



TRATAMENTO

PROGRAMA DE PREVENÇÃO DE RECAÍDA E TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS

HELENA SAKIYAMA

Psicóloga do Alamedas - Tratamento e Reabilitação da Dependência Química



“Crack - O Tratamento com Qualidade é Possível”



“O Massacre dos inocentes”, Peter Paul Rubens



"Starry night" Van Gogh

1. Como evitar uma recaída
2. Vínculo
3. Motivação
4. Mudança
5. Papel do paciente
6. Estratégias
7. Treinamento de Habilidades de Enfrentamento



"Four cut sunflowers" Van Gogh

Comportamento do Dependente:

- **Busca de alívio, recompensa imediata, prazer, relaxamento, socialização, desinibição, sensação de controle e bem estar, sensação de melhora no desempenho.**

O que é um Programa de Prevenção de Recaída?



“Noites estreladas” Van Gogh

1. Auto Administrável ;
2. Aprende Técnicas e Estratégias;
3. Identifica situações de alto risco (SAR), gatilhos e vulnerabilidades pessoais;
4. Mudanças estilo de vida;
5. Construir novos repertórios comportamentais.

O que é um Programa de Treinamento de Habilidades Sociais?



"O Semeador" Van Gogh

Aprender e aprimorar habilidades sociais, intra e interpessoais específicas para enfrentar situações de risco para o uso de drogas.

Prevenção de Recaída e Treinamento de Habilidades Sociais



1. Sinais de alerta para os riscos de voltar a usar drogas;
2. Conhecer a própria dinâmica que envolve pensamento, ação e atitudes;
3. Aprender como enfrentar e administrar;
4. Como usar as estratégias;
5. Aprender a mudar, mudanças de hábito.

Estratégias e Intervenções



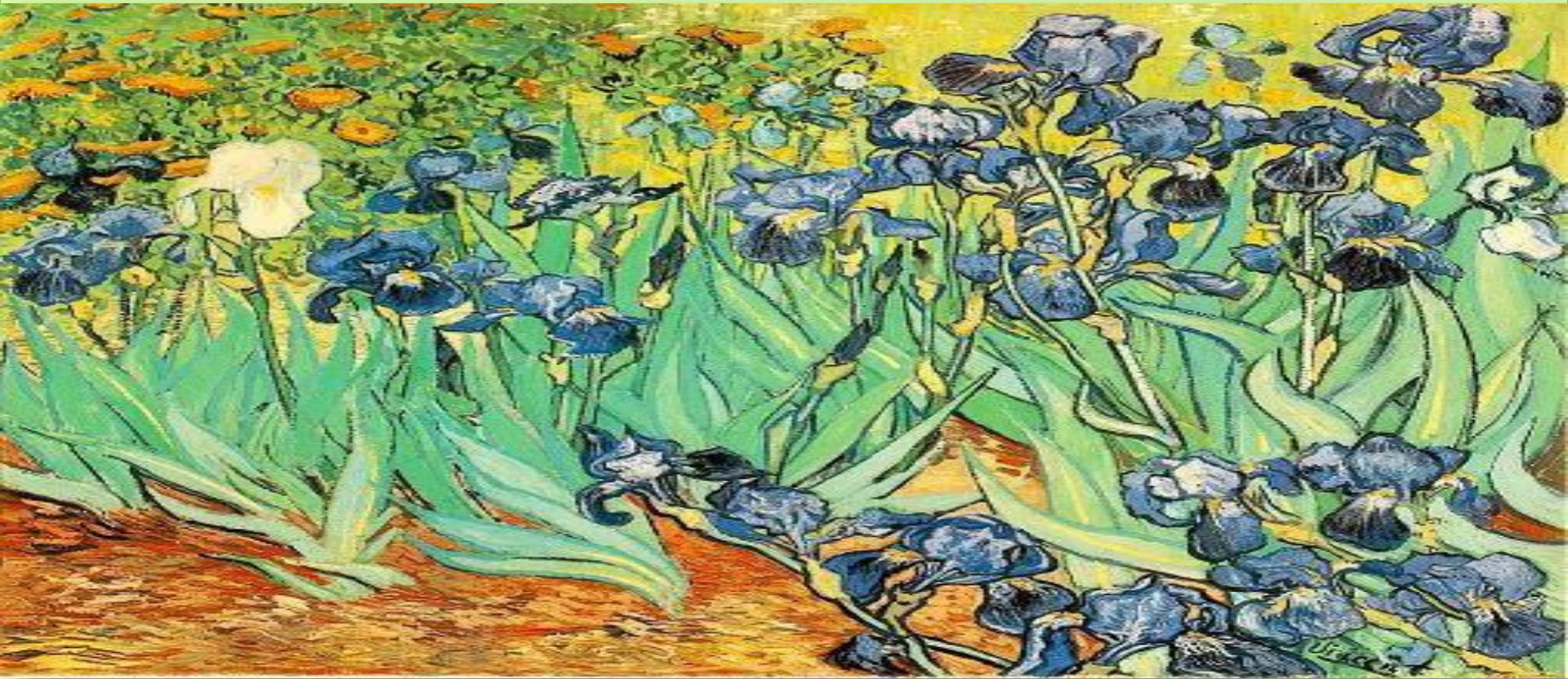
1. Estratégias de Intervenção Específicas (identificação e gerenciamento das SAR e mudanças nas reações cognitivas e emocionais)
2. Estratégias de Intervenções Global (mudanças no estilo vida)

Intervenções Específicas (1 - Recaída)



1. Análise detalhado e minucioso do Processo de Recaída;
2. Ensinar o paciente a antecipar e lidar com a possibilidade de recaída
3. Modificar crenças e pensamentos sobre o uso de substâncias;

Intervenções Específicas (2 - Situação de Risco)



1. Ensinar o Paciente Reconhecer SAR – (Auto-Estrada)
2. Auto monitoramento
3. Avaliação de auto-eficácia
4. Aprender com recaídas

Intervenções Específicas (3)



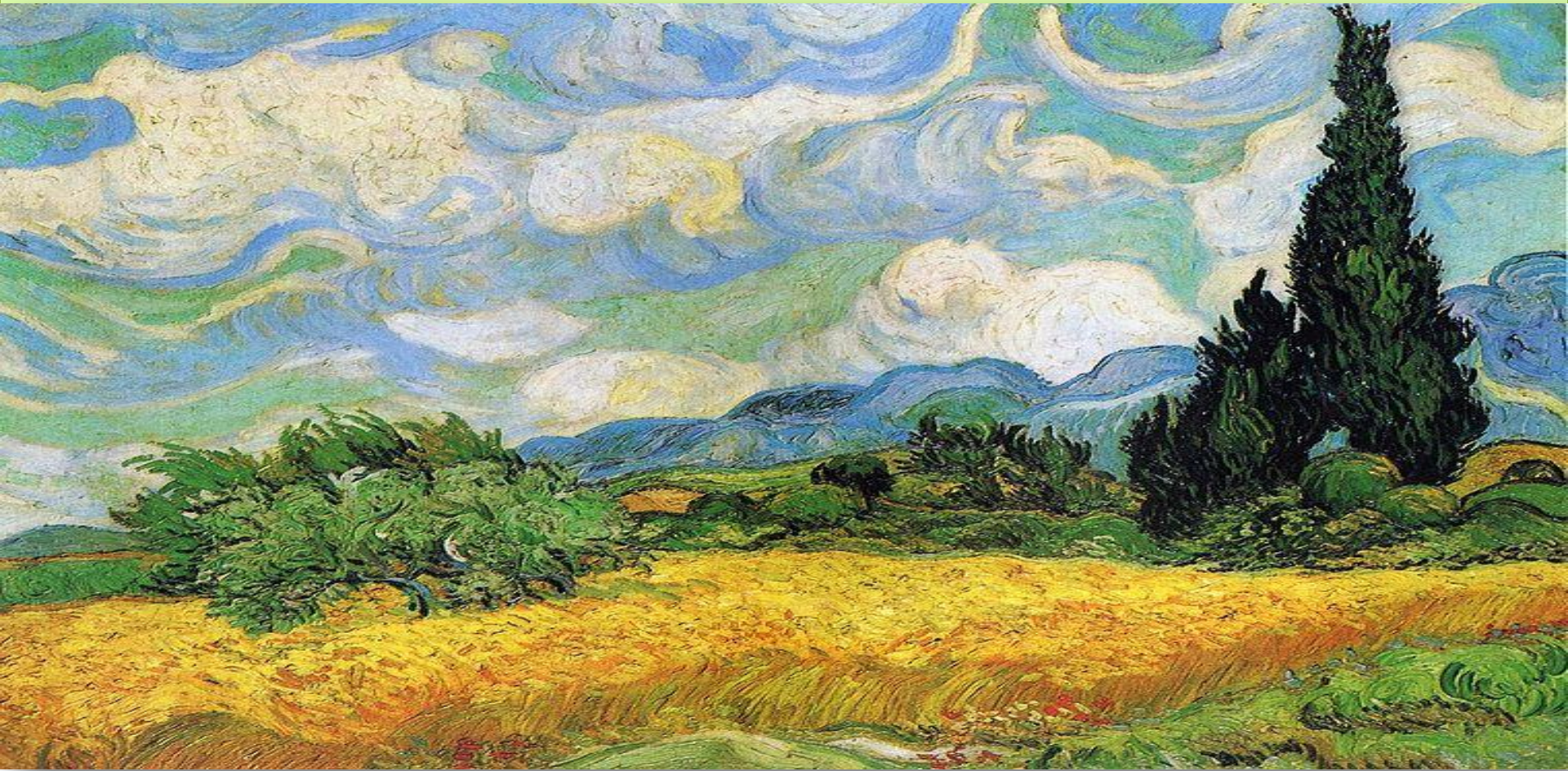
A capacidade de emitir uma resposta de enfrentamento eficaz diante da situação de alto risco, por exemplo, ser assertivo no combate da pressão social. Aumento da capacidade de gerenciar situações adversas, criando um senso de auto-eficácia.

Estratégias de Intervenção Global (1)



1. Fazer ampla modificação no estilo de vida;
2. Intervenções no desejo por gratificação e indulgência;
3. Intervenções sobre compulsões e fissura.

Intervenção Global (1 - Estilo de Vida)



Substituir o comportamento de uso de drogas pelas chamadas “adicções positivas”,

1. Prática de esportes, hobbies, técnicas de relaxamento;
2. Terapia conjugal e familiar, aconselhamento carreira, mudança de ambiente.

Intervenção Global (2 Compulsões e Fissuras)



Levar o paciente a lidar com a fissura e a compulsão: elas surgirão, com força no início da abstinência, diminuirão e desaparecerão. Se acalmar, tolerar o incomodo, procurar fazer algo, desfocar da fissura, da pressão interna. Fissuras e compulsões fazem parte do processo de recuperação e não como fracasso ou ineficiência do tratamento

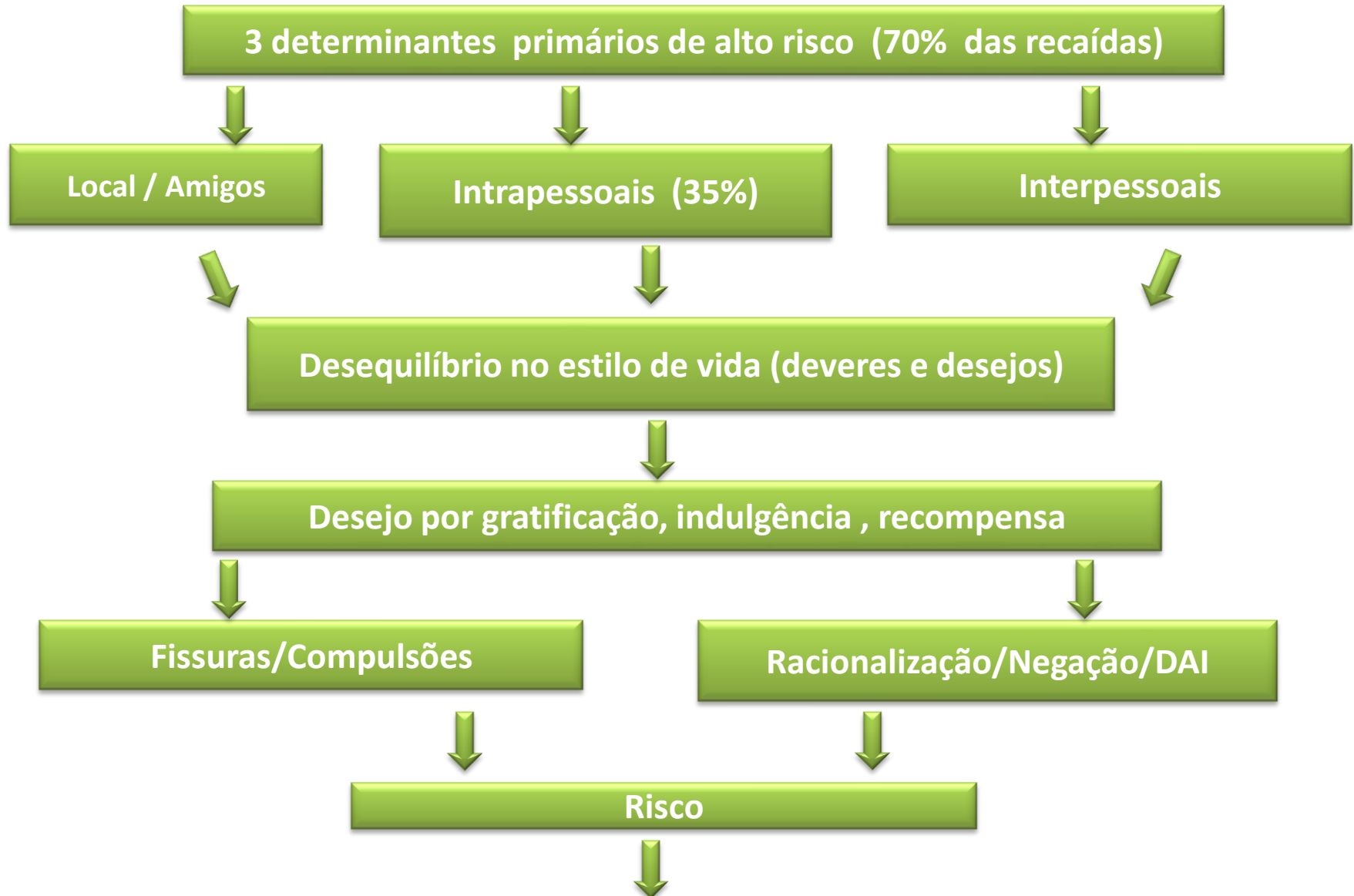
Modelos de Compreensão da Recaída



São dois os modelos :

1. O Cognitivo e Comportamental (1985)
2. O Modelo Dinâmico (2005)

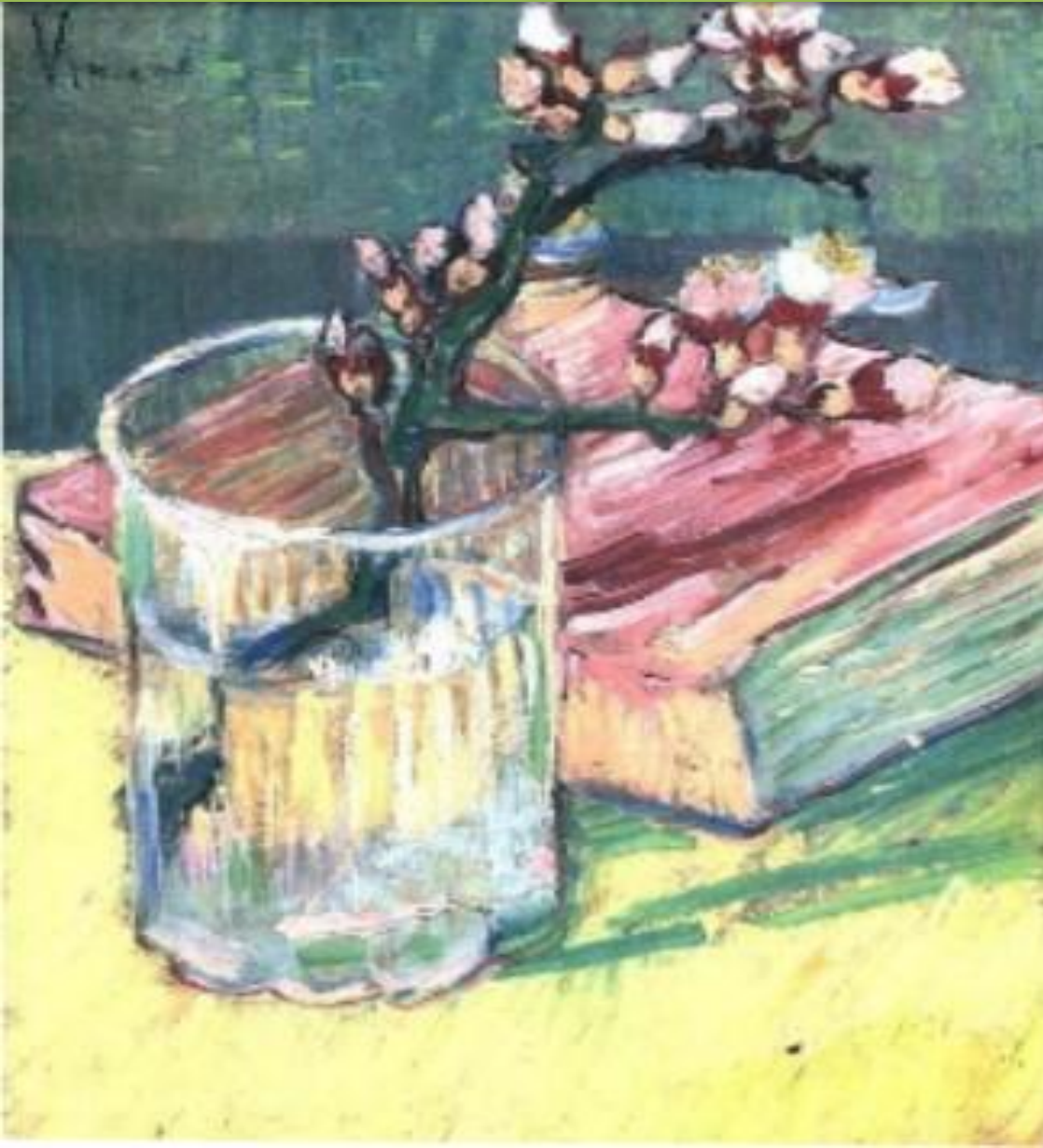
Modelo Cognitivo Comportamental de Recaída



Modelo Cognitivo Comportamental de Recaída



Reconceitualização da Recaída como um Complexo Sistema Multidimensional – Foco na Interrelação



1. **OS DISPOSITIVOS DOS PROCESSOS COGNITIVOS** (percepção da auto-eficácia, expectativas de resultados pelo uso, motivação e fissura);
2. **OS DISPOSITIVOS DAS ESTRATÉGIAS COMPORTAMENTAIS** (estratégias de enfrentamento, autorregulação);
3. **Os ESTADOS AFETIVOS** (humor, ansiedade);
4. **OS ESTADOS FÍSICOS** (Sintomas de abstinência);
5. **OS RISCOS DISTAIS OU CRÔNICOS** (histórico de vida, apoio social) **permeiam o sistema.**

Modelo Dinâmico da Recaída

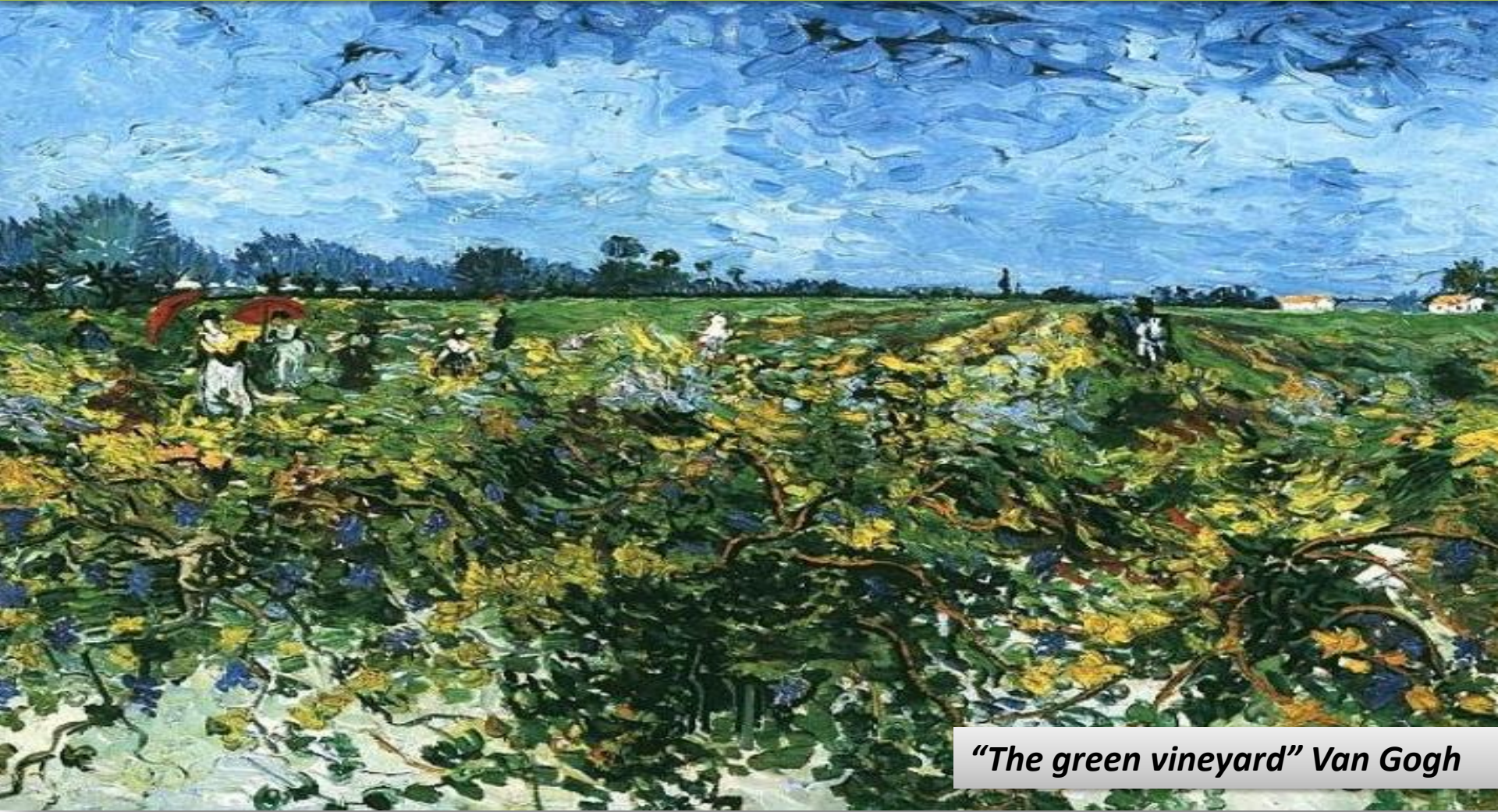


Considerações Finais



1. Meditação adaptada a Prática Budista de Meditação Vipassana;
2. Tratamento Integrado;

Considerações Finais



"The green vineyard" Van Gogh

Van Gogh
Dependente de Absinto

Obrigada!

Helena Sakiyama

Alamedas – Tratamento e Reabilitação da Dependência Química

helena@clinicalamedas.com.br



www.clinicalamedas.com.br

(11) 3062-9516 / 3062-2485