

Новгородская областная общественная организация «НАН»
(нет алкоголизму и наркомании)

Презентация проекта
«Трезвая мама»

2019 – 2020 г.г.

(создание условий для реабилитации зависимых женщин и их детей в
Новгородской области)

(№19-1-019590)

с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие
гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов.



**Новгородская областная общественная организация
«НАН»
(нет алкоголизму и наркомании)**

с 1993г.

- «Телефон доверия»
- Реабилитация больных алкоголизмом, наркоманией и другими зависимостями
- Все виды наркологической помощи
- Консультации для родственников по выбору программы реабилитации
- Направление в стационары РФ и зарубежом
- Группы самопомощи и психологической поддержки
- Реабилитация членов семей зависимых
- Профилактика зависимостей и общественное просвещение
- Социальная работа

Привычка или зависимость?

Привычки — укоренившиеся в психике людей способы поведения, проявляющиеся в виде однотипных действий, повторяющихся в сходных условиях.

Зависимость (аддикция, англ. addiction – склонность, привычка) – навязчивая потребность совершать определенные действия, несмотря на неблагоприятные последствия медицинского, психологического или социального характера.

В чем разница между привычкой и зависимостью?

От **привычки** можно отказаться путем сознательного переосмысления своих действий самостоятельно или при помощи других людей.

Работают методы воспитания, убеждения...

Здесь может помочь «сила воли» и ее воспитание.

Например, можно отказаться от привычки есть перед сном, начать бегать по утрам -«заставить себя с помощью силы воли»...

Зависимость – это потребность в определенном поведении, встроенная на физиологическом уровне. То, от чего нельзя отказаться, как бы плохо не было.

Привычка может перерасти в зависимость.

Проверьте себя: если без чего-то вам не просто неудобно, а вы без этого не можете жить – от этого у вас зависимость.

Лечение - избавление

Привычки

Методы:

Воспитание, сила воли

Убеждение

Наказание, запреты, насилие

Обещания – обеты

Психологическая коррекция
(КПП)

Изменение образа жизни

Примеры

Научение

Бихевиоризм

«Метод Шичко»

Зависимости

Не работают методы для привычек!

Нельзя избавиться самому!

Не лечатся медицинским путем

Длительное лечение

Духовно-психологическая помощь

«12 шагов» и центры по модели «Миннесота»

Церковь и духовные практики

Кодирование

Лечение зависимостей

- **Природа химической зависимости** – алкоголизма, наркомании и других – заключается в феномене «тяги» – неконтролируемом стремлении к употреблению ПАВ (психоактивного-вещества).
- **«Тяга»** имеет психическую природу.
- В настоящее время не известен ни один вид медицинского вмешательства, способный избавить от «тяги», вплоть до операций на головном мозге. Т. е. алкоголизм, наркомания и другие виды «химической зависимости» **не лечатся медицинским путем.**

Выход есть

- БПСД - Био-психо-социо-духовная модель зависимости принята ВОЗ (Всемирной организацией здравоохранения), как наиболее эффективная для лечения зависимостей.
- На основе БПСД разработаны самая массовая и результативная программа лечения - «12 шагов» и модель «Миннесота», по которой работают тысячи реабилитационных центров по всему миру около 100 лет. С 1987 – сотни центров в России.

Варианты лечения в Великом Новгороде

1 этап – детоксикация (при необходимости)

- кодирование (по желанию)

2 этап – посещение групп самопомощи

3 этап – прохождение реабилитационной программы

4 этап – прохождение программы в загородном центре

Часть этапов может отсутствовать.

Группы самопомощи для женщин **анонимно бесплатно**

Женские группы Анонимные Алкоголики:

Ул. Славная, 41 («Дом милосердия»), по
пятницам 18.45 – 19.45, тел. 89116086314

Ул. Мира, 1, Библиотека «Читай-город», по
средам 19.00 – 20.00.

Группа ВДА – для женщин с психологическими проблемами

В НООО «НАН», ул. Павла Левитта, 22, по
вторникам 19.00 – 20.00.

Стационарные реабилитационные центры

- Наркологические медицинские
- 12-ти шаговые – «Дом надежды на горе» (Лен. Область), пребывание 1 месяц, центры фонда «Диакония»
- Трудовые – « Содействие»
- Религиозные

**В рамках проекта «Трезвая мама»
дистанционная программа
реабилитации**

«Трезвость – онлайн»

Позволяет пройти программу
реабилитации в течение 3-х месяцев по
интернету.

Цель программы: достижение устойчивой
трезвости, психологической
устойчивости, разрешение жизненных
проблем.

Условия: текущая трезвость;
желание и возможность заниматься
(наличие устройства выхода в

Принципы работы дистанционной программы реабилитации

«Трезвость – онлайн»

1. Вы проходите консультацию и получаете ссылку на курс.
2. Курс можно проходить самостоятельно в любое удобное время. Все занятия записаны.
3. Выполняете задание и посылаете на проверку.
4. Если задание сделано правильно, то получаете доступ к следующему уроку.

Принципы работы дистанционной программы реабилитации

«Трезвость – онлайн»

5. Каждую неделю проходит 1-2 вебинара по вопросам курса, можно обсудить вопросы, в формате семинаров и онлайн групп.
6. Постоянно работает чат в WhatsApp для участников.
7. Задания проверяются кураторами (психологами и консультантами).
8. В курсе есть дополнительные материалы, видео, лекции.

Краткое содержание дистанционной программы реабилитации

«Трезвость – онлайн»

- Урок № 1 Понятие о зависимости и способах лечения.
- Урок № 2 Принятие и признание болезни, преодоление анозогнозии.
- Урок № 3 Осознание и идентификация чувств.
- Урок № 4 Умение управлять своими чувствами.
- Урок № 5 Коррекция интрапсихических проблем.
-
- Урок № 1. Понятие духовности и Высшей силы в программе.
- Урок № 2 Поиск своей Высшей силы.
- Урок № 3 Препоручение Высшей силе.
- Урок № 4 Анализ недостатков характера.
- Урок № 5 Работа над недостатками характера.
-
- Урок № 1 Анализ и проработка детско-родительских отношений.
- Урок № 2 Созависимость и выходы из нее.
- Урок № 3 Отношения с противоположным полом. Моделирование здоровых отношений.
- Урок № 4 Покаяние и прощение.
- Урок № 5. Планирование жизни. Профилактика срывов.

Дистанционная программа реабилитации

«Трезвость – онлайн»

- Для тех, кто не может или не хочет поехать на реабилитацию, посещать группы, но имеет при этом устойчивое желание выздороветь и решать свои проблемы.
- Если человек по каким-то причинам прекратил употреблять ПАВ – это не выздоровление, это остановка.
- Если дальше он ничего не делает со своим внутренним миром его ждет «сухой» или «мокрый» срыв.
- Те, кто давно выздоравливает, хорошо знают об этом и стараются попасть в программу реабилитации, но не всегда имеют возможность.

Дистанционная программа реабилитации

«Трезвость – онлайн»

Виды дистанционных программ:

- для выздоравливающих от алкоголизма
- для выздоравливающих от наркомании и курения
- для созависимых (родственников алкоголиков и наркоманов)
- для ВДА – взрослых (от 14 лет), имеющих психологические проблемы вследствие воспитания в алкогольных или дисфункциональных семьях.

В рамках проекта «Трезвая мама» обучение

Семинары:

1. Мотивация на лечение.
2. Вебинары по программе реабилитации.
3. Использование методов арт-терапии.
4. Программы реабилитации для детей.
5. Разрешение конфликтов в семейных отношениях (2020 г.)
6. Конференция «Семейно-нравственное воспитание как фактор профилактики зависимостей»(2020 г.)

Спасибо за внимание!

Презентация
подготовлена на
основе материалов
**Новгородской
областной
общественной
организации
«НАН» (нет
алкоголизму и
наркомании)**
в рамках проекта
«Трезвая мама»
Психолог,
руководитель
проекта

Фролова И. М.

Великий Новгород, ул. Павла Левитта, 22,

+79517286224

noonan.ru

