

PROGRAM TERAPEUTYCZNY dla osób pijących szkodliwie.

Proces terapeutyczny:

Główne elementy programu dla osób pijących szkodliwie:

- Diagnostyka - w trakcie, której zostaje określone rozpoznanie.
- Analiza osobistych problemów oraz budowanie strategii radzenia sobie z nimi.
- Analiza destrukcyjnego modelu picia, powodującego negatywne konsekwencje.
- Budowanie osobistej, wewnętrznej motywacji do zmiany w obszarze picia szkodliwego.
- Budowanie systemu przekonań i zachowań służących zdrowieniu.
- Rozpoznawanie przekonań i zachowań podtrzymujących destrukcyjny model picia.
- Trening radzenia sobie z piciem alkoholu.
- Trening zachowań wspierających utrzymanie pożądanых zmian.
- Blok edukacyjny - czyli przedstawienie niezwykle ważnej w procesie zdrowienia wiedzy, dotyczącej uzależnienia.
- Praca nad przekonaniami podtrzymującymi szkodliwego picia.
- Konstruowanie dalszego planu zdrowienia.

Celem zasadniczym programu jest:

- Zrozumienie konsekwencji dalszego picia alkoholu.
- Rozpoznanie osobistych, destrukcyjnych nawyków związanych z piciem.
- Budowanie nowego, bezpiecznego modelu picia.
- Zapoznanie się z rzetelną wiedzą o chorobie alkoholowej, jej fazami oraz mitami o alkoholu, które mogą prowadzić i usprawiedliwiać dalsze picie.
- Zdobycie umiejętności skutecznego rozwiązywania problemów, jakich Pacjent doświadcza w swoim życiu.
- Rozpoznanie przekonań i zachowań, które przyczyniły się do tego, że pacjent pił alkohol w sposób szkodliwy
- Znalezienie, z pomocą terapeuty, taki model picia kontrolowanego, który nie będzie powodował zagrożeń i negatywnych konsekwencji w życiu.

Warunkiem przyjęcia do Poradni dla pacjentów pijących szkodliwie jest osobisty kontakt z lekarzem psychiatrą jako pierwszy z trzech porad diagnostycznych. Pacjent zobowiązany jest do przyniesienia dowodu osobistego na w/w wizytę.

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 piciem szkodliwym.
- ❖ Rozpoznanie motywów pacjenta do leczenia.
- ❖ Zapoznanie z zasadami funkcjonowania w Poradni, udział w 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 trwa do pół roku i obejmuje do 24 sesji indywidualnych (1 sesja na tydzień) oraz do 24 psychoterapii grupowej (1 grupa tygodniowo).