

## Eluviisi treening

Valdkond:

Süütegude toimepanemine

Uimastid

Alkohol

Suunajad:

Vangla

Kriminaalhooldus

Kohaldamisala:

Vanglad

üle Eesti

Teenuse liik:

Programm

Sihtgrupp:

Vanglas - sõltuvusainete kuritarvitajad ja sõltlased, kelle puhul on seos õigusrikkumiste ja sõltuvusainete tarvitamise vahel.

Kriminaalhoolduses - vähese või mõõduka tõsidusega sõltlased, kelle puhul on seos õigusrikkumiste ja sõltuvusainete tarvitamise vahel.

Programmi lühikirjeldus:

Programmi käigus motiveeritakse inimesi muutusi tekitama, sh sõltuvusainete tarvitamisega seoses.

Programmi sisu:

Programmis õpitakse ära tundma sõltuvusainete tarvitamise riskiga seotud olukordi, neid vältima ja reageerima neile olukordadele muud moodi. Osalenu oskab ennetada täielikku tagasilangust, tal on arusaam sõltuvusainete negatiivsetest külgedest, oma sõltuvuskäitumise muustest ja funktsioonist. Programmiga püüeldakse kõrgendatud motivatsiooni ja esmase arusaama poole sõltuvusainete tarvitamise muustest ja sellega seotud õigusvastasest käitumisest. Programmi ülesehitus on: motivatsioon - enesekontroll - tagasilanguse ärahoidmine. Programmi raames toimuvad 6 individuaalset kohtumist (60 min). 3 nädalat pärast lõpetamist toimub 7. kohtumine ehk hinnangvestlus (45 min).

Tõendus põhisisu:

Programm on välja töötatud Hollandis riikliku sõltuvushoolekande uuendamise raames. Sellele eelnes kaks kirjalikku uurimust tõhusa sõltuvusravi teemadel (Verheul, 1999; Rietdijk, 2000). Sisul põhineb kognitiivse käitumisteraapia sekkumistel, nagu seda kirjeldab *Cognitive Behavioral Coping Skills Therapy Manual* (Kadden et al, 1992) ja Moneti et al käsiraamat (1989). Programm on viimaste aastate jooksul läbinud akrediteerimisprotsessi, mille käigus tunnustati ta sobilikuks motivatsiooniprogrammina.

Elluviija kontaktandmed:

Vanglate ja kriminaalhooldusosakondade uldkontakt, mille leiab [siit](#) [1].

Järjekorra number:

84

---

**Allikas URL:** <https://www.kriminaalpoliitika.ee/et/eluviisi-treening>

**Lingid:**

[1] <http://www.vangla.ee>