



## Psiholoģiskā atbalsta nodaļa

Apmācību programma IeM un IeVP amatpersonām

### **“Mūsdienu atkarību daudzveidība un to psiholoģiskie aspekti”**

#### **Apmācību programmas mērķis:**

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

#### **Apmācību programmas uzdevumi:**

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

#### **Apmācību programmas saturs:**

##### 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

Praktiskajā daļā apmācību programmas dalībniekiem būs iespēja diskutēt, dalīties ar savu pieredzi, sniegt un saņemt atbalstu.

**Apmācību programmas ilgums:** 3 stundas

Apliecība par 4 akadēmiskām stundām.