

# Sociālā darbinieka konsultācijas atkarību/līdzatkarību jautājumos

**Mērķgrupa:** Skrundas novada iedzīvotāji, kuriem ir vērojamas atkarību un/vai līdzatkarības pazīmes, kas traucē pilnvērtīgu sociālo funkcionēšanu.

**Konsultācijas pieejamas:** otrdienās, ceturtdienās no plkst. 8.00 līdz 17.00 (ar pusdienas pārtraukumu no plkst. 12.00 līdz 13.00), iepriekš telefoniski vienojoties par noteiktu konsultācijas laiku. Tālruni: 63321311, 29657347.

Klientus pieņem gan ar p/a „Sociālais dienests” izrakstītu nosūtījumu, gan bez tā. Ja klients konsultācijas apmeklē bez nosūtījuma, tad tās ir anonīmas. P/a „Sociālais dienests” nosūtījums ir obligāts gadījumā, ja klientam pašam vai nosūtītājam būs nepieciešama atgriezeniskā saite par veikto darbu ar konkrēto klientu.

## **Konsultāciju saturs:**

### Personām ar aizdomām par atkarību:

- tiek veikts Alkohola lietošanas traucējumu identificēšanas tests (starptautiski izmantotais saīsinājums - AUDIT - *alcohol use disorders identification test*). Tas ir jautājumu tests par alkohola lietošanas paradumiem, attiecināms uz pēdējo 12 mēnešu periodu. Ja klients uz testa jautājumiem atbild godprātīgi, tad rezultātā ir iespējams gūt ieskatu par to, vai viņa alkohola lietošanas paradumi ir riskanti, kaitīgi vai arī jau atbilst alkohola atkarības definīcijai; klientam šī metode tiek piedāvāta kā "spogulis", lai rosinātu aizdomāties par saviem līdzšinējiem alkohola lietošanas paradumiem; bieži vien palīdz mazināt noliegumu;
- tiek sniegta pēctesta konsultācija - pēc AUDIT testa rezultāta noskaidrošanas klientam tiek izskaidrots, ko šāds rezultāts nozīmē viņa veselībai, sociālai dzīvei, dzīves kvalitātei kopumā; tiek sniegta pamatinformācija par vēlamu rīcību pie attiecīgā testa rezultāta (tai skaitā ieteikums vērsties pie narkologa medikamentozai ārstēšanai, kā arī tiek izskaidrotas citas alkoholisma ārstēšanas metodes - Minesotas 12 soļu programma, dažāda veida kodēšanas, Anonīmo alkoholiķu atbalsta grupas, to darbība, nozīme utt., kas palīdz mazināt problēmas noliegumu, neziņu un nedrošības sajūtu). AUDIT tests un pēctesta konsultācija parasti aizņem no 1 - 1,5 stundām un tiek veikta vienā apmeklējuma reizē;
- ja klients pats izrāda iniciatīvu un vēlēšanos, vienojamies ar klientu par turpmākām konsultācijām, kurās tiek sniegta izglītojoša rakstura informācija par problemātiskas alkohola lietošanas cēloņiem, analizējot klienta situāciju individuāli, sadarbojoties klientam ar speciālistu; tiek meklēti "plostu" ierosinātāji, modelētas alternatīvas rīcības, kā mazināt stresu un adekvāti atbrīvoties no negatīvajām emocijām, kas provocē kártējo alkohola lietošanu utt. Ieteicamais konsultāciju biežums - reizi nedēļā vai reizi divās nedēļās.

### Personām ar aizdomām par līdzatkarības problēmu:

- tiek veikts līdzatkarības tests, sniegta pēctesta konsultācija (1. apmeklējuma laikā) ar mērķi mazināt noliegumu, rosināt problēmas apzināšanos;

- ja klients piekrīt, vienojamies ar klientu par turpmākajām konsultācijām (vēlamais - reizi nedēļā, pieļaujamais - reizi divās nedēļās); turpmākajās konsultācijās tiek nodrošināta vēdināšana, paturot fokusu uz klientu, nevis viņa atkarīgo dzīvesbiedru (!); pakāpeniski, izmantojot dažādas konsultēšanas tehnikas, veicināt klienta izpratni par sevi, savu situāciju, savu lomu tajā utt., ar mērķi mazināt līdzatkarības izpausmes. Klīniskas depresijas simptomu novērošanas gadījumā klients tiek motivēts apmeklēt psihiatru depresijas medikamentozas ārstēšanas nepieciešamības izvērtēšanai, kas ir obligāts priekšnosacījums produktīvai turpmākai konsultēšanai. Konsultācijas paredzētas ilgtermiņā, saskaņā ar motivējošās intervijas metodi - vēlams, vismaz gadu.
- atbalsta grupas līdzatkarīgajiem, ja ir atbilstošs pieprasījums pēc tādas; grupas tikšanās biežums - reizi nedēļā, 2 - 2,5 h; ieteicamais grupas lielums - 5 - 10 dalībnieki. Grupa var tikt veidota gan kā slēgta, gan kā atvērta grupa, vienojoties par to ar pašiem grupas dalībniekiem. Atbalsta grupas vadīšanā tiks izmantoti AI-anon koncepcija un materiāli. Grupas apmeklēšanas ilgums - ilgtermiņā, vēlams, vismaz gadu.