

ماذا نعني بالدليل ؟

هو مرجع علمي وعملي يجمع ما بين النظريات العلمية والعملية فيما يختص بالإدمان والتعاطي بالإضافة إلى بعض المداخل العلاجية التي أثبتت فاعليتها -يمكن أن يستفيد منه المتخصصين وغير المتخصصين. لأنه يتناول حقائق علمية عميقة بطريقة علمية مبسطة.

لماذا الدليل ؟

إن الهدف من وضع هذا الدليل، هو تقديم العون والمساعدة لكل شخص مهتم - على صلة بقضية الإدمان والتعاطي، ويبحث عن سبل فعالة في طرق علاج الإدمان. فهو يحمل في طياته ليس فقط نظريات علمية ولكن خبرات عملية استغرقت عشرات السنين وأدت لنتائج مبهرة في علاج الإدمان.

من نحن ؟

يعتبر دار معبر ذات لعلاج الإدمان والطب النفسي من أفضل المراكز الرائدة في علاج الإدمان وتعاطي المخدرات والخمور في مصر والشرق الأوسط متخصص في معالجة ذلك النوع من الإدمان بنسبة نجاح تصل إلى ٨٠% وذلك بفضل فريق علاجي يتكون من نخبة من أكبر المتخصصين والاستشاريين في الوطن العربي على درجة عالية من التخصص.

حيث يضم دار معبر ذات فريق علاجي على درجة عالية من الخبرة وحصول الفريق العلاجي على عدد من الشهادات المعتمدة محلياً ودولياً التي تجعله متميزاً في حل مشاكل الإدمان بنجاح غير مسبوق إلى إخواننا وأبنائنا من الدول العربية الشقيقة.

ويتميز دار معبر ذات بتنوعه في تقديم برامج العلاجية بما يتلائم مع طبيعة المريض ومن ناحية أخرى لتحقيق أقصى درجات النجاح في الشفاء، ولذلك تجد البرامج علاجية مواكبة لأحدث البرامج العلاجية في العالم، فيضم أيضاً برامج رياضية متكاملة تساعد على التخلص من الأضرار الصحية الناتجة من تعاطي المخدرات كذلك فهو يصمم برنامج ترفيهي علاجي مدروس يؤكد للمرضى قدراتهم على الاستمتاع بالحياة والنشاطات اليومية بدون تعاطي المخدرات وذلك من خلال الاستمتاع بلعب البلياردو والبنج بونج والبلاي استيشن والذهاب إلى السينما وعمل الرحلات الشاطئية إلخ، بالإضافة إلى احتواء المرضى في جو من التعاطف والحب مما يعطيهم الإحساس بوجودهم بين أسرهم.

ويساعد الموقع المتميز لمعبر ذات لعلاج الإدمان والطب النفسي على المساهمة في تحقيق النجاح بعملية الشفاء من الإدمان نظرة للإهتمام الفائق بمستوي الإقامة وتقديم أفضل الوجبات، بالإضافة إلى الموقع الجغرافي المتميز الذي يجعل الجو المحيط بالدار من أفضل الأجواء بالمقاييس الدولية على مستوى العالم، وذلك لإنخفاض نسب التلوث ودرجات الحرارة المعتدلة.



العودة من الإبتكاسة

بالنسبة للإدمان، الإبتكاسة هي طريقة سلوك ومشاعر وطريقة تفكير ومعتقدات تؤدي إلى اللجوء إلى المخدرات. بالنسبة للمدمن العودة إلى هذه الطرق المعتادة ستؤدي حتماً إلى استخدام المخدرات. لابد للمدمن لكي يتعافى أن يغير الطريقة القديمة للسلوك و يحول التعامل مع المشاعر والتفكير إلى "طريقة جديدة".

- 1- اكتب بالتفصيل تاريخك مع الإبتكاسة، واذكر في كل حالة الأحداث التي أدت إلى ذلك؟ وماذا حدث نتيجة الإبتكاسة ؟
- 2- اكتب بالتفصيل اخر انتكاسة لك؟ كيف بدأت؟ ومتى؟ وكيف تعاملت معها ؟
- 3- ما هو تأثير الإبتكاسة عليك وعلى الآخرين و الأسرة وغيرهم ؟ اكتبه بالتفصيل.
- 4- اذكر بالتفصيل 4 عوامل تؤدي للإبتكاسة .

بعض الأمثلة:

- عدم الأمانة، عدم التعامل مع الغضب، اللامبالاة، الإكتئاب، عدم الشعور بالمسؤولية، الثقة الزائدة بالنفس، عدم الصبر، عدم إحترام النفس، عدم إحترام الآخرين، النقد الهدام، الحكم على الآخرين.

كي نقوم بقيادة ذواتنا بانضباط، واستثمار غضبنا بشكل جيد علينا التعرف على إمكانياتنا وإعطائها الوقت الكافي و المناسب .
و عليه ينبغي تمييز الأمور الآتية :

- 1- أمور أصنعها بشكل سيء.
- 2- أمور أصنعها بشكل متوسط.
- 3- أمور أصنعها بشكل جيد جدا..
- 4 - أمور أصنعها بشكل رائع و متميز.

ويقدم الدار خدماته العلاجية للذكور والإناث مع الحفاظ على السرية التامة فيما يخص أي معلومات عن المريض، مع استمرار مساعدة ومتابعة المرضى بعد الإنتهاء من المراحل العلاجية ومساندتهم في حل المشاكل الحياتية بكل جوانبها.

لماذا نحن ؟

- 1- دار معبر ذات حاصل على كل التراخيص من الجهات المعنية بعلاج الإدمان وتعاطي المخدرات مثل : وزارة الصحة، والمجلس الإقليمي، والعلاج الحر ... إلخ.
- 2- حصول الفريق العلاجي على شهادات معتمدة محليا ودولياً.
- 3- الخبرة الطويلة للفريق العلاجي والتي تصل إلى ستة عشر سنة.
- 4- تقديم برامج علاجية متنوعة لتناسب مع ظروف واحتياجات المرضى مهما كانت.
- 5- تقديم برامج علاجية مواكبة لأحدث البرامج العلاجية في العالم.
- 6- تقديم خدماتنا العلاجية للذكور والإناث في مراكزنا.
- 7- خبرة علاجية تصل إلى كل عام تقدم بنجاح غير مسبوق إلى إخواننا وأبنائنا من الدول العربية الشقيقة.
- 8- الحفاظ على السرية التامة فيما يخص أي معلومات عن المريض.
- 9- نجاح دار معبر ذات في حل مشكلة الإدمان وتعاطي المخدرات والخمور تصل نسبته إلى %٨٠.
- 10- الاهتمام الفائق بمستوى الإقامة وتقديم أفضل الوجبات، بالإضافة إلى الموقع الجغرافي المتميز الذي يجعل الجو المحيط بالدار من أفضل الأجواء، وذلك لإنخفاض نسب التلوث ودرجات الحرارة المعتدلة.
- 11- الحفاظ على الصحة من خلال برامج رياضية متكاملة ليساعد على التخلص من الأضرار الصحية الناتجة من تعاطي المخدرات.
- 12- إدخال السعادة على قلوب المرضى من خلال برنامج ترفيهي علاجي مدروس يؤكد للمرضى قدراتهم على الاستمتاع بالحياة والنشاطات اليومية بدون تعاطي المخدرات وذلك من خلال الاستمتاع بلعب البلياردو والبنج بونج والبلاي ستيشن والذهاب إلى السينما وعمل الرحلات الشاطئية ... إلخ.
- 13- احتواء المرضى في جو من التعاطف والحب وإعطاؤهم الإحساس بوجودهم بين أسرهم.
- 14- استمرار مساعدة ومتابعة المرضى بعد الإنتهاء من المراحل العلاجية ومساندتهم في حل المشاكل الحياتية بكل جوانبها.

15- تقديم خدماتنا العلاجية - الخاصة بالأهالي وكيفية التعامل مع المتعالجين - وكيفية الوقاية من السلوكيات الإدمانية.

16- تقديم خدماتنا العلاجية الخاصة بأطفال التوحد والأوتيزم.

17- تقديم خدمات الرعاية الطبية الخارجية أسنان أوعية دموية بالتعاون مع أفضل المتخصصين في كافة المجالات.

18- تقديم خدمات و تدريبات أخرى (كمبيوتر - لغات) إلخ.

فوائد الذهاب ل معبر ذات

الفائدة الأولى :

البيئة المستقرة التي يقدمها دار معبر ذات هي أهم ما يميزه و خاصة بالنسبة للمدمنين بفترة النقاهة، حيث تساعد البيئة المستقرة والبعيدة عن أي إغراءات عن عدم الرجوع للإدمان مرة أخرى وإتمام شفائهم بصورة كاملة.

الفائدة الثانية ٢

وجود الإستشاريين المتخصصون في حالات الإدمان هم خير من يساند و يقدم النصيحة الجيدة سواء للمدمنين في مرحلة العلاج او للمتعافين في مرحلة النقاهة، ولذا فإن وجود إستشاريون متخصصون من أهم الخدمات التي يقدمها الدار المرضاه .

الفائدة الثالثة 3

زيادة المعرفة عن الإدمان التعلم عن الإدمان، مخاطرة، طرق التغلب عليه و عدم الإبتكاس مرة ثانية هو أحد أهم الميزات في الدار، حيث يعرف المريض عن طرق عيش حياة بلا إدمان و معرفة الأدوات التي يمكنه إستخدامها لمنع الرجوع إليه مرة أخرى هو مفتاح اي مدمن يحاول التعافي والإقلاع عن الإدمان.

الفائدة الرابعة ٤

المساندة القوية جميع العاملين في المدار لديهم هدف واحد فقط، ألا و هو مساعدة المريض على التعافي و عدم الرجوع إلى الإدمان مرة أخرى، لذا فالمريض سيكون محاطاً بالذين يشجعونه على نفس الهدف، وهو الشيء المفيد و الجيد جدا للمدمنين في هذه المرحلة من العلاج، ويساعدهم على التعافي بشكل أسرع .

الفائدة الخامسة 5

الروتين في حياة المرضى و شغل أوقاتهم يساعدهم على التعافي بشكل أسرع ، وهنا نجد أن الدار يعمل على مليء يوم المريض بسلسلة من الأعمال الروتينية مثل حضور جلسات العلاج الجماعي، جلسات العلاج الفردي و محاضرات حول الإدمان أو بعض المواضيع الأخرى مثل التغذية السليمة و انماط الحياة الصحية.

الفائدة السادسة 6

لا يوجد تسامح في وجود اي مخدر يفرض المركز سياسة حازمة حول وجود اي مخدر مع أي مريض، ودائماً ما تطلب الرحيل من اي مريض يتواجد معه مخدرات داخل الدار، و هذا لأنه لا يمكن أن يسمح بوجود أي عقبات للتعافي وأن تضيع جميع الجهودات هدر.

.....
.....

(٢٦) كيف تأثرت حياتك الزوجية بتعاطي المخدرات / الخمر؟ أشرح .

.....
.....

(27) كيف تأثرت المشاعر الآتية بتعاطي المخدرات / الخمر؟

.....
.....

الغضب .. !

.....
.....

الأمم .. !

.....
.....

الخوف .. !

.....
.....

الشعور بالذنب و الخزي .. !

.....
.....

(28) ما هي المشاعر التي حاولت أن تخفيها بتعاطيك المخدرات ؟

.....
.....

(29) الآن وبعد أن أتممت خطوتك الأولى شارك هذه الخطوة بالنسبة لك بكتابتها بمفهومك .

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

الفائدة السابعة 7

الخصوصية يتميز الدار بدرجة عالية من الخصوصية، وهذا في الواقع له تأثير جيد جدا على الحالة النفسية والمزاجية للمريض والتي من شأنها أن تساعد على التعافي بشدة. فلا يجب أن يعلم شيء عن المريض إلا ما يريده هو وأخيرا... فنحن نتمنى أن يحصل كل مريض على التعافي ويبدأ حياة جديدة بلا إدمان.

(المراحل العلاجية)

وهي الوسيلة التي من خلالها يقاس تقدم العميل في البرنامج العلاجي:

المراحل العلاجية في معبر ذات لإعادة التأهيل هي وسيلة للمضي في عملية التعافي وكما نتوقع من النزول المحافظة على القواعد وإتباع الإرشادات والاقتراحات أثناء جميع المراحل يجب تحقيق كل متطلبات المرحلة للانتقال الى المرحلة التالية.

متطلبات المرحلة الأولى:

- 1- كتابة الاعتماد الكيميائي ومناقشته وكتابه التقييم الشخصي ومناقشته.
- 2- كتابة قصة حياته قبل المخدرات وبعدها ومناقشتها.
- 3- حل أسئلة خطوة أولى تمهيدية ومناقشتها.
- 4- دراسة وكتابة خطوة أولى ومناقشتها مع الفريق العلاجي والنزلاء.
- 5- الحضور والمشاركة في جميع المجموعات المقررة بالدار.
- 6- الحرص على أداء وتنفيذ المهام المكلف بها بروح الصداقة والحب والاحترام.
- 7- عدم مغادرة دار معبر ذات للتأهيل منفردا.
- 8- تستمر هذه المرحلة عادة حسب تقييم الفريق العلاجي بعد استيفاء متطلبات المرحلة .

امتيازات المرحلة الأولى:

- 1- التصريح باستقبال الزوار داخل المركز يوم الخميس من كل أسبوع .
- 2- السماح بإجراء مكالمات هاتفية مع أفراد العائلة بعد مرور ٣٠ يوم .
- 3- السماح باختيار مشرف من /aa na والاتصال به يوميا مع بداية شغل الخطوة الأولى.
- 4- السماح باستخدام الهاتف للمشاركة مع أعضاء الزمالة فقط بعد اجتيازه للمراحل التمهيدية وبداية شغل الخطوة الأولى.
- 5- من حق الفريق العلاجي سحب أي من المميزات وذلك بناء على استجابة النزول للبرنامج العلاجي من عدمه .

متطلبات المرحلة الثانية:

- 1- الحضور والمشاركة في جميع المجموعات المقررة بدار معبر ذات للتأهيل.
- 2- دراسة و كتابة الخطوة الثانية والثالثة ومناقشتها مع الفريق العلاجي.
- 3- الاتصال بأعضاء زمالة ال na
- 4- الحرص على أداء وتنفيذ المهام المكلف بها في دار معبر ذات بروح الصداقة و الحب والاحترام.
- 5- المشاركة في الاجتماعات في حاله طلب الفريق العلاجي ذلك.
- 6- ينتقل النزول إلى المرحلة التالية بعد استيفاء متطلبات المرحلة.

(12) هل قمت بتعريض حياتك، أو حياة الآخرين للخطر؟ اشرح كيف كان ذلك .

(13) هل قام طبيبك بتحذيرك من النتائج الصحية المترتبة على تعاطيك للمخدرات ؟

(14) هل تأثرت قوة ذاكرتك أو قدرتك على التفكير والتركيز بتعاطي المخدرات ؟

(15) هل أصبت نفسك بأذي جسماني نتيجة تصرفاتك اثناء تعاطيك ؟
(حادث سيارة مشاجرات، حرائق ، حوادث أخرى)

(16) اذكر كيف أثر تعاطيك للمخدرات على عائلتك؟

(17) هل غيرت أصدقائك نتيجة تعاطي المخدرات ؟

(18) ما هي التصرفات التي يعترض عليها كل من يهمله أمرك ؟

(19) كيف أثر تعاطيك للمخدرات على عملك و دراستك ؟

(20) كيف أثر تعاطي المخدرات عليك من الناحية المادية ؟

(21) هل فقدت فرص عمل نتيجة تعاطي المخدرات ؟

(22) كيف تقيم عملك دراستك ؟

(23) ما هو تقديرك للمبالغ التي أنفقتها طوال فترة تعاطي المخدرات / الخمر ؟

(24) هل تسببت تصرفاتك اثناء تعاطي المخدرات / الخمر في أن تقوم بأعمال لا تتناسب مع قيمك ؟

(25) على فقد إحترامك لذاتك ؟

الخطوة الأولى التمهيديّة

(1) اذكر تاريخك في تعاطي المخدرات / الخمر كاملاً بالتفصيل و أول مرة تعاطيت فيها كل مادة و تطور عملة التعاطي و كيف كان التعاطي قبل وصول العلاج ؟

(2) اذكر الطرق الذي حاولت استخدامها للتوقف أو التحكم في التعاطي، و كيف فشل ذلك ؟

(3) اذكر الأشياء التي فقدتها نتيجة اعتمادك على المخدرات / الخمر ؟

(4) ما هو شعورك الآن تجاه هذه الآثار السلبية ؟

(5) كيف حاولت التحكم في تعاطيك للمخدرات ؟

(6) ما هي الأزمة التي تسببت في تعاطيك المخدرات ؟

(7) هل غبت عن الوعي من قبل ؟ اشرح ماذا حدث في إحدى المرات بالتفصيل .

(8) هل مرت عليك أوقات لا تتذكر فيها ما تفعله ؟ اشرح ؟

(9) كيف يشغل تفكيرك تعاطيك (الرغبة في التعاطي) للمخدرات ؟

(10) هل وجدت نفسك في مواقف خطيرة نتيجة تعاطيك للمخدرات ؟

(11) اذكر المواقف التي ادت للقبض عليك أو كادت تؤدي الى ذلك نتيجة لتورطك في تعاطي المخدرات .

امتيازات المرحلة الثانية:

- 1- السماح للنزيل بقضاء عطلة نهاية الأسبوع خارج الدار مرتين شهرياً مع وجود مرافق من زملاء نفس المرحلة واحد المشرفين بالترتيب مع الفريق العلاجي.
- 2- يسمح باستخدام الهاتف للمشاركات والتواصل مع رفقاء الزمالة دون استخدام الانترنت
- 3- يسمح باستخدام الانترنت بعد اجتياز الخطوة الثانية في هذه المرحلة و يكون التواصل مع الأهل بعد الرجوع للفريق العلاجي.
- 4- يسمح للنزيل بحمل النقود وذلك بالتنسيق مع الفريق العلاجي
- 5- من حق الفريق العلاجي سحب أي من المميزات في حالة عدم الاستجابة للبرنامج العلاجي المتفق عليه سابقاً.

متطلبات المرحلة الثالثة:

- 1- حضور جميع المجموعات المقررة بالدار.
- 2- كتابة الخطوة الرابعة داخل المكان (بالترتيب مع الفريق العلاجي).
- 3- الاتصال الفعال برفقاء الزمالة المتعافين (أكثر من سنة) .
- 4- المشاركة في الاجتماعات والخدمة فيها والمشاركة في الخدمات المجتمعية
- 5- الانتهاء من تحقيق الأهداف قصيرة المدى المتفق عليها.
- 6- عمل خطة مستقبلية واضحة ووضع أهداف فيما يخص العمل أو الدراسة بالتنسيق مع المعالج المسئول عن الحالة.
- 7- القيام برعاية وإرشاد الزملاء الجدد والقيام بدور القدوة بينهم

امتيازات المرحلة الثالثة:

- 1- يصرح للنزيل بقضاء عطلة نهاية الأسبوع خارج الدار وهي من يوم الخميس إلى يوم السبت العاشرة مساءً بالترتيب مع الفريق العلم العالمي.
- 2- يسمح لنزيل هذه المرحلة بالخروج منفرداً ولكننا نشجع بشدة التحرك مع باقي رفقاءه وذلك لإتاحة الفرصة للقيام بدور القدوة.
- 3- يتم إعطاء النزيل في هذه المرحلة بعض الإمتيازات الإشرافية والقيام بمهام قيادية داخل الدار.
- 4- السماح باستخدام السيارة وذلك بالتنسيق مع الفريق العلاجي.
- 5- يمكن للنزيل في هذه المرحلة بحمل النقود وذلك بالتنسيق مع الفريق العلاجي
- 6- من حق الفريق العلاجي سحب أي من المميزات وذلك حسب استجابة النزيل للبرنامج العلاجي من عدمه .

المرحلة الرابعة (مرحلة المتابعة):

- 1- تستمر هذه المرحلة لمدة 3 أشهر ويكون نظام الإقامة فيهم محددة بناء على تقييم الفريق العلاجي لوضع النزيل
- 2- على النزيل الالتزام بكل قواعد المقررة في الدار أثناء المتابعة.
- 3- من حق الفريق العلاجي سحب أي من المميزات في هذه المرحلة بناء على استجابة النزيل .

نظام المتابعة:

- 1- من الضروري إعطاء عينه التحليل في كل زيارة لدار معبر ذات وفي حالة الامتناع من حق الفريق العلاجي تعطيل البرنامج العلاجي للنزيل .
- 2- يحق للفريق العلاجي المنع من حضور برنامج المتابعة في حالة الضرورة.
- 3- من حق الفريق العلاجي طلب تفتيش النزيل في أي وقت في مرحلة المتابعة.
- 4- يسمح للنزيل بالاحتفاظ بهاتفه ومتعلقاته أثناء تواجده داخل الدار بشرط أن تكون للاستعمال الشخصي .

قواعد النظام في معبر ذات

تمهيد

إن ما يساعد على وضوح الأمور في برنامجنا أن هناك قواعد مكتوبة التوضيح كيفية التعايش داخل الدار، نحن نأمل أن يكون الحب الاحترام الأمانة والتفتح الذهني هم أساس قواعدنا لتسهيل وتنظيم التعاملات داخل البرنامج وأن لا تخضع لأي استثناءات على الإطلاق وملزمة لجميع المراحل.

1- تعاطي المخدرات والخمور:

إن تعاطي أي نوع من أنواع المخدرات غير مسموح به نهائياً سواء داخل الدار أو خارجه ونتيجته إلغاء فوري للبرنامج وإبلاغ ولي الأمر والتحويل إلى المرحلة الأولى وأيضاً غير مسموح على زائر إحصار وتعاطي المخدرات داخل البيت

2- العودة إلى دار معبر ذات للتأهيل بعد مغادرته:

نحن تحتفظ بحق قبول أو رفض أي نزيل طلب منه مغادرة الدار لأي سبب وعودته إليه سوف تكون بموافقة جميع أفراد العمل وذلك من خلال تقييم شخصي.

3- العنف :

استخدام العنف أو التهديد من الأساليب التي تؤدي الى مغادرة الدار مع الاحتفاظ بحق إبلاغ السلطات الرسمية .

4- أماكن تعاطي المخدرات والخمور :

غير مسموح نهائياً الذهاب إلى أماكن الشراء والتعاطي وقد يؤدي هذا إلى المغادرة الفورية للدار .

5- المقامرة

غير مسموح بالمقامرة داخل أو خارج دار معبر ذات .

6 - الأسلحة

أي نوع من الأسلحة غير مسموح بها نهائياً .

تشخيص المعالج

دائرة الأصدقاء

(1) من أول شخص تعاطيت معه المخدرات ؟

(2) من هم أصدقاؤك المقربين لك في فترة التعاطي ؟

(3) مع من كنت تتعاطى المخدرات الفترة السابقة بصفة مستمرة ؟

(4) هل تحب أن تساعدكهم ؟ نعم أم لا .

(5) من هم و بأي الطرق يمكن أن تساعدكهم ؟

(6) هل لك أقرباء يتعاطون المخدرات ؟

تشخيص المعالج

الخطوات الإرشادية لكتابة قصة حياتك

1- الا تزيد عن 6 صفحات.

2- يقترح التركيز على فترات تعاطي المخدرات.

3- يقترح التركيز على علاقتك مع العائلة.

4- يقترح التركيز على العلاقات بشكل عام.

5- يقترح التركيز على نقاط التحول في حياتك.

الحياة الدينية

(1) ما مدى علاقتك وإيمانك بالله ؟ و هل لديك أي تحفظات في ذلك ؟

(2) هل تؤدي الصلوات الخاصة بدينك ؟ و هل بانتظام ؟

(3) هل تصوم في المواعيد المحددة بذلك؟ وهل بانتظام ؟

(4) هل طلبت العون من الله في مشكلة المخدرات خاصة أو أي مشكلة عامة؟ و إذا كان نعم فلماذا و إذا كان لا فلماذا ؟

تشخيص المعالج

المخالفات القانونية

(1) هل حدثت لك مشاكل قانونية من قبل أو اتهمت في أحد القضايا بسبب المخدرات ؟

(2) هل حدثت لك مشاكل قانونية بسبب جرائم عنف أو سرقة أو ما شابه ذلك ؟

(3) هل لديك مشاكل قانونية الآن قائمة أو متوقعة ؟

(4) هل لديك أي مشاكل قانونية خاصة بالأوراق الحكومية مثل البطاقة - التجنيد القضايا وتنفيذ الأحكام - العمل؟

(5) ما هو موقفك من التجنيد ؟

7- العقاقير الطبية والأدوية:

غير مسموح لأي نزيل حيازة أي نوع من أنواع العقاقير والأدوية، استخدام العقاقير والأدوية يجب أن يكون بموجب وصفة من الطبيب المباشر للدار .

8- العلاقات

نحن لا نشجع العلاقات العاطفية او الجنسية في الفترة الأولية، وتركز على بناء علاقة صحية مع النفس وكيفية بناء علاقة صحية مع الآخرين، يجب ان تأتي في المقدمة وإذا كنت تعتقد أنك على استعداد لذلك فابحث الأمر مع الفريق العلاجي.

9- النظافة :

يجب على النزلاء المحافظة على النظافة ونظام الحجرات المعيشية وعن ترتيب السرائر ووضع الملابس في الأماكن المخصصة لذلك، وأيضا المحافظة على نظافتهم الشخصية والإبقاء على مظهر لائق ومراعاة ارتداء الملابس المناسبة لأماكن تواجدهم.

10- التليفون :

يمكن للنزلاء استخدام التليفون طالما لا يتعارض مع جدول أعمال اليوم واجتماعاته وغير مسموح باستقبال أي مكالمات في فترة اي فقرة علاجية و مدة المكالمات (10) دقائق إرسال و (10) دقائق استقبال.

11- مواعيد غلق أبواب دار معبر ذات للتأهيل :

يتم غلق أبواب دار معبر ذات للتأهيل في الساعة ١٢ م من كل ليلة عدا الخميس والجمعة في منتصف الليل ولن يسمح لأي فرد بالدخول إلى أبواب معبر ذات بعد هذه المواعيد ويتم مبيته في مبنى الديتوكس حتى يقوم الفريق بتقييم الموقف كما أنه غير مسموح باستخدام الهاتف أول عشرة أيام.

12- السرقة :

السرقة بين النزلاء من الأسباب التي قد تؤدي الى إلغاء البرنامج ومغادرة معبر ذات، ليس من المتعارف عليه داخل الدار اقتراض الأموال أو الأشياء من وإلى النزلاء الآخرين.

13- الوجبات :

نحن نعتبر أوقات الطعام هي فرصة جيدة للجميع خارج المجموعة العلاجية لذا من المهم تواجد جميع النزلاء معا أثناء تناول الوجبات.

14- الزيارة:

مواعيد الزيارة للنزلاء يوم الخميس من ٣:٥هـ في المرحلة الأولى وغير مسموح بالخروج للزيارات ولكن يمكن للنزلاء استقبال الزيارات داخل الدار في الميعاد المحددة للزيارة المصرح بها هي لأفراد العائلة فقط وتكون في المكان المخصص لذلك.

15 - التدخين :

التدخين داخل حجرات النوم وحجرة الطعام وحجرة الاجتماعات والأماكن المحددة من الفريق العلاجي من الأشياء التي تهدد الصحة والسلامة الشخصية لذلك ينبغي عدم التدخين داخل حجرات النوم وحجرة الطعام وحجرة الاجتماعات نهائيا.

تاريخ الطب النفسي

(1) هل تلغيت أي علاج نفسي من قبل ؟ و إذا كان نعم فأين تلقيته ؟

.....
.....

(2) ما هي أنواع العقاقير التي كنت تستخدمها في هذه الفترة ؟ و حدد الفترة .

.....
.....

(3) هل تعاني من اضطراب في النوم أو الأكل بالزيادة أو النقصان ؟ هل تستيقظ مبكراً أم متأخراً ؟ وهل تكون عنده مكتئب أم عكس ذلك ؟

(4) هل تعاني من صعوبة الترخير و الصراعات النفسية أو إتخاذ القرار ؟

.....
.....

(5) هل تعاني من انعدام الثقة أو التواصل مع الآخرين ؟

.....
.....

(6) ما هي المشاكل التي بينك وبين الآخرين بسبب تصرفاتك معهم ؟

.....
.....

(7) ما هي الأشياء المميزه فيك ويحبك الآخرين من أجلها ؟

.....
.....

(8) هل ترى أشياء سلبية في شخصيتك وتحب أن تتخلص منها ؟

.....
.....

(9) بأي الطرق في نظرك يمكن التخلص من الاشياء التي تسبب لك المتاعب وتسبب عدم التواصل مع الآخرين ؟

.....
.....

(10) هل ترى أحلام تتشائم أو تتفائل بها أو أحياناً لا تتذكرها ؟

.....
.....

تشخيص المعالج

.....
.....

١٦ - الطعام:

تناول الطعام يجب أن يكون بحجرة الطعام أو الأماكن أخرى حسب الترتيب مع الفريق العلاجي.

١٧ - الخصوصية:

نراعي احترام خصوصية الغير وذلك بالاستئذان بالنقر على أبواب الحجرات والمكاتب قبل الدخول.

١٨ - التليفزيون والفيديو :

مشاهدة التليفزيون والفيديو ستكون في أوقات النشاط الاجتماعي وغير مصرح بالأفلام الخارجة جنسياً.

١٩ - الآداب العامة :

اتباع الآداب العامة مع باقى النزلاء والعاملين وكذلك الجيران وغير مصرح بالأصوات والموسيقى العالية وتوقع عدم استخدام الألفاظ النابية.

٢٠ - الاجتماعات الخارجية :

تقع مسئولية اختيار أماكن حضور الاجتماعات الخارجية على دار معبر ذات للتأهيل.

٢١ - الأشياء والمتعلقات الشخصية :

من الأشياء الهامة الغير مسموح بها إطلاقاً ترك أي شيء أو متعلقات شخصية في الحمام والأماكن العامة وذلك حفاظاً على صحة الجميع.

٢٢ - النقود :

لا يصرح لنزلاء المرحلة الأولى والثانية بحمل أي نقود.

٢٣ - الاحتياجات :

يقوم النزيل بكتابة كل احتياجاته وتسليمها للمشرف الليلي من الساعة ١٢,٣٠ الى الساعة ١,٠٠ ظهراً وتسليم الاحتياجات والطلبات لن تقبل خارج هذه الفترة .

٢٤ - الهروب :

في حالة هروب النزيل من الدار يتم إبلاغ الأهل وإخلاء المسئولية الكاملة التي تقع علي الدار وفي حالة رغبة النزيل في الرجوع إلى الدار لن يتم الرجوع إلا من خلال المرور من المرحلة الأولى وإجراء التحاليل الكاملة للتأكد من عدم التعاطي أثناء فترة عدم الحضور وتترك مدة الديتوكس لتقييم الفريق العلاجي.

٢٥- الإنذارات :-

يتبع نظام الإنذارات الأسبوعي وتكون إنذارات للسلوك السلبي ومخالفة القواعد ونظام الإنذارات يتكون من:

أ / يول اب = لإنذار واحد.

ب / هير قاط = إنذار واحد.

ج / إنذار = إنذار بالفصل.

د / Detox وذلك يرجع لتقييم الفريق العلاجي.

(8) هل لديك مشاكل في العمل بسبب المخدرات أو غير ذلك الآن ؟

.....

(9) هل تريد حل هذه المشاكل و ما هو الحل في نظرك ؟

.....

تشخيص المعالج

.....

.....

.....

التاريخ الطبي

(1) هل تعاني أو كنت تعاني من مشاكل صحية تؤثر على مسار حياتك الطبيعي ؟

.....

(2) هل قمت مؤخرا بعمليات جراحية أو تحاليل أو ما شابه؟ اذكرها ؟

.....

(3) هل تتناول اي نوع من العقاقير المخدرة أو غير ذلك المرض معين الآن ؟

.....

(4) اذا كان الجواب بنعم فيمعرفة من تتناول هذه العقاقير و ما انواعها ؟

.....

(5) هل تريد التخلص من هذه الاعاقات الصحية ؟ و الى اي مدي ؟

.....

(6) هل قمت بعمل تحاليل لأنواع الفيروسات ؟

.....

تشخيص المعالج

.....

.....

* ملحوظة :-

في حالة الرغبة في إنهاء البرنامج العلاجي يجب إبلاغ الفريق العلاجي قبل إنهاء البرنامج بمدة حدها الأدنى (72 ساعة)....

مع تحيات الفريق العلاجي بالتوفيق

تشخيصك للإعتماد الكيميائي

الإعتماد الكيميائي على المخدرات / الخمر هو غالبا المرض الوحيد الذي يكون فيه تشخيص المريض لنفسه على درجة كبيرة من الأهمية، وهناك سبعة أعراض رئيسية مدرجة أدناه.

اقرأ الأسئلة جيدا ثم أكتب إجاباتك مع ذكر مثل محدد أو موقف لكل سؤال ، وكن على أعلى درجة من الأمانة مع نفسك و تفحص بدقة أسلوبك، وفي بعض الأحيان قد يساعدك على ذلك مريض متعافي أو زميل آخر إنتهى من كتابة هذا التقرير في خلال الأسبوع الأول من دخولك الدار.

اكتب الرد على كل الأسئلة و أجب عنها بـ (نعم / لا) و أكتب مثلا أو موقف يصف كيف تنطبق هذه الأعراض عليك.

السؤال الأول:

- هل تضطرب أن تتعاطى كمية أكبر من المخدرات / الخمر الآن عن ما قبل حتى تشعر بمتعتها ؟

- هل تلاحظ أن تأثير المخدرات / الخمر عليك أصبح أقل عما كان من قبل؟

السؤال الثاني:

- هل تواجه أعراض انسحاب عند توقفك عن تعاطي المخدرات / الخمر ؟ (عصبية، قلق، اكتئاب، تعب ضعيف، عرق، في غثيان، رعشة، صعوبة في التركيز ضعف في الذاكرة، غضب، تشوق للمخدرات، اضطراب آلام العضلات، تغير في الشهية. إسهال، تشنجات هلوسة)

- هل تتعاطى المخدرات / الخمر لتجنب أعراض الانسحاب ؟

السؤال الثالث:

- هل تعاطيت المخدرات / الخمر بكميات أكبر ولمرات أطول مما تنوي ؟

السؤال الرابع:

- هل لك محاولات فاشلة في الإقلاع عن التعاطي المخدرات / الخمر ؟

- هل فكرت في أن تقلل من التعاطي؟ هل آثار تعاطيك للمخدرات / الخمر اهتمام شخص آخر؟

السؤال الخامس:

- هل يستهلك تعاطيك للمخدرات / الخمر كثيرا من وقتك؟ وكم من الوقت تقضيه للتعاطي والحصول عليها؟ والخروج من تأثيرها أو التفكير والتحدث عنها ؟

السؤال السادس:

- هل أهملت أو أقلت من المناسبات الإجتماعية العامة نتيجة التعاطي؟

السؤال السابع:

- هل تستمر في التعاطي مع علمك بمشكلك تجاه تعاطيها؟

علامات التحذير من الانتكاسة

1- التصور أن كل شي أصبح تمام.

2- الإنكار.

3- استهتار الالتزام تجاه التعافي.

4- محاولات قهرية الفرض التعافي على الآخرين.

5- الدفاع.

6- سلوك قهري .

7- سلوك دفاعي .

8- الميل للوحدة .

9- رؤية سودوية ضيقة (النفق)

10- اكتئاب خفيف.

11- فقدان التخطيط البناء .

12- بداية فشل الخطط.

13- سرحان وأفكار غير واقعية عن تحسن الأمر.

14- الشعور بأنه لا يمكن حل أي مشكلة .

15- أمنيات غير ناضجة للسعادة.

16- فترات من التخبط (لخبطة) .

17- الشعور بالضيق من الأصدقاء.

18- سرعة الغضب وبالذات من المعالجين ورفقاء الزمالة .

19- عادات نوم غير منتظمة.

20- عدم ثبات وقلق.

21- عادات غذائية غير منتظمة.

22- فترات اكتئاب كبيرة.

23- فقدان متلازم لهيكل تنظيم النوم.

24- عدم المواظبة على حضور الاجتماعات.

25- تكوين سلوك "مش فارقة".

26- رفض دائم للدعم والمساعدة.

27- عدم الرضا عن الحياة.

28- شعور بالضعف والعجز.

29- الشفقة على الذات.

30- أفكار بالتعاطي مع الأصدقاء.

31- الكذب الواعي.

32- فقدان كامل للثقة بالنفس.

33- غيظ غير منطقي.

34- عدم استكمال كل أنواع العلاج لا أحتاج للإجتماعات أكثر من ذلك).

35- شعور قوي بالوحدة والإحباط.

(10)

(16) هل لديك اشخاص تعتبرهم قدوه وتحب أن تكون مثلهم؟

(17) إذا كان الجواب نعم ما هي العقبات والحواجز التي تمنعك من ذلك؟

(18) إذكر بالمختصر علاقتك المادية والمعنوية بالأم والأب والإخوة؟

(19) هل لديك مشاكل في الأسرة أو العائلة أو الجيران أو الأصدقاء و تعتقد أنها لها علاقة بتعاطيك المخدرات أو بعدم توان حياتك بشكل عام؟

تشخيص المعالج

المحيط الوظيفي والعملي

(1) ما هي أعلى درجة عملية حصلت عليها؟ و هل أنت راض عنها؟

(2) هل لديك عمل تقوم به الآن؟ و ما هي طبيعته؟

(3) هل أنت منتظم في عملك؟ و ما هي أطول فترة انتظمت فيها؟

(4) ما هو مصدر المال بالنسبة لك الآن؟ و هل تلقيت دعم مادي؟

(5) هل لك أي أمانات عند أشخاص؟ أو حساب بالبنك؟ أو عقارات؟ أو ما شابه؟

(6) هل تعول أشخاص؟ كم هو عددهم؟

(7) هل كان استخدام العطار له أثراً سلبياً على عملك و إلى أي مدى؟

(15)

- ٣٦- بداية التعاطي أو إنهيار عصبي .
٣٧- فقدان السيطرة (جنون أو إنتحار).

قيادة الذات

- ٨٠% من أوقاتنا ومجهوداتنا.
- ٨٠% من قدراتنا.
- 2٠% من أوقاتنا ومجهوداتنا.
- 2٠% من قدراتنا.

جدول الأنشطة الأسبوعي :

م	عدد الساعات	درجة الاستمتاع	درجة الاقتناع	ملاحظات

(2) ما هو المكان الحالي الذي تسكن فيه ؟ و أنكر علاقتك بهذا المكان .

.....

.....

(3) عدد الإخوة، عدد الأخوات، و ما هي علاقتك بهم ؟

.....

.....

(٤) ما هو ترتيبك في الأسرة حسب السن والأهمية للوالدين؟

.....

.....

(5) هل انت راضي عن عائلتك و ما هو الذي تحب أن تغيره فيهم ؟

.....

.....

(6) مع من كنت تعيش الثالث سنوات الماضية ؟

.....

.....

(7) هل تعيش مع أشخاص يتعاطون المخدرات ؟ أو لهم علاقة ذلك بصفة عامة ؟

.....

.....

(8) اين تقضي اوقات فراغك ؟ و هل أنت راض عنها ؟

.....

.....

(9) هل كانت هناك مشاكل خطيرة الفترة الماضية في محيط الأسرة بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة ؟

.....

.....

(١٠) إلى أي مدى، كنت مشغولاً بهذه المشاكل الفترة السابقة ؟

.....

.....

(11) هل تتذكر إساءة من أي شخص في مرحلة الصغر ولا تنسى ذلك ؟

.....

.....

(12) هل تريد حل هذه المشاكل سواء مادية أو معنوية، كانت أو مازالت؟

.....

.....

(13) ما هو مدى الأهمية لهذه المشاكل ؟ و ما هو الحل بنظرك ؟

.....

.....

(١٤) من هم الأشخاص المغتربين لك في العائلة أو المجتمع ؟

.....

.....

(15) من هم الأشخاص المرفوضين لك في العائلة أو المجتمع ؟

.....

.....

استمارة البحث النفسي الاجتماعي

بيان الحالة

الاسم رباعي : تاريخ الميلاد
الحالة الاجتماعية المؤهل الدراسي :
المهنة : العنوان الحالي :
السن : الديانة : بطاقة قومي :
تاريخ الدخول :
ملاحظات :

بيانات العائلة

اسم الأب الحالة الاجتماعية السن :
المهنة : العنوان الحالي :
بطاقة قومي : عنوان العمل :
تليفون المنزل او العمل :
ملاحظات :

اسم الشقيق الأكبر : الحالة الاجتماعية :
المهنة : العنوان الحالي :
بطاقة قومي : عنوان العمل :
تليفون المنزل او العمل :
ملاحظات :

مسئول العائلة المعالج مسئول الإستمارة المدير العلاجي

تاريخ استخدام العقار

(1) ما هي العقارات المستخدمة من أول هذه التعاطي حتى الآن من حيث النوع والكميات وطرق استخدامها والتطور في الجرعات و الأنواع حسب الطائرات الزمنية ؟

(2) ما هي أكثر الأنواع التي استفد منها في الفترة الأخيرة (٣ شهور) ؟

(3) متي إستخدمت أول جرعة من المخدر بواسطة من ؟

(4) ما هو الدافع الذي أدى بك لإستخدام هذا العقار لأول مرة ؟

(5) هل استمر تناول هذا العقار فترة زمنية طويلة ؟ و ما هي ؟

(6) هل قمت بزيادة الجرعات أو تغيير نوع المخدر ؟

(7) هل لك تجارب في الامتناع عن التعاطي ؟ أكتب اثنين منها .

(8) ما هي أطول فترة زمنية قد اعتنعت فيها عن التعاطي ؟

(9) ما الذي عاد بأن التعاطي بعد التوقف اول و ثاني مرة ؟

(١٠) هل تعاطيت العقار عن طريق الحقن؟ و هل حقنت نفسك أو الآخريين ؟

(11) هل تتذكر كم الإنفاقات المادية بخصوص التعاطي الشهر الماضي ؟

(12) كم مرة في اليوم كنت تستخدم فيها المخدر في الفترة الماضية ؟

(13) هل كانت هناك آثار سلبية للتعاطي الشهر الماضي ؟ و ما مدتها ؟

(١٤) هل ترى أن المشكلة الرئيسية تكمن في تعاطي المخدرات ؟

(15) هل لديك، أقارب أو أصدقاء من ناحية الأم أو الأب لهم علاقة بهذا ؟

ملاحظات للمعالج

المحيط الأسري و الاجتماعي

(1) أين ولدت ؟ و هل بقيت فترة طويلة في هذا المكان ؟ اذكر الفترة