



PROGRAM
TERAPII UZALEŻNIENIA
I WSPÓLUZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU

PORADNIA TERAPII UZALEŻNIENIA I WSPÓLUZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU

**„FENIX PSYCHOTERAPIA UZALEŻNIEŃ”
W WODZISŁAWIU ŚLĄSKIM**

44-300 WODZISŁAW ŚLĄSKI

UL. Pośpiecha 1A

Program realizowany jest od dnia 01.02.2012r.

.....

Spis treści

1.	DEFINICJA POJĘĆ	3
2.	AKTY PRAWNE	4
3.	OPIS PORADNI	5
4.	OBSZAR DZIAŁANIA.....	8
5.	CELE I ZADANIA PORADNI.....	9
6.	RODZAJ DZIAŁALNOŚCI LECZNICZEJ ORAZ ZAKRES UDZIELANYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH..	11
7.	PRZEBIEG PROCESU UDZIELANIA ŚWIADCZEŃ MEDYCZNYCH	12
8.	ORGANIZACJA I ZADANIA POSZCZEGÓLNYCH KOMÓREK ORGANIZACYJNYCH	13
9.	WARUNKI WSPÓLDZIAŁANIA Z PODMIOTAMI WYKONUJĄCYMI DZIAŁALNOŚĆ LECZNICZĄ.....	15
10.	PROGRAMY REALIZOWANE W PORADNI	16
11.	ZAKŁADANE REZULTATY PROGRAMÓW	28
12.	WYZNACZNIKI SKUTECZNOŚCI REZULTATÓW PROGRAMÓW	30
13.	POSTANOWIENIA KOŃCOWE.....	31

1. DEFINICJA POJEĆ

Ilekcję w Programie jest mowa o:

1. Poradni - należy przez to rozumieć Poradnię Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu „Fenix Psychoterapia Uzależnień” w Wodzisławiu Śląskim
2. Kierownika Poradni - należy przez to rozumieć Kierownika Poradni Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu „Fenix Psychoterapia Uzależnień” z kwalifikacjami Certyfikowanego Specjalisty Psychoterapii Uzależnień
3. Psychoterapeucie Uzależnień – należy przez to rozumieć Specjalistę Psychoterapii Uzależnień lub w trakcie szkolenia
4. Instruktorze – należy przez to rozumieć Instruktora Terapii Uzależnień lub w trakcie szkolenia
5. Psychologu – należy przez to rozumieć psychologa lub specjalistę w dziedzinie psychologii klinicznej lub w trakcie specjalizacji
6. Lekarzu – należy przez to rozumieć lekarza specjalistę w dziedzinie psychiatrii lub w trakcie specjalizacji
7. Sekretarce medycznej – należy przez to rozumieć osobę po odbytych szkoleniach wewnętrznym z zakresu kontaktu z pacjentem uzależnionym i jego rodziną.

2. AKTY PRAWNE

Poradnia działa w oparciu o następujące akty prawne i dokumenty:

- 1) Ustawa z dnia 26.06.1974r. Kodeks pracy, z późn. zmianami;
- 2) Ustawa z dnia 2 lipca 2004 r. o swobodzie działalności gospodarczej (Dz. U. z 2010 r. Nr 220, poz. 1447 i Nr 239, poz. 1593 oraz z 2011 r. Nr 85, poz. 459 i Nr 106, poz. 622);
- 3) Ustawa z dnia 6 listopada 2008 r. o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta (Dz. U. z 2009 r. Nr 52, poz. 417 i Nr 76, poz. 641 oraz z 2010 r. Nr 96, poz. 620);
- 4) Ustawa z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej. (Dz. U. z dnia 1.06.2011 r.);
- 5) Zarządzenie Nr 36/2012/DSOZ Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia
- 6) z dnia 19 czerwca 2012 r. zmieniające zarządzenie w sprawie określenia warunków zawierania i realizacji umów w rodzaju opieka psychiatryczna i leczenie uzależnień standardy wykonywania usług zdrowotnych z zakresu leczenia odwykowego rekomendowane przez PARPA;
- 7) Regulamin organizacyjny Poradni

3. OPIS PORADNI

1. Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu „FENIX Psychoterapia Uzależnień” funkcjonuje jako podmiot medyczny wykonujący działalność medyczną od dnia 01.02.2012 roku i jest wpisana do rejestru podmiotów medycznych pod numerem 000000026777-W-24.
2. Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu „Fenix Psychoterapia Uzależnień” jest podmiotem leczniczym przedsiębiorcy wpisanego do KRS jako: „FENIX Psychoterapia Uzależnień Sp zoo” nr 0000523446.
3. Poradnia zlokalizowana jest w Wodzisławiu Śląskim ul. Pośpiecha 1A.
4. Warunki lokalowe:
 - Gabinety psychoterapii indywidualnej oraz gabinet lekarza psychiatry
 - Sale psychoterapii grupowej z systemem multimedialnym
 - Rejestracja
 - Pomieszczenie socjalne
 - Zaplecze dla personelu wraz z szatnią
 - Dwie poczekalnie
 - Toalety ogólnodostępne, dla niepełnosprawnych oraz personelu

➤ Parking dla pacjentów

5. Wyposażenie w aparaturę i sprzęt medyczny oraz w środki transportu i łączności:

➤ sprzęt audio

➤ sprzęt video i DVD

➤ rzutnik multimedialny z ekranem panoramicznym

➤ Komputer All in one

➤ Urządzenie wielofunkcyjne: ksero, copy, fax HP OFFICEJET PRO 8500A

➤ Dostęp do Internetu poprzez lokalną sieć WI-FI

➤ Testy psychologiczne prowadzone przez specjalistów

➤ Materiały edukacyjne

➤ Biblioteka terapeutyczna przeznaczona dla pacjentów

➤ Tablice informacyjne

➤ Tablica do zajęć – wielokolorowa

➤ Każdy pacjent, w pierwszym spotkaniu z psychoterapeutą otrzymuje zestaw nieodpłatnych materiałów edukacyjnych

6. Działania informacyjne:

- Strona internetowa www.fenixpsychoterapia.pl
- Tablica ogłoszeń w Poradni Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia
- FACEBOOK.COM
<http://www.facebook.com/pages/Fenix-Psychoterapia-Uzale%C5%BCnie%C5%84/129493043772221?sk=wall&filter=1>
- Ulotki i materiały reklamowe
- Info telefoniczne i poprzez SKYPE
- Mailing fenixterapia@op.pl
- Informacja w prasie lokalnej

4. OBSZAR DZIAŁANIA

Teren działania Poradni obejmuje Powiat wodzisławski, a w szczególności miasto Wodzisław Śląski.

Zgodnie z raportem Urzędu Statystycznego w Katowicach (stan na grudzień 2010) jest to obszar prawie 27 tys. ha, zamieszkały przez ok. 157 tys. osób (kobiet około 80,5 tys, mężczyzn 76,5 tys. osób), przy zagęszczeniu ludności 545 osób na 1 km². Zgodnie z powyższym raportem liczba mieszkańców przypadających na jeden podmiot medyczny to około 1600 osób. Podmiotów medycznych zarejestrowanych to 98 przy średniej liczbie porad 4,1 na jednego mieszkańca.

Poniżej przedstawiono obszar działania:



5. CELE I ZADANIA PORADNI

1. Do zadań podstawowych Poradni należą:

a) diagnozowanie zaburzeń spowodowanych:

- używaniem alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych
- zaburzeniami nawyków i popędów (impulsów)

b) diagnozowanie zaburzeń występujących u członków rodzin:

- osób używających alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych
- osób z zaburzeniami nawyków i popędów (impulsów)

c) realizacja programów korekcyjnych dla osób pijących ryzykownie i szkodliwie

d) realizacja programów psychoterapii dla:

- osób uzależnionych od alkoholu
- osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych
- członków rodzin dotkniętych następstwami używania alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych
- członków rodzin osób z zaburzeniami nawyków i popędów (impulsów)

e) udzielanie indywidualnych świadczeń zapobiegawczo-leczniczych dla:

- osób uzależnionych od alkoholu

- osób uzależnionych od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych
 - członków rodzin dotkniętych następstwami używania alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych
 - członków rodzin osób z zaburzeniami nawyków i popędów (impulsów)
- f) prowadzenie działań konsultacyjno-edukacyjnych dla członków rodzin dotkniętych następstwami używania alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych

2. Do zadań rozszerzonych Poradni należą:

- a) Leczenie osób z zaburzeniami nawyków i popędów (impulsów):
- b) realizacja programów korekcyjnych
- c) realizacja programów psychoterapii
- d) udzielanie indywidualnych świadczeń zapobiegawczo-leczniczych

3. Poradnia realizuje zadania w szczególności przez:

1. diagnozę,
2. konsultację,
3. terapię,
4. psychoedukację,
5. doradztwo,
6. mediację,
7. działalność profilaktyczną,
8. działalność informacyjną.

6. RODZAJ DZIAŁALNOŚCI LECZNICZEJ ORAZ ZAKRES UDZIELANYCH ŚWIADCZEŃ ZDROWOTNYCH

1. Poradnia świadczy świadczenia zdrowotne w zakresie terapii uzależnień i współuzależnienia od alkoholu. – kod 04.1744.007.002.

2. W ramach świadczeń odbywają się następujące procedury:

- diagnostyka
- psychoterapia (indywidualna i grupowa),
- sesja wsparcia psychospołecznego,
- sesja rodzinna,
- terapia rodzin,
- działania konsultacyjno-edukacyjne,
- poradnictwo,
- badania psychologiczne,
- prowadzenie dokumentacji.

3. Jednostki chorobowe rozpoznawane i leczone w Poradni:

- Postępowanie diagnostyczne: F10 – F19, F 41, F 43, F45, F48, F60, F63, Z03, Z81.1, Z81.2, Z81.3
- jednostki leczone F 10.1, F 10.2, F 10.30, F 19.1, F 19.2, F 19.30, F 63.0, F 63.8
- Członkowie rodzin F41,F 43, F45, F48, F60,Z81.1, Z81.2, Z81.3

7. PRZEBIEG PROCESU UDZIELANIA ŚWIADCZEŃ MEDYCZNYCH

1. Wszystkie formy świadczonej pomocy psychoterapeutycznej odbywają się na zasadzie dobrowolności.
2. Zgłoszenie do Poradni następuje na wniosek zainteresowanego w formie telefonicznej lub osobiście.
3. Pracownicy Poradni przyjmują klientów w gabinetach bez udziału osób trzecich.
4. Świadczona przez pracowników Poradni pomoc winna być prowadzona zgodnie z najlepszą wiedzą interdyscyplinarną, poszanowaniem godności osobistej.
5. Klient zgłasza do Rejestracji Medycznej Poradni , gdzie zostaje skierowany odpowiednio:
 - a) przy pierwszym kontakcie – do Zespołu Diagnostyki
 - b) przy kolejnym odpowiednio do Zespołu Psychoterapii Uzależnień lub Zespołu Psychoterapii Współzależnych
6. Klienci uczęszczający na psychoterapię grupową, przychodzą w terminach i godzinach wyznaczonych i opisanych na tablicy ogłoszeń w Poradni.
7. Klienci zgłaszający się do Poradni pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających nie są przyjmowani.
8. Na terenie Poradni zabrania się spożywania alkoholu, środków odurzających i palenia tytoniu.
9. Indywidualne terminy przyjęć klientów ustalane są na konsultacji z terapeutą zgodnie z harmonogramem pracy, bądź w Rejestracji Medycznej Poradni.

8. ORGANIZACJA I ZADANIA POSZCZEGÓLNYCH KOMÓREK ORGANIZACYJNYCH

1. Specjaliści pracujący w Poradni zobowiązani są do:

- a) przyjmowania osób kierowanych do Poradni
- b) sformułowania diagnozy klinicznej w oparciu o badania psychologiczne na poziomie nozologicznym wg kryteriów ICD-10,
- c) oddziaływania psychologicznego w trakcie badania, mającego cel motywujący do psychoterapii,
- d) stosowania odpowiedniej do diagnozy formy terapii,
- e) podejmowania działań dotyczących profilaktyki: wykłady, seminaria, warsztaty, treningi psychologiczne, zajęcia edukacyjno-rozwojowe,
- f) współpraca z instytucjami i organizacjami związanymi z przeciwdziałaniem alkoholizmowi, a także z innymi ośrodkami psychoterapii w kraju.

2. Do zadań pracowników należy świadczenie:

- 1) porad/wizyt LU diagnostycznych - porada udzielana zgodnie z załącznikiem nr 7 do rozporządzenia Ministra Zdrowia o świadczeniach gwarantowanych PSY, w zależności od zakresu realizowanych świadczeń;
- 2) porad/ wizyt LU terapeutycznych – kolejna porada, udzielana zgodnie z załącznikiem nr 7 do rozporządzenia Ministra Zdrowia o świadczeniach gwarantowanych PSY, w zależności od zakresu realizowanych świadczeń;
- 3) wizyt LU instruktora terapii uzależnień – porada, udzielana zgodnie z załącznikiem nr 7 do rozporządzenia Ministra Zdrowia o świadczeniach gwarantowanych PSY, w zależności od zakresu realizowanych świadczeń;
- 4) sesji psychoterapii indywidualnej - sesja udzielana zgodnie

z załącznikiem nr 7 do rozporządzenia Ministra Zdrowia o świadczeniach gwarantowanych PSY, w zależności od zakresu realizowanych świadczeń, z zapewnieniem nadzoru specjalisty psychoterapii uzależnień; psychoterapeuta lub osoba w trakcie szkolenia do uzyskania certyfikatu

psychoterapeuty może realizować świadczenia obejmujące leczenie zaburzeń emocjonalnych, w programach pogłębionych, u osób uzależnionych lub współuzależnionych;

5) sesji psychoterapii rodzinnej - sesja udzielana zgodnie z załącznikiem nr 7 do rozporządzenia Ministra Zdrowia o świadczeniach gwarantowanych PSY, w zależności od zakresu realizowanych świadczeń, z zapewnieniem nadzoru specjalisty psychoterapii uzależnień; psychoterapeuta lub osoba w trakcie szkolenia do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty może realizować świadczenia obejmujące leczenie zaburzeń emocjonalnych, w programach pogłębionych, u osób uzależnionych lub współuzależnionych;

6) sesji psychoterapii grupowej - sesja udzielana zgodnie z załącznikiem nr 7 do rozporządzenia Ministra Zdrowia o świadczeniach gwarantowanych PSY, w zależności od zakresu realizowanych świadczeń, z zapewnieniem nadzoru specjalisty psychoterapii uzależnień. Psychoterapeuta lub osoba w trakcie szkolenia do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty może realizować świadczenia obejmujące leczenie zaburzeń emocjonalnych, w programach pogłębionych, u osób uzależnionych lub współuzależnionych. W przypadku osób realizujących pogłębiony program psychoterapii uzależnienia, dopuszcza się realizację do dwóch sesji w ciągu jednego dnia.

9. WARUNKI WSPÓŁDZIAŁANIA Z PODMIOTAMI WYKONUJĄCYMI DZIAŁALNOŚĆ LECZNICZĄ

1. Poradnia współpracuje z innymi podmiotami wykonującymi działalność leczniczą w celu dalszej pomocy klientom poprzez skierowanie do specjalistów, konsultantów i innych lekarzy odpowiedniej specjalności.
2. Poradnia współpracuje szczególnie z Wojewódzkim Ośrodkiem Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia Gorzyce w sprawie leczenia w systemie dziennym zamkniętym klientów zdiagnozowanych, leczonych w Poradni a wymagających terapii w systemie zamkniętym.
3. Poradnia współpracuje z oddziałami dziennymi terapii uzależnienia od alkoholu.
4. Poradnia współpracuje z Ośrodkami Pomocy Społecznej.

10. PROGRAMY REALIZOWANE W PORADNI

Lp.	Nazwa programu	Opis planowanych działań, w tym pracy terapeutycznej (rodzaju świadczeń)
1.	Podstawowy i ponadpodstawowy program psychoterapii dla osób uzależnionych od alkoholu	<p>1. Program psychoterapii indywidualnej (IPT- Indywidualny Program Terapii).</p> <p>Opracowywany jest przez psychologa, czy psychoterapeutę prowadzącego (indywidualnego) po wstępnych sesjach poświęconych na nawiązanie pierwszego kontaktu z pacjentem, koniecznego do stworzenia atmosfery intymności i zaufania towarzyszącemu wspólnej pracy. Prowadzący zapoznaje się z historią życia pacjenta, jego osobistymi problemami i historią picia czy zażywania.</p> <p>Określenie obszarów problemowych do pracy z IPT oraz postawienie diagnozy nozologicznej jest wynikiem wnikliwego wywiadu z pacjentem, od którego zależy dalszy, równie ważny proces terapii i współpraca z innymi specjalistami w celu pracy nad tymi obszarami osobowości człowieka, które zostały najdotkliwiej osłabione poprzez spożywanie substancji psychoaktywnej.</p> <p>Program ten obejmuje:</p> <ul style="list-style-type: none">-porady diagnostyczne-badania psychologiczne-sesje psychoterapii indywidualnej dla osób dorosłych-sesje psychoterapii indywidualnej dla młodzieży-sesje indywidualne dla sprawców przemocy w rodzinie będących osobami uzależnionymi od

alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych

- sesje indywidualne dla ofiar przemocy w rodzinie będących osobami uzależnionymi od alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych

-porady lekarza psychiatry

-interwencje kryzysowe

-sesje wsparcia psychospołecznego

-działania konsultacyjno-edukacyjne

-poradnictwo

2. Program psychoterapii grupowej (GPT – Grupowy Program Terapii)

a) Program psychoterapii grupowej dla osób uzależnionych od alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych.

Jest to konieczna forma terapii oferowana przez Poradnię, ze względu na zaopiekowanie się tą grupą pacjentów, którzy nie zdecydują się na leczenie w stacjonarnych oddziałach odwykowych, lub kierowani bezpośrednio z oddziałów detoksykacji nie posiadają większej wiedzy na temat swojego uzależnienia, a przez brak osobistej motywacji nie uczestniczyli w ogóle lub systematycznie w terapii ambulatoryjnej.

Grupa taka pełni zatem głównie rolę edukacyjną (nabywanie wiedzy i umiejętności koniecznych do trwania w abstynencji i zmiany życia) oraz wspierającą (zapewnia poczucie przynależności, bezpieczeństwa i akceptacji, a często wręcz pomaga zaspokoić podstawowe potrzeby człowieka poprzez koleżeńską pomoc w znalezieniu pracy, czy mieszkania)

Metodą pracy z grupą jest dyrektywa z elementami pracy na procesie. Oznacza to, że prowadzący kieruje dynamiką i wykorzystuje interakcje zachodzące w grupie (reakcje przeniesienia i przeciwprzeniesienia) do pomagania ich

uczestnikom w lepszym rozumieniu siebie i osobistym rozwoju.

Praca z pacjentami odbywa się poprzez następujące techniki :

- rozmowę terapeutyczną
- rozmowę z innymi uczestnikami grupy
- aktywne słuchanie i analizę wypowiedzi
- notowanie, odczytywanie zadań na forum i przenoszenie wniosków z grupy do IPT
- rediagnozę problemową (czyli analizowanie co jakiś czas problemów pacjenta w celu sprawdzenia efektów i wprowadzenia nowych rozwiązań)
- treningi intrapersonalne (poznawanie siebie) i interpersonalne (zdobywanie umiejętności koniecznych do satysfakcjonującego funkcjonowania w życiu)
- psychodramę, psychozabawę, psychotest
- elementy paradoksu, bajki i psychorysunku
- literaturę, film, wykład, słuchowisko, relaksację.

Celem nadrzędnym tej formy psychoterapii jest nabycie przez uczestnika grupy takiego wglądu w siebie (czyli takiego etapu rozwoju świadomości tożsamości alkoholowej), który umożliwi pacjentowi jak najszybsze przejście w etap terapii pogłębionej.

Aby to osiągnąć konieczne jest osiągnięcie celów szczątkowych pracy w grupie, takich jak:

- nabycie wiedzy o chorobie i radzeniu sobie z jej objawami i skutkami
- nabycie umiejętności rozpoznawania emocji, wyrażania ich i radzenia sobie z nimi (głównie bardzo przyjemnymi i bardzo przykrymi)

- nabycie wiedzy i umiejętności konstruktywnych zachowań społecznych (treningi interpersonalne- asertywne zachowania, rozwiązywanie konfliktów, odmawianie picia, korzystanie z sieci wsparcia osobistego i profesjonalnego, rozpoznawanie sytuacji wyzwających myśli o alkoholu, rozpoznawanie zachowań kompulsywnych)
- nabycie wiedzy o sobie samym w celu budowania poczucia wartości i umiejętności rozpoznawania i unikania zagrożeń (treningi intrapersonalne- radzenie sobie ze stresem poprzez różne techniki, radzenie sobie z chęcią picia wywołaną czynnikami wewnętrznymi)
- dostarczenie wiedzy na temat różnych form pomocy i współpracy z grupami samopomocowymi, takimi jak Anonimowi Alkoholicy (AA) czy Kluby Abstynenta (AS)

Poprzez identyfikowanie się z pozostałymi trzeźwiejącymi osobami, pacjent w grupie kształtuje swoją tożsamość osoby uzależnionej, rozpoznaje objawy uzależnienia, potrafi przypisać je sobie i wejść w proces zmiany. Często wręcz grupa terapeutyczna staje się środowiskiem socjalizującym dla kogoś, kto wcześniej nie znał trzeźwego życia i uczy się go praktycznie od postaw.

b) Program poszerzony psychoterapii grupowej pogłębionej dla osób uzależnionych od alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych.

Program ten jest kontynuacją wcześniejszej pracy, tyle że obejmuje szersze dziedziny wewnętrznego i zewnętrznego funkcjonowania człowieka zdecydowanego na trwanie w trzeźwości. Tutaj słowo „trzeźwość” zaczyna mieć określony,

znacznie szerszy wymiar osobisty i społeczny. Oznacza większą pewność siebie w dokonywaniu wyborów, kierowanie się rozsądkiem i panowanie nad emocjami, decyzyjność oraz odpowiedzialność za siebie i innych. Pacjent ugruntowany w dużym stopniu w abstynencji pogłębia trzeźwe czyli konstruktywne, dobre, wartościowe, zgodne z przekonaniami i nie krzywdzące innych poglądy i zachowania. Posiada dużą wiedzę w zakresie choroby i potrafi sobie radzić.

W tym wypadku nadrzędnym celem terapii w grupie jest taka praca z mechanizmami psychologicznymi uzależnienia, która da pacjentowi możliwość satysfakcjonującego życia bez ciągłej koncentracji na substancji uzależniającej. Jest to dążenie do pewnej wewnętrznej wolności człowieka, zaufania do siebie i innych oraz braku poczucia pustki po danej substancji. Inaczej mówiąc w tym etapie rozwoju pacjent ma zaakceptować siebie, jako osobę uzależnioną, pogodzić się z tym i żyć tak, aby nie odbierało mu to poczucia wartości. Jest to głęboka praca nad tożsamością.

Cele szczątkowe terapii konieczne do osiągnięcia celu zasadniczego to:

- głębokie poznanie siebie poprzez różnorodne treningi, ale głównie poprzez identyfikację z osobami z długim stażem abstynencji
- rozwój osobisty- czyli poznawanie nowych dziedzin życia, w których pacjent może odnaleźć siebie (warsztaty zajęciowe, wyjazdowe i maratony trzeźwościowe, Kluby Abstynenta, przynależność do różnych organizacji trzeźwościowych, duchowa formacja)
- głębokie budowanie własnej wartości i przynależności poprzez prowadzenie grup samopomocowych i dawanie świadectwa innym
- budowanie niepowierzchnych relacji z ludźmi, nawiązywanie przyjaźni poprzez doświadczenie grupy terapeutycznej, jako podstawowego środowiska wspierającego i kształtującego po

zaprzestaniu nałogowych zachowań.

W tym wypadku praca z pacjentami odbywa się poprzez podobne jak w/w techniki terapeutyczne, z tą różnicą, że rozszerza się zakres tych działań, głównie warsztatów tematycznych (np. treningi zapobiegania nawrotom choroby, radzenia sobie ze stresem), pogłębia się sposób pracy, jakość tematów dotyczących najistotniejszych obszarów życia, pogłębia się pracę nad duchowym wymiarem człowieka i uwzględnia te zachowania kompulsywne, które mogłyby potencjalnie stać się zarzewiem innego problemu czy uzależnienia. Często poszerzeniu ulega też zakres współpracy z innymi specjalistami – mediatorami, pracownikami pomagającymi rodzinom w kryzysach, radcami prawnymi, pedagogami szkolnymi, czy np. seksuologami, którzy pomagają odbudować poczucie wartości zdrowiejącego człowieka w sferze intymnej.

Terapia pogłębiona przygotowuje pacjentów do podjęcia często jeszcze innych form pracy nad sobą, takich jak Terapia Dorosłych Dzieci Alkoholików (DDA), terapia Dorosłych Dzieci Dysfunkcyjnych (DDD), czy zaawansowana praca nad 12 Krokami AA.

Efektom terapii jest taka, możliwa integracja osobowości pacjenta, która radykalnie poprawia jakość jego życia w sferze emocjonalnej, poznawczej i behawioralnej.

c) Program pogłębiony psychoterapii grupowej dla młodzieży „Nie bo Tak!”

Obejmuje swoim zakresem młodych ludzi, którzy pochodzą z rodzin dysfunkcyjnych i sami w różnorodnej formie potrzebują pomocy w problemach osobistych czy związanych z problematyką uzależnień. Grupa nastawiona jest głównie na profilaktykę, ale obejmuje też osoby już uzależnione.

Celem nadrzędnym grypy jest udzielanie wsparcia do zmiany swojego życia i wiary w to, że można zmienić wszystko.

Cele szczątkowe jakie chcemy osiągnąć poprzez pracę psychoterapeutyczną dotyczą przede wszystkim poczucia

własnej wartości, kreatywności, sublimacji (czyli przekierowania negatywnych i destrukcyjnych popędów i zachowań w działania wartościowe i budujące). Poprzez akceptację pozytywnej grupy rówieśniczej dostarcza się wzorów do naśladowania i zdrowej rywalizacji.

Aby dotrzeć do jak największej liczby młodzieży potrzebującej pomocy i wsparcia Poradnia będzie korzystała z technik pracy, które umożliwią kontakt z młodym człowiekiem poprzez:

- różnorodne spoty
- materiały edukacyjne (broszury, plakaty, ulotki, książki, przewodniki)
- stronę internetową www.wyhamujwpore.pl
- stronę internetową www.niebotak.pl
- stronę internetową www.fenixpsychoterapia.pl
- wskazane byłyby lokalne debaty, profilaktyka w placówkach oświatowych, wywiadówki dla rodziców i nauczycieli, szkolenia dla lekarzy i pielęgniarek, szkolenia dla sprzedawców napojów alkoholowych, zajęcia edukacyjne w szkołach nauki jazdy itp.

Poradnia oferuje również w ramach programu grupowej psychoterapii dla młodzieży tak zwaną „Godzinę z Ciekawym Człowiekiem” – oferta zawiera spotkanie- wykład z osobą z zewnątrz, która w jakiś nieszablonowy, pozytywny sposób pokierowała swoim życiem. Będą to osoby z różnych dziedzin życia społecznego.

Poszerzenie horyzontów młodych ludzi, pokazanie im nowych możliwości daje szansę na zmianę stereotypów myślenia. W tym zakresie konieczna jest praca w grupie na treningach zachowań społecznych, konstruktywnego wyrażania złości, radzenia sobie ze stresem, odmawiania brania substancji psychoaktywnych, rozpoznawanie mitów dotyczących pozytywnej roli alkoholu i narkotyków, praca z negatywnymi schematami emocjonalnymi, poznawczymi i zmianą zachowań.

d) Program pogłębiony psychoterapii grupowej dla ofiar przemocy w rodzinie.

Celem grupy jest odbudowanie poczucia wartości pacjentów, ich sprawczości po to, by w życiu porzuciły rolę ofiar i poznały swoją godność.

Narzędziem pracy jest grupa osób, która dzieli się osobistymi doświadczeniami, analizuje swoje emocje, myśli i zachowania ucząc się na własnych i cudzych zasobach. Rola terapeuty polega na kierowaniu procesem, by wesprzeć elementy konstruktywne i przepracować negatywne. Wzmocnienie grupy, decydująca, silna rola terapeuty scalają i budują elementy osobowości – głównie mechanizm rozproszonego i wyodrębnionego JA, który spustoszył jedno z najważniejszych źródeł siły w człowieku – świadomość i poczucie, że się nim jest.

Wiktyimizacja, która jest następstwem procesu upokarzania ofiary przez sprawcę, to ostateczne poddanie się ofiary, przekonanie jej o tym, że nie istnieje.

Efektom tego procesu mogą być ciężkie zaburzenia lękowe, PTSD, nerwice i zaburzenia depresyjne.

Konieczna jest zatem edukacja i wsparcie ofiar poprzez współpracę Poradni z prawnikami, pracownikami Opieki Społecznej, Ośrodkami Pomocy Rodzinie, Komisjami Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Zespołami Interdyscyplinarnymi, Policją, Prokuraturą, Sądem i Kuratorium.

e) Program psychoterapii grupowej dla pracowników firm zewnętrznych dotkniętych problemem alkoholowym:

- problem alkoholowy – pojęcia podstawowe
- praca a picie alkoholu – szkody z tym związane
- trzeźwy pracownik = bezpieczna praca
- problem alkoholowy – dlaczego leczenie nie powinno być wstydem?
- możliwości zaprzestania picia (sposoby zmiany)
- dostarczenie wiedzy o środkach interwencji pracodawcy wobec pracowników nadużywających alkoholu

f) Program dla pracodawców „SZANSA”:

- problem alkoholowy – pojęcia podstawowe
- diagnostyka problemu u pracownika (pijącego w trakcie pracy, przychodzącego do pracy w stanie nietrzeźwym, zaniedbującego obowiązki z powodu picia)
- motywowanie czy karanie?

- skuteczna interwencja
- leczenie – sposoby kierowania pracownika na terapię
- rodzaje terapii
- relacja z pracownikiem po ukończonym cyklu leczenia
- wspieranie trzeźwych zachowań pracowników
- rola organizacji społecznych w szerzeniu wizerunku trzeźwego pracownika

g) Zajęcia warsztatowe na temat zapobiegania nawrotom w chorobie alkoholowej.

Nawrót to proces dziejący się w czasie. Polega na tym, że człowiek, który podjął wyzwanie trzeźwego życia w pewnym momencie zatrzymuje się w drodze. Rezygnuje z zasad, których przestrzegał, wartości i zachowań prowadzących do trzeźwości. W tym czasie z całą siłą włączają się stare negatywne schematy i pacjent zaczyna odczuwać i myśleć „jak dawniej”. Mówi się wtedy, że ma „pijane myślenie”. Może też łamać zasady zachowań i nie unikać wyzwalaczy picia. Człowiek ten nie musi napić się alkoholu, ale jest na najlepszej drodze do złamania abstynencji. Potrzebuje pomocy.

Dla tych właśnie osób, które przynajmniej pół roku wytrzymały bez substancji psychoaktywnej przeznaczone są warsztaty zapobiegania nawrotom. Warsztat oznacza pracę na zasobach, doświadczeniu, pewnymi technikami, zwykle intensywną jakościowo i czasowo. Warsztaty mogą mieć formę stacjonarną lub wyjazdową po to, by oderwać pacjentów od codzienności, aby w bardziej sprzyjających warunkach dokonała się zmiana.

Proces zmiany odbywa się w grupie, gdyż tak jak w przypadkach wcześniejszych konieczne jest wsparcie, poczucie przynależności, konfrontacja z mechanizmami i nałogowym sposobem myślenia i przeżywania. Grupa spełnia rolę przysłowiowego „lustra”, gdzie życie jednego uczestnika znajduje odpowiedź w innym.

Warsztaty mają na celu:

- dostarczenie wiedzy na temat nawrotów
- dostarczenie wiedzy na temat rozpoznawania,

zapobiegania i radzenia sobie z nawrotem

- radzenia sobie z silnymi emocjami
- radzenie sobie z „pustką”, monotonią życia na trzeźwo
- szukanie nowych sposobów kreatywnego spędzania czasu
- poukładanie rytmu dobowego
- analizę funkcjonowania pacjenta w oparciu o programy zaleceń dla osób trzeźwiejących
- analizę jakości trzeźwienia pacjenta
- odszukanie błędów pracy nad sobą i wprowadzenie zmian, po to by nie doszło do napicia się alkoholu lub zażycia innej substancji psychoaktywnej.

h) Warsztaty „Trzeźwa Rodzina”

Cykliczne spotkania przynajmniej trzech osób z jednej rodziny, w której dominuje problematyka uzależnienia. Spotkania mają na celu kompleksowe ujęcie problemu i zaplanowanie pracy terapeutycznej opartej o IPT dla każdego członka rodziny osobno oraz GPT dla wszystkich. Taka forma pracy pozwala szerzej i jaśniej uchwycić problem, spojrzeć na bliskich jak na elementy systemu i zbadać ich role. Dzięki takiemu systemowemu podejściu, zdiagnozowaniu przyczyn, deficytów i skutków rodzina zaczyna pomagać sobie wzajemnie umożliwiając jednocześnie rozwój każdej jednostki.

Warsztaty nastawione są na terapię krótkoterminową, to znaczy diagnozującą problem i szukającą rozwiązań.

2.

Podstawowy i
ponadpodstawowy
program psychoterapii
dla osób
współuzależnionych

Osoby współuzależnione to takie, które w niewłaściwy sposób przystosowały się do życia z pijącą osobą. Niewłaściwy oznacza niszczący siebie i krzywdzący innych. Współuzależnienie to nie choroba. To zaburzona relacja i reakcja. To widzenie świata poprzez obraz osoby uzależnionej. Życie w rytmie jej nastrojów, ciągów picia i abstynencji.

Gdy osoba współuzależniona trwa w tym układzie to zaczyna sama cierpieć jeszcze bardziej i pogrążyć się w beznadziejnej sytuacji. Osobą współuzależnioną może być tylko osoba dorosła. Dziecko nie ma wpływu na sytuację z pozycji dorosłego. Jego udział jest niezawiniony.

Praca z osobami współuzależnionymi indywidualna i grupowa przebiega na tych samych zasadach, co z osobami uzależnionymi, jedynie dostarczenie wiedzy dotyczy też innych dziedzin, a celem jest uniezależnienie pacjenta po to, aby żył swoim życiem i przez to budował właściwe relacje z otoczeniem.

Efektami terapii dla osób współuzależnionych jest obniżenie poziomu lęku pacjenta, wzmocnienie woli i nabycie poczucia wartości. Konieczne są treningi asertywnych zachowań i radzenia sobie ze stresem.

Tutaj również konieczna jest współpraca z innymi specjalistami, często psychiatrami, gdyż silny stres, w jakim żyją osoby współuzależnione jest przyczyną wielu zaburzeń, a często zależności lekowej.

1. Program psychoterapii indywidualnej

- a) porady diagnostyczne
- b) sesja psychoterapii indywidualnej dla osób współuzależnionych
- c) sesja psychoterapii indywidualnej dla osób młodzieży, będącymi osobami współuzależnionymi
- d) sesja psychoterapii indywidualnej dla DDD
- e) sesja psychoterapii indywidualnej dla DDA
- f) sesja psychoterapii indywidualnej dla sprawców przemocy w rodzinie będącymi osobami współuzależnionymi
- g) sesja psychoterapii indywidualnej dla ofiar przemocy w rodzinie będącymi osobami współuzależnionymi
- h) porada lekarza psychiatry
- i) sesja wsparcia psychospołecznego,

- j) działania konsultacyjno-edukacyjne,
- k) poradnictwo,
- l) badania psychologiczne,

2. Program psychoterapii grupowej dla osób współzależnych

Grupa dla osób współzależnych jest jednym z ważniejszych źródeł zmiany i odseparowania się od chorej sytuacji w rodzinie, a często sprzyja radykalnej zmianie życia, dając nadzieję na zdrową rodzinę, tym bardziej jeśli są w niej dzieci.

3. Program psychoterapii grupowej dla ofiar przemocy w rodzinie, będącymi osobami współzależnymi

4. Sesje grupowe – małżeństwa i związki partnerskie

5. Sesje grupowe – „Nasza rodzina =trzeźwa rodzina”

11. ZAKŁADANE REZULTATY PROGRAMÓW

1. Program podstawowy dla osób uzależnionych od alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych.

Zakłada:

- Nabycie wiedzy o uzależnieniach
- Nabycie umiejętności oceny siebie w oparciu o dostarczoną wiedzę
- Nabycie wiedzy o konstruktywnych sposobach funkcjonowania i relacji społecznych
- Nabycie umiejętności praktycznych do wprowadzania tej wiedzy w życie
- Nabycie umiejętności radzenia sobie z emocjami i chęcią zażycia substancji psychoaktywnej
- Nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami
- Ogólna poprawa funkcjonowania psychosomatycznego
- Nabycie umiejętności gospodarowania czasem wolnym i planowania trzeźwego życia
- Przygotowanie pracy nad tożsamością do podjęcia terapii w grupie o programie pogłębionym .

2. Program pogłębiony psychoterapii dla osób uzależnionych od alkoholu i/lub innych substancji psychoaktywnych.

Zakłada:

- Rozwój tożsamości właściwej osobie uzależnionej
- Integracja osobowości w celu zwiększenia stabilności emocjonalnej, poznawczej i behawioralnej
- Pogłębiony wgląd w siebie jako człowieka i własne role społeczne
- Zmiana jakości życia w istotnych obszarach funkcjonowania
- Zdobycie umiejętności korzystania ze wsparcia innych i udzielania tego wsparcia
- Rozwój osobisty i duchowy

3. Program pogłębiony psychoterapii grupowej dla młodzieży „Nie bo Tak!”.

Zakłada:

- Socjalizację poprzez przynależność do pozytywnej grupy wsparcia
- Edukację
- Zdobywanie wiedzy o substancjach zmieniających świadomość i ich wpływie na rozwój człowieka
- Zwiększenie samoświadomości
- Zwiększanie sprawczości i decyzyjności w podejmowaniu życiowych decyzji
- Nabycie umiejętności radzenia sobie z emocjami, wyrażania złości w sposób konstruktywny, radzenie sobie ze stresem
- Sublimacja negatywnych skłonności i zachowań
- Nabywanie wiary w siebie i poczucie własnej wartości
- Uczenie się zachowań społecznych poprzez pomoc innym uczestnikom grupy.

4. Pogłębiony program psychoterapii dla osób współuzależnionych.

Zakłada:

- Zyskanie poczucia bezpieczeństwa i wsparcia
- Uzyskanie świadomości przynależności do osób o podobnych problemach
- Zmniejszenie negatywnych następstw emocjonalnych, poznawczych i zachowań
- Nabycie wiedzy na temat uzależnienia i współuzależnienia
- Nabycie wiedzy o funkcjonowaniu rodziny zdrowej i chorej
- Konfrontacja z faktami własnego funkcjonowania w celu wglądu w niewłaściwe schematy
- Zmiana tych schematów
- Wsparcie w ważnych sytuacjach życiowych na zasobach własnej wartości
- Zdobywanie umiejętności radzenia sobie ze stresem
- Zdobywanie umiejętności właściwej komunikacji
- Zdobywanie umiejętności kreatywnego rozwiązywania konfliktów.

12. WYZNACZNIKI SKUTECZNOŚCI REZULTATÓW PROGRAMÓW

1. Prowadzona dokumentacja (księga główna, dokumentacja historii choroby, dokumentacja elektroniczna), która zaświadcza o ilości i problematyce przyjmowanych pacjentów
2. Współpraca z innymi specjalistami udokumentowana j/w świadcząca o objęciu pacjentów szerokim zakresem pomocy
3. Różnorodność oddziaływań psychoterapeutycznych dostarczająca konstruktywnych metod wsparcia i ucząca kreatywności
4. Zaangażowanie Poradni w działania zewnętrzne (szkolenia, kursy, wykłady, profilaktyka, współpraca z Gminnymi i Miejskimi Komisjami Rozwiązywania Problemów Alkoholowymi i innymi organizacjami i ośrodkami. Współpraca z Wojewódzkim Ośrodkiem Lecznictwa Odwykowego i innymi Poradniami)
5. Zebrania kliniczne zespołu, mające na celu monitorowanie, analizowanie i omawianie bieżącej pracy z pacjentami
6. Ankiety ewaluacyjne powarsztatowe
7. Spotkania dla absolwentów mające na celu wzmocnienie poczucia przynależności do środowiska abstynenckiego i wykazujące ilość osób będących w procesie zmiany
8. Powiększanie kwalifikacji przez kadre psychoterapeutów, własny rozwój osobisty i zawodowy
9. Kierowanie się etyką zawodową psychoterapeuty, jako jednym z najistotniejszych wskaźników jakości udzielanych świadczeń zdrowotnych.

13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Poradnia prowadzi następującą dokumentację:

- Dokumentację badań diagnostycznych.
- Dokumentację indywidualnych porad uzależnionych i współuzależnionych
- Dokumentację grupowych zajęć uzależnionych i współuzależnionych.
- Inną dokumentację, zgodnie z odrębnymi przepisami.
- Pisma wysyłane z poradni podpisuje Kierownik Poradni, bądź inni pracownicy stosownie do posiadanych uprawnień.

2. Poradnia działa w ciągu całego roku.

3. Dzienny czas pracy poradni ustala Kierownik Poradni, zgodnie z normami czasowymi określonymi przez NFZ.

4. Pracownicy Poradni są zobowiązani do zachowania tajemnicy państwowej i służbowej, a także przestrzegania ustawy o ochronie danych osobowych zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.