

# **PORADNIA PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ W ZAKOPANEM**

**ul. Grunwaldzka 5A, 34-500 Zakopane**  
**e-mail: stowarzyszenierodzina@neostrada.pl**  
**Tel/Fax. (18) 2017200**

## **PROGRAM TERAPEUTYCZNY dla uzależnionej młodzieży.**

### **Proces terapeutyczny:**

#### **Główne elementy programu dla uzależnionej młodzieży.**

- Diagnoza - w trakcie, której zostaje określone rozpoznanie.
- Analiza osobistych problemów młodego człowieka oraz budowanie strategii radzenia sobie z nimi.
- Analiza destrukcyjnego modelu uzależnienia, powodującego negatywne konsekwencje.
- Budowanie osobistej, wewnętrznej motywacji do zmiany w uzależnionych obszarach.
- Budowanie systemu przekonań i zachowań służących zdrowieniu.
- Rozpoznawanie przekonań i zachowań podtrzymujących destrukcyjny model uzależnienia.
- Trening radzenia sobie z konsekwencjami uzależnienia.
- Budowanie relacji między adolescentem, a jego rodziną, a także szkołą.
- Trening zachowań wspierających utrzymanie pożądanych zmian.
- Blok edukacyjny - czyli przedstawienie niezwykle ważnej w procesie zdrowienia wiedzy, dotyczącej danego uzależnienia.
- Praca nad przekonaniami podtrzymującymi dalsze pogłębianie uzależnienia..
- Konstruowanie dalszego planu zdrowienia.

#### **Celem zasadniczym programu jest:**

- „Praca nad zasobach” młodego człowieka jego wartościach, zaletach i umiejętnościach.
- Zrozumienie konsekwencji uzależnienia i motywowanie do abstynencji i leczenia.
- Rozpoznanie osobistych, destrukcyjnych nawyków związanych z uzależnieniem.
- Zapoznanie się z rzetelną wiedzę o uzależnieniu.
- Skutecznego rozwiązywania problemów, jakich Pacjent doświadcza w swoim życiu.
- Rozpoznanie przekonań i zachowań, które przyczyniły się do tego, że pacjent pogłębiał uzależnienie.

**Warunkiem przyjęcia do Poradni dla młodzieży uzależnionej** jest osobisty kontakt Pacjenta i jego Rodziców z lekarzem psychiatrą jako pierwszy z trzech porad diagnostycznych.

### **Przyjmowanie do terapii obejmuje:**

- ❖ Pierwszy kontakt.
- ❖ Diagnozę medyczną i psychiatryczną.
- ❖ Diagnozę psychologiczno-terapeutyczną.
- ❖ Diagnozę nozologiczno-problemową.
- ❖ Informację o terapii.
- ❖ Motywację do podjęcia leczenia.
- ❖ Zawarcie „Kontraktu terapeutycznego”.

### **Cele:**

- ❖ Rozpoznanie rodzajów problemów związanych z uzależnieniem.
- ❖ Rozpoznanie motywów pacjenta do leczenia.
- ❖ Zapoznanie z zasadami funkcjonowania w Poradni, na sesjach indywidualnych i w grupie terapeutycznej.
- ❖ Ustalenie osobistego programu terapii.
- ❖ Uczenie komunikowania się w grupie.

### **Metody pracy:**

- ❖ Wywiad psychiatryczny.
- ❖ Wywiad psychologiczno-terapeutyczny.
- ❖ Badania psychologiczne i testy.
- ❖ Sesje terapeutyczne indywidualne.
- ❖ Terapie grupowe.
- ❖ Psychoedukacja.

### **Czas trwania:**

- ❖ Psychoterapia podstawowa długoterminowa trwa około 1 roku i obejmuje około 75 sesji psychoterapii indywidualnej (1-2 sesje tygodniowo) oraz do 48 terapii grupowej (1 grupa tygodniowo).
- ❖ Psychoterapia podstawowa krótkoterminowa trwa do pół roku i obejmuje do 24 sesji indywidualnych (1 sesja na tydzień) oraz do 24 psychoterapii grupowej (1 grupa tygodniowo).