

Rückfallprophylaxe-Training S.T.A.R.



© www.springer.com/de

Im S.T.A.R.-Programm nach Körkel & Schindler vermitteln wir Alkohol-Abhängigkeitserkrankten auf wissenschaftlicher Grundlage und nach aktuellstem Kenntnisstand sowohl Informationen rund um Rückfälle, als auch Kompetenzen zur Vorbeugung von Rückfällen und zum konstruktiven Umgang mit einem eingetretenen Rückfall.

Themen sind u.a.:

- Grundinformationen über Rückfälligkeit
- Persönliche Hochrisikosituationen
- Unangenehme Gefühle: Sensibilisierung
- Unangenehme Gefühle: Bewältigung
- Ausgewogener Lebensstil
- Ausrutscher und Rückfall
- Umgang mit Rückfälligkeit

Das Besondere ist die Erarbeitung der ganz persönlichen Gefährdung, aber auch der ganz persönlichen Stärken und Kompetenzen, damit umzugehen. Dies geschieht mittels fundierter Wissensvermittlung, v.a. aber mittels praktischer Übungen zu jedem Thema.