



گروه درمانی معتادان

جلسات روانر - آموزش

تألیف: علی اکبر ابراهیمی

سرشناسه	: ابراهیمی، علی اکبر
عنوان و پدیدآور	: گروه درمانی معتادان جلسات روانی - آموزشی
مشخصات ناشر	: / تألیف علی اکبر ابراهیمی
مشخصات ظاهری	: اصفهان، کنکاش، ۱۳۸۵.
شابک	: ۹۶۳-۲۵۹۶-۱۹-۹
یادداشت	: فیبا
موضوع	: روان درمانی گروهی.
موضوع	: معتادان - - روانشناسی.
موضوع	: اعتیاد - - درمان.
رده بندی کنگره	: ۲ ی ۲ الف / RC ۴۸۸
رده بندی دیویی	: ۶۱۶ / ۸۹۷۱۵۲
شماره کتابخانه ملی	: ۴۲۵۹۲-۸۵ م



گروه درمانی معتادان جلسات روانی - آموزشی

مؤلف : علی اکبر ابراهیمی

ناشر : انتشارات کنکاش

نوبت چاپ : اول

تاریخ نشر : ۱۳۸۶

تیراژ : ۲۰۰۰ جلد

تعداد صفحات : ۱۱۷ ص

مدیر تولید : محمد جزینی

ناظر فنی : محمد حسین جزینی

چاپ : کنکاش

لیتوگرافی : ثامن

صحافی : بهار

طراحی جلد: سیف الله رضایی

قیمت : ۱۵۰۰ تومان

شابک : ۹۷۸-۹۶۳-۲۵۹۶-۱۹-۵

فهرست مطالب

صفحه	محتوی
۱	جلسات آموزش بهبودی
۲	موضوعات جلسات هفتگی
جلسه اول	
۴	علائم و نشانه‌های اعتیاد
۸	علائم فردی اعتیاد
جلسه دوم	
۱۱	فرایند بهبودی
۱۳	اثرات اعتیاد
۱۵	فهم انکار
جلسه سوم	
۱۷	فرایند بهبودی: (بخش دوم)
۲۳	مراحل بهبودی
جلسه چهارم	
۲۵	راهبری وسوسه‌ها، افراد، مکانها و چیزها
۲۹	وسوسه‌های مصرف مواد و الکل
۳۳	افراد، مکانها، وقایع و چیزها

جلسه پنجم

روابط در بهبودی..... ۳۶

جلسه ششم

ایجاد یک سیستم حمایتی..... ۴۲

سیستم حمایت اجتماعی من..... ۴۵

جلسه هفتم

راهبری احساسات در فرایند بهبودی..... ۴۸

رویکرد هشت گامی..... ۵۳

جلسه هشتم

مقابله با احساس گناه و شرم..... ۵۸

راهکارهای مقابله با احساس گناه و شرم..... ۶۳

جلسه نهم

علائم هشداردهنده بازگشت..... ۶۵

درک فرایند بازگشت..... ۶۸

چهار علامت هشداردهنده عمده..... ۷۱

جلسه دهم

مقابله با موقعیت‌های پرخطر..... ۷۲

موقعیت‌های پرخطر من..... ۷۴

ده عامل پرخطر شایع بازگشت..... ۷۷

جلسه یازدهم

- ۷۸ حفظ بهبودی
- ۸۱ چک لیست ابزارهای بهبودی آور
- ۸۵ مقابله با موقعیتهای استرس زا

جلسه دوازدهم

- ۸۷ زندگی سالم
- ۹۰ ابعاد زندگی سالم

درمان اعتیاد، فرایندی است که با انگیزه معتاد جهت متوقف کردن رفتار مصرف مواد شروع می‌شود و با پیشگیری از بازگشت مجدد به اعتیاد ادامه می‌یابد. وقتی فرد معتاد مرحله سم‌زدایی را پشت سر گذاشت، در واقع او پله اول زندگی سالم را طی کرده است و باید به وی تغییر سبک زندگی اعتیادی و یادگیری سبک زندگی سالم و حفظ و نگهداری این سبک آموزش داده شود. کتاب گروه درمانی معتادان که توسط سازمان بهزیستی استان اصفهان انتشار می‌یابد، به خوبی خطوط این فرایند تغییر را در طی جلسات روانی - آموزشی به درمانگران نشان می‌دهد تا بتوانند معتاد را در طی مسیر بهبودی و دستیابی به یک زندگی سالم کمک و راهنمایی کنند. اینجانب به سهم خود از مؤلف کتاب که آموزه‌های علمی و تجربه‌های بالینی خود را به صورت مکتوب ارزشمندی فراهم نموده است قدردانی کرده و امیدوارم که این تلاش گامی کوچک در راستای اهداف بزرگ سازمان باشد.

علی شاکری

مدیر کل سازمان بهزیستی استان اصفهان

امروزه در تمام دنیا این نکته به خوبی محرز شده است که سم‌زدایی صرف نمی‌تواند در امر درمان اعتیاد مؤثر باشد چرا که اعتیاد، بیماری است که بر بستر یادگیری‌های شناختی و رفتاری غلطی بوجود آمده است که تغییر این باورها و رفتارهای غلط با دارودرمانی محض امکان‌پذیر نیست و ناچار باید درمانهای غیردارویی بویژه درمانهای شناختی - رفتاری را در طی جلسات علمی، منظم، و با ساختاری بکارگرفت تا میزان عود به رفتار مصرف مواد هرچه بیشتر کاهش یابد. توجه مراکز درمانی اعتیاد کشور به این مهم و نیاز روزافزون این مراکز به منابع علمی دست اول و کاربردی، انگیزه انتشار کتاب گروه درمانی معتادان، جلسات روانی - آموزشی را پدید آورده است. امیدوارم که این اثر در چارچوب نظری و مفهومی و گستره کاربالینی برای درمانگران اعتیاد، سودمند و اثربخش باشد.

دکتر فرهاد اقطار

معاون امور پیشگیری

سازمان بهزیستی استان اصفهان