

## DROGA PACJENTA W TERAPII

Przez całe leczenie pacjentem opiekuje się jego indywidualny terapeuta.

### 1 miesiąc

**praca nad motywacją** - indywidualnie lub w grupie, jeśli zbiorą się co najmniej 4 osoby.

„**Ja i moja choroba**” – grupowe zajęcia psychoedukacyjne dotyczące wiedzy nt. uzależnienia, objawów, uwarunkowań psychologicznych, oczywiście wszystko to w odniesieniu do własnego życia.

**Podsumowanie 1-wszego miesiąca** – Pacjent podsumowuje pobyt w ośrodku. Ocenia swój sposób funkcjonowania, zaangażowanie w terapię, stosowanie się do zasad i regulaminu, relacje z innymi członkami grupy. Następnie słucha co na ten temat ma do powiedzenia społeczność, która życzliwie, pamiętając o pozytywach i mocnych stronach, udziela mu informacji zwrotnych na wyżej wymienione tematy.

### 2 miesiąc

„**Przewodnik samopoznania**” grupowe zajęcia skłaniające do analizy tego jak zmieniły się w związku z zażywaniem narkotyków (piciem alkoholu) zachowania, myśli i sposób funkcjonowania, a także próba odpowiedzi na pytania o możliwości kontrolowania swojego nałogu. Zajęcia mają także na celu odkrywanie własnych sposobów „czarowania” rzeczywistości, zniekształcania jej tak by nie dostrzegać prawdziwych skutków nałogu.

### 3 miesiąc

Kontynuacja „**Przewodnika samopoznania**” i równoległe zajęcia wdrażające do samodzielnego prowadzenia „**Dzienniczka uczuć**”

Są to 2 spotkania które zapoczątkują indywidualną pracę. Jej celem jest większa świadomość własnych stanów emocjonalnych, sposobów radzenia sobie z trudnymi uczuciami, skłonności do tłumienia lub uzależnienia się od pewnych uczuć i stanów emocjonalnych.

### 4 miesiąc

Czas na **przepustki**, pełnienie ważnych funkcji w społeczności terapeutycznej, indywidualną pracę z terapeutą, większe zaangażowanie w zajęcia sportowe, teatralne, prace na rzecz ośrodka.

### 5 miesiąc

„**Praca nad akceptacją choroby**” to zajęcia grupowe, których celem jest uświadomienie sobie własnych ograniczeń wynikających z uzależnienia, tego co osoba uzależniona może robić, a czego powinna bezwzględnie unikać, a także tego jak odzyskać wpływ na własne życie, korzystając ze swoich mocnych stron.

## **6 miesiąc**

Pacjent przygotowuje własny **Życiorys** i przedstawia go na **Grupie zadaniowej**.

Dotychczas diagnozą i leczeniem objęty był głównie ten fragment życia pacjenta, który związany jest z braniem przez niego narkotyków. Dzięki życiorysowi istnieje możliwość przyjrzenia się swojemu życiu szerzej – przez pryzmat doświadczeń wczesnodziecięcych, okres wczesnoszkolny, okres dojrzewania i dorosłość. Pojawia się możliwość zrozumienia tych faktów i nadania im znaczenia w teraźniejszości, a zatem mogą one stanowić ważny element dalszej pracy terapeutycznej w ramach Grupy Zadaniowej oraz stanowić materiał do tworzenia **Osobistego Planu Terapii**. Podkreśla się także ich znaczenie z perspektywy zapobiegania nawrotom w uzależnieniu.

**Osobisty Plan Terapii**, ma uwzględniać ważne problemy pacjenta, nie poruszane w głównym programie terapii.

## **7 miesiąc**

Realizacja zadań wynikających z **Osobistego Planu Terapii** oraz **Trening zapobiegania nawrotom**, który ma dostarczyć wiedzy i umiejętności potrzebnych do powstrzymania nawrotu choroby.

## **8 miesiąc**

Kontynuacja zadań wynikających z **Osobistego Planu Terapii**

## **9 miesiąc**

Kontynuacja zadań wynikających z **Osobistego Planu Terapii**

## **10 miesiąc**

**Trening kompetencji społecznych** – warsztat kształcący ważne umiejętności przydatne przy poszukiwaniu pracy, nawiązywaniu kontaktów zawodowych i towarzyskich, wyrażania własnych potrzeb i innych umiejętności, potrzebnych w codziennym życiu oraz kontynuacja zadań wynikających z **Osobistego Planu Terapii**

## **11 miesiąc**

Kontynuacja zadań wynikających z **Osobistego Planu Terapii**

## **12 miesiąc**

**Moja mapa świata** – indywidualna praca przygotowująca do opuszczenia ośrodka. Jej celem jest większa świadomość własnych, mocnych stron, możliwości korzystania ze wsparcia, ale również potencjalnych zagrożeń. W ramach tych zajęć pacjent przygotowuje też plan na

pierwsze tygodnie po ośrodku. Praca przedstawiana jest na grupie zadaniowej, w obecności terapeuty.

Równoległe z tym co powyżej pacjent uczestniczy w życiu **społeczności terapeutycznej**, pełniąc w niej, przemiennie, różne, ważne funkcje. Są one okazją do nabywania potrzebnych w życiu umiejętności, do korekty własnych przekonań, zarówno tych dotyczących codziennego życia jak i tych głębszych, odnoszących się do ważnych życiowych wartości, do sensu życia bez narkotyków.

Co kilka miesięcy organizujemy - wyrosłą z nurtu psychodramatycznego - **grę grupową**. Jej celem jest określenie w jakim miejscu procesu grupowego znajduje się społeczność, oraz jakie role nieformalne pełnią poszczególne osoby w grupie. Bardzo wyraźnie zarysowują się także charakterystyczne wzorce funkcjonowania pacjentów w życiu, które dzięki grze pacjenci odkrywają nazywają i mogą zmieniać.