



**Miejski Ośrodek
Terapii Uzależnień
w Bielsku-Białej**



**Uzależnienia
behawioralne**



Terapia



Terapeuci, psycholodzy i lekarze Miejskiego Ośrodka Terapii Uzależnień w Bielsku-Białej od ponad 15 lat pomagają osobom zmagającym się z problemem uzależnienia od substancji psychoaktywnych, a także członkom ich rodzin. Wraz z nowymi potrzebami ośrodek rozszerzył swoją ofertę o pomoc osobom uzależnionym od m.in.: hazardu, komputera, pracy, seksu, zakupów. Pomoc terapeutyczna w ośrodku udzielana jest bezpłatnie w ramach kontraktu z Narodowym Funduszem Zdrowia oraz ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych będących w dyspozycji Ministra Zdrowia. Nasi specjaliści stale pogłębiają swoje kompetencje, tak aby udzielana przez nich pomoc terapeutyczna była na jak najwyższym poziomie.

Uzależnienia behawioralne – formy terapii

Programy adresowane do osób z rozpoznaniem:

- **hazardu patologicznego,**
- **innych zaburzeń nawyków i popędów,** takich jak seksoholizm, pracoholizm, fonoholizm (uzależnienie od telefonu komórkowego), zakupoholizm oraz cierpiących z powodu: bigoreksji, ortoreksji, tanoreksji, patologicznego zbieractwa, uzależnienia od gier komputerowych i Internetu, nadmiernych ćwiczeń fizycznych, nałogowego objadania się.

Dzienny Oddział Uzależnień Behawioralnych – (8 tygodni) nowatorski, realizowany przez 5 dni w tygodniu program, w trakcie którego pacjent pracuje nad swoimi celami oraz motywacją, zdobywa wiedzę na temat swojej choroby, ćwiczy umiejętności radzenia sobie w sytuacji trudnej, wykonuje prace własne, udziela i odbiera informacje zwrotne.

Kwalifikacja pacjenta do DOUB obejmuje około trzy spotkania diagnostyczne, w czasie których ma miejsce rozmowa ze specjalistą psychoterapii uzależnień lub psychologiem oraz badanie lekarskie.

Plan zajęć jest bogaty w **różnorodne zajęcia**, ułożony w sposób zgodny z możliwościami wykorzystywania energii pacjenta w ciągu dnia. **Poza standardowymi zajęciami psychoterapeutycznymi**, oferujemy szeroki wachlarz zajęć (rekreacja, arteterapia, biblioterapia, filmoterapia, taniec, relaksacja), który ma na celu **wzmacnianie** umiejętności zagospodarowania wolnego czasu, **rozszerzania** repertuaru zachowań regulujących napięcie/głód zaburzonego zachowania. Ponadto, w perspektywie dalszego zdrowienia, nowe doświadczenia aktywności w trakcie terapii często stają się zasobami w profilaktyce **zapobiegania nawrotom** nałogowych zachowań.

Oprócz zajęć grupowych, pacjent jest pod **opieką indywidualnego terapeuty i lekarza psychiatrii** oraz ma możliwość skorzystania z **pomocy prawnej** oraz **doradcy finansowego** (spłacanie długów).

Na czas pobytu w Dziennym Oddziale Uzależnień Behawioralnych osoby pracujące otrzymują **zwolnienie lekarskie**.

Grupy Terapeutyczne dla Patologicznych Hazardzistów – zintegrowany, całościowy, oparty o najnowsze wyniki badań i metody pracy program, adresowany do patologicznych hazardzistów, oraz do osób cierpiących na inne uzależnienia behawioralne. Program zawiera różnorodne oddziaływania terapeutyczne, w tym warsztaty i treningi kompetencji społecznych.

Terapia Indywidualna dla Młodzieży – program dotyczy osób poniżej 18 roku życia uzależnionych bądź zagrożonych uzależnieniem od Internetu i gier komputerowych oraz ich rodzin.

Zintegrowana Pomoc dla Osób Bliskich i Rodzin – program pomocy terapeutycznej, psychologicznej, prawnej oraz doradztwa finansowego dla osób potrzebujących wsparcia na skutek przeżyć związanych z uzależnieniem od czynności osoby bliskiej lub członka rodziny.

Uzależnienia od alkoholu i narkotyków – formy terapii

Programy adresowane do **osób uzależnionych**:

Dzienny Oddział Odwykowy I - (8 tygodni)

Dzienny Oddział Odwykowy II - (8 tygodni) dla osób z uszkodzeniem centralnego układu nerwowego

Cykl ambulatoryjny – grupy terapeutyczne i kontakt indywidualny z terapeutą (12 – 14 miesięcy), obejmuje etap podstawowy i pogłębiony

Grupa wsparcia dla absolwentów – comiesięczne spotkania po ukończeniu pełnego cyklu terapii (6 miesięcy)

Dla osób uzależnionych od alkoholu w nawrocie choroby:

Grupa terapeutyczna - (6 miesięcy)

Dla osób uzależnionych od narkotyków w nawrocie choroby:

Grupa terapeutyczna - (6 miesięcy)

Pomoc terapeutyczna dla członków rodzin i bliskich

Program adresowany do **osób współuzależnionych**:

Cykl ambulatoryjny – grupy i kontakt indywidualny z terapeutą (12 miesięcy)

Grupa wsparcia dla absolwentów (6 miesięcy)

Program adresowany do **Dorosłych Dzieci Alkoholików**

Cykl ambulatoryjny – grupy i spotkania indywidualne z terapeutą (12 miesięcy)

Grupa wsparcia dla absolwentów (6 miesięcy)

W skład programów terapeutycznych realizowanych w MOTU Bielsko-Biała wchodzi weekendowe **Wyjazdowe Sesje Terapeutyczne**.

ŚLĄSKA FUNDACJA BŁĘKITNY KRZYŻ

Od wielu lat udzielamy profesjonalnej pomocy osobom uzależnionym, chorym, znajdującym się w trudnym położeniu czy też pokrzywdzonym w skutek rozmaitych przyczyn. Nasza fundacja jest polskim oddziałem międzynarodowej organizacji International Federation of Blue Cross z siedzibą w Bernie, w Szwajcarii, skupiającym 41 oddziałów rozproszonych na całym świecie. W Polsce prowadzimy ośrodki terapeutyczne w Bielsku-Białej, Żywcu, Czechowicach-Dziedzicach oraz w Pszczynie. Ponadto, zajmujemy się mediacjami, prowadzimy szkolenia, organizujemy konferencje związane z tematyką pracy z osobami uzależnionymi oraz członkami ich rodzin.

Misją Fundacji jest niesienie profesjonalnej pomocy osobom potrzebującym zgodnie z chrześcijańską wizją człowieka.

Jesteśmy przekonani, że naszym zadaniem jest również szerzenie wiedzy o współczesnych zagrożeniach, jak również podnoszenie świadomości społecznej na temat możliwości leczenia i wspierania osób, które popadły w nałóg. Wierzymy, że zostało nam dane życie, które może być pełne pasji, dążenia do rozwoju osobistego, pokonywania własnych ograniczeń i wolne od nałogów.

Miejski Ośrodek Terapii Uzależnień

ul. Mostowa 1

43-300 Bielsko-Biała

tel. 33 822 79 83

Rejestracja w godzinach 8.00 -16.00

bk-europe.pl

facebook.com/slaska.fundacja.blekitny.krzyz