
S: »V komuni sm mogla razpucat sama s sabo, kaj hočem, in vse to. Najprej sm imela soočenje s starimi prijatelji, to sm mogla razpucat: a imamo še kej skupnega. Pa sm vidla, da ne, sej je mene čist neki družga zanimalo kt njih. Pol sm se v šolo vpisala pa začela delat prek študenta, pa tako. Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.
Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komini k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj. Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal...«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »...imam s puncam probleme, prijateljico imam: greva skupi na kofe, tud v kino, na izlet, sam to je vse, nč več nimam z njo. Bojim se teh odnosov, doma vse isto: fotr skoz neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, mah to so štorije, dolga zgodba...
Včasih grem na kakšn predavanje, seminar in spoznavam nov folk, s kšnimi se zaštekam, s kšnimi ne, sej je zmeraj tako, z enimi gre, z drugimi ne. Pa v službi spoznavam ljudi, na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...
Takr't sm mel sam mamu, nobenga frenda, zato sm se umaknu v Kanado. Da razmislim o moji poti za naprej. K sm bil tm u tist hiš, sej veš, sm počas začel dobivat nove stike, največ na predavanjih, k smo se skupi družl. Pa u hribih kšnga spoznaš, pa tko, počas je šlo.... Ja, službo sm kmal dobu tko da ni blo take panike. Tm je pa skoz en folk, se že pogovarjaš, pa kakšno rečeš...«
Ž: »Sej veš sama, Brigita pa fantje notr, pa u nedelah grem na bogoslužje pa včasih še k pastorju. Frendov niti nimam, niti jih ne pogrešam, ne, ker mam zdej vse kr rabm na dosegu roke. To so edini stiki.
Sm bil doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik, no z malim bratcem... tega pa včasih poklič'm, za vikende sm pa tko pr Brigitinih starih starših.«
A on? Boli ga zame, nismo živel skupi, mamu pa mene je pustu, ko je bla mama še noseča z mano. Nč stika, sej ga ne rabm...
N: »Bojana je pa Bojana. Z njo se pogovorim vse. Pa tudi ji povem, ona pa tako ali tako kuj opazi, pred njo ne morem skrivat. Ne, sej mam tud druge s katerimi se lahko pogovarjam«.
M: »Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga...
Polbrata pa enga iz kluba ko smo bli skup, njemu kr zaupam, pa on tud men pove kej.
Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na

<u>veselicalah, zdej pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem.</u> «
K: »Največ s <u>sestro, s starši bolj mal</u> . Drugač sm se pa največ s <u>fanti s skupine družla, pa tud z unimi z zavetiša</u> sm bla dost, sploh z enmu. Pa en fant me je ene dvakrat pršu obiskat, moj bivši, sam tko... ni blo to to...
Sej pravm, da to ni blo to, <u>bala sm se bit sama, sm se včas rajš podrejala, delala to kar so drugi hotl...</u> «
S: »V komuni sm mogla razpucat sama s sabo, kaj hočem, in vse to. Najprej sm imela <u>soočenje s starimi prijatelji</u> , to sm mogla razpucat: a imamo še kej skupnega. Pa sm vidla, da ne, sej je mene čist neki družga zanimalo kt njih. Pol sm se v šolo vpisala pa začela delat prek študenta, pa tako. Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.
Prijateljica. <u>Imela sem prijateljico, ki je ostala prijateljica a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali.</u> To mi je bilo čist dovolj. <u>Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagat...</u> «

3. korak: odprto kodiranje

L: »...imam s puncam probleme, <u>prijateljico imam: greva skupi na kofe, tud v kino, na izlet, sam to je vse, nč več nimam z njo.</u> Bojim se teh odnosov, <u>doma vse isto: fotr skoz neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, mah to so štorije, dolga zgodba....</u>	PRIJATELJICA
<u>Včasih grem na kakšn predavanje, seminar in spoznavam nov folk, s kšnimi se zaštekam, s kšnimi ne, sej je zmeraj tako, z enimi gre, z drugimi ne. Pa v službi spoznavam ljudi, na NA jih spoznavam...</u> Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...	STARŠI
<u>Takr't sm mel sam mam, nobenga frenda, zato sm se umaknu v Kanado. Da razmislim o moji poti za naprej. K sm bil tm u tist hiš, sej veš, sm počas začel dobivat nove stike, največ na predavanjih, k smo se skupi družl. Pa u hribih kšnga spoznaš, pa tko, počas je šlo....</u> Ja, službo sm kmal dobu tko da ni blo take panike. Tm je pa skoz en folk, se že pogovarjaš, pa kakšno rečeš...«	SPOZNAVANJE NOVIH LJUDI SKUPINA ZA SAMOPOMOČ
Ž: »Sej veš sama, <u>Brigita pa fantje notr, pa u nedelah grem na bogoslužje pa včasih še k pastoru.</u> Frendov niti nimam, <u>niti jih ne pogrešam, ne, ker mam zdej vse kr rabm na dosegu roke. To so edini stiki.</u> Sm bil <u>doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik, no z malim bratcem...</u> tega pa včasih poklič'm, za vikende sm pa tko pr <u>Brigitinih starih starših.</u> « A on? <u>Boli ga zame, nismo živel skupi, mam pa mene je pustu, ko je bla mama še noseča z mano. Nč stika, sej ga ne</u>	PUNCA FANTJE V RC PASTOR NE POTREBUJEM PRIJATELJEV MLAJŠI BRAT DEKLETINI STARI STARŠI

<u>rabm...</u>	OČE (nima stikov)
<u>N: »Bojana je pa Bojana. Z njo se pogovorim vse. Pa tudi ji povem, ona pa tako ali tako kuj opazi, pred njo ne morem skrivat. Ne, sej mam tud druge s katerimi se lahko pogovarjam«.</u>	PUNCA DRUGI, S KATERIMI SE LAHKO POGOVARJAM
<u>M: »Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zde se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga...«</u> <u>Polbrata pa enga iz kluba ko smo bli skup, njemu kr zaupam, pa on tud men pove kej.</u> <u>Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na veselicah, zde se pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem.«</u>	SKUPINA ZA SAMOPOMOČ POLBRAT PROSTOVOLJCI V RC FANTJE V RC
<u>K: »Največ s sestro, s starši bolj mal. Drugač sm se pa največ s fanti s skupine družla, pa tud z unimi z zavetiša sm bla dost, sploh z enmu. Pa en fant me je ene dvakrat pršu obiskat, moj bivši, sam tko... ni blo to to...«</u> <u>Sej pravm, da to ni blo to, bala sm se bit sama, sm se včas rajš podrejala, delala to kar so drugi hotl...«</u>	SESTRA FANTJE V RC OSEBA IZ ZAVETIŠČA BIVŠI FANT
<u>S: »V komuni sm mogla razpucat sama s sabo, kaj hočem, in vse to. Najprej sm imela soočenje s starimi prijatelji, to sm mogla razpucat: a imamo še kej skupnega. Pa sm vidla, da ne, sej je mene čist neki družga zanimalo kt njih. Pol sm se v šolo vpisala pa začela delat prek študenta, pa tako. Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.</u> <u>Prijateljica. Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle. Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali. To mi je bilo čist dovolj. Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal...«</u>	NIČ VEČ STARI PRIJATELJI NOVA POZNANSTVA PRIJATELJICA OHRANITEV ODNOSOV S PUNCAMI IZ KOMUNE STARŠI

- Združevanje sorodnih pojmov v kategorije

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: navezovanje novih stikov in pasivnost glede odnosov.

Prijateljica → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Starši → navezovanje novih ali drugačnih stikov / pasivnost glede odnosov
 Spoznavanje novih ljudi → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Skupina za samopomoč → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Punca → navezovanje novih ali drugačnih stikov / pasivnost glede odnosov
 Fantje v RC → pasivnost glede odnosov
 Pastor → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Ne potrebujem prijateljev → pasivnost glede odnosov
 Mlajši brat, polbrat → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Oče → pasivnost glede odnosov
 Dekletini stari starši → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Drugi, s katerimi se lahko pogovarjam → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Prostovoljci v RC → pasivnost glede odnosov
 Sestra → pasivnost glede odnosov
 Oseba iz zavetišča → pasivnost glede odnosov
 Bivši fant → pasivnost glede odnosov
 Nič več stari prijatelji → navezovanje novih ali drugačnih stikov
 Ohranitev odnosov s puncami iz komune → navezovanje novih ali drugačnih stikov

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Stiki:

a.) NAVEZOVANJE NOVIH ALI DRUGAČNIH STIKOV

- prijateljica (intervjuja L, S)
- spoznavanje novih ljudi v službi, v prostočasnih dejavnostih, skupinah za samopomoč, itd. (intervjuji L, Ž, S)
- mlajši brat, polbrat (intervjuja Ž, M)
- dekletini stari starši (intervju Ž)
- punca (intervjuja Ž, N)
- drugi s katerimi se lahko pogovarjam (intervju N)
- skupina za samopomoč (intervjuja L, M)
- nič več stari prijatelji (intervju S)
- ohranitev odnosov s puncami iz komune (intervju S)
- starši (intervju S)

b.) PASIVNOST GLEDE ODNOSOV

- starši (intervjuja L, Ž)
- punca (intervju Ž)
- fantje z RC (intervjuji Ž, M, K)
- ne potrebujem prijateljev (intervju Ž)
- oče (intervju Ž)
- prostovoljci v RC (intervju M)
- sestra (intervju K)
- oseba iz zavetišča (intervju K)
- bivši fant (intervju K)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) NAVEZOVANJE NOVIH ALI DRUGAČNIH STIKOV

- *Prijateljica* (L: »...prijateljico imam: greva skupi na kofe, tud v kino, na izlet, sam to je vse, nč več nimam z njo.« / S: »Imela sem prijateljco, ki je ostala prijateljca a kako nej temu rečem. Še v komuni k sm bla je prišla na obisk k men, pa je pršla tud pol in sva kam skupi šle.«)
- *Spoznavanje novih ljudi v službi, v prostočasnih dejavnostih, skupinah za samopomoč, itd.* (L: »Včasih grem na kakšn predavanje, seminar in spoznavam nov folk, s kšnimi se zaštekam, s kšnimi ne, sej je zmeraj tako, z enimi gre, z drugimi ne. Pa v službi spoznavam ljudi, na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...« / Ž: »...pa u nedelah grem na bogoslužje pa včasih še k pastorju.« / S: »Pol sm se v šolo vpisala pa začela delat prek študenta, pa tako.«)
- *Mlajši brat, polbrat, sestra* (Ž: »...no z malim bratcem... tega pa včasih poklič'm...« / M: »Polbrata pa enga iz kluba ko smo bli skup, njemu kr zaupam, pa on tud men pove kej.«)
- *Dekletini stari starši* (Ž: »...za vikende sm pa tko pr Brigitinih starih starših.«)
- *Punca* (N: »Bojana je pa Bojana. Z njo se pogovorim vse. Pa tudi ji povem, ona pa tako ali tako kuj opazi, pred njo ne morem skrivat...«)
- *Drugi, s katerimi se lahko pogovarjam* (N: »...sej mam tud druge s katerimi se lahko pogovarjam...«)
- *Skupina za samopomoč* (L: »...na NA jih spoznavam...« / M: »Jz sm lahko na skupine za samopomoč hodu ki so ble v Vojniku. To mi je še najbolj pomagal. In še zdej se tu pa tam čujem s tistmu, ki je bil v skupin. Ene dvakrat, trikrat na teden se slišva. Sej je starejš možakar sam mi res pomaga...«)
- *Nič več stari prijatelji* (S: »V komuni sm mogla razpucat sama s sabo, kaj hočem, in vse to. Najprej sm imela soočenje s starimi prijatelji, to sm mogla razpucat: a imamo še kej skupnega. Pa sm vidla, da ne, sej je mene čist neki družga zanimalo kt njih.«)
- *Ohranitev odnosov s puncami iz komune* (S: »Pa še ena punca je tud bla z mano, ki je isto pršla iz komune in sva skupaj stanovanje urejali.«)
- *Starši* (S: »Dobr, starši seveda, oni so mi skoz pomagal... Počas so mi stari tolk zaupal, da so mi dal stanovanje od stare mame, k je umrla. To mi je velik pomenl.«)

a.) PASIVNOST GLEDE ODNOSOV

- *Starši* (L: »...doma vse isto: fotr skoz neki teži, še k grem na obisk, je zmer neki. Mat pa, kaj vem, mah to so štorije, dolga zgodba...« / Ž: »Sm bil doma, pa mi je mt spet težila, zmer išče napake u men, dost mam tega. Sm kr prekinu stik...«)
- *Punca* (Ž: »Brigita, ona me je čakala...«)
- *Fantje v RC* (Ž: »...pa fantje notr...« / M: »Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na veselicah, zdej pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem.« / K: »Drugač sm se pa največ s fanti s skupine družla...«)
- *Ne potrebujem prijateljev* (Ž: »Frendov niti nimam, niti jih ne pogrešam, ne, ker mam zdej vse kr rabm na dosegu roke. To so edini stiki.«)
- *Prostovoljci v RC* (M: »Spoznal sem prostovoljce pa fante, drgač pa kaj vem. Ne morš kr tko spoznat nove ljudi, to se da bol na veselicah, zdej pa ne vem, grem okol s kolesam pa bol opazujem.«)
- *Oče* (Ž: »A on? Boli ga zame, nismo živel skupi, mamo pa mene je pustu, ko je bla mama še noseča z mano. Nč stika, sej ga ne rabm...«).
- *Sestra* (K: »Največ s sestro, s starši bolj mal...«)
- *Oseba iz zavetišča* (K: »...pa tud z unimi z zavetiša sm bla dost, sploh z enmu.... Sej pravm, da to ni blo to, bala sm se bit sama, sm se včas rajš podrejala, delala to kar so drugi hotl...«)
- *Bivši fant* (K: »Pa en fant me je ene dvakrat pršu obiskat, moj bivši, sam tko... ni blo to to...«)

9. Prosti čas

1. korak: urejanje gradiva

L: »Tek in telesna aktivnost... Za tek in branje si vedno najdem čas.... Včasih grem na kakšn predavanje, seminar... ...na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...«
Ž: »Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljubu sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jut, pojutršnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekaj pomaga.
Včasih grem za računalnik pa še to so tm ene ful dobre lekcije za kitaro. Pa šport me zanima, vse tekme si pogledam, v nedelah sm včas kr zakopan pred TV-jam.
Mogoče bi lahk kej Biblijo bral, pa sm mal pustu to, ne vem če je dobr ne, ampak... ne...«
N: »Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo... Ja, najraj sm pa za bobni, to mi življenje daje. Kokr kdaj, mogoče bi blo smisl, čeprou ne vem točno zakaj. Sej ko maš službo, kaj ti pa pol ostane od časa?«
M: »Ja, to mi je super, it na kolo pa tja pa sm. Tud hribi so dobri sam sam ne grem, ne vem, drugi pa za vikend nočjo it. Jz bi šou kuj.«
K: »...sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat... ...Ja, sm...sej ga še zde igrām, pa tud inštruiram...« (op. klavir)
S: »Brala in meditirala, pisala... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »Tek in telesna aktivnost... Za tek in <u>branje</u> si vedno najdem čas.... Včasih grem na kakšn <u>predavanje, seminar</u> <u>na NA jih spoznavam</u> ... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...«
Ž: »Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljubu sm se v kitaro. Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jut, pojutršnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekaj pomaga. <u>Včasih grem za računalnik pa še to so tm ene ful dobre lekcije za kitaro. Pa šport me zanima, vse tekme si pogledam, v nedelah sm včas kr zakopan pred TV-jam.</u> <u>Mogoče bi lahk kej Biblijo bral, pa sm mal pustu to, ne vem če je dobr ne, ampak... ne...«</u>
N: »Če je lepo, rad hodim na <u>sprehode</u> , se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo... Ja, najraj sm pa za bobni, to mi življenje daje. Kokr kdaj, mogoče bi blo smisl, čeprou ne vem točno zakaj. <u>Sej ko maš službo, kaj ti pa pol ostane od časa?«</u>
M: »Ja, to mi je super, <u>it na kolo pa tja pa sm</u> . Tud <u>hribi so dobri sam sam ne grem, ne vem, drugi pa za vikend nočjo it. Jz bi šou kuj.</u> «
K: »... <u>sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat</u>Ja, sm...sej ga še zde igrām, pa tud inštruiram...« (op. klavir)
S: » <u>Brala in meditirala, pisala... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo</u> ...«

3. korak: odprto kodiranje

L: »<u>Tek in telesna aktivnost...</u> Za tek in <u>branje</u> si vedno najdem čas.... Včasih grem na kakšn <u>predavanje, seminar...</u> ...<u>na NA jih spoznavam</u>... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak. Sej včasih mi pa tud paše...«	ŠPORT (tek, telesna aktivnost) BRANJE PREDAVANJA, SEMINARJI NA
Ž: »<u>Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrou kitaro. Prav zaljuba sm se v kitaro.</u> Ne vem kako to, nikol nism bil tolk zavzet. Bolj ko vidm da mi neki ne gre, bolj se zavzamem, da to izpilim. Sam seb govorim, "sej bom, sej bom". Vem, da ne bom jut, pojutršnjem dobr igrou, ampak čez pet let... to mi nekak pomaga. <u>Včasih grem za računalnik pa še to so tm ene ful dobre lekcije za kitaro. Pa šport me zanima, vse tekme si pogledam, v nedelah sm včas kr zakopan pred TV-jam.</u> <u>Mogoče bi lahk kej Biblijo bral, pa sm mal pustu to, ne vem če je dobr ne, ampak... ne...«</u>	GLASBA (igranje kitare) INTERNET TV (ŠPORT)
N: »<u>Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo...</u> Ja, najraj sm pa <u>za bobni, to mi življenje daje.</u> Kokr kdaj, mogoče bi blo smisl, čeprou ne vem točno zakaj. <u>Sej ko maš službo, kaj ti pa pol ostane od časa?»</u>	SPREHODI POGOVARJANJE GLASBA
M: »Ja, to mi je super, <u>it na kolo pa tja pa sm.</u> Tud <u>hribi so dobri sam sam ne grem, ne vem, drugi pa za vikend nočjo it. Jz bi šou kuj.</u>«	ŠPORT (kolo) HRIBI
K: »...<u>sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat...</u> ...Ja, sm...sej ga še zdej igram, pa tud inštruiram...«	RISANJE GLASBA (klavir)
S: »<u>Brala in meditirala, pisala...</u> včasih v hribe, <u>koncert, različno, kakor se je odvijalo...</u>«	BRANJE PISANJE MEDITACIJA HRIBI GLASBA (koncerti)

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: telesna aktivnost, psihična aktivnost.

Šport → telesna aktivnost
 Branje → psihična aktivnost
 Predavanja, seminarji → psihična aktivnost
 NA → psihična aktivnost
 Glasba → psihična aktivnost
 Internet → psihična aktivnost
 TV → psihična aktivnost
 Sprehodi → telesna aktivnost
 Pogovarjanje → psihična aktivnost
 Hribi → telesna aktivnost
 Risanje → psihična aktivnost
 Pisanje → psihična aktivnost
 Meditacija → psihična aktivnost

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Prosti čas:
 a.) TELESNA AKTIVNOST
 - šport (tek, kolesarjenje) (intervjuja L, M)
 - sprehodi (intervju N)
 - hribi (intervjuja M, S)
 b.) PSIHIČNA AKTIVNOST
 - predavanja, seminarji (intervju L)
 - skupina za samopomoč (intervjuja L, M)
 - glasba (igranje glasbe, koncerti) (intervjuji Ž, N, K, S)
 - internet (intervju Ž)
 - TV (intervju Ž)
 - pogovarjanje (intervju K)
 - risanje (intervju K)
 - branje (intervjuji L, Ž, S)
 - pisanje (intervju S)
 - meditacija (intervju S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

- a.) TELESNA AKTIVNOST
- *Šport (tek, kolesarjenje)* (L: »Tek in telesna aktivnost... Za tek in branje si vedno najdem čas....« / M: »Ja, to mi je super, it na kolo pa tja pa sm...«)
 - *Sprehodi* (N: »Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo...«)

- *Hribi* (M: »Tud hribi so dobri sam sam ne grem, ne vem, drugi pa za vikend nočjo it. Jz bi šou kuj.« / S: »...včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...«)

b.) PSIHIČNA AKTIVNOST

- *Predavanja, seminarji* (L: »Včasih grem na kakšn predavanje, seminar...«)
- *Skupina za samopomoč* (L: »...na NA jih spoznavam... Mislim, da nimam problema s tem, da bi bil osamljen al pa kak...«)
- *Glasba (igranje glasbe, koncerti)* (Ž: »Vsak dan komi čakam, da bom lahk igrrou kitaro. Prav zaljubu sm se v kitaro...« / N: »Ja, najraj sm pa za bobni, to mi življenje daje.« / S: »...včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...« / K: »...Ja, sm...sej ga še zdej igram, pa tud inštruiram...« (op. klavir)
- *Internet* (Ž: »Včasih grem za računalnik pa še to so tm ene ful dobre lekcije za kitaro.«)
- *TV* (Ž: »Pa šport me zanima, vse tekme si pogledam, v nedeljah sm včas kr zakopan pred TV-jam.«)
- *Pogovarjanje* (N: »Če je lepo, rad hodim na sprehode, se pogovarjam, včas tud kr posedam pa gledam u nebo...«)
- *Risanje* (K: »...sm risala, rada rišem, sm se tako zamotla pa tud dobr mi je risat...«)
- *Branje* (L: »Za tek in branje si vedno najdem čas...« / Ž: »Mogoče bi lahk kej Biblijo bral, pa sm mal pustu to, ne vem če je dobr ne, ampak... ne...« / S: »Brala in meditirala, pisala... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...«)
- *Pisanje* (S: »Brala in meditirala, pisala... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...«)
- *Meditacija* (S: »Brala in meditirala, pisala... včasih v hribe, koncert, različno, kakor se je odvijalo...«)

10. Cilji:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...«
Ž: »Kar se tiče ciljev pač, te cilje si želim pač, nekaj jih bom dosegu, ne. Delat v vrtcu to mi je tist trenuten cilj. Ne vem pa kaj pa pol. Sigurn je cilj ustvarit družino, ne, enga otroka. Men je cilj met hčerko al pa sina k bo reku moj fotr je pa faca. K bo ponosn name, da bo drugim reku: "To je pa moj fotr, a veš", ne da ga bo sram. Kr en tip. Tko, da ja no. Pa itak z Brigito ustvart eno družino, en odnos«.
N: »Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničit: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbužen... ...dokončat faks, ustvarit družino; Dost je zaenkrat. Bom vidu sprot kaj se dogaja...«
M: »Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje.«
K: »: »Ma niti ne, se bojim da bom službo zgubla pa o tem sploh ne razmišlam.... Nočm, mal se izogibam vsega tega razmišlana, vsega je blo že preveč....«
S: »Družina, služba, si vzet čas zase... Zdej je vse drugač. Moji cilji so zdej čist drugačni, lahko rečem, da ohranjam svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih rečeh...«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...«
Ž: »Kar se tiče ciljev pač, te cilje si želim pač, nekaj jih bom dosegu, ne. Delat v vrtcu to mi je tist trenuten cilj. Ne vem pa kaj pa pol. Sigurn je cilj <u>ustvarit družino, ne, enga otroka</u> . Men je cilj <u>met hčerko al pa sina k bo reku moj fotr je pa faca</u> . K bo ponosn name, da bo drugim reku: "To je pa moj fotr, a veš", ne da ga bo sram. Kr en tip. Tko, da ja no. <u>Pa itak z Brigito ustvart eno družino, en odnos</u> «.

N: » <u>Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen...</u>
...dokončat faks, ustvarit družino; Dost je zaenkrat. <u>Bom vidu sprot kaj se dogaja...</u> «
M: » <u>Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje.</u> «
K: »: »Ma niti ne, <u>se bojim da bom službo zgubla pa o tem sploh ne razmišlam.... Nočm, mal se izogibam vsega tega razmišlana, vsega je blo že preveč....</u> «
S: » <u>Družina, služba, si vzet čas zase... Zdej je vse drugač. Moji cilji so zdej čist drugačni, lahko rečem, da ohranjam svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih rečeh....</u> «

3. korak: odprto kodiranje

L: » <u>Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...</u> «	IMETI PARTNERKO
Ž: »Kar se tiče ciljev pač, te cilje si želim pač, nekak jih bom dosegu, ne. <u>Delat v vrtcu to mi je tist trenuten cilj. Ne vem pa kaj pa pol. Sigurn je cilj ustvarit družino, ne, enga otroka. Men je cilj met hčerko al pa sina k bo reku moj fotr je pa faca. K bo ponosn name, da bo drugim reku: "To je pa moj fotr, a veš", ne da ga bo sram. Kr en tip. Tko, da ja no. Pa itak z Brigito ustvarit eno družino, en odnos</u> «.	KONKRETNA SLUŽBA USTVARIT DRUŽINO USTVARIT ODNOS S PUNCO
N: » <u>Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne. Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončat faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen</u> ...dokončat faks, ustvarit družino; Dost je zaenkrat. <u>Bom vidu sprot kaj se dogaja...</u> «	SPREMENIT NAČIN ŽIVLJENJA STATI ZA SPREMEMBAMI DOKONČAT FAKS USTVARIT DRUŽINO OSTATI TREZEN IN ZBUJEN
M: » <u>Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje.</u> «	POISKATI ZAPOSLOITEV
K: »: »Ma niti ne, <u>se bojim da bom službo zgubla pa o tem sploh ne razmišlam.... Nočm, mal se izogibam vsega tega razmišlana, vsega je blo že preveč....</u> «	OBDRŽATI SLUŽBO
S: » <u>Družina, služba, si vzet čas zase... Zdej je vse drugač. Moji cilji so zdej čist drugačni, lahko rečem, da ohranjam svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih rečeh....</u> «	SI VZETI ČAS ZASE OHRANJATI SVOJE ZADOVOLJSTVO V MAJHNH IN VELIKH STVAREH

- Združevanje sorodnih pojmov v kategorije

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: kratkoročni in dolgoročni cilji.

Imeti partnerko → kratkoročni / dolgoročni cilji
 Konkretna služba → dolgoročni cilji
 Ustvariti družino → kratkoročni / dolgoročni cilji
 Ustvariti odnos s punco → kratkoročni cilji
 Spremeniti način življenja → kratkoročni cilji
 Stati za spremembami → kratkoročni cilji
 Dokončati faks → kratkoročni cilji
 Ostati trezen in zbujen → kratkoročni cilji
 Poiskati službo → kratkoročni cilji
 Obdržati službo → kratkoročni cilji
 Si vzeti čas zase → kratkoročni cilji
 Ohranjati svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih stvareh → kratkoročni cilji

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Cilji:

a.) KRATKOROČNI CILJI

- imeti partnerko (intervju L)
- ustvariti odnos s punco (intervju Ž)
- dokončati faks (intervju N)
- spremeniti način življenja (intervju N)
- stati za spremembami (intervju N)
- ostati trezen in zbujen (intervju N)
- poiskati zaposlitev (intervju M)
- obdržati službo (intervju K)
- si vzeti čas zase (intervju S)
- ohranjati svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih stvareh (intervju S)

b.) DOLGOROČNI CILJI

- imeti partnerko (intervju L)
- konkretna služba (intervju Ž)
- ustvariti družino (intervjuja Ž, N)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) KRATKOROČNI CILJI

- *Imeti partnerko* (L: »Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...«)
- *Ustvariti odnos s punco* (Ž: »Pa itak z Brigito ustvart eno družino, en odnos.«)
- *Dokončati faks* (N: »Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončati faks...«)
- *Spremeniti način življenja* (N: »Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne.«)
- *Stati za spremembami* (N: »Način življenja. Oziroma ga že spreminjam, ampak da ga spremenim ampak da tudi potem stojim za tem, ne.«)

- *Ostati trezen in zbujen* (N: »Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončati faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen...«)
- *Poiskati zaposlitev* (M: »Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje.«)
- *Obdržati službo* (K: »...se bojim da bom službo zgubla pa o tem sploh ne razmišlam.... Nočm, mal se izogibam vsega tega razmišlana, vsega je blo že preveč....«)
- *Si vzeti čas zase* (S: »Družina, služba, si vzet čas zase... Zdej je vse drugač. Moji cilji so zdej čist drugačni...«)
- *Ohranjati svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih stvareh* (S: »Moji cilji so zdej čist drugačni, lahko rečem, da ohranjam svoje zadovoljstvo v majhnih in velikih rečeh...«)

b.) DOLGOROČNI CILJI

- *Imeti partnerko* (L: »Želim imet punco ampak kt sm reku, mam resne probleme s tem. Drugač mam vse, kar želim, se mi zdi. Nič tazga, partnerko si pa res želim...«)
- *Konkretna služba* (Ž: »Kar se tiče ciljev pač, te cilje si želim pač, nekaj jih bom dosegu, ne. Delat v vrtcu to mi je tist trenutni cilj. Ne vem pa kaj pa pol...«)
- *Ustvariti družino* (Ž: »Sigurn je cilj ustvariti družino, ne, enga otroka. Men je cilj met hčerko al pa sina k bo reku moj fotr je pa faca. K bo ponosn name, da bo drugim reku: "To je pa moj fotr, a veš", ne da ga bo sram. Kr en tip. Tko, da ja no. Pa itak z Brigito ustvarit eno družino, en odnos«. / N: »Mam neke cilje postavljene, hm, ko jih želim uresničiti: dokončati faks, družina, ne. Ne vem, edina verjanta je, da to, da mi to uspe je, da sem trezen in nič drugega. To, da ostanem zbujen...dokončati faks, ustvariti družino; Dost je zaenkrat. Bom vidu sprot kaj se dogaja...«)

11. Osebnostne značilnosti:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Mislim, da se tega učim sprot, včasih sem preveč zmeden in pozabljam stvari, to mislim, da je k mam probleme s spanjem, drugač mislim, da sm velik bol odgovoren kt sm bil. Vem, da nimam kaj druge krivit, poskušam sprejemati posledice za svoja dejanja... To s spanjem morm pa res uredit, drugač bom zmer utrujen. Prov sit sm že tega.«
»Zmeden. Ne vem al sm tak po naravi al pa zaradi spanca ker ne spim kot bi mogu. Ne da pozabljam stvari, to ne, no včasih tud, ampak ne vem kam sm kaj dau pa, ne znam povedati. Drugače pa mislim, da sem boljša oseba kt sem bil. Včasih sm bil res egoist, sej ne pravim, da nism več ampak vid'm da ne več tak kot sm bil. To je... dobr... Pa bolj duhov'n sem tudi postau. Včasih me to ni nič zanimal, zdej me, ker vem, da me pomirja. To sm začel u programu, sm se začel spraševati kaj, čemu, zakaj...imam kar lepo število dobrih izkušenj glede tega. To, kar jz mislim o seb, da se bojim odnosov s puncami, to sm pa že rekel, vedno sem nekaj razočaran, mislim, da sm preveč posesiven, potem me pa preč odrinejo, jz pa živce zgubljam... (se zamisli za nekaj sekund)... Ne vem več. Tak sem, kaj nej rečm?«
Ž: »Ah, kaj pa vem. Sm čist u redu razen te izbruhi evforije, to kar sm že povedu, tko, da se učim zdej kontrolirati use to. Mogoče sm tud mal razvajen, rd mam da se mi stvari povejo ne pred usemi, takrt znorim... (pauza). Rd igram kitaro, to me pomirja, sam hitr lahk znorim, če me kdo zmot... to, kaj pa vem.... (pauza).«
To, kar je u Bibliji, to so vrednote, probam se po njih ravnati, kolkr gre, pa sej ni kaj tuki rečt, ne...?«
N: »Kaj nej mislim? Včasih mi je vse ravno, ne vem... Preveč mam teh nihanj razpoloženj, ne. Mislim da sm mirn človek, se ne razburim hitro, skoraj nikol... Pa hitro nasadem kšnemu človeku, tko kot zadnjič, pol me pa izkoriščajo... zmerej nasadem. To se mi zdi...«
M: »Ne vem (dolga pauza). Hitro se razjezim. Ne maram, da so grdi do mene, tega ne prenesm. Ene mam r'd, ene ne prenesem. Se mi zdi, da sem priden drgač, da rad delam. Pa ne prenesem, da mi ukazujejo, sej se lahk pove bol na prjazn način, ni tak? Mogoče sm še preveč nezaupljiv do drugih, pa premal odprt. Bo dovolj? Sej je to...«

K: »Nesamozavestna totalno. Nimam se rada nič, če bi se se ne bi to zgodil. Sej je bilo že boljš pa, sej veš, kaj nej... vsega me je strah, sita sm usega, strah me je... Bojim se, da ne znam drugač živet...«
S: »Jaz sem se spremenila v komuni, meni je dala vse. Seveda ker sem želela tud sama. Najbolj so mi padle v oči vrednote, ki so ble tam napisane. Sm mislna, da kaj vem, pa sem čez dobro leto in pol ugotovila, da nč ne vem. Dokler niso postale del mene, šele takrt sm jih razumela, ker sem jih lahk živila. Prej so ble le besede. Sej je bilo težko ampak se je splačal. Dones sem taka kot sem, ni me strah živet, najboljša stvar pa je, ker mi ni več treba bežat. Naučila sem se sprejemati karkoli že pride mimo: lepo, težko, kaj nej rečm? In to je to. Don Pierino pravi, da vse kar človek potrebuje, lahko stisne v eno dlan. Več pa res ne rab'm. Sej mam tud slabe strani sebe, ne vem... včas kr znorim za brez zveze, sploh odkar mam famijlo, čut'm, da nimam časa zase, to me ful moti. Pa kaj vem, to se mi pozna no... Sej drugač je pa vse okay... Ja, pa najpomembnejš, bi kmal spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostkrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zdej je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drgač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tud pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »Mislim, da se tega učim sprot, včasih sem preveč zmeden in pozabljam stvari, to mislm, da je k mam probleme s spanjam, <u>drugač mislm, da sm velik bol odgovoren kt sm bil. Vem, da nimam kaj druge krivit, poskušam sprejemati posledice za svoja dejanja...</u> To s spanjam morm pa res uredit, drgač bom zmer utrujen. Prov sit sm že tega.«
»Zmeden. Ne vem al sm tak po naravi al pa zarad spanca ker ne spim kot bi mogu. Ne da pozabljam stvari, to ne, no včasih tud, ampak ne vem kam sm kaj dau pa, ne znam povedat. Drugače pa mislim, da sem <u>boljša oseba kt sem bil. Včasih sm bil res egoist, sej ne pravim, da nism več ampak vid'm da ne več tak kot sm bil.</u> To je... dobr... Pa bolj duhov'n sem tudi postau. Včasih me to ni nič zanimal, zdej me, ker vem, da me pomirja. To sm začel u programu, sm se začel spraševati kaj, čemu, zakaj...imam kar lepo število dobrih izkušenj glede tega. To, kar jz mislim o seb, da se bojim odnosov s puncami, to sm pa že rekel, vedno sem nekaj razočaran, mislim, da sm <u>preveč posesiven</u>, potem me pa preč odrinejo, jz pa živce zgubljam... Ne vem več. Tak sem, kaj nej rečm?«
Ž: »Ah, kaj pa vem. Sm čist u redu razen te <u>izbruhi evforije</u>, to kar sm že povedu, tko, da se učim zdej kontrolirat use to. <u>Mogoče sm tud mal razvajen, rd mam da se mi stvari povejo ne pred usemi, takrt znorim...</u> Rd igram kitaro, to me pomirja, sam hitr lahk znorim, če me kdo zmot... to, kaj pa vem...«
To, kar je u Bibliji, to so vrednote, probam se po njih ravnat, kolkr gre, pa sej ni kaj tuki rečt, ne...?«
N: »Kaj nej mislim? <u>Včasih mi je vse ravno</u>, ne vem... <u>Preveč mam teh nihanj razpoloženj, ne. Mislm da sm mirm človek, se ne razburim hitro, skoraj nikol...</u> Pa hitro nasadem kšnemu človeku, tko kot zadnjič, pol me pa <u>izkoriščajo... zmerej nasadem.</u> To se mi zdi...«
M: »Ne vem... <u>Hitro se razjezim. Ne maram, da so grdi do mene, tega ne prenesm.</u> Ene mam r'd, ene ne prenesem. <u>Se mi zdi, da sem priden drgač, da rad delam.</u> Pa ne prenesem, da mi ukazujejo, sej se lahk pove bol na prijazn način, ni tak? <u>Mogoče sm še preveč nezaupliv do drugih, pa premal odprt.</u> Bo dovolj? Sej je to...«
K: »Nesamozavestna totalno. Nimam se rada nič, če bi se se ne bi to zgodil. Sej je bilo že boljš pa, sej veš, kaj nej... vsega me je strah, sita sm usega, strah me je... Bojim se, da ne znam drugač živet...«
S: »Jaz sem se spremenila v komuni, meni je dala vse. Seveda ker sem želela tud sama. Najbolj so mi padle v oči vrednote, ki so ble tam napisane. Sm mislna, da kaj vem, pa sem čez dobro leto in pol ugotovila, da nč ne vem. Dokler niso postale del mene, šele takrt sm jih razumela, ker sem jih lahk živila. Prej so ble le besede. Sej je bilo težko ampak se je splačal. Dones sem taka kot sem, <u>ni me strah živet, najboljša stvar pa je, ker mi ni več treba bežat.</u> Naučila sem se sprejemati karkoli že pride mimo: lepo, težko, kaj nej rečm? In to je to. Don Pierino pravi, da vse kar človek potrebuje, lahko stisne v eno dlan. Več pa res ne rab'm. Sej mam tud slabe strani sebe, ne vem... včas kr znorim za brez zveze, sploh odkar mam famijlo, čut'm, da

nimam časa zase, to me ful moti. Pa kaj vem, to se mi pozna no... Sej drugač je pa vse okay....

Ja, pa najpomembnejš, bi kmal spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostkrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zdej je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drgač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tud pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...«

3. korak: odprto kodiranje

L: »Mislim, da se tega učim sprot, včasih sem preveč zmeden in pozabljam stvari, to mislm, da je k mam probleme s spanjam, <u>drugač mislm, da sm velik bol odgovoren kt sm bil.</u> Vem, da nimam kaj druge krivit, <u>poskušam sprejemati posledice za svoja dejanja...</u> To s spanjam morm pa res uredit, drgač bom zmer utrujen. Prov sit sm že tega.«	BOLJ ODGOVOREN
»Zmeden. Ne vem al sm tak po naravi al pa zaradi spanca ker ne spim kot bi mogu. Ne da pozabljam stvari, to ne, no včasih tud, ampak ne vem kam sm kaj dau pa, ne znam povedat. <u>Drugače pa mislim, da sem boljša oseba kt sem bil.</u> Včasih sm bil res egoist, sej ne pravim, da nism več ampak vid'm da ne več tak kot sm bil. To je... dobr... <u>Pa bolj duhov'n sem tudi postau.</u> Včasih me to ni nič zanimal, zdej me, ker vem, da me pomirja. To sm začel u programu, sm se začel spraševati kaj, čemu, zakaj...imam kar lepo število dobrih izkušenj glede tega.	ZMEDEN BOLJ NESEBIČEN BOLJ DUHOVEN
To, kar jz mislim o seb, da se bojim odnosov s puncami, to sm pa že rekel, vedno sem nekaj razočaran, <u>mislim, da sm preveč posesiven,</u> potem me pa preč odrinejo, jz pa živce zgubljam... (se zamisli za nekaj sekund)... Ne vem več. Tak sem, kaj nej rečm?«	POSESIVEN
Ž: »Ah, kaj pa vem. Sm čist u redu razen te <u>izbruhi evforije,</u> to kar sm že povedu, tko, da se učim zdej kontrolirat use to. <u>Mogoče sm tud mal razvajen,</u> rd mam da se mi stvari povejo ne pred usemi, takrt znorim.... Rd igram kitaro, to me pomirja, sam hitr lahk znorim, če me kdo zmot... to, kaj pa vem....	EVFORIČEN RAZVAJEN IŠČE POZORNOST IMPULZIVEN
To, <u>kar je u Bibliji, to so vrednote,</u> probam se po njih ravnat, <u>kolk'r gre,</u> pa sej ni kaj tuki rečt, ne..?«	POSKUŠA ŽIVETI PO VREDNOTAH
N: »Kaj nej mislim? <u>Včasih mi je vse ravno,</u> ne vem... Preveč mam teh nihanj <u>razpoloženj,</u> ne. <u>Mislm da sm mirn človek,</u> se ne razburim hitro, skoraj nikol... Pa <u>hitro nasedem kšnemu človeku,</u> tko kot zadnjič, pol me pa izkoriščajo... <u>zmerej nasedem.</u> To se mi zdi...«	RAVNODUŠEN MOČNA NIHANJA RAZPOLOŽENJA MIREN HITRO NASEDE
M: »Ne vem... <u>Hitro se razjezim.</u> Ne maram, da so grdi do mene, tega ne prenesm. Ene mam r'd, ene ne prenesem. <u>Se</u>	NAGLE JEZE

<u>mi zdi, da sem priden drgač, da rad delam. Pa ne prenesem, da mi ukazujejo, sej se lahk pove bol na prjazn način, ni tak? Mogoče sm še preveč nezaupliv do drugih, pa premal odprt. Bo dovolj? Sej je to...«</u>	DELOVEN NEZAUPLJIV NEODPRT
K: »<u>Nesamozavestna totalno. Nimam se rada nič, če bi se se ne bi to zgodil. Sej je bilo že boljš pa, sej veš, kaj nej... vsega me je strah, sita sm usega, strah me je... Bojim se, da ne znam drugač živet... (pogleda stran in zavzdihne).</u>«	NESAMOZAVESTNA SLABA SAMOPODOBA OBČUTI STRAHOVE
S: »Jaz sem se spremnila v komuni, meni je dala vse. Seveda ker sem želela tud sama. <u>Najbolj so mi padle v oči vrednote, ki so ble tam napisane. Sm mislna, da kaj vem, pa sem čez dobro leto in pol ugotovila, da nč ne vem. Dokler niso postale del mene, šele takrt sm jih razumela, ker sem jih lahk živila. Prej so ble le besede. Sej je bilo težko ampak se je splačal. Dones sem taka kot sem, ni me strah živet, najboljša stvar pa je, ker mi ni več treba bežat. Naučila sem se sprejemati karkoli že pride mimo: lepo, težko, kaj nej rečm? In to je to. Don Pierino pravi, da vse kar človek potrebuje, lahko stisne v eno dlan. Več pa res ne rab'm.</u> <u>Sej mam tud slabe strani sebe, ne vem... včas kr znorim za brez zveze, sploh odkar mam famijlo, čutm, da nimam časa zase, to me ful moti. Pa kaj vem, to se mi pozna no... Sej drugač je pa vse okay...</u> <u>Ja, pa najpomembnejš, bi kmal spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostkrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zdej je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drgač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tud pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...«</u>	POSKUŠA ŽIVETI VREDNOTE VZTRAJNA NEUSTRAŠLJIVA SPREJEMA SKROMNA IMPULZIVNA OBČUTLJIVA IŠČE POZORNOST

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: negativne lastnosti, pozitivne lastnosti.

Bolj odgovoren → pozitivna lastnost
Zmeden → negativna lastnost
Bolj nesebičen → pozitivna lastnost
Bolj duhoven → pozitivna lastnost
Posesiven → negativna lastnost
Evforičen → negativna lastnost
Razvajen → negativna lastnost
Išče pozornost → negativna lastnost
Impulziven → negativna lastnost
Poskuša živeti po vrednotah → pozitivna lastnost
Ravnodušen → negativna lastnost
Močna nihanja razpoloženja → negativna lastnost
Miren → pozitivna lastnost
Hitro nasede → negativna lastnost
Deloven → pozitivna lastnost
Nezaupljiv → negativna lastnost
Neodprt → negativna lastnost
Nesamozavestna → negativna lastnost
Slaba samopodoba → negativna lastnost
Občuti strahove → negativna lastnost
Vztrajna → pozitivna lastnost
Neustrašljiva → pozitivna lastnost
Sprejema → pozitivna lastnost
Skromna → pozitivna lastnost
Občutljivost → pozitivna / negativna lastnost

Osebne lastnosti:

a.) POZITIVNE LASTNOSTI

- bolj odgovoren (intervju L)
- bolj nesebičen (intervju L)
- bolj duhoven (intervju L)
- poskuša živeti po vrednotah (intervjuja Ž, S)
- miren (intervju N)
- deloven (intervju M)
- vztrajna (intervju S)
- neustrašljiva (intervju S)
- sprejema (intervju S)
- skromna (intervju S)
- občutljiva (intervju S)

b.) NEGATIVNE LASTNOSTI

- zmeden (intervju L)
- posesiven (intervju L)
- evforičen (intervju Ž)
- razvjen (intervju Ž)
- išče pozornost (intervjuja L, S)
- impulziven (intervjuji Ž, M, S)
- ravnodušen (intervju N)
- močna nihanja razpoloženja (intervju N)
- hitro nasede (intervju N)
- nezaupljiv (intervju M)
- neodprt (intervju M)
- nesamozavestna (intervju K)
- slaba samopodoba (intervju K)
- občuti strahove (intervju K)
- občutljivost (intervju S)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a) POZITIVNE LASTNOSTI

- *Bolj odgovoren* (L: »...drugač mislm, da sm velik bol odgovoren kt sm bil. Vem, da nimam kaj druge krivit, poskušam sprejemati posledice za svoja dejanja...«)
- *Bolj nesebičen* (L: »Drugače pa mislim, da sem boljša oseba kt sem bil. Včasih sm bil res egoist, sej ne pravim, da nism več ampak vid'm da ne več tak kot sm bil. To je... dobr...«)
- *Bolj duhoven* (L: »Pa bolj duhov'n sem tudi postau. Včasih me to ni nič zanimal, zdej me, ker vem, da me pomirja. To sm začel u programu, sm se začel spraševati kaj, čemu, zakaj...imam kar lepo število dobrih izkušenj glede tega.«)
- *Poskuša živeti po vrednotah* (Ž: »...kar je u Bibliji, to so vrednote, probam se po njih ravnati, kolkr gre...« / S: »Najbolj so mi padle v oči vrednote, ki so ble tam napisane. Sm mislna, da kaj vem, pa sem čez dobro leto in pol ugotovila, da nč ne vem. Dokler niso postale del mene, šele takrt sm jih razumela, ker sem jih lahk živela. Prej so ble le besede...«)
- *Miren* (N: »Mislm da sm mirn človek, se ne razburim hitro, skoraj nikol...«)
- *Deloven* (M: »Se mi zdi, da sem priden drgač, da rad delam...«)
- *Vztrajna* (S: »Sej je bilo težko ampak se je splačal...«)

- *Neustrašljiva* (S: »...ni me strah živet...«)
- *Sprejema* (S: »Naučila sem se sprejemati karkoli že pride mimo: lepo, težko, kaj nej rečm? In to je to.«)
- *Skromna* (S: Don Pierino pravi, da vse kar človek potrebuje, lahko stisne v eno dlan. Več pa res ne rab'm...«)
- *Občutljiva* (S: »Ja, pa najpomembnejš, bi kmalu spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostokrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zdej je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drgač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tud pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...«)

b) NEGATIVNE LASTNOSTI

- *Zmeden* (L: »Zmeden. Ne vem al sm tak po naravi al pa zaradi spanca ker ne spim kot bi mogu. Ne da pozabljam stvari, to ne, no včasih tud, ampak ne vem kam sm kaj dau pa...«)
- *Posesiven* (L: »...mislim, da sm preveč posesiven, potem me pa preč odrinejo, jz pa živce zgubljam...«)
- *Evforičen* (Ž: »Sm čist u redu razen te izbruhi evforije...«)
- *Razvajen* (Ž: »Mogoče sm tud mal razvajen...«)
- *Išče pozornost* (Ž: »...rd mam da se mi stvari povejo ne pred usemi, takrt znorim...« S: »Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostokrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva.«)
- *Impulziven* (Ž: »Rd igram kitaro, to me pomirja, sam hitr lahk znorim, če me kdo zmot...« / M: »Hitro se razjezim. Ne maram, da so grdi do mene, tega ne prenesm...« / S: »Sej mam tud slabe strani sebe, ne vem... včas kr znorim za brez zveze, sploh odkar mam famijlo, čutim, da nimam časa zase, to me ful moti...«)
- *Ravnodušen* (N: »Včasih mi je vse ravno...«)
- *Močna nihanja razpoloženja* (N: »Preveč mam teh nihanj razpoloženj...«)
- *Hitro nasede* (N: »Pa hitro nasedem kšnemu človeku, tko kot zadnjič, pol me pa izkoriščajo... zmerej nasedem.«)
- *Nezaupljiv* (M: »Mogoče sm še preveč nezaupliv do drugih...«)
- *Neodprt* (M: »...pa premal odprt...«)
- *Nesamozavestna* (K: »Nesamozavestna totalno...«)
- *Slaba samopodoba* (K: »Nimam se rada nič, če bi se se ne bi to zgodil...«)
- *Občuti strahove* (K: »...vsega me je strah, sita sm usega, strah me je... Bojim se, da ne znam drugač živet...«)
- *Občutljivost* (S: »Ja, pa najpomembnejš, bi kmalu spregledala... Občutljivost, tako zelo sm občutljiva, da se s partnerjem dostokrat sporečeva...jz da mi premal pozornosti daje, on da sm preveč občutljiva. Ja dobr, sej zdej je že laži glede tega, sam občutljiva sm bla že prej, skoz sm. Jz mislm, da smo bli vsi ful občutljivi, drgač se pa po moje sploh ne bi drogiral. Vse ns je prizadel, še napačna beseda. Mislm, da je to najteži tud pol, ampak taki smo. Po svoje čist okay, ampak drugi tega ne razumejo...«)

12. Ti program pomaga (ti je pomagal) in kako?

1. korak: urejanje gradiva

L: »Pomagalo mi je to, čist tko kokr je blo, sm bil dolg časa sam, pej sm vedno zbežal v čredo, nikol nism mogu bit sam. Tle sm bil pa primoran, tko da zdej brez problema lahko živim sam. Mile me je sprejel v trenutku, ko sm rabu pomoč. Tm so me vn vrgl, lahko bi mi reku, da je to sam za tiste, k pridejo s komune, da zame ni placa, pa me je vzel. Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač. Čez čas sm začel čutiti vez z življenjem, tisto bolj poglobljeno. Pa tud zaradi moje službe ste mi šli na roke. To cenim...

Kolikor sem se bal samostojnosti, se je sedaj ne bojim več. Tega sem najbolj vesel.«

Ž: »Zaenkrat v bistvu mi je in mi pomaga, da ne grem z vso evforijo ven, da sm dobro razmisli kaj želim v življenu. Ampak sm opazu, da sm se kr razpustu, sm padu iz kontrole. V komuni ni prišlo do tega, veš, da se ne morš kr razpustit. Ne morš delat kar ti paše, ne morš reagirat kokr ti paše, ne morš tko. Morš kontrolirat samga

sebe, to je tisto, kar ti komuna da: samokontrolo. Jaz k sm pršu vn iz komune sm vidu samo probleme: pa nimam službe, da nimam n'kamor za it pa nimam tega pa tega in sm kr mau razpustu sebe, se sploh ne kontroliram, kr neki na hit runo znorim in se sploh ne ustavm. To sm zdej vidu in se poskušam ustavt ko pride tako. Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no.«
N: »Ja, čutim, ampak recimo glede nekih duhovnih sprememb, jaz sm glede tega trmast, to je v meni. Imam svojo teorijo glede tega in težko odstopam od tega, ne. Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, da mam kje bit, ne. To je prva zadeva. Da se lahko postavim na noge, plus tega je program tak, da lahko igram bobne. Je pač tako narjen, da da možnost da odkrivaš neke svoje talente, da jih razviješ al pa da jih spoznaš. In to je dobro, zelo dobro.«
M: »...sm se odloču pač, dopadl se mi je, sm reku v svojem kraju tud ne morem živet. In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge... Mal bolj dozorel se že počutim«.
K: »Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje. Pa to, da je razumela kaj preživljam...«

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »<u>Pomagalo mi je to, čist tko kokr je blo, sm bil dolg časa sam, pej sm vedno zbežal v čredo, nikol nism mogu bit sam.</u> Tle sm bil pa primoran, tko da zdej brez problema lahko živim sam. Mile <u>me je sprejel v trenutku, ko sm rabu pomoč.</u> Tm so me vn vrgl, lahko bi mi reku, da je to sam za tiste, k pridejo s komune, da zame ni placa, pa me je vzel. Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač. Čez čas sm začel čutiti vez z življenjem, tisto bolj poglobljeno. Pa tud zarad moje službe ste mi šli na roke. To cenim... <u>Kolikor sem se bal samostojnosti, se je sedaj ne bojim več. Tega sem najbolj vesel.</u>«
Ž: »Zaenkrat v bistvu mi je in mi pomaga, da ne grem z vso evforijo ven, da sm dobro razmisli kaj želim v življenu. Ampak sm opazu, da sm se kr razpustu, sm padu iz kontrole. V komuni ni prišlo do tega, veš, da se ne morš kr razpustit. <u>Ne morš delat kar ti paše, ne morš reagirat kokr ti paše, ne morš tko. Morš kontrolirat samga sebe, to je tisto, kar ti komuna da: samokontrolo.</u> Jaz k sm pršu vn iz komune sm vidu samo probleme: <u>da nimam službe, da nimam n'kamor za it</u> pa nimam tega pa tega in sm kr mau razpustu sebe, se sploh ne kontroliram, kr neki na hit runo znorim in se sploh ne ustavm. To sm zdej vidu in se poskušam ustavt ko pride tako. Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no.«
N: »Ja, čutim, ampak <u>recimo glede nekih duhovnih sprememb, jaz sm glede tega trmast, to je v meni.</u> Imam svojo teorijo glede tega in težko odstopam od tega, ne. Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, <u>da mam kje bit, ne.</u> To je prva zadeva. <u>Da se lahko postavim na noge,</u> plus tega je program tak, da lahko igram bobne. Je pač tako narjen, <u>da da možnost da odkrivaš neke svoje talente, da jih razviješ al pa da jih spoznaš. In to je dobro, zelo dobro.</u>«
M: »...sm se odloču pač, dopadl se mi je, <u>sm reku v svojem kraju tud ne morem živet. In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge...</u> Mal bolj dozorel se že počutim«.
K: »Najbolj so mi koristl <u>pogovori,</u> ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, <u>če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje.</u> Pa to, da je <u>razumela kaj preživljam...</u>«

3. korak: odprto kodiranje

L: »<u>Pomagalo mi je to, čisto tko kokr je blo, sm bil dolg časa sam, pej sm vedno zbežal v čredo, nikol nism mogu bit sam.</u> Tle sm bil pa primoran, tko da zdej brez problema lahko živim sam. Mile <u>me je sprejel v trenutku, ko sm rabu pomoč.</u> Tm so me vn vrgl, lahko bi mi reku, da je to sam za tiste, k pridejo s komune, da zame ni placa, pa me je vzel. Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač. Čez čas sm začel čutiti vez z življenjem, tisto bolj poglobljeno. Pa tud zarad moje službe ste mi šli na roke. To cenim... <u>Kolikor sem se bal samostojnosti, se je sedaj ne bojim več. Tega sem najbolj vesel.</u>«	BITI SAM IZKUŠNJA SPREJETOSTI SAMOSTOJNOST
Ž: »Zaenkrat v bistvu mi je in mi pomaga, da ne grem z vso evforijo ven, da sm dobro razmisli kaj želim v življenju. Ampak sm opazu, da sm se kr razpustu, sm padu iz kontrole. V komuni ni prišlo do tega, veš, da se ne morš kr razpustit. <u>Ne morš delat kar ti paše, ne morš reagirat kokr ti paše, ne morš tko. Morš kontrolirat samga sebe, to je tisto, kar ti komuna da: samokontrolo.</u> Jaz k sm pršu vn iz komune sm vidu samo probleme: <u>da nimam službe, da nimam n'kamor za it, pa nimam tega pa tega</u> in sm kr mau razpustu sebe, se sploh ne kontroliram, kr neki na hit znorim in se sploh ne ustavm. To sm zdej vidu in se poskušam ustavt ko pride tako. Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no.«	MOŽNOST ZA RAZMIŠLJANJE UČENJE SAMOKONTROLE OPAZOVANJE SEBE ISKATI STANOVANJE ISKATI ZAPOSLOITEV SPREJEMANJE SVOJE LASTNE ZRELOSTI IN ODGOVORNOSTI
N: »Ja, čutim, ampak <u>recimo glede nekih duhovnih sprememb, jaz sm glede tega trmast, to je v meni.</u> Imam svojo teorijo glede tega in težko odstopam od tega, ne. Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, <u>da mam kje bit, ne.</u> To je prva zadeva. <u>Da se lahko postavim na noge,</u> plus tega je program tak, da lahko igram bobne. Je pač tako narjen, da <u>da možnost da odkrivaš neke svoje talente, da jih razviješ al pa da jih spoznaš. In to je dobro, zelo dobro.</u>«	RAZMIŠLJANJE O DUHOVNI RAVNI BIVANJA MOŽNOST BIVANJA UČENJE SAMOSTOJNOSTI MOŽNOST RAZVIJANJA SVOJIH LASTNIH TALENTOV
M: »...sm se odloču pač, dopadl se mi je, <u>sm reku v svojem kraju tud ne morem živet. In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge...</u> Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje... Mal bolj dozorel se že počutim«.	MOŽNOST BIVANJA ŽELJA PO SAMOSTOJNOSTI DOBITI ZAPOSLOITEV OSEBNOSTNA RAST
K: »Najbolj so mi koristl <u>pogovori,</u> ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, <u>če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje.</u> Pa to, da je razumela kaj <u>preživljam...</u>«	POGOVORI, KI SPODBUJAJO RAZUMEVANJE

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: materialna situacija, psihično stanje.

Biti sam → psihično stanje
Izkušnja sprejetosti → psihično stanje
Samostojnost / učenje samostojnosti → psihično stanje
Možnost za razmišljanje → psihično stanje
Učenje samokontrole → psihično stanje
Opazovanje sebe → psihično stanje
Iskati zaposlitev → materialna situacija
Iskati stanovanje → materialna situacija
Sprejemanje svoje lastne odgovornosti in zrelosti → psihično stanje
Razmišljanje o duhovni ravni bivanja → psihično stanje
Možnost bivanja → materialna situacija
Možnost razvijanja svojih lastnih talentov → psihično stanje
Osebnostna rast → psihično stanje
Pogovori, ki spodbujajo → psihično stanje
Razumevanje → psihično stanje

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Prednosti programa:

- a.) MATERIALNA SITUACIJA
- možnost bivanja (intervjuji Ž, N, M)
 - dobiti zaposlitev (intervjuja Ž, M)
 - dobiti stanovanje (intervju Ž)
- b.) PSIHIČNO STANJE
- zmožnost biti sam (intervju L)
 - izkušnja sprejetosti (intervju L)
 - samostojnost / učenje samostojnosti (intervjuji L, N, M)
 - možnost za razmišljanje (intervju Ž)
 - učenje samokontrole (intervju Ž)
 - opazovanje sebe (intervju Ž)
 - sprejemanje svoje lastne odgovornosti in zrelosti (intervju Ž)
 - razmišljanje o duhovni ravni bivanja (intervju N)
 - možnost razvijanja svojih lastnih talentov (intervju N)
 - osebnostna rast (intervju M)
 - pogovori, ki spodbujajo (intervju K)
 - razumevanje (intervju K)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

a.) MATERIALNA SITUACIJA

- *Možnost bivanja* (Ž: »...pa da nimam n'kamor za it...« / N: »Seveda mi program, pomaga! To je bolj v tem, da mam kje bit, ne. To je prva zadeva.« / M: »...sm se odloču pač, dopadl se mi je, sm reku v svojem kraju tud ne morem živet. In sem se odloču, da pridem sm...«)
- *Iskati zaposlitev* (Ž: »...da nimam službe...« / M: »Najdit službo, da bom lahko čim prej šu na svoje...«)
- *Iskati stanovanje* (Ž: »...da nimam n'kamor za it, pa nimam tega pa tega...«)

b.) PSIHIČNO STANJE

- *Zmožnost biti sam* (L: »Pomagalo mi je to, čist tko kokr je blo, sm bil dolg časa sam, pej sm vedno zbežal v čredo, nikol nism mogu bit sam. Tle sm bil pa primoran, tko da zdej brez problema lahko živim sam.«)
- *Izkušnja sprejetosti* (L: »Mile me je sprejel v trenutku, ko sm rabu pomoč. Tm so me vn vrgl, lahko bi mi reku, da je to sam za tiste, k pridejo s komune, da zame ni placa, pa me je vzel... Pa tud zarad moje službe ste mi šli na roke. To cenim...«)
- *Samostojnost / učenje samostojnosti* (L: »Kolikor sem se bal samostojnosti, se je sedaj ne bojim več. Tega sem najbolj vesel.« / N: »Da se lahko postavim na noge...« / M: »In sem se odloču, da pridem sm pa da se postavim na svoje noge...«)
- *Možnost za razmišljanje* (Ž: »...da sm dobro razmisli kaj želim v življenju.«)
- *Učenje samokontrole* (Ž: »Ne morš delat kar ti paše, ne morš reagirat kokr ti paše, ne morš tko.«)
- *Opazovanje sebe* (Ž: »Jaz k sm pršu vn iz komune sm vidu samo probleme: da nimam službe, da nimam n'kamor za it, pa nimam tega pa tega in sm kr mau razpustu sebe, se sploh ne kontroliram, kr neki na hit znorim in se sploh ne ustavm. To sm zdej vidu in se poskušam ustavt ko pride tako. Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no.«)
- *Sprejemanje svoje lastne odgovornosti in zrelosti* (Ž: »Te najstniške fore, se obnašam včasih kot bi bil st'r dvejset let al pa v puberteti no.«)
- *Razmišljanje o duhovni ravni bivanja* (N: »Ja, čutim, ampak recimo glede nekih duhovnih sprememb, jaz sm glede tega trmast, to je v meni.«)
- *Možnost razvijanja svojih lastnih talentov* (N: »...plus tega je program tak, da lahko igram bobne. Je pač tako narjen, da da možnost da odkrivaš neke svoje talente, da jih razviješ al pa da jih spoznaš. In to je dobro, zelo dobro.«)
- *Osebnostna rast* (M: »Mal bolj dozorel se že počutim.«)
- *Pogovori, ki spodbujajo* (K: »Najbolj so mi koristl pogovori, ampak to ne z vsakmu. Opazla sm, da mi je najbolj pomagal, če mi je oseba zbujala dobre filinge, to, da me je spodbujala, rekla, vidla še kej pozitivnga, ne sam tist kritiziranje.«)
- *Razumevanje* (K: »Pa to, da je razumela kaj preživljam...«)

13. Slabosti programa:

1. korak: urejanje gradiva

L: »Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač.«
Ž: »Program je v redu po eni strani. Mislim, da je napaka, da se lovi eno veliko kapaciteto ljudi, to je po mojem mnenju napaka, saj se bodo mogla začeti uvajati komunska pravila, to pa pol ni več reintegracija. Super je, ko smo lahko zunaj pa delamo, športamo, roštiljamo, v Kranju to en bi mogli. Ampak preprost je Kranj za reintegracijo velik bolša lokacija, ne. Manjše stanovanje in to je tisto. Tukej je pa velika hiša, bo velik ljudi, ki bodo pršli, šli in tako se ustvari komuna. In če je več ljudi, vedno manj se ljudi pozna, ker se ljudje skrivajo za tem, ne. Pri manjšem številu se takoj vidi kaj kdo živi.
Mah, tle so sam neki obljublal pa nč od tega. To, da mi bodo plačal izpit za avto, pa nč od tega. Tale Fundacija je kr neki.... (postaja jezen).«
N: »Mmmm.... Niti ne... No, ne, da me je čist na začetk motl, da so tko ljudje hodil, no, ampak če so se šli

menit za prostovoljstvo, dobr... ampak ne vem no... (tišina). Ne, drugega me nič ne moti.«
M: »Jz sm srečen tuki, mi pomagate, nč me ne mot, res ne.«
K: »...use je u ist bajt. To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...Ne vem, če je to pametn tko, ampak zdej ste se preselil, a ne?
...Nč, samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...«.

2. korak: določitev enot kodiranja

L: »Vidu sm, da so <u>redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač.</u> «
Ž: »Program je v redu po eni strani. <u>Mislim, da je napaka, da se lovi eno veliko kapaciteto ljudi, to je po mojem mnenju napaka, saj se bodo mogla začeti uvajati komunska pravila, to pa pol ni več reintegracija.</u> Super je, ko smo lahko zunaj pa delamo, športamo, roštiljamo, v Kranju to en bi mogli. <u>Ampak preprost je Kranj za reintegracijo velik bolša lokacija, ne. Manjše stanovanje in to je tisto. Tukej je pa velika hiša, bo velik ljudi, ki bodo pršli, šli in tako se ustvari komuna. In če je več ljudi, vedno manj se ljudi pozna, ker se ljudje skrivajo za tem, ne. Pri manjšem številu se takoj vidi kaj kdo živi.</u>
Mah, <u>tle so sam neki oblublal pa nč od tega. To, da mi bodo plačal izpit za avto, pa nč od tega. Tale Fundacija je kr neki....</u> (postaja jezen).«
N: »Mmmm.... Niti ne... No, ne, <u>da me je čist na začetk motl, da so tko ljudje hodil, no, ampak če so se šli menit za prostovoljstvo, dobr... ampak ne vem no...</u> (tišina). Ne, drugega me nič ne moti.«
M: »Jz sm srečen tuki, mi pomagate, <u>nč me ne mot,</u> res ne.«
K: »...use je u ist bajt. To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe. Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...Ne vem, če je to pametn tko, ampak zdej ste se preselil, a ne?
...Nč, samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...«.

3. korak: odprto kodiranje

L: »Vidu sm, da so <u>redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač.</u> «	DOLOČENI ZAPOSLENI
Ž: »Program je v redu po eni strani. <u>Mislim, da je napaka, da se lovi eno veliko kapaciteto ljudi, to je po mojem mnenju napaka, saj se bodo mogla začeti uvajati komunska pravila, to pa pol ni več reintegracija.</u> Super je, ko smo lahko zunaj pa delamo, športamo, roštiljamo, v Kranju to en bi mogli. <u>Ampak preprost je Kranj za reintegracijo velik bolša lokacija, ne. Manjše stanovanje in to je tisto. Tukej je pa velika hiša, bo velik ljudi, ki bodo pršli, šli in tako se ustvari komuna. In če je več ljudi, vedno manj se ljudi pozna, ker se ljudje skrivajo za tem, ne. Pri manjšem številu se takoj vidi kaj kdo živi.</u>	PREVELIKA KAPACITETA - se bodo uvajala komunska pravila, to pa ni več reintegracija - osebe se bodo skrivale za količino, ne bo se vedelo kaj kdo živi
Mah, <u>tle so sam neki oblublal pa nč od tega. To, da mi bodo plačal izpit za avto, pa nč od tega. Tale Fundacija je kr neki....</u> (postaja jezen).«	PRAZNE OBLJUBE (s strani Fundacije V.D.)
N: »Mmmm.... Niti ne... No, ne, <u>da me je čist na začetk motl, da so tko ljudje hodil, no, ampak če so se šli menit za</u>	PREVEČ LJUDI, KI PRIHAJA V RC

prostovoljstvo, dobr... ampak ne vem no... (tišina). Ne, drugega me nič ne moti.«	
M: »Jz sm srečen tuki, mi pomagajte, <u>nč me ne mot</u> , res ne.«	
K: »... <u>use je u ist bajt. To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe.</u> Dobr da me niso poznal, vem pa k mi je o tem Nemanja govoru, nega so vsi poznal...Ne vem, če je to pametn tko, ampak zdej ste se preselil, a ne? ...Nč, samo sem bila res negotova. S fanti smo držali skupaj pa vidim, da to ni bilo v redu. Vse nam je postal v zabavo. Pa vidiš kaj se je zgodil...«.	LOKACIJA

- *Združevanje sorodnih pojmov v kategorije*

Pojme sem med seboj primerjala, ugotavljala odnose med njimi in jih združila v kategorije. Pojme sem razvrstila v naslednje kategorije: možnost spremembe, ni možnosti spremembe.

Določeni zaposleni → ni možnosti spremembe
Namenjeno velikemu številu ljudi → ni možnosti spremembe
Prazne obljube s strani Fundacije V.D. → možnost spremembe
Preveč ljudi, ki prihaja v RC → možnost spremembe
Lokacija → ni možnosti spremembe

- *Osno (aksialno) kodiranje*

Slabosti programa:

- a.) JE MOŽNOST SPREMEMBE
- prazne obljube (s strani Fundacije V.D.) (intervju Ž)
 - preveč ljudi, ki prihaja v RC (intervju N)
- b.) NI MOŽNOSTI SPREMEMBE
- določeni zaposleni (intervju L)
 - prevelika kapaciteta (intervju Ž)
 - lokacija (intervju Ž)

4. korak: razčlenitev osnovnih pojmov

- a.) JE MOŽNOST SPREMEMBE
- *Prazne obljube (s strani Fundacije V.D.)* (Ž: »Mah, tle so sam neki oblublal pa nč od tega. To, da mi bodo plačal izpit za avto, pa nč od tega. Tale Fundacija je kr neki....«)
 - *Preveč ljudi, ki prihaja v RC* (N: »No, ne, da me je čist na začetk motl, da so tko ljudje hodil, no, ampak če so se šli menit za prostovoljstvo, dobr... ampak ne vem no... (tišina). Ne, drugega me nič ne moti...«)

b.) NI MOŽNOSTI SPREMEMBE

- *Določeni zaposleni* (L: »Vidu sm, da so redki k s srcam delajo stvari, čist preveč for je drugač...«)
- *Prevelika kapaciteta* (Ž: »Program je v redu po eni strani. Mislim, da je napaka, da se lovi eno veliko kapaciteto ljudi, to je po mojem mnenju napaka, saj se bodo mogla začeti uvajati komunska pravila, to pa pol ni več reintegracija.«)
- *Lokacija* (Ž: »Super je, ko smo lahko zunaj pa delamo, športamo, roštiljamo, v Kranju to ne bi mogli. Ampak preprost je Kranj za reintegracijo velik bolša lokacija, ne. Manjše stanovanje in to je tisto. Tukej je pa velika hiša, bo velik ljudi, ki bodo pršli, šli in tako se ustvari komuna. In če je več ljudi, vedno manj se ljudi pozna, ker se ljudje skrivajo za tem, ne. Pri manjšem številu se takoj vidi kaj kdo živi.« / K: »...use je u ist bajt. To me je tud motl k sm bla u reintegracij u Kran. K sm šla na cigaret dol je blo en kup džankijou u spod k so zmer neki hotl od tebe.«)