

Szakmai beszámoló  
2019  
BMSZKI  
Vaspálya utcai Átmeneti Szállás  
„VÁLTÓ-HÁZ”



„Én ittam, mi józanodunk.”

Névtelen Alkoholisták

#### 1.) Programunkról

A Váltó-házban továbbra is azokat a szenvedélybeteg (elsősorban alkoholbeteg) hajléktalan embereket fogadjuk, akik már felismerték függőségi problémájukat, s akár a leghalványabb szinten is, de motiváltak a változással kapcsolatban, vagy motivációjuk támogatással megteremthető, fenntartható. A felépülés-központú szemlélet alapján dolgozunk, így munkánk része a szemlélet-formálás, a közösségépítés, a józanságot támogató eszközök biztosítása. Valljuk, hogy a valódi józansághoz nem elégséges a szerhasználat elhagyása. A tartós és valódi józanság a gondolatok, az érzelmek, a viselkedés, az életmód szintjén is bekövetkező tudatos változást is magába foglalja.

#### 2.) A 2019-es évről

A 2019-es évben kiveztük a vegyes munkarendet, teljes mértékben szétválasztottuk a segítői és az esetkezelői munkakört, ezáltal a 24 órás és a „nappalos” munkarendet.

2019-ben jelentős személyi változások történtek az intézményben. 6 fő távozott és mindannyiukat sikerült előbb-utóbb pótolni. A stáb méretéhez képest ez egy olyan mértékű mozgás, amely már önmagában megterhelő volt és jelentős munkaszervezési nehézségeket okozott. Ez főként azokban az esetekben jelentett gondot, amikor a pótlás inkább utóbb, sokszor csak hónapok múlva tudott megvalósulni. A nyári időszakban a szabadságok kiadása idején minden munkatárs – a vezetőket is beleértve – besegített az ügyeleti munkába. Erről az

időszakról így ír személyes beszámolójában az egyik munkatársunk: „Sok esetben tapasztaltunk bizonytalanságot, az aznapra tervezett munka kiszámíthatatlanná vált: hol ügyelni kellett, hol beköltöztetni, vagy végezhettem a saját esetkezelői munkámat.”

De megemlítem az elköszönések lelki vonatkozásait is. Szintén az egyik munkatársamtól idézek: „A legmeghatározóbb, ami eszembe jut a 2019-es évről a sok távozó kollégám emlékképe, akiktől sokat tanultam: emberséget, alázatot, elhivatottságot, szakmaiságot. Ők szépen lassan egymás után álltak fel és hagyták el a közös hajót, hogy kis csónakokon folytassák egyéni küldetésüket a szociális szakma nyílt tengerén. Úgy érzem a gyász feldolgozására nem hagytunk elég teret.”

A gondnoki feladatok ellátására egy friss nyugdíjas munkavállalót találtunk, akit szeptembertől megbízási szerződéssel alkalmaztunk. Heiszer Ferenc hamar betanult, beilleszkedett és kiválóan átlátja a ház működtetésével kapcsolatos feladatokat. Jelenléte és munkája jelentős támogatást jelent a szakmai team számára.

2019-re terveztük a „saját projekt” programot, amely csak részben valósult meg. Ennek keretében munkatársainkat arra ösztönöztük, hogy tervezzenek és valósítsanak meg egy-egy saját érdeklődésen, elköteleződésen alapuló programot, amely támogatja az intézmény egészének szakmai programját, s ezzel egyidejűleg növeli, fejleszti a munkatársak kompetenciáját, de a kiégés megelőzésben is pozitív hatása lehet. A munkatársak el is készítették a tervezeteket, ám mire a megvalósítás szakaszába értünk, a team fele lecserélődött, s a már említett munkaszervezési nehézségek miatt ez a programunk félbe maradt. De nem szeretnénk elengedni ezt a törekvést, 2020-ban a már elkészült terveket elővesszük, új munkatársainkat pedig ösztönözzük a bekapcsolódásra.

2019-ben az alábbi csoportok működtek nálunk:

- Józannak Maradni! - Budán Ferenc addiktológiai konzultáns által vezetett 20 alkalmas tematikus, addiktológiai csoport KAB pályázatunk keretében.
- Józansáv – Tóthné Takács Anita munkatársunk által vezetett tematikus, folyamatos, addiktológiai csoport.

- Vaspálya Erőmű – Farkas Edina pszichológus által vezetett önismereti, személyiségfejlesztő csoport.
- Felismerés Műhely – Nagy Sándor, önkéntes lelkipodozó, főiskolai tanár által vezetett, tematikus csoport. (2019-ben 5 alkalommal, májusig)
- Hatórai Tea – Bártfai Márk önkéntes szociális munkás által vezetett irodalomterápiás csoport, havi 1 alkalommal.
- Holdüdvözlés – Botyánszki Alíz munkatársunk által vezetett jóga foglalkozás.
- Együtt és Külön - Papp Ákos, a BMSZKI addiktológiai főreferense által vezetett 6 alkalmas, tematikus addiktológiai csoport.
- Reggeli a kertben – Soltész Judit munkatársunk által vezetett 12 alkalmas közösségépítő csoport.
- Filmklub – Soós Mária és Fabók Szilvia által vezetett csoport.
- Kapcsolataink – Kiss Vera önkéntes, mentálhigiénés szakember által vezetett, 10 alkalmas önismereti csoport.
- Egészséges határaink, határaink egészsége – Kávai Dávid önkéntes munkatárs tematikus csoportja.

2019-ben is sikeresen pályáztunk a KAB programban. A pályázatról részletesen az 5. pontban számolunk be.

Döntést hoztunk **felvételi rendszerünk megújításával** kapcsolatban, az újítást 2019 novemberétől vezettük be. A cél az volt, hogy szélesebbre tárjuk a kapunkat, ezért az eddigi heti 1 alkalom helyett heti 5 napon át, 10-16 óra között várjuk a jelentkezőket. Ilyenkor valamelyik vezető, vagy esetkezelő munkatárs fogadja első beszélgetésre az érdeklődőket. Az adminisztráció (felvételi kérelem és adatlap, GDPR nyilatkozatok, orvosi igazolás nyomtatvány átadása) mellett megtörténik egy általános tájékoztatás az intézmény programjáról. A szóbeli ismertetés után egy írásos információs csomagot is kap az ügyfél. Egy rövid teszt (AUDIT10 teszt) segítségével megtörténik az ügyfél addiktológiai állapotának első körös felmérése is. Ezután az ügyfél meghívást kap a legközelebbi Lehetőség Csoportba, ahol már végleges döntés születhet a felvételi kérelemmel kapcsolatban. Lehetőség Csoportot továbbra is heti egy alkalommal, szerdánként tartunk. Az újítással kapcsolatos tapasztalatok

azt mutatják, hogy a szélesebbre tárt kapukon valamennyivel többen is érkeznek, de ez az intézmény feltöltöttségi mutatóiban egyelőre még nem mutatkozott meg.

A 2019-es év meghatározó eseménye volt számunkra a szeptember 25-én megrendezett **szakmai napunk**. Célként fogalmaztuk meg, hogy megmutassuk a programunk szellemiségét, szakmai szemléletünket. A délelőtti rövid előadásokban megszólaltak állandó és külsős munkatársaink, ügyfeleink, önkénteseink.

Ezután kerekasztal beszélgetést szerveztünk a Budapest 10. kerületében dolgozó addiktológiai programok munkatársaival. Az alábbi témákat dolgoztuk fel:

- Ismerjük-e egymást? Jól ismerjük-e egymást?
- Melyek a programok azonos pontjai?
- Melyek a különbözőségeink?
- Dilemma: konkurencia vagy az együttműködés lehetősége?
- Tudjuk-e a szakmai erőforrásainkat egymás támogatására (is) hasznosítani?

A kerületi addiktológiai kerekasztal megbeszélést egy megállapodással zártuk. Az érintett szervezetek (Menhely Alapítvány, Baptista Szeretetszolgálat, HKA Pro Domo, BMSZKI VÁLTÓ-ház) képviselővel megállapodtunk, hogy a párbeszédet a jövőben tudatosabbá és folyamatossá tesszük, ennek érdekében rendszeresen találkozunk.

A délutáni szekciókban intézményi csoportjaink mutatkoztak be, így vendégeink interaktív módon bekapcsolódhattak a Józansáv, Vaspálya Erómű, Hatórai Tea, és a Felismerés Műhely munkájába.

A szakmai napunkkal kapcsolatban vegyes visszajelzéseket kaptunk, de a kevéssé elégedettek is inkább hiányérzetet fogalmaztak meg, mint kritikát. Minden visszajelzést hasznosnak találtunk, s legközelebbi hasonló programunk szervezésekor figyelembe vesszük.

2019-ben a Száraz November programban Jelentős feladatokat vállaltunk. A BMSZKI intézményünkre bízta a teljes program koordinálását. Munkatársaink közül Fabók Szilvia vállalta, hogy összefogja az egész BMSZKI-ra kiterjedő, ügyfeleket és kollégákat egyaránt megszólító programsorozatot. Részletesebben a 6. pontban.

A BMSZKI által biztosított közösségi keret 200.000 Ft-os összegét az alábbiakra fordítottuk:

- OH kártya vásárlás
- Kézműves és kézimunka kellékek
- Lakástextíliák, függönyök, dekorációk
- Kerti eszközök, kellékek
- Karácsonyi vacsora

A bogár helyzetről elmondható, hogy összességében csökkent a probléma az előző évekhez képest. Ám meghatározó eseménye volt 2019-nek, hogy egyik munkatársunk sajnos hazavitte otthonába az ágyi poloskát. Ő maga így számol be erről: „A teljes nyári szabadságomat érintette ez a probléma, ami azzal járt, hogy egyáltalán nem tudtam kipihenni az egész éves, munkával töltött fáradozásaimat. A szabadságom elvesztése mellett lelkileg és fizikailag is megterhelő időszak volt ez számomra, jelentős mértékű anyagi kiadással. Ezzel kapcsolatban helyileg azt tapasztalom, hogy azóta minden lehetőséget megragad az intézményem a bogárirtásra, a felmerülő fertőzésre mihamarabb reagál.”

Továbbra is jelentős problémát jelent számunkra az épület műszaki állapota. 2019-ben 7 hónapig tartott a 2. emeleti vizesblokk beázás miatti lezárása. Ebben az időszakban 56 ember használta a 28 fő számára tervezett zuhanyzót és WC-t. Ügyfeleink hónapokig türelmesek voltak, de egy idő után már rendszeresen jelezték gondjaikat, elégedetlenségüket. Az ügyfél elégedettség felmérés eredményei is egyértelműen alátámasztják, hogy ez az állapot napi szintű problémát jelentett a ház lakói számára. A megkérdezettek 92 %-a nyilatkozott úgy, hogy az intézményben nincs elég tusoló, míg 66 % jelezte, hogy nem elégséges a WC-k száma. Mi magunk tehetetlenséget éltünk meg a műszaki, felújítási problémákkal kapcsolatban.

A BMSZKI által biztosított rekreációs keretet ismét kimozdulós jellegű csapatépítésre használtuk fel, amelyhez az Adna Cafe biztosított igazán inspiráló és letisztult közösségi teret.

A 2019-es Február 3 kutatás eredményei összhangban voltak az intézményi nyilvántartásokból kimutatható adatokkal, akár a végzettségek, a jövedelemforrások, vagy az

életkori sajátosságok tekintetében. Az alábbi adat azonban meglepő, s egyben rendkívül örvendetes volt számunkra:

Van-e valami olyan tevékenység, amit kedvtelésből (nem pénzért) szokott csinálni? (hobby, sport, önkéntes munka)	Vaspálya átmeneti szállás (%)	Egyéb BMSZKI átmeneti szállás	BMSZKI összes
igen	75	51	48,1

A fenti adat azt mutatja, hogy ügyfeleink számára olyan programokat tudunk szervezni, amely életmódváltásukat is támogatja. Az életmódbeli változás pedig a józanodás egyik fontos eleme lehet. Egyik ügyfelünk például elmesélte, hogy gyerekkorában utálta az irodalmat, iskolai tananyagának tekintette, de a Hatórai Tea csoportunk hatására olvasni kezdett.

Munkatársaink 2019-ben az alábbi képzéseken vettek részt:

- OH kártya instruktori képzés (Soós Mária, Soltész Judit)
- Szociális vezetőképzés (Soós Mária)
- PTSD képzés (Botyánszki Alíz)
- BMSZKI gyakornoki képzés (Soltész Judit, Marinka Györgyi)

Munkatársaimtól az éves intézményi beszámoló elkészítéséhez saját, érzéseket is megfogalmazó, szubjektív rész-beszámolókat kértem. Ezekből az alábbiakat szeretném kiemelni:

„Az általam végzett szociális munka rendkívül érdekes, kreativitást igénylő, összetett és szerteágazó, amelyet örömmel és szívesen végzek. A napi állandó feladatok mennyisége viszont, mintha egyre csak duzzadna, nem ismerve határokat telepszik a vállunkra. Az állandó feladatok mellett, szintén folyamatosan jelen vannak újabbnál újabb, rendkívüli feladatok, amelyek szintén örömmel végezhető, érdekes feladatok, csak a mennyiség ellen van kifogásom. Összességében: a jelenlegi munkámat, számtalan lehetőséget rejtő, kreativitást igénylő, örömmel végezhető DARÁLÓNAK élem meg. Nem tudom mi lesz ennek a vége....”

„A feladatok sokfélesége és mennyiség miatt a szétforgácsolódás érzése nagyon erős volt bennem 2019-ben.”

„Számomra elég nagy kihívást jelentett, hogy megértsem és elfogadjam, hogy az itt lakók betegek és nem úgy működnek, mint egy normális ember. Ez a folyamat még ma is tart. 2019-es évem (az a két hónap) tulajdonképpen a betanuláson kívül egy eléggé megfeszített időszak volt.”

„Összességében szakmailag eredményes, intenzív év volt, de érzelmileg sűrű és megterhelő.”

„Nagy nehézség volt a számomra az ősz folyamán 2 kolléga kilépése is, mert feszültség és konfliktus előzte meg döntésüket, majd feladataik ellátásába be kellett segíteni, amely számomra nagyon nehezen megoldható, alig volt vállalható. Ez a helyzet a mindennapi feladatellátásban is zavarokat okozott, az ügyfelek megtalálták a rést a pajzson...”

„... a tapasztalatok azt mutatják, hogy az ügyfelek időnként visszaesnek. De lakóink már akkor sem lesznek soha a régi, tudatlan függők. Ők már a csoportokon és egyéni beszélgetések alatt hitet, külső és belső erőforrásokat, bölcsességeket, életvezetési tanácsokat gyűjtöttek, szeretettel, tiszta, napokat, heteket, hónapokat, akár éveket éltek meg. Ezt senki és semmi nem veheti el tőlük. Tehát tisztellek minden igyekezetet és sikerélményként élem meg a közös munkát, mosolyt, biztatást, önismeret fejlesztést a visszaesésekkel együtt is. Hálás vagyok, hogy van újrakezdés és megújulás.”

## 2.) Bekerülés a Váltó-házba, Lehetőség Csoport

Az 1. pontban ismertetett változtatás mellett ebben az évben is heti rendszerességgel tartottunk Lehetőség Csoportot, vagyis csoportos felvételi beszélgetést. 2019-ben 109 ügyféllel kerültünk kapcsolatba felvételi kérelem kapcsán. A megjelent 109 személlyel összesen 151 alkalommal beszélgettünk.

Az érdeklődők közül 53 fő (az összes jelentkező 49 %-a) be is költözött az intézménybe. A beköltözők közül 30 fő már az első megjelenésekor megfelelt a felvételi elvárásoknak. 15 fő a második Lehetőség Csoporton vehette át a felvételi értesítőjét. Mindössze 4 főnek kellett 3 alkalommal megjelenni ahhoz, hogy bekerülhessen a rehabilitációs programba.

5 fő esetében (a megjelentek 4 %-a) történt elutasítás, amikor az ügyfélről egyértelműen kiderült, hogy jelenleg nem alkalmas a programra.

51 ügyfél számára az első megjelenéskor újabb találkozást javasoltunk, mert az ügyfél még nem teljesítette a bekerülési feltételeket, vagy motivációja, elköteleződése nem volt

egyértelmű. Sokszor azért nem tudunk azonnal dönteni a felvételtől, mert még tart a jelentkező terápiás kezelése.

### 3.) Ügyfeleinkről és munkánkról a számok tükrében

2019-ben 105 ügyfél fordult meg nálunk hosszabb-rövidebb ideig a 66 férőhelyen. Lakóink nemek közötti megoszlása az engedélyezett férőhelyek arányát tükrözi.

#### 2019-ben az alábbiak szerint alakult a ki-beköltözések száma:

	Jan	febr.	márc.	ápr.	máj	jún.	júl.	aug.	szept.	okt.	nov.	dec.	összesen
beköltözés	4	7	1	5	4	4	3	4	3	9	6	3	53
kiköltözés	5	8	7	0	6	4	5	5	4	6	3	7	60

A függőségben szenvedők mellett továbbra is fogadunk „programon kívüli” ügyfeleket is, akik vállalják az absztinens életmódot, a Váltó-ház speciális szabályait és kellően elfogadóak szenvedélybeteg sorstársaikkal kapcsolatban. Ezen ügyfelek aránya évek óta 10 % körül mozgott, ez így volt 2019-ben is.

#### A beköltözőkről:

<b>2019-ben a Vaspálya utcai átmeneti szállásra beköltöző ügyfelek honnan érkeztek? (%)</b>	<b>%</b>
BMSZKI átmeneti szálló	5
BMSZKI éjjeli menedékhely	25
egyéb átmeneti szálló	7
egyéb éjjeli menedékhely	8
kórház	23
rehabilitációs intézmény	8
szívességi lakáshasználat	5
munkásszálló	4
közterület	6
család	4
albérlet	5
<b>összesen</b>	<b>100</b>



2019-ben 53 fő volt a beköltözők száma. Legtöbben (33 %) valamelyik éjszakai menedékhelyről érkezett. Az intézmény elődjének tekintette FSZKI Védett Részleg indulásakor, 1996-ban az ügyfelek 100 %-a érkezett terápiás kezelésből. 2019-ben ez az arány 31 %, míg a beköltözők 51%-a érkezett a hajléktalan ellátás valamelyik intézményéből vagy közterületről. Ez azt jelenti, hogy az utógondozó, félutas ház jellegű intézményből mára már egy sokkal differenciáltabb szolgáltatást nyújtó programmá kellett válnunk. Ez a tény nagy kihívást jelent számunkra, amely kihívásnak igyekszünk minél inkább megfelelni, vagyis programunkat is szeretnénk felépülési pályára állítani. Az intézményi felépülés ebben az értelemben megújulást, az eszközök és a stratégia folyamatos felülvizsgálatát, frissítését jelenti, annak érdekében, hogy az eredeti vízió megvalósuljon, de minimum „irányzékban maradjon”.

<b>2019-ben a Vaspálya utcai átmeneti szállásról kiköltöző ügyfelek a távozás helye szerint (%)</b>	<b>%</b>
BMSZKI átmeneti szálló	12
egyéb átmeneti szálló	5
BMSZKI éjjeli menedékhely	10
egyéb éjjeli menedékhely	7
addiktológiai rehabilitáció vagy kórház	5
bérelt lakás/szoba	28
Kőbányai Lélek-ház	3
élettárs	7
család	2
szívességi	12
munkásszálló	5
egyéb, ismeretlen	4
<b>összesen</b>	<b>100</b>

A kiköltözők száma 60 fő volt 2019-ben. Legtöbben (28%) bérelt lakásba, szobába tudtak kiköltözni. Sajnos 2018-hoz képest lecsökkent azoknak az aránya, akiről biztosan tudjuk, hogy a hajléktalan ellátáson kívül találtak továbblépést jelentő lakhatást. Ezekhez számítjuk a bérelt lakást, a bérelt szobát, az önkormányzati bérlakást, az élettársi kapcsolatot, a családba

való visszafogadást, a munkásszállót, és a félutas jellegű Kőbányai Lélek házat is. Ez az arány 2018-ban 73 % volt, míg 2019-ben 45 %.

Kiköltöző ügyfeleink közül 34 % a hajléktalan ellátás valamelyik intézményében oldotta meg további lakhatását.

2019-ben nem volt idősök otthonába költöző ügyfelünk, bár többen várakoznak bekerülésre. Továbbra is gondot jelentett a súlyos egészségi állapotban lévő ügyfeleink elhelyezése, több alkalommal fordultunk elhelyezési kérelemmel a BMSZKI egészségügyi részlegeihez.

A 2019-es ügyfeleink életkor szerinti megoszlása az alábbiak szerint alakult:

életkor szerinti megoszlás (%)											
	életkor										összesen
	25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55	56-60	61-65	65	
%	0	2	4	14	21	9	14	15	12	9	100 %

Az elmúlt évekhez képest nem növekedett tovább az 55 év felettek aránya. Tapasztalatunk azt mutatja, hogy nem is feltétlenül a betöltött életkor jelent problémát, hiszen több öregségi nyugdíjas ügyfelünk még munkát is tud vállalni. Nagyobb gondot jelent az ügyfelek egészségi állapotának egyértelmű romlása, számukra a megfelelő ellátási forma megtalálása és az ellátás megszervezése.

Ügyfeleink legmagasabb iskolai végzettségéről:

A Vaspálya átmeneti szállás ügyfelei 2019--ben a legmagasabb iskolai végzettség szerint (%)	%
8 általános	22
szakmunkásképző intézet	30
szakközépiskola érettségivel	20
gimnáziumi érettségi	19
főiskola	3
egyetem	6
<b>összesen</b>	<b>100</b>

2019-ben minden lakónk rendelkezett minimálisan a 8 általános iskolai végzettséggel. Legnagyobb arányban (30 %) a szakmunkásképző intézményben végzettek képviseltetik

magukat. Ügyfeleink 39 %-a szakközépiskolában vagy gimnáziumban érettségizett, 9% pedig diplomával is rendelkezik. Tehát ügyfeleink 48%-a minimum érettségizett.

Ügyfeleink foglalkoztatási, jövedelmi helyzete:

A Vaspálya utcai átmeneti szállás ügyfelei a rendelkezésükre álló jövedelem, típusa szerint (%)	2016	2017	2018	2019
jövedelem nélkül	6	6	6	5
FHT	8	4	0	2
EGYT	9	4	8	7
rokkantsági ellátások	16	8	5	9
munkanélküli járadék	1	1	1	0
öregségi nyugdíj	14	17	11	9
alkalmi munka	20	13	16	9
bejelentett munka	26	47	53	59
<b>összesen</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Jól látható, hogy évek óta növekszik a bejelentett munkából élők száma, s ez a folyamat 2019-ben is folytatódott. Ügyfeleink 70 %-a rendszeresen munkából származó jövedelemhez jutott. A jövedelemmel rendelkezők esetében szociális munkánk gyakran irányul a pénzkezelési problémákra, a takarékosagra való hajlandóság és képesség kérdéseire.

A többiek (30 %) viszont alacsony jövedelmi szintet jelentő ellátásokból, vagy támogatásokból kénytelenek megélni. Jellemzően egészségi problémákkal küzdenek, vagy életkoruk miatt nem tudnak már munkát vállalni. Az ő kiszolgáltatottságuk jelentős, kilépési lehetőségeik pedig igen csekélyek. Az ő számukra igen nehéz lakhatási megoldásokat találni.

A jövedelmek típusa mellett vizsgáltuk a jövedelmek nagyságát is:

<b>A Vaspálya utcai átmeneti szállás ügyfelei a rendelkezésükre álló jövedelem összege szerint 2019-ben (%)</b>	<b>%</b>
jövedelem nélkül	7
25 ezer Ft alatt	1
25-50 ezer Ft	17
50-75 ezer Ft	13
75-100 Ft	8
100-125 ezer Ft	22
125 ezer felett	32
<b>összesen</b>	<b>100</b>

A munkavállalási lehetőségek bővülésével, a minimálbér összegének növekedésével növekedett a rendelkezésre álló jövedelmek nagysága is. Ügyfeleink között gyakran tapasztaljuk, hogy szenvedélybetegségük aktív szakaszában nem szereztek gyakorlatot a pénzkezeléssel kapcsolatban így a megtakarítás nehezen megy. Továbbra is gondot jelentenek a különböző levonások, végrehajtások. Nehéz megélni, hogy valaki rendszeren, lelkiismeretesen dolgozik, ám fizetésének csak egy részét kaphatja kézhez. A komolyan józanodók ezt is jobban viselik, a régi számlák rendezését alázattal szemlélik, egyesek még hálásak is, hogy lehetőségük van a jóvátételre.

Minden évben vizsgáljuk a visszaesések számát, bár intézményünkben nem ez a szám mutatja a felépülési folyamat sikerességét. Ám az absztinencia megőrzése is érték, s minden szeszmentes nap nyereségként élhető meg. 2019-ben ügyfeleink 30%-a fogyasztott alkoholt abban az időszakban, amikor nálunk lakott. Jóval nagyobb részük (70%) teljesen szeszmentes maradt ebben az évben.

A visszaesésénél nagyobb gondot okoz a „száraz részegség” kezelése. A valódi józanság eléréséhez nem elegendő a szer letétele – ha a felépülő szenvedélybeteg itt megáll, a „száraz részegség” állapotában ragadhat. Ebben a kifejezésben a száraz jelöli a tisztaságot, a szermentességet, a részegség pedig arra vonatkozik, hogy ugyan a függő már megvált a szertől, de ugyanabban az érzelmi zűrzavarban él, ugyanazt a rendezetlen és kaotikus lelki működést mutatja, mint a szerhasználat idején – hiába tette le a szert, benne és körülötte ugyanolyan maradt minden. Ezeknek az ügyfeleknek a segítése sokszor nehezebb, mint a

visszaesőké, mert a visszaeső nagyobb eséllyel érzi, hogy gond van, hiszen újra szert fogyasztott.

#### 4.) Egyéni pszichológiai tanácsadás (A beszámolót készítette Farkas Edina pszichológus)

A 2019-es évben hetente egy napon, 4 időpontban volt lehetősége a Váltó Házban lakóknak pszichológiai tanácsadásban részt venni.

Ez idő alatt összesen 22 fő kért és kapott időpontot, ebből kettő fő sosem jelent meg egyetlen megbeszélte időpontban sem, 2 fő jelezte, hogy nem szeretne élni a pszichológiai szolgáltatással, illetve 3 főt pár alkalmas konzultáció után a kompetenciahatárok betartása érdekében terápiába irányítottunk. 8 fővel pedig 8 alkalmat meghaladó folyamatot végeztem. A lakók átlagosan 7 alkalmat vettek igénybe, és összesen 128 alkalommal fogadtam a jelentkezőket. Gyakran előfordult, hogy az ügyfelek nem tudták igazítani munkarendjüket az előre megszabott időpontban lévő egyéni időpontokhoz. Az ilyen esetekben a Dózsa Átmeneti Szálláson lévő késő délutáni vagy esti időpontokat ajánlottam fel számukra. Az ügyfelek a leggyakrabban szorongásos és hangulati problémák miatt, a gyászfeldolgozás és az absztinencia megtartása érdekében kértek segítséget, az egyéni tanácsadás során pedig gyakran felmerülő téma volt főleg az együttélési problémák, a lakószobán belüli konfliktuskezelés, a családi konfliktusok, illetve az indulatszabályozási problémák.

Farkas Edina folyamatos jelenléte intézményünkben egyértelműen támogató jellegű a team számára. Az ügyfelek delegálása, ajánlása gördülékeny a kölcsönös visszajelzések probléma mentesek. A Február 3 kutatás ide vonatkozó kérdései és válaszai jól mutatják az egyéni pszichoterápiás munka súlyát intézményünk programjában. Más átmeneti szállókhoz képest nálunk négyszeres azoknak az ügyfeleknek az aránya, akik eljutnak pszichológushoz.

		Vaspálya Átmeneti Szálló	átmeneti szállók	BMSZKI összes
Hallott-e már arról, hogy a BMSZKI-ban pszichológus is dolgozik, akihez Ön is fordulhat?	igen, hallottam róla	55,6	69,1	61,6
	már jártam is ott	33,3	7,5	6,7
	még nem jártam ott, de érdekelne	4,4	4,7	5,1
	nem érdekel	4,4	8,6	11,1
	nem hallottam róla	2,2	10,2	15,5

5.) Komplex relapszus prevenciós program a KAB-FF-18-26206 sz. pályázat megvalósításával.

Az idei program újdonsága volt az előző évekhez képest a munkatársak számára szervezett 2 napos képzés, oktatás, szupervíziós, esetmegbeszélő alkalom Budán Ferenc addiktológia konzultáns vezetésével.

Ügyfelek számára biztosított programok:

- Addiktológiai támogatás:
  - egyéni konzultációs beszélgetés addiktológiai szakember bevonásával 80 alkalom, 51 fő
  - józanságra fókuszáló csoportos foglalkozás, „JÓZANNAK MARADNI!!” 20 alkalom, 45 fő
- Szabadidős programok
  - Szabadidős, közösségi programok az intézményen belül (4 alkalom, 78 bevont ügyfél)
    - húsvéti készülődés: túrós pite készítés és közös elfogyasztása, sonkafőzés + tojásfestés
    - „rocky road” nevű édesség közös elkészítése, elfogyasztása
    - Közös bográcsozás, étkezés a kertben
    - Közös kertészkedés
  - Szabadidős programok az intézményen kívül (3 alkalom, 29 fő bevonásával)
    - A „Vitéz Lélek” c. előadás a Nemzeti Színházban
    - Látogatás a Petőfi Irodalmi Múzeumban
    - Hajókirándulás Vácra

JÓZANNAK MARADNI PROGRAM (csoport és egyéni konzultáció)

A csoporton és a hozzá kapcsolódó egyéni konzultáción kapott információk, a magasabb szinten motivált lakóknak nagyon fontos iránymutatást adhatnak a sikeres felépüléshez. Legtöbbjüknél túlzott lenne az elvárás, hogy a néhány alkalmas program hatására azonnali alapvető változás áll be a részükről, de egy később bekövetkező visszaesés esetén segítségére lehetnek a kétségbeesett alkoholistának, élete megmentéséért és rendezéséért folyó küzdelemben.

A csoport hasznosságát lakóink egyértelműen megtapasztalták, a visszajelzésekből kiderült, hogy a csoportvezető hitelessége, őszintesége nagy hatást gyakorolt rájuk.

Némi nehézséget okozott, hogy a csoport tagjai jó arányban munkát találtak, ahol gyakran a szombati napon is elvárás volt a megjelenés. Ebből fakadóan hullámzó volt a csoport-létszám. Ennek ellenére egyetlen tervezett foglalkozás sem maradt el.

Egyéni addiktológiai konzultációs lehetőséget 51 főnek biztosítottunk, összesen 80 alkalommal, alkalmanként 1 órában. Ez az egyéni beszélgetés volt a belépő a Józannak maradni csoportba és lehetőséget biztosított a konzulens számára az állapotfelmérésre is. Néhány esetben a csoport mellett további egyéni beszélgetés is szükségesnek mutatkozott. Szakmailag mindenképpen indokolt, hiánypótló az egyéni konzultáció párhuzamos működtetése a csoporttal. Ennek keretében megalapozódhat a kívánatos személyes kapcsolat, felmérhető az egyén veszteség listája, motivációs szintje, ellenállásai. Meghatározható, hogy a lakónak szüksége van-e a csoporttal párhuzamosan több üléses egyéni konzultációra, ahol lehetőség nyílik megoldást keresni a csoporton nem feldolgozható problémáira, elakadásaira is. Az egyéni konzultációban szerzett tapasztalatok alapján lehetővé vált a szakmai stáb munkájának kiegészítése, szempontok adása a lakó életének támogatásához. Visszaesés esetén a Józannak maradni csoport ismeretanyaga és a vele párhuzamosan folyt egyéni konzultáció tapasztalatai jó kiindulási alapot adnak a visszaesés feldolgozására.

A program hatására néhány tag esetében megfogalmazódott a változtatás igénye, arra a tudatosult tényre alapozva, hogy az alkoholizmusból való kitörés szükséges, de nem elégséges feltétele a végleges és teljes alkohol absztinencia. Az egyénre jellemző ellenállások, háritások, tudatlanság felszámolásában nagy szerepe volt a csoport ismeretanyagát személyre vonatkozó egyéni konzultációnak. A csoport fokozatosan kialakuló kultúrája, támogató légköre egyre mélyülő önismereti lehetőséget adott, ami alapot teremtett a változás szükségességének elfogadására

A program céljait tekintve sikeresnek tekinthető, a kliensek döntő része a csoporton kapott információk alapján reálisan látja helyzetét, a változás szükségességét. Pozitív elmozdulás tapasztalható az önsegítő csoportok látogatása terén. A kliensek elmondásai alapján hatékonyan alkalmazzák az ivási helyzetek kezelésére kapott modelleket. A csoport-élmény megélésének hatására könnyebben és szívesebben mozdulnak a külső csoportok felé, egyidejűleg nyíltabbak, kitárulkozóbba a benti csoporton is.

## 6.) Száraz November

Az 1. pontban már említett BMSZKI Száraz November programba intézményünk (a teljes szervezésen túl) az alábbi eseményekkel kapcsolódott be:

Csoportjaink egy részét egy hónapra megnyitottuk a Száraz November kihívását elfogadó ügyfelek számára:

- Filmklub (2 alkalom Fabók Szilvia vezetésével)
- Hatórai Tea (Bártfai Márk)
- Vaspálya Erőmű Csoport (Farkas Edina)

Helyszínt biztosítottunk néhány szabadidős programnak szintén ügyfelek számára

- Süti délután (Szabó Edit Gabriella)
- Kézműves délután (Heimné Kelemen Klára)
- Kézimunka csoport (Hujberné Turóczy Angelika)
- Nyíri Zsolt „Talajmente” c. fotókiállítás (a szakmai nap programjának meghosszabbítása)

Munkatársaink programokat szerveztek más intézményi helyszíneken:

- ügyfelek számára: „Csak a mai nap” csoport 3 helyszínen (Külső-mester, Kocsis, Aszódi) Dósa László és Papp Ákos vezetésével
- Munkatársak számára:
  - „Kihívásom” zárt FB csoport
  - Eszközünk-e hitelesség? (Papp Ákos)
  - Pozitív szenvedélyeink (Vida Judith)
  - Önségítő csoport (Tóthné Takács Anita)
  - Jóga (Botyánszki Alíz)
  - „Mi és a hozzátartozók” Botyánszki Alíz

2019. december 2-án intézményünkben megszerveztük a záró rendezvényt, ahol a tapasztalatokat összegeztük.



## 7. Szakmai tervek, törekvések 2020-ra

- A „saját projekt” program folytatása.
- A kőbányai addiktológiai kerekasztal együttműködés további működtetése, a közös munka ösztönzése.
- Az évek óta gondot jelentő feltöltöttségi arány javítása érdekében a következő lépéseket tervezzük:
  - A feltöltöttség érdekében évek óta megtett számos lépés felülvizsgálata, a további ötletelés helyett a stratégiai jellegű gondolkodás kialakítása.
  - Nyílt nap szervezése, ahová társintézményeket hívunk meg a jelenleginél gyümölcsözőbb együttműködés érdekében.
  - A „megkeresőzési” tevékenység beépítése a munkánkba, a kapcsolatfelvételek kezdeményezése kórházak és terápiás intézmények felé.
  - A BMSZKI egyéb intézményeinek végiglátogatása, a szakmai team-ek megkeresése.
- Intézményi eszköztár megnyitása és folyamatos fejlesztése.
- Esetmegbeszélések rendszeresebbé tétele.
- Az átmeneti szállás rehabilitációs intézménnyé alakításának kezdeményezése, ehhez támogatás kérése a döntéshozóktól.

Budapest, 2020. február 21.

Soós Mária és munkatársai