



**Uzależnienia  
behawioralne**



**Terapia**

**Szkolenia**



## **Szanowni Państwo,**

Blisko 20 lat pomagamy **osobom uzależnionym i ich bliskim** prowadząc ośrodki terapii uzależnień w Bielsku-Białej, Żywcu, Czechowicach-Dziedzicach oraz w Pszczynie. Zasięgiem działania obejmujemy całą Polskę, oferując leczenie w Stacjonarnym Ośrodku Leczenia Uzależnień Behawioralnych w Bielsku-Białej. Organizujemy również szkolenia dla terapeutów.

### **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 psychiatry** 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.

## **Szkolenia**

### **Skuteczne Metody Profilaktyki i Terapii Uzależnień Behawioralnych**

– szkolenie dla osób w procesie certyfikacji PARPA lub KBds.PN lub zatrudnionych w ośrodkach leczenia uzależnień. Szkolenie obejmuje zagadnienia z zakresu hazardu patologicznego, pracoholizmu, seksoholizmu, siecioholizmu oraz pracę w młodym pacjentem. Miejsce realizacji – Pszczyzna.

**Program Ograniczania Picia** – szkolenie dla terapeutów chcących poznać zasady prowadzenia pacjentów ww. programie. POP zakłada pracę z pacjentem nieuzależnionym (ew. niepełnoobjawowo), pijącym ryzykownie lub szkodliwie. Opiera się o wybór celu terapii przez pacjenta (pełna abstynencja czy ograniczenie picia), co zwiększa jego zaangażowanie w proces leczenia. Szkolenie prowadzi dr Jolanta Celebucka. Miejsce realizacji – Pszczyzna. *Trwa rekrutacja uczestników.*

**Studium Terapii Uzależnień** – szkolenie Podstawowe Umiejętności Udzielania Pomocy Psychologicznej oraz Nowoczesne Metody Diagnozowania oraz Terapii Uzależnienia i Psychoterapii Członków Rodzin pod nazwą Studium Terapii Uzależnień akredytowane przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, które jest pierwszym krokiem w drodze do uzyskania certyfikatu specjalisty psychoterapii lub instruktora terapii uzależnień. Szkolenie realizowane przez „Błękitny Krzyż sp. z o.o.” Miejsce realizacji – Pszczyzna, styczeń 2017 r. - start edycji. *Trwa rekrutacja uczestników.*

UWAGA! Studenci STU Błękitnego Krzyża mogą podjąć wolontariat w naszych ośrodkach terapeutycznych.

***Terminy oraz kryteria rekrutacji pod nr tel. 33 817 28 38 oraz na: [bk-europe.com.pl](http://bk-europe.com.pl)***

## **ŚLĄSKA FUNDACJA BŁĘKITNY KRZYŻ**

od wielu lat udziela pomocy terapeutycznej osobom uzależnionym od substancji psychoaktywnych i ich bliskim w ramach **ośrodków finansowanych przez NFZ**. Od 2012 roku prowadzi terapię osób uzależnionych behawioralnie oraz ich bliskich i rodzin. Pomocą są objęte osoby będące patologicznymi hazardzistami lub mające problem z seksoholizmem, pracoholizmem, zakupoholizmem czy też siecioholizmem (uzależnienie od Internetu), a także fonoholizmem (uzależnienie od telefonu komórkowego). Odpowiadając na potrzeby w sferze "nowych uzależnień", uruchomiliśmy **Stacjonarny Ośrodek Leczenia Uzależnień Behawioralnych**. Pomoc ta jest możliwa dzięki środkom pochodzącym z Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych będących w dyspozycji Ministra Zdrowia.

Przy Fundacji działa również **Ośrodek Mediacji Błękitnego Krzyża**, w którym zajmujemy się pozasądowym rozwiązywaniem konfliktów.

W **Ośrodku Readaptacyjnym** znajdują zakwaterowanie osoby zagrożone bezdomnością i wykluczeniem społecznym.

Fundacja prowadzi również **szkolenia** oraz **konferencje** o tematyce związanej z uzależnieniami, zwłaszcza behawioralnymi.

### **Miejski Ośrodek Terapii Uzależnień**

ul. Mostowa 1  
43-300 Bielsko-Biała  
Tel. 33 822 79 83

### **Ośrodek Psychoprofilaktyki**

ul. Paderewskiego 3  
43-200 Pszczyna  
Tel. 32 210 42 92

### **Miejski Ośrodek Terapii Uzależnień**

ul. Nad Białką 1b  
43-502 Czechowice-Dziedzice  
Tel. 32 215 97 40

### **Ośrodek Readaptacyjny**

ul. Bystrzańska 51a  
43-300 Bielsko-Biała  
Tel. 33 817 20 49

### **Ośrodek Leczenia Uzależnień**

al. Legionów 1  
34-300 Żywiec  
Tel. 33 861 00 83

### **Ośrodek Mediacji**

ul. Dzwonkowa 138  
43-384 Jaworze  
Tel. 33 498 69 48

### **Oddział Leczenia Zespołów Abstynencyjnych**

ul. K. Miarki 11  
43-300 Bielsko-Biała  
Tel. 33 812 65 04

### **Stacjonarny Ośrodek Leczenia Uzależnień Behawioralnych**

ul. Bystrzańska 51a  
43-300 Bielsko-Biała  
Tel. 33 817 20 49

[bk-europe.pl](http://bk-europe.pl)

[facebook.com/slaska.fundacja.blekitny.krzyz](https://facebook.com/slaska.fundacja.blekitny.krzyz)



Zadanie współfinansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych będących w dyspozycji Ministra Zdrowia