



SVOJPOMOCNÉ SKUPINY – POHLAD DO HISTÓRIE

A. ŽIŠKOVÁ

PNPP Pezinok
riaditeľ: MUDr. P. Černák

S ú h r n

Príspevok poskytuje historický prehľad rozvoja abstinentného hnutia vo svete i na Slovensku v kontexte celospoločenského ponímania problematiky nadmerného pitia.

K l ú č o v é s l o v á : nadmerné pitie – abstinentné hnutie

Nadmerné požívanie alkoholických nápojov bolo postihované už v 6. storočí pred n.l. Opití boli znevažovaní, mučení, telesne trestaní, zabíjaní. Alkoholizmus bol považovaný za *zlozvyk*.

Prvotný pokus o formuláciu alkoholizmu ako choroby sa pripisuje zakladateľovi americkej psychiatrie Benjaminovi Rushovi, ktorý ho chápal ako „*rozborenie vôle*“ vedúce k chudobe, biede a zločinu. Jeho liečebnými metódami boli varovanie a studená sprcha.

Po roku 1811 vznikali v USA *spolky a krúžky striedmosti*, ktoré navádzali k miernej konzumácii alkoholu, no postupne sa ich cieľom stala prohibícia, ktorá bola uzákonená americkým kongresom v roku 1919.

V Európe vznikali abstinentné spolky na náboženskej báze (Dobří templári, Modrý kríž). Obdobím prvého rozkvetu spolkov striedmosti na Slovensku sú 40. roky 19. st. Organizovania abstinentného hnutia sa ujali štúrovci, v rámci programu celkovej obrody národa. Avšak v súvislosti s politickou klímou boli po roku 1948 zakázané. Od 70. rokov ožil o ne záujem, ale až koncom 20. storočia nadobudli ce-

A. ŽIŠKOVÁ / SVOJpomocNÉ SKUPINY – POHLAD DO HISTÓRIE

lonárrodný charakter a získali na význame aj z medicínskeho hľadiska.

Obdobie prohibície sa skončilo v roku 1935, jeho efektívnosť je diskutabilná, pretože problémy s alkoholom skôr prehĺbilo. Pribúdalo závislých od alkoholu a terapeutov na ich liečenie bolo (aj je) stále málo. Boli odkázaní na svojpomoc. V tomto roku vznikla v štáte Ohio *organizácia Anonymní alkoholici (AA)*. Životnou filozofiou jej členov je princíp svojpomoci: „*pomôž druhému, pomôžeš tým sám sebe*“.

Skupiny AA boli predobrazom skupinovej psychoterapie alkoholikov, socioterapeutických klubov a terapeutických komunit. Viaceré princípy prevzali z filozofických a náboženských systémov, najmä z duchovne orientovaného Oxfordského hnutia (tzv. diskusné Oxfordské krúžky). V dnešnej dobe má hnutie cca 2 mil. členov a svoj program 12-tich krokov (k triezvosti).

Princípy hnutia spoznal na cestách Dr. Skála, prevzal ich a prispôbil politickej klíme u nás – tak bol v roku 1948 založený jeden z najstarších *socioterapeutických klubov* v strednej Európe „KLUS“ – klub usilujúci o střízlivost.

Abstinentské hnutie na Slovensku je reprezentované dvoma subjektmi:

ASKAS ... Asociácia klubov abstinujúcich Slovenska

ZAS ... Združenie abstinentov Slovenska.

T.č. koordinujú činnosť cca 60 abstinentských klubov.

Vďaka uznaniu alkoholizmu za *duševnú poruchu* sa postupne kládol čoraz väčší dôraz na odbornosť i v liečbe a doliečovaní závislých.

Kluby vznikali najprv pri liečebniach, protialkoholických oddeleniach a pri PA poradniach. Ich aktivity postupne prerástli rámec doliečovania – v súčasnosti sa spolupodieľajú na prevencii, resocializačnom procese a v nemalej miere i (s podporou vlády) na celospoločenskom dianí.

Klubová činnosť má niekoľko zložiek, ktoré sa navzájom dopĺňajú:

raciálna – pripomínanie si svojej choroby a následkov pitia,

emocionálna – upevňovanie vzťahov a vytváranie nových sociálnych kontaktov, najmä z radov abstinentov,

behaviorálna – účasť na kultúrnych podujatiach (podporujúca rozvoj estetického cítenia), športové aktivity a turistické pochody (na zlepšenie fyzickej kondície), výročné stretnutia.

Klubová činnosť je realizovaná formou *pravidelných klubových strenutí* s prezentáciou zážitkov, úspechov a problémov počas abstinovania a obohatená o *rodinnú terapiu*, ktorej cieľom je edukovať príbuzných o závislosti a nevyhnutnosti doliečovania, ako i riešiť matrimoniálnu problematiku.

Kluby abstinujúcich sa postupne vyprofilovali do týchto foriem:

1. *socioterapeutické kluby*

a) kombinujú prvok svojpomoci a vzájomnej pomoci s účasťou profesionálnych terapeutov

b) bez terapeuta, založené na svojpomoci, tzv. *socioharmonizačné kluby*

A. ŽIŠKOVÁ / SVOJPOMOCNÉ SKUPINY – POHLAD DO HISTÓRIE

2. kluby *Anonymných alkoholikov*

3. *špecifické kluby* – zamerané na druh zneužívanej látky, príp. činnosti: *H kluby*, *G kluby*

zamerané na cieľovú skupinu:

– kluby *pre závislých*

– *Al-Anon* pre príbuzných a sympatizantov

– *Ala teen* pre dospievajúcich z rodín, kde sa vyskytuje závislosť od alkoholu

– *ACOA* pre dospelé deti alkoholikov

– *Parents Anonymous* pre rodičov, ktorých deti majú problém s drogami.

Literatúra u autora

Do redakcie prišlo dňa: 10. 10. 2003

Adresa autora: MUDr. A. Žišková, PNPP, Malacká cesta 63, 902 18 Pezinok
ziskova @pnpp.sk