

Csoportfoglalkozás – Drog/Alkohol - Tematika

Helyszín: Polgármesteri Hivatal – Díszterme, Lánycsók, Kossuth utca 3.

Csoportvezető: Madarász Dalma, egyetemi okleveles ápoló

A tevékenység témája, célja:

Az 5 alkalmas csoportfoglalkozás a drogozás és nagy mértékű alkohol fogyasztás megelőzést, illetve a drogról és az alkoholról való leszoktatást célozza meg. A résztvevő kapjon egy átfogó képet a Magyarországon is évtizedek óta jelenlévő szenvedélybetegségek, függőségek problémájáról. Olyan ismeretek átadása és gyakorlati alkalmazása, mely során a felnövekvő generációknál a pszichoaktív szerhasználat nem minősül vonzó életstílusnak.

A csoportos foglalkozás hosszabb időtartamú, tematikusan felépített, csoportos munkára épülő alkalom-sorozat, mely meghatározott tematikát foglal magában. A résztvevők többé-kevésbé állandóak. A csoporttagok egymástól is tanulhatnak, valamint az új információkat a gyakorlatban is kipróbálhatják. Minden egyes foglalkozásnak meghatározott forgatókönyve van. Ezt a csoportvezető a csoport igényeinek megfelelően megváltoztathatja.

A csoportfoglalkozás létszáma: min. 10 fő/ alkalom

A csoportfoglalkozás időtartama: 60-95 perc/alkalom

A foglalkozások leírása:

1. alkalom:

Téma: Probléma feltárása, ismerkedés

A tagok megismerkednek egymással, majd feltárásra kerül az a probléma, amiért létrejött a csoport. Ezen a foglalkozáson megbeszélik a résztvevők az alkohollal/drogokkal kapcsolatos problémájukat, tapasztalataikat, valamint hogyan is kerültek ezek „fogságába”. A témához kapcsolódó alapfogalmak (dependencia, tolerancia, megvonás, eufória, drog, kábítószer, függőség, dózis, elvonási tünetek, stb.) értelmezése.

2. alkalom:

Téma: A drog és alkohol, mint szenvedélybetegség

Kialakulásának mechanizmusa:- környezeti minták (család, ismeretségi kör, stb.). Alkoholba menekülés okai. A függőség főbb jellemzői, káros hatásai (egészségügyi, szociális, anyagi, társadalmi, stb.) A szenvedélybetegség és kockázatai: egészségügyi, mentális és bűnügyi. A kipróbálás veszélyei, a függőségek (testi, lelki) kialakulásának folyamata,

következményei. A drogos karrier kialakulásának folyamata (kipróbálás, eseti és rendszeres fogyasztás) kockázatai.

3. alkalom:

Téma: Akadályok tudatosítása, célmeghatározás

Ezen a foglalkozáson a résztvevők tudatosítják az akadályokat, meghatározzák céljaikat. Először a függőség főbb jellemzőit veszik számba, majd a drogozás, alkoholizmus káros hatásairól beszélgetnek. Feltérképezik a kulturált alkoholfogyasztás szabályait, következményeit, történeti hátterét. Igyekeznek megnevezni a felmerülő akadályokat, a lépéseket, melyekkel leküzdhetik ezeket. A foglalkozás végén kitűznek közösen egy célt és részcélokat is.

4. alkalom:

Téma: A leszokás gyakorlata, módszerei

Testi károsodások, fizikai tünetek kezelése. Gyógyszeres kezelés. Pszichoterápia. Önsegítő szervezetek (pl. Névtelen Alkoholista mozgalom, Névtelen Narkománok önsegítő közössége - Változóház)
Az akaraterő szerepe és eredményességének növelése.

5. alkalom:

Téma: Élet a leszokás után

Visszaesés veszélyei. Stressz kezelés. Új élethelyzet kialakítása. Család segítő támogatása. Új egészséges szokások felvétele pl. sportolás. Jutalmak. Egészséges étrend.

A tevékenység kimenetele (a teljesítés követelményeinek leírása):

Az alkalmak 75%-án való részvétel. Korszerű ismeretek átadása, melynek tudatában a résztvevők megfelelő készségeket és jártasságokat szerezzenek egészségük megőrzésére és védelmére.

Legyen érzékeny a betegségek hatékony felismerésére és kompetenciájának megfelelően a kezelésére. Legyen képes kezelni az egyes szenvedélybetegségek szerhasználatával, terjesztésével összefüggő egészségügyi, szociális ártalmakat és veszélyeket. Ismerje fel a jelenséget a lehető legkorábbi fázisban, legyen tisztában a megelőzés, kezelés lehetőségeivel, szakaszaival. Ismerje meg a prevenció legfontosabb színtereit, lehetőségeit, módszereit. A résztvevő naprakész tudással rendelkezzen a függő magatartás egészségügyi, szociális és büntetőjogi megítélésében.

Kelt: 2013.11.07.

Madarász Dalma