



Autismepunt

Autisme is
ons vak

Omgaan met verslaving

De training omgaan met verslaving is een vaardigheidstraining voor een zelfstandig leven. Deze training is speciaal ontwikkeld voor mensen met ASS en een verslavingsproblematiek. De bijeenkomsten hebben een persoonlijk karakter en zijn gericht op veilig voelen. Men moet het gevoel hebben te kunnen delen wat nodig is.

De training bestaat uit 12 bijeenkomsten, waarin je leert inzicht te krijgen in je verslavingsgedrag en de gevolgen die dit gedrag heeft op jou en je directe omgeving. Er wordt samen met jou naar passende alternatieven gezocht en deze worden in beeld gebracht zodat er nieuw gezonder gedrag voor in de plaats kan komen.

We kijken naar gezonde gewoontes en genoegens, strategieën die voor jou belangrijk zijn om een uitglijer te voorkomen, we maken hoog risico situaties en waarschuwingssignalen visueel zodat je jezelf kunt voorbereiden op risicovolle situaties en keuzes leert maken die je behoeden voor uitglijers en terugvallen.

