

## Poradnia dla Osób z Problemami Alkoholowymi

ul. Kamieniec 10  
34-500 Zakopane  
Tel. 018/20-12-021

### Oferta terapeutyczna dla pacjentów po ukończonym leczeniu całodobowym lub dziennym – etap psychoterapii pogłębionej w Poradni dla Osób z Problemami Alkoholowymi w Zakopanem:

#### A. Zasadnicze tematy pracy w grupie

1. Praca nad psychologicznymi mechanizmami uzależnienia
  - ❖ mechanizmem iluzji i zaprzeczeń – rozpoznawanie nałogowych schematów myślowych i praca nad zmianą przekonań
  - ❖ mechanizmem nałogowego regulowania uczuć – kontynuacja uświadamiania sobie uczuć i rozpoznawania nałogowych schematów, uczenie się radzenia sobie z przykrymi uczuciami (złością, lękiem, wstydem, poczuciem winy)
  - ❖ mechanizmem rozdwojonego ja – poznawanie siebie – praca nad realnym ja, praca nad poczuciem własnej wartości
2. Praca nad zapobieganiem nawrotom i radzeniem sobie z nimi
3. Uczenie umiejętności pomocnych w zdrowieniu – trening asertywności, trening komunikacji.

Sesje psychoterapii grupowej odbywają się 1 raz w tygodniu, trwają 2 godziny.  
Grupa jest otwarta.

B. Psychoterapia indywidualna – realizacja zadań planu zdrowienia, praca nad osobistymi problemami pacjenta

### Zasady kwalifikacji do terapii pogłębionej w Poradni dla Osób z Problemami Alkoholowymi w Zakopanem:

2 grupy pacjentów rozpoczynających terapię pogłębioną:

- ❖ Pacjenci którzy ukończyli etap wstępny i intensywny (podstawowy) w naszej Poradni
- ❖ Pacjenci po ukończonym leczeniu całodobowym lub dziennym .

Proponujemy terapię pogłębioną osobom, które:

- ❖ Zrealizowały program psychoterapii uzależnienia i utrzymują abstynencję
- ❖ Wykazują motywację do dalszej pracy nad swoim zdrowieniem
- ❖ Mają możliwości intelektualne i spełniają kryteria pracy w grupie.

Oczekiwania od placówek kierujących:

- ❖ Informacja o zrealizowaniu programu podstawowego
- ❖ Zalecenie udziału w terapii pogłębionej
- ❖ Plan dalszego zdrowienia.