

Psihologija ovisnosti u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju

Siniša Brlas

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, Ul. Ljudevita Gaja 21,
33000 Virovitica

Nakon što su 2000-ih prevencija i izvanbolničko liječenje ovisnosti uvedeni u javnozdravstveni sustav u obliku zasebne djelatnosti, postalo je razvidno da će psihologija i psiholozi imati jednu od vodećih uloga u interdisciplinarnom pristupu prevenciji i suzbijanju ovisnosti. To je, naime, postalo i sasvim izvjesno kada su sistematizirani stručni timovi u županijskim zavodima za javno zdravstvo u sastavu psihijatar (kao nositelj tima), psiholog i medicinska sestra/tehničar. Takav interdisciplinarni kontekst procijenjen je kao odgovarajući ambijent za učinkovitu borbu protiv ovisnosti i s godinama se ovaj sustav pokazao pouzdanim, otpornim na promjene i zaista učinkovitim.

Zašto je interdisciplinarnost tako važna u borbi protiv ovisnosti? Naime, ovisnost je, osim što je kod pojedinca kronična recidivirajuća bolest mozga, također i veliki društveni odnosno javnozdravstveni problem. Ishodišta i uzroci ovisnosti u društvenom su kontekstu kompleksni i gotovo uvijek uključuju i biološke i psihološke i socijalne činitelje, što ovisnost definira kao biopsihosocijalni problem. To pak znači da se u borbu protiv ovog problema trebaju uključiti stručnjaci različitih

struka, čime dolazimo do interdisciplinarnosti kao imperativa u prevenciji i suzbijanju ovisnosti. Međutim, svi važni stručnjaci pomažućih i ostalih struka ne djeluju u istome resoru, oni su raspršeni u gotovo svim resorima (školsvo, zdravstvo, pravosuđe, socijalne djelatnosti...), pa je međuresorna ili međusektorska suradnja ustvari pretpostavka interdisciplinarnosti. Stoga je u godinama koje su uslijedile bilo jako važno protokolirati ovu suradnju, a jedan od rijetkih uspješnih pokušaja bio je kreiranje „Protokola međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji“ iz 2007. godine, kasnije u revidiranom izdanju 2017. godine (Venus, Brlas, Šerepac, 2017) Protokol definira postupanje stručnjaka u nadležnim tijelima u slučaju spoznaja o osobama koje su u doticaju sa sredstvima ovisnosti i tako stručnjake povezuje u mrežu vrlo složenih odnosa prepunih izazova.

Navedeno je otvorilo prostor i umrežavanju samih psihologa na terenu, a koji su zaposleni u različitim resorima u području borbe protiv ovisnosti, što je posljedično kataliziralo odnosno ubrzalo proces razvoja gotovo sasvim novoga područja primijenjene psihologije – psihologije ovisnosti. Psihologi-

ja ovisnosti u posljednja dva desetljeća svojim razvojem osnažuje utjecaj psihologije na cjelokupno područje prevencije i suzbijanja ovisnosti, a u kombinaciji s temeljnim granama psihologije (općom, biološkom, razvojnom i socijalnom psihologijom) stvara dodanu vrijednost i psihologiji kao struci, ali i cjelovitom sustavu prevencije i suzbijanja ovisnosti jer doprinosi razumijevanju ovisnosti i ovisničkog ponašanja (osobito istraživanju pojavnosti i definiranju pojmova i konstrukata), sudjeluje u kreiranju strategija preventivnog djelovanja i suzbijanja ovisnosti kao javnozdravstvenog problema, uspješno primjenjuje i razvija pristupe u tretmanu ovisnika te razvija instrumente evaluacije prevencije i tretmana. Koliko je važan ovaj doprinos možda najbolje oslikava činjenica kako je autor jedinog rječnika ovisnosti u ovome dijelu Europe pod nazivom „Terminološki opisni rječnik ovisnosti“ (Brlas, 2017) upravo psiholog Siniša Brlas (izdavač prvih pet izdanja rječnika je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije, dok je posljednje, šesto izdanje dostupno kod Medicinske naklade iz Zagreba).

Siniša Brlas razvija psihologiju ovisnosti u različitim područjima (definiranju pojmova, prevenciji, tretmanu i evaluaciji) više od 20 godina, piše i objavljuje o ovim temama, a njegova je knjiga „Važno je ne započeti – neki temeljni pojmovi psihologije ovisnosti“ (Brlas, 2010) utrla put psihologiji ovisnosti kao području primijenjene psihologije. Uslijedile su potom i druge autorske knjige, a kompilacija je ovoga procesa ustvari prva cjelovita hrvatska knjiga u području psihologije ovisnosti objavljena 2018. godine u izdanju Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije pod nazivom „Psihologija ovisnosti u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti“ (Brlas, 2018), dok je izdavač izmijenjenog i dostupnog izdanja pod nazivom „Psihologija ovisnosti u prevenciji i suzbijanju ovisnosti“ (Brlas, 2019) Novi redak iz Zagreba.

Knjiga opisuje i slijedi metodologiju rada psihologa u prevenciji i suzbijanju ovisnosti, od istraživanja pojavnosti (izrada nacрта istraživanja i instrumentarija, provedbe istraživanja i analize podataka), preko planiranja i programiranja preventivnih aktivnosti (samoanalize, postavljanja ostvarivih ciljeva, određivanja ciljne skupine i aktivnosti za ciljanu skupinu), zatim provedbe preventivnih aktivnosti, programa i projekata (psihoedukacije, specifične edukacije i promocije zdravlja) pa do praćenja procesa i ishoda ovih aktivnosti (evaluacije). Posebno se bavi tretmanom ovisnika i osoba rizičnih ponašanja (psihološkim savjetovanjem). Ova knjiga je stoga dobar referentni okvir za djelovanje i koristan je alat psiholozima u radu s ovisničkom populacijom.

Desetak godina nakon usustavljanja borbe protiv ovisnosti, a slijedom ondašnje (i do sada nažalost jedine) Nacionalne strategije zaštite mentalnog zdravlja za razdoblje od 2011. do 2016. godine, službama za ovisnosti i mentalno zdravlje pridružena je i proaktivna skrb o mentalnom zdravlju, tako da su od tada ove službe u zavodima kompleksna operativna tijela usmjerena u najširem smislu na zaštitu mentalnog zdravlja. To ustvari ima smisla jer su europski trendovi i prevenciju i suzbijanje ovisnosti uvrstili u korpus cjelovite skrbi o mentalnom zdravlju. Psiholozi su tom dopunom dobili još širu platformu za stručno djelovanje i ustvari jedno gotovo (ali ne i sasvim) novo područje proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju. Prevladavajuća klinička praksa već desetljećima (tradicionalno) djelovanje psihologa u zdravstvu vezuje uz reaktivni pristup (kada se pojavi problem s mentalnim zdravljem), dok je proaktivnost u pristupu očuvanju mentalnog zdravlja otvorila nove perspektive struke u ovom važnom području skrbi o zdravlju. Temeljna područja proaktivnog i preventivnog djelovanja psihologa u skrbi o mentalnom zdravlju su:

istraživanje (identifikacija činitelja koji djeluju na mentalno zdravlje), kreiranje preventivnih programa (očuvanje mentalnog zdravlja), promocija zdravlja i zdravih stilova življenja (osnaživanje mentalnog zdravlja), psihoedukacija (znanja o vlastitim psihičkim procesima i ponašanju, prepoznavanje odstupanja u doživljavanju i ponašanju), specifična edukacija (specifična znanja o rizičnim ponašanjima, re/socijalizaciji, komunikaciji i sličnom), probir (rano prepoznavanje osoba u riziku ili s teškoćama u mentalnom zdravlju, osobito djece i mladih), tretman osoba s teškoćama s mentalnim zdravljem (ovo nije tretman psihičkih poremećaja, nego indicirana prevencija) i suradnja (rast i razvoj u međusektorskom i interdisciplinarnom kontekstu).

Usporedno s javnom raspravom o novoj Nacionalnoj strategiji, tijekom 2010. godine skupina psihologinja i psihologa (prvenstveno su se istaknuli Marina Gulin, Viktor Božičević i Siniša Brlas) pokrenula je i stručnu javnu raspravu kako bi se osvijestili kapaciteti psihologije za djelotvorne intervencije u području proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju. Tako je nastao projekt „Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja“, koji je u narednih desetak godina iznjedrio i niz važnih publikacija u ovome području psihologije, uključujući i prijedlog smjernica (Božičević, Brlas, Gulin, 2011) te priručnik (Božičević, Brlas, Gulin, 2012) za psihološku djelatnost u području proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju.

Navedene smjernice prvi su prijedlog smjernica neke struke za stručno/strukovno djelovanje u ovom važnom području skrbi o zdravlju i pokazale su da psihologija kao struka može postići konsenzus oko stručnoga djelovanja u tome području. Dakle, kao struka smo osvijestili koliko je važno imati referentni okvir kao polazište za proaktivno djelovanje, ali i “naputke” za djelovanje (jer smjernice govore o tome što treba činiti). Ali, nije dovoljno samo znati što treba činiti nego

i kako to učiniti. Zato je smjernice slijedio priručnik, a njime je struka dobila vrlo važan alat za djelovanje u ovom području, povezala je smjernice za djelovanje iz Nacionalne strategije sa stvarnim aktivnostima psihologa i pokazala kako i što struka treba činiti u proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju.

Gotovo četvrt stoljeća psihologija ovisnosti tako u našoj zemlji postavlja pitanja, istražuje i prihvaća izazove, nudi odgovore, kreira učinkovite preventivne i tretmanske pristupe, publicira i razvija se u sve prepoznatljiviju, na promjene otpornu, može se reći i vodeću struku, doraslu izazovima u području prevencije i suzbijanja ovisnosti, a sve u kontekstu cjelovite skrbi o mentalnom zdravlju naših građana.

Literatura

- Božičević, V., Brlas, S., Gulin, M., ur. (2011.). Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja – prijedlog smjernica za psihološku djelatnost u zaštiti i promicanju mentalnog zdravlja. Virovitica: Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije
- Božičević, V., Brlas, S., Gulin, M., ur. (2012.). Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja – priručnik za psihološku djelatnost u zaštiti i promicanju mentalnog zdravlja. Virovitica: Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije
- Brlas, S. (2010.). Važno je ne započeti – neki temeljni pojmovi psihologije ovisnosti. Virovitica: Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije
- Brlas, S. (2017.). Terminološki opisni rječnik ovisnosti; opis važnih termina iz područja ovisnosti o drogama, alkoholizma i problematičnog i patološkog kockanja, šesto izdanje. Zagreb: Medicinska naklada
- Brlas, S. (2018.). Psihologija ovisnosti u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti. Virovitica: Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije
- Brlas, S. (2019.). Psihologija ovisnosti u prevenciji i suzbijanju ovisnosti. Zagreb: Novi redak

Venus, M., Brlas, S., Šerepac, V., ur. (2017). Protokol međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji. Virovitica: Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije

Korespondencija: Siniša Brlas
sinisa.brlas@zzjzvpz.hr

Online: 16. 2. 2023.