



Iekšlietu ministrijas
veselības un
sporta centrs

Psiholoģiskā atbalsta nodaļa

Seminārs IeM amatpersonām

“Mūsdienu atkarību daudzveidība un to psiholoģiskie aspekti”

Semināra mērķis:

Padziļināt izpratni par mūsdienās izplatītākajām atkarībām, apzināties to cēloņus un psiholoģiskās palīdzības saņemšanas iespējām.

Semināra uzdevumi:

1. Veicināt izpratni par atkarīgas un nobriedušas personības atšķirībām.
2. Iemācīties atpazīt atkarīgas uzvedības modeļus un atkarības pazīmes sev vai citiem.
3. Radīt priekšstatu par atkarības rašanās iemesliem.
4. Informēt par atkarības un līdzatkarības postošajām sekām.
5. Informēt semināra dalībniekus par atkarību profilakses veidiem, pašpalīdzības tehnikām un profesionālas palīdzības iespējām.

Semināra programma:

Teorētiskā daļa

- Atkarības slimības definīcija.
- Bioloģiskie, sociālie un psiholoģiskie atkarības rašanās faktori.
- Atkarības pazīmes.
- Ieradums vai atkarība.
- “Atkarības aplis”.
- Vielu un uzvedības atkarības.
- Mūsdienās izplatītākās atkarības (azartspēles, datoratkarība, maģiskās domāšanas atkarība, atkarība no seksa attiecībām, no ātrajiem kredītiem, darbaholisms, atkarība no adrenalīna).
- Līdzatkarība.
- Atkarības korekcijas iespējas.

Praktiskā daļa

Praktiskā daļā semināra dalībniekiem būs iespēja diskutēt, dalīties ar savu pieredzi, sniegt un saņemt atbalstu.

Semināra ilgums ir 2 vai 3 stundas, pēc vienošanās ar grupu.