



ZIELOFFENE ANGEBOTE

BEI RISKANTEN ALKOHOLKONSUM IM RAHMEN DER
STATIONÄREN PSYCHOSOMATISCHEN BEHANDLUNG



salus klinik

- es gibt kein Ziel?
- die betroffene Person entscheidet allein über das Ziel?
- Betroffene Person und Therapeut*in einigen sich bzgl. eines Ziels?



4 Wochen umfassendes
Therapieangebot für
unsere Patienten*innen
in der
Psychosomatikabteilung



Eisbergmodell

- Konsumtagebuch
- Konsumsituationen
- Auseinandersetzung mit persönlichen Trinknormen und Überzeugungen

„Zwischen Leber und Nierchen passt immer ein Bierchen“

- Promilleberechnung
- Körperliche Folgeschäden
- Psychische Auswirkungen
- Abhängigkeitspotential

- Frühwarnzeichen
- Eigenen Konsum einordnen
- Konsumsituationen einordnen

- Ziele sollten

➤ SMART SEIN

- Anregungen zur Konsumreduktion
- Ablehnungstraining
- Umgang mit Verlangen
- Überblick behalten

- Vorstellung von Suchtberatungsstellen
- Selbsthilfeangebote
- Onlineangebote

www.selbsthilfealkohol.de



ONLINE SELBSTHILFE ALKOHOL

Ein Angebot der AOK Nordost und der salus Kliniken

LOGIN



WIE FUNKTIONIERT ES?

IST ES FÜR MICH GEEIGNET?

WARUM MITMACHEN?

TIPPS

ANMELDEN

Ihren Alkoholkonsum reduzieren oder lieber ganz aufhören?

MACHEN SIE DEN SELBSTTEST

NUR 2 MINUTEN

"Ich finde es großartig, dass ich mit Online Selbsthilfe Alkohol von zu Hause aus einfach etwas an meinem Alkoholkonsum verändern kann."

Ein Angebot der AOK Nordost und der salus Kliniken

salus klinik

NOCH FRAGEN ?

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit