

## ALLEGATO 2

### OFFERTA TRATTAMENTALE Unità d'Offerta specialistico riabilitativa "Timone di Acete"

Test di valutazione multidimensionale e diagnostici:

- Asi: questionario per la valutazione dell'indice di severità della dipendenza.
- Scl-90: questionario autosomministrato per la valutazione del quadro psicopatologico.
- Bis-11: questionario autosomministrato per la valutazione dell'impulsività.
- Fattori Protettivi: questionario autosomministrato per la valutazione dei fattori protettivi dell'individuo.
- Cope-NVI: questionario autosomministrato per la valutazione delle strategie di coping.
- Pss: questionario autosomministrato per la valutazione dello stress psicologico percepito.
- Phit: questionario autosomministrato per la valutazione dello stress somatico percepito.
- Rsa: questionario autosomministrato per la valutazione della resilienza dell'individuo adulto.
- Approfondimento personologico: test autosomministrato usato per la valutazione degli aspetti patologici di personalità
- Big Five: test autosomministrato usato per la valutazione degli aspetti non patologici di personalità

TRATTAMENTO:

#### *Case -management*

Il case-manager è colui che supervisiona i programmi degli utenti, monitora gli aspetti formali (tempi, scadenze, modalità) e la coerenza degli obiettivi di cura con i principi teorici e gli esiti del ricovero.

#### *Care-management*

Il care-manager è l'operatore di riferimento dell'utente che accompagna lo stesso durante il suo programma specialistico riabilitativo. Il care-manager è colui che tiene verifica, insieme all'utente, gli esiti del processo di trattamento.

L'utente durante l'intero programma usufruisce di colloqui settimanali con il care-manager finalizzati al monitoraggio del processo del programma di cura.

## **Attività riabilitative individuali**

### *Programma Trattamentale Resiliente (PTR) o Programma di Prevenzione alla Ricaduta (PPR):*

La stesura del Programma Trattamentale Resiliente (PTR) viene realizzata dall'utente con l'aiuto del proprio care-manager. Vengono forniti all'utente un documento che descrive gli aspetti teorici della resilienza e i risultati ottenuti dai test sulle risorse resilienti (Fattori protettivi). L'utente interviene, attraverso il PTR, sul proprio percorso di cura, scegliendo egli stesso le situazioni che gli procurano stress e difficoltà su cui iniziare a lavorare. Dopo aver esaminato il proprio profilo, sceglie i fattori protettivi che considera più adeguati per far fronte alle difficoltà selezionate. Infine, autonomamente, individua condividendola con il proprio care manager, una prescrizione che ritiene utile per far fronte alla situazione di stress e/o difficoltà su cui ha deciso di lavorare.

L'attuazione della prescrizione spinge l'utente a mettere in atto una strategia di coping adattiva per fronteggiare la situazione stressante. La prescrizione è un compito che l'utente esegue rispetto a un obiettivo concreto realizzabile e misurabile che aiuta la persona ad affrontare in modo alternativo un problema che generalmente veniva gestito in modo disfunzionale. In questo modo l'individuo ha la possibilità di sviluppare le proprie competenze attivando nuove strategie di fronteggiamento rispetto ad un fattore di rischio saliente nella sua traiettoria di vita o di cura. Le prescrizioni stimolano la persona a lavorare per piccoli passi con la possibilità di innescare uno o più turning point che elicitino il processo resiliente.

*Protocollo di neuromodulazione con Tdcs:* Protocollo di facile applicazione che permette di modulare l'attività del sistema nervoso in modo non invasivo, al fine di ridurre il livello di caving.

*Colloqui di supporto psicologico:* Colloqui individuali proposti ad alcuni pazienti che necessitino di supporto durante il percorso trattamentale.

## **Gruppi riabilitativi**

*Arteterapia:* L'arte terapia utilizza l'arte come mezzo di espressione personale per mettere in forma e comunicare percezione, sentimenti, pensieri. E' uno strumento di crescita affettiva, relazionale e cognitiva che permette un profondo contatto con il proprio mondo interiore. Il laboratorio è il luogo in cui arte e terapia s'incontrano, è uno spazio fisico organizzato ma anche simbolico. Il compito principale dell'arteterapeuta è quello di stimolare, facilitare la traduzione in processo creativo degli stati emozionali, le idee, le rappresentazioni di pensiero dell'utente.

*Danzaterapia:* La tecnica utilizzata nasce dagli studi e dalla creatività della ballerina e coreografa argentina Maria Fux. Corpo, spazio, musica, immagini, parole, relazione con sé e con gli altri sono i parametri, le regole che caratterizzano il metodo. La danza terapia è dialogo. Drammatizzare danzando, poter sperimentare la sensazione piacevole dell'armonia, poter sentire il proprio corpo che abita lo spazio circostante come se fosse un proprio prolungamento; poter ascoltare il senso di consonanza che dà l'andare a ritmo e a tempo con se stessi e con la musica e con il cantato; poter entrare in contatto con gli altri secondo modi e tempi che tengano conto delle distanze, delle aperture e delle chiusure, provare a recuperare un senso del corpo, di se stessi nella propria essenza, quanto più possibile intero e presente.

*Attività Resiliente:* Attività riabilitative che utilizzando diverse tecniche, si propongono di lavorare su fattori di rischio specifici della popolazione dipendente promuovendo la messa in gioco di specifici fattori protettivi.

**Gruppo PTR:** La presentazione del PTR/PPR è un'attività di gruppo che si svolge settimanalmente alla presenza di un operatore –conduttore. Ogni persona presenta al gruppo di utenti il proprio PTR/PPR ricevendo feedback dal gruppo, utili a riflettere e rivedere alcuni punti del suo programma.

**Gruppo convivenza:** gruppo verbale settimanale che agisce sui fattori protettivi e di rischio sociali. Favorisce le competenze relazionali degli utenti e l'utilizzo delle risorse sociali a disposizione.

**Mindfulness:** Durante gli incontri di Mindfulness si alternano fasi di pratica formale (respirazione, meditazioni derivate dalla tecnica Vipassana, meditazioni mirate alla prevenzione della ricaduta “Spazio del respiro SOBER” (Stop Observe Breath Respond), Surf dell'impulso), fasi di confronto di gruppo sulle pratiche/esperienze, momenti psicoeducativi legati al rischio di ricaduta e riflessioni di gruppo sulla applicazione dell'approccio mindful nella vita quotidiana. L'intervento si basa principalmente sull'apprendimento esperienziale e sul confronto di gruppo moderato dal conduttore al fine di sostenere il riconoscimento dei processi automatici di risposta nonché delle attitudini mentali di base come il giudizio, l'auto-giudizio, l'attaccamento e l'avversione ed il loro legame con i temi-guida della ricaduta, del craving, dello stile di vita. Il processo è sostenuto anche attraverso compiti settimanali e l'utilizzo di schede.

**Etica:** Attività di stimolazione culturale ed intellettuale che si propone di affrontare tematiche esistenziali attraverso la riflessione, l'insegnamento e il confronto.

**Attività ergoterapica:** Le attività ergoterapiche rispondono all'esigenza di stimolare nell'utente l'assunzione del senso di responsabilità individuale e di gruppo, coinvolgimento della volontà e la verifica delle proprie capacità manuali. Le attività ergoterapiche si concentrano nella cura dell'orto, del verde e di animali.

**Psicodramma:** Vengono utilizzati diversi metodi attivi di psicodramma partendo dal riscaldamento per consentire di superare il disagio iniziale e creare uno spazio di azione in agio dei componenti. Si svilupperanno poi scene di psicodramma con un protagonista che utilizzerà gli altri partecipanti come io ausiliari o lavori sociometrici che permetteranno a tutti di essere coinvolti allo stesso livello mantenendo la libertà di rispondere soggettivamente alle richieste dell'ambiente.

**Gruppo di riequilibrio funzionale antistress:** l'attività strutturata per rendere consapevole il paziente delle modalità di reazione allo stress che causano disagio e malessere e per modificarle, attraverso esperienze concrete di lavoro corporeo, agendo proprio alle basi dello stress cronico, sulle Funzioni alterate (respiro, battito cardiaco, temperatura, ecc).

**Gruppo multifamiliare:** Incontri di gruppo strutturati in modo esperienziale in cui vengono affrontate e condivise le problematiche quotidiane (stressor) vissute dai familiari che vivono e/o sono vicini ad una persona che presenta una problematica di dipendenza. Attenzione viene data anche a momenti in cui vengono fornite informazioni teorico/tecniche sui disturbi da abuso di sostanze.

**Gruppo prevenzione ricadute:** si lavora concretamente sul riconoscimento dei fattori di rischio e sulla gestione di situazioni reali che potenzialmente possono essere fonti di rischio ricaduta. La conduzione del gruppo prevede un lavoro esperienziale (role playing) utilizzando ciò che emerge dagli utenti (anche attraverso il PPR) con la finalità di promuovere risorse personali e stimolare risposte adattive e resilienti.

*Gruppo orientamento alla cura:* Gruppo verbale che utilizza la peer education al fine di Incrementare la consapevolezza di malattia e la consapevolezza di cosa sia un percorso di cura.

*Gruppo REBT* Attraverso tale gruppo orientato alla Rational-Emotive Behaviour Therapy ,si sostengono i partecipanti nell'individuazione delle credenze irrazionali che mantengono attivo il comportamento di uso e abuso delle sostanze, disputando le credenze irrazionali e costruendo nuove credenze razionali e flessibili al fine di:

- identificare i fattori di rischio e di stress nel quotidiano e meglio definirli in termini di emozioni e pensiero, funzione che funge da prerequisito allo sviluppo del PTR nell'area di identificazione degli stressor,
- promuovere l'accettazione e la tolleranza alla frustrazione,
- supportare il riconoscimento di emozioni negative sane e funzionali e distinguerle dalle emozioni negative patologiche/disfunzionali.

*Pilates* Lo scopo principale del metodo Pilates e quello di portare l'individuo a muoversi con economia, fluidità e equilibrio. Gli esercizi proposti conducono la mente a cooperare con il corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con la respirazione. La pratica costante del Pilates migliora l'armonia dei gesti, il portamento, tonifica i muscoli, previene la sintomatologia dolorosa dovuta a posture scorrette o a disturbi articolari. Il corpo viene spesso ignorato, ma proprio durante un percorso di cura, in cui ci si occupa di sé e si ascolta il corpo, emergono diverse problematiche, dolori e fastidi latenti.

*Attività fisica* Lo scopo principale dell'attività fisica strutturata è l'aumento del benessere psicofisiologico dei pazienti e il sostegno nel periodo di disintossicazione o in supporto alla gestione del craving. Oltre ciò l'attività fisica viene proposta al fine di educare i pazienti ad uno stile di vita sano.

*Gruppo informativo* Gruppo verbale condotto dal medico referente di struttura finalizzato a informare/educare i pazienti sull'eziologia e la sintomatologia del disturbo da uso di sostanze/alcol, sul craving e sul razionale di utilizzo delle terapie sostitutive e psicofarmacologiche.

*"A voce alta" – gruppo canto:* Laboratorio di canto in cui l'uso consapevole della voce permette di sciogliere i blocchi energetici legati all'uso della voce stessa, e alle emozioni inibite e/o negative di trovare una via d'uscita attraverso l'espressione artistica del canto. Voce come ancora intenzionale dell'essere presenti nel qui e ora.