

Kontrolliertes Konsumieren

Schulungsprogramm zum Erlernen kontrollierter Konsumformen

Wenn Sie Schwierigkeiten haben, einen risikoarmen Umgang mit Alkohol, Drogen, Glücksspiel oder Computergebrauch zu betreiben, aber momentan keine Abstinenzentscheidung treffen wollen oder können, bieten wir Ihnen an, einen kontrollierten Umgang mit dem Suchtmittel zu erlernen. Zusammen mit der Beraterin/dem Berater erarbeiten Sie verbindliche Konsumziele und lernen, diese im Alltag umzusetzen.

Wenn Ihnen diese Umsetzung nicht gelingt, unterstützt Sie die Beraterin/der Berater in der Erarbeitung eines alternativen Behandlungsweges.

Das Angebot richtet sich an

Menschen, die keinen abstinenten Behandlungsweg gehen wollen oder können und die einen risikoarmen Umgang mit Alkohol, Drogen, Glücksspiel oder Computernutzung erlernen möchten.

Inhalt

Wir unterstützen Sie im Erlernen des kontrollierten Konsums, indem wir Sie beim Durcharbeiten des Arbeitsbuches «10-Schritte-Programm zum selbständigen Erlernen des kontrollierten Trinkens» begleiten. Mit unserer Fachkenntnis ergänzen wir das Programm individuell für Ihre Situation und stehen Ihnen zur Verfügung, wenn im Rahmen der Konsumreduktion besondere Herausforderungen auftreten. Anhand der Durcharbeitung des Arbeitsbuches werden Informationen über Sucht, Gesundheitsrisiken, Trinkeinheiten, Risikosituation und alkoholfreie Bewältigungsstrategien vermittelt.

Wir unterstützen Sie in individuell angepassten Beratungen, einen kontrollierten Umgang mit Alkohol, Drogen, Glücksspiel und Computernutzung zu erlernen.

Die zeitliche Struktur

Das Grundprogramm erstreckt sich über eine Zeitdauer von rund sechs Monaten, wobei mindestens zwei Gespräche pro Monat durchgeführt werden. Zur vertieften Einübung bieten wir Ihnen im Anschluss an dieses Grundprogramm weitere Gespräche in grösseren zeitlichen Abständen an.

Bei individuell angepassten Beratungen ist die Dauer des Beratungsprozesses grundsätzlich offen und wird durch den Auftrag und die zu erreichenden Ziele bestimmt.

Das Besondere

Diese Lernprogramme sind besonders für Risikokonsumenten geeignet. Für abhängige Konsumenten ist eine Abstinenzphase vor dem Lernprogramm sinnvoll.

Suchtberatung

Hauptsitz:

Perspektive Thurgau
Schützenstrasse 15
Postfach 297
8570 Weinfelden
T 071 626 02 02
info@perspektive-tg.ch
www.perspektive-tg.ch

Weitere Standorte:

- Basadingerstrasse 12
8253 Diessenhofen
- Oberstadtstrasse 6
8501 Frauenfeld
- Rheinstrasse 8
8280 Kreuzlingen
- Frauenfelderstrasse 18
9542 Münchwilen
- Bankstrasse 4
8590 Romanshorn
- Felsenstrasse 5
8570 Weinfelden