

Gruppeterapi for psykiatriske patienter med et misbrug

Vi tilbyder dig et gruppeterapiforløb.

Gruppen er for dig, der har kontakt til Psykiatrien gennem indlæggelse eller ambulant behandling. Efter en indlæggelse, kan man fortsætte i gruppen.

Deltagerne i gruppen har det til fælles, at de – udover en psykiatrisk lidelse – har et misbrug. Nogle i gruppen er på vej ud af misbrug, og andre er helt ude af det.

Tilbuddet kan være et supplement til andre tilbud om behandling for misbrug, og forløbets varighed er individuel.

Forud for gruppedeltagelse indkalder vi dig til en samtale, hvor en terapeut fra gruppen samt den ansvarshavende overlæge vurderer, om et gruppetilbud er relevant for dig.

SÅDAN FOREGÅR GRUPPETERAPIEN

Gruppeterapi kan bruges som et refleksionsrum, hvor du sammen med andre kan få viden om og dele erfaringer om fælles problemstillinger.

Formålet med gruppen er, at deltagerne gennem udveksling af viden og erfaring bliver inspirerede til at reducere eller helt ophøre med misbrug.

Via de metoder, vi tager i anvendelse, kan deltagerne kan få viden om forskellige emner som:

- håndtering af trang
- mestrings-strategier
- problemløsning
- netværk.

Vi lægger desuden vægt på at udbrede viden om de forskellige psykiske lidelser, som deltagerne har. Derfor arbejder vi med de problemstillinger hver enkelt deltager møder i forholdet mellem netop sin psykiske lidelse og misbruget.

METODER I GRUPPETERAPIEN

Vi vil arbejde med elementer fra forskellige metoder i gruppen:

- **”Vejen til et bedre liv”**. Metoden har fokus på en anerkendende og udforskende tilgang. Vi vil arbejde med følgende temaer:
 - selvværd
 - positiv selvhævdelse – at handle sådan, at du er stolt af dig selv
 - modstå rusmiddelpres og rusmiddeltrang
 - fritid og venner.
- **Kognitiv terapi**. Metoden har til sigte at nuancere tænkningen og se andre handlemuligheder.
- **Guidet Egenbeslutning (GEB)**. Metoden hjælper den enkelte til at se egne udfordringer, og vi arbejder med problemløsningsmodeller ved hjælp af refleksionsark.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Tilmelding

Via din primære behandler.

Tid

Gruppen mødes hver onsdag kl. 13.00 –14.00.

Sted

Psykiatrisk Sengeafsnit N7, Rebslagerstien 2, 9900 Frederikshavn.

Ramme for undervisning

For at få størst muligt udbytte af terapien, er det vigtigt, at du prioriterer at møde op i gruppen. Ved sygdom skal du melde afbud til sekretæren i Psykiatrisk Afdeling N7.

Hvis du udebliver 3 gange i træk, bliver dit forløb i gruppen afsluttet. Et nyt forløb kræver henvisning fra anden behandler i Psykiatrien eller egen læge. Du vil



PSYKIATRIEN
– i gode hænder

i så fald blive indkaldt til en samtale med henblik på vurdering af et eventuelt nyt tilbud.

Undervisere

Sygeplejersker og Social- og Sundhedsassistenter.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Psykiatrisk Afdeling N7
Tlf. 97 64 40 00