

## IZVAJALCI PROGRAMA

So strokovni svetovalni delavci, terapevti, psihoterapevti z dolgoletnimi izkušnjami in pridobljenimi specialističnimi znanji s področja odvisnosti in odvisniških vedenj, relacijske integrativne psihoterapije, imago partnerske terapije in imago terapije za posameznike in skupine, izkustvene družinske terapije in drugih znanj ter veščin, ki so potrebne za poglobljeno psihološko in psihosocialno delo s posameznikom, parom, družino, skupino.

## STORITVE, KI DOPOLNJUJEJO IN BOGATIJO

osnovni program psihosocialne rehabilitacije in program preprečevanja nastalih težav ter delujejo preventivno, so Imago partnerska terapija ter učenje **joge** in **meditacije - avtogeni trening**.

**»IMAGO« PARTNERSKA TERAPIJA** je dobrodošla parom, ki živijo z občutkom, da se je partnerski odnos ohladil in želijo za svojo srečo poiskati učinkovito pomoč. **Delo s parom** se začne z uvodnim srečanjem, namenjenemu aktualnim dogodkom in predstavitvi Imago partnerske terapije, z možnostjo 12 terapevtskih srečanj. Terapijo izvaja izkušena in licencirana terapevtka.

**AVTOGENI TRENING** Dualnost sveta prinaša neravnovesje v naš vsakdan. Posledica so občutki nezadovoljstva, negotovosti, razdraženost, strah, nestrpnost, pogosto nemoč, ujetost, telesne bolezni. Če nas ti občutki spremljajo dlje časa, zbolimo na vseh ravneh - telesni, čustveni, duševni, duhovni. Avtogeni trening so preproste in lahke, a zelo učinkovite vaje, ki nas naučijo izkoristiti vso našo notranjo moč. So razumljive in prilagojene delovanju sodobnega človeka, ki hrepeni, da najde notranji mir in stik s seboj.

**JOGA** je tehnika, s katero umirimo miselne procese, sproščamo napetosti in travme, ki so zapisane v fizičnem, čustvenem, miselnem in energijskem telesu. Z izvajanjem telesnih položajev, umiritvijo diha, usmerjeno pozornostjo vase v dani trenutek...v sebi začutimo notranji mir in pridobimo moč za razrešitev stisk. Hkrati dosežemo večjo telesno razgibanost in samozavest.

## O INŠTITUTU VIR

Inštitut VIR, zavod, je **neprofitna, nevladna organizacija z abstinenčnim, visokopražnim** programom na področju urejanja problematike, povezane s **kemičnimi oblikami zasvojenosti** in **nekemičnim odvisniškim vedenjem** (odvisnosti od odnosov, samopoškodbenega vedenja, sodobnih medijev - računalnikov, TV, telefona, iger na srečo, pornografije, seksa, trošenja denarja, dela, ideologije, motenj v prehranjevanju...)

Nepretrgoma deluje od leta 2001.

Strokovni program je od leta 2007 **verificiran, v mreži javnih socialnovarstvenih programov RS.**

**NAREDIMO IZ PRETEKLOSTI NEKAJ SMISELNEGA.  
NAJ NAM PRETEKLE IZKUŠNJE DAJO MOČ ZA  
ODLOČITEV IN IZVEDBO SPREMEMB.**

**ZA USTVARJANJE NOVIH POTI JE POTREBNO  
NAREDIRI PRVI KORAK. VZEMIMO ŽIVLJENJE V  
SVOJE ROKE IN GA ZADIHAJMO S POLNIMI PLJUČI.**

Dobrodošli na Inštitutu VIR, kjer verjamemo v prihodnost in predvsem v to, da so težave rešljive.

## DELOVNI ČAS ZA SPREJEM UPORABNIKOV

Ponedeljek - četrtek od 8h do 19h; petek od 8h do 15h.

Lahko pokličete na telefon. št. **031 288 827, 03/ 490 00 24, 03/ 490 00 25** ali pišete na e-naslov [vir@institut-vir.si](mailto:vir@institut-vir.si) in se dogovorite za termin srečanja.

Program financirajo:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,  
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



Mestna občina  
Celje

ter druge občine Savinjske regije in ostali.

Program lahko podprete tudi vi in do 0,5% dohodnine nakažete na TRR: SI56 3000 0000 4296 554 (Sberbank d.d.). Obrazec je na spletni strani Inštituta VIR.

Izdal: Inštitut VIR  
Odgovorna: Vida Vozlič, direktorica

# VIR

INŠTITUT VIR

Socialna rehabilitacija, raziskovanje in razvoj, zavod

**PREPREČEVANJE ODVISNOSTI IN REHABILITACIJA  
UPORABNIKOV DROG  
REHABILITACIJA NEKEMIČNIH ZASVOJENOSTI**



**Vrunčeva ul. 9 • 3000 Celje**

**Tel.: +386 (0)3 490 00 24,  
+386 (0)3 490 00 25**

**GSM: 031 288 827**

**e-pošta: [vir@institut-vir.si](mailto:vir@institut-vir.si)**

**[www.institut-vir.si](http://www.institut-vir.si)**

## ZASVOJENOST IN ODVISNIŠKI VEDENJSKI VZORCI

Nekoč je bila zasvojenost opredeljena predvsem v povezavi s ponavljajočim uživanjem snovi, danes strokovnjaki prepoznajo in opredeljujejo širši koncept zasvojenosti.

*Zasvojenost je predvsem kronična bolezen možganskega nagrajevalnega kroga in centrov, ki so povezani z motivacijo in spominom. Nedelovanje teh sklopov nevronske povezave se kaže na biološki, duševni, družbeni in duhovni ravni. Izraža se v posameznikovi patološki potrebi po ugodju in/ali sprostitvi ob uživanju snovi in izbiri določenih vedenj. (ASAM - American Society of Addiction Medicine, 2011)*

Posameznik torej skuša doseči občutke sproščenosti in ugodja. Na to se odzivajo tudi centri v možganih, ki naše potrebe, občutke in vedenja s svojim delovanjem dodatno osmislijo in vzdržujejo. Oseba tako v življenje vključi vse, kar ji oz. se ji zdi, da zadovoljuje osnovne človeške potrebe. Ob tem (zavestno in/ali nezavestno) izbira tudi oblike vedenja, ki prinašajo škodljive posledice na raznih področjih in pri njih vztraja.

**Za spremembo odvisniškega vedenjskega vzorca je smiselno poiskati strokovno pomoč že v nastajanju odvisniških vzorcev, še posebej pri ranljivih skupinah (otroci, adolescenti).**

### **ZNAKI, KI ZAHTEVAJO POZORNOST SO:**

- Nezmožnost vzdržnosti • oslabitev vedenjskega nadzora
- aktivnost/vedenje določa posameznikovo razmišljanje, čustva in vedenje tudi v času, ko ne izvaja te aktivnosti
- sprememba razpoloženja kot posledica aktivnosti/vedenja
- zasvojenost hlepenje • zmanjšan pomen večjim težavam, povezanim s posameznikovim vedenjem in medosebnimi odnosi • neustrezen čustveni odziv • za doseg istega učinka je potrebna vedno večja količina substance ali vedno več časa za to aktivnost/zasvojenost • ko je oseba ovirana pri izvajanju želene aktivnosti doživlja

neprijetna čustvena stanja in/ali fizične učinke, kot so tresenje, muhavost, razdraženost • konflikt se pojavi med osebo in tistimi, ki so ob njem (medosebni konflikti), konflikt z drugimi aktivnostmi (delo, družabno življenje, hobiji in osebni interesi) ali znotraj posameznika (notranji konflikti in/ali subjektivno občutenje izgube nadzora), ki se vsi povezujejo s porabo prevelike količine časa za navedeno aktivnost • tendenca ponovitve predhodnih vzorcev vedenja v obliki pretiranega udejstvovanja pri določeni aktivnosti idr.

**STROKOVNI PROGRAM** psihosocialne rehabilitacije je sestavljen iz dveh podprogramov, katerih cilj je celostna urejenost posameznika in družine. Program je namenjen otrokom, mladostnikom, mlajšim odraslim, starejšim, staršem, svojcem in strokovnjakom, ki z njimi sodelujejo.

**TEMELJ NAŠEGA DELA** je pomoč celotni družini, ki se znajde v stiski zaradi neučinkovite interakcije med člani. Nosilec simptoma je večkrat le posledica dogajanj v družini, zato je v proces potrebno vključiti vse. Člani družine se naučijo boljše komunikacije, lažje razumejo svet drugega, kar jim pomaga k večjemu razumevanju sebe in svojih odzivov ali k osvoboditvi čustev, ki delu sebe ne pripadajo. Običajno otroci v družini regulirajo čustva staršev. Do svojih staršev so lahko zelo lojalni in večkrat nosijo preveliko težo odgovornosti, kar se kasneje v življenju zrcali v njihovih nadaljnjih odnosih. Najpomembnejše je delo s starši, da na otroke ne nalagajo svoje odgovornosti (običajno niti ne vedo, da to počno). Starše učimo poskrbeti zase, kajti le v skrbi zase, lahko skrbijo za otroka tako, da odraste v osebo, ki je tako povezana, kot tudi zdravo avtonomna. Vsak član družine prevzame odgovornost za delo na sebi.

### **PODPROGRAM 1: PREPREČEVANJE ODVISNOSTI IN REHABILITACIJE UPORABNIKOV DROG - KEMIČNE ZASVOJENOSTI**

**Ciljna skupina podprograma 1 (kemična odvisnost) so** eksperimentatorji ali uživalci drog, osebe z rizičnimi

oblikami vedenja, ki lahko dolgoročno pripeljejo do uživanja psihoaktivnih substanc, odvisnikom, ki so zapustili komune in potrebujejo reintegracijo, odvisnikom, ki so obravnavani v okviru zdravstva in drugih socialnovarstvenih programih.

### **PODPROGRAM 2: REHABILITACIJA NEKEMIČNIH ZASVOJENOSTI**

**Ciljna skupina podprograma 2 (nekemična odvisnost) so** osebe, ki so zasvojene ali se omamljajo s/z patološkimi odnosi, pretirano uporabo elektronskih medijev (z računalniškimi igrkami, z internetno spolnostjo, s socialnim omrežjem, z mobilnimi telefoni), igrkami na srečo, samopoškodbenim vedenjem, seksualnostjo, hrano (s prenajedanjem), delom, pretirano telesno aktivnostjo, kompulzivnim trošenjem denarja in potrošništvom, ideologijo itd.

### **PODPROGRAM 1 IN 2:**

Program Inštituta VIR je prav tako namenjen svojcem oseb z odvisniškim (kemičnim, nekemičnim) vedenjskim slogom (starši, skrbniki, rejniki, partnerji, bratje, sestre, otroci...).

Pomembni drugi, ki se vključujejo v reševanje problema so še razredniki, ravnatelj in svetovalni delavci šol, strokovni delavci, zdravniki itd.

**POTEK PROGRAMOV:** \*Programi potekajo v več stopnjah. Po vsaki zaključeni stopnji se posameznik glede na potrebe odloči za zaključek ali vključitev v nadaljnjo obravnavo.

Program se začne s **svetovalnico**, v trajanju dveh mesecev. Delo poteka individualno in družinsko. Sledi\* **pripravljalnica**, ki traja tri mesece. Obravnave potekajo individualno, družinsko, skupinsko. Program **rehabilitacije** traja\* 19 mesecev, kjer poteka individualna, družinska in skupinska terapija. Sledi\* program **spremljanje**, ki je namenjen vsem, ki so program uspešno zaključili in zaznajo potrebo po občasni podpori pri nastalih stiskah.

**Meja** je program za mladostnike, eksperimentatorje psihoaktivnih substanc z rizičnim življenjskim slogom. Časovno ni omejena, delo poteka individualno in z družino.