

Ο ρόλος του Αθλητισμού στην Απεξάρτηση

Παίζω, Αισθάνομαι, Συνδέομαι, Ζω



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ο ρόλος του Αθλητισμού στην Απεξάρτηση

Ο αθλητισμός και οι σωματικές δραστηριότητες έχουν καίρια σημασία στη διαδικασία θεραπείας των εξαρτήσεων, καθώς ευνοούν τη δημιουργία πολλών και διαφόρων μακροπρόθεσμων ωφελειών σε επίπεδο ψυχικής και σωματικής υγείας των εξαρτημένων ατόμων.

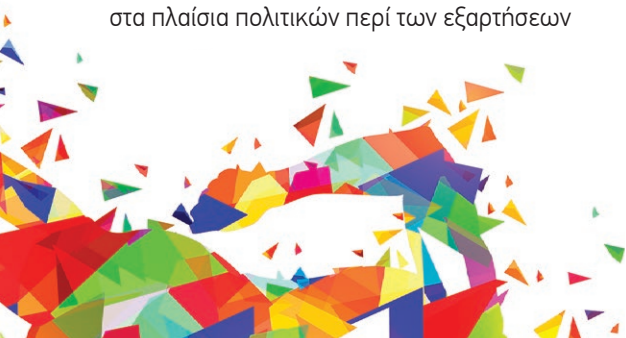
Η συμμετοχή σε αθλητικά προγράμματα μπορεί να παρατείνει τη διάρκεια της αποχής, να βελτιώσει την γενικότερη κατάσταση της σωματικής υγείας, ενώ παράλληλα περιορίζει τη συναισθηματική αστάθεια, καθώς συνεισφέρει στην εκτόνωση του στρες και του άγχους. Επιπρόσθετα, ο αθλητισμός και η σωματική δραστηριότητα είναι γνωστό ότι προσφέρουν μία αίσθηση επίτευξης και ικανοποίησης, υποστηρίζοντας έτσι το εξαρτημένο άτομο να ενισχύσει την αυτοπεποίθησή του, διαμορφώνοντας μια καλύτερη εικόνα για τον εαυτό του.

Επίσης, ο αθλητισμός και η σωματική άσκηση έχουν την ικανότητα να παρέχουν προς τα υπό απεξάρτηση άτομα την ευκαιρία να επιτύχουν μια ευχάριστη ψυχική κατάσταση χωρίς να χρειάζεται να προσφεύγουν στη χρήση ουσιών, κάτι που με τη σειρά του εν τέλει θα τους επιτρέψει να υιοθετήσουν μιαν αλλαγή προς έναν θετικό και υγιή τρόπο ζωής, ασύμβατο προς την κατάχρηση ουσιών.

Το έργο **Reintegration Through Sport Plus (RTS+)** αποσκοπεί στην αξιοποίηση του αθλητισμού ως εναλλακτικού πλαισίου κατά τη θεραπευτική διαδικασία απεξάρτησης, μέσω του οποίου είναι εφικτή η επαγωγή συμπεριφοριστικών αλλαγών στα υπό απεξάρτηση άτομα, μέσα από την έμφαση στη σχέση που η συμμετοχή στο αθλητισμό έχει με την ανάπτυξη θετικών δεξιοτήτων ζωής, στοιχείο που με τη σειρά του ενισχύει την προσπάθεια για την κοινωνική επανένταξή τους.

ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ

- Να αποτυπώσει τη θεραπευτική βαρύτητα που προσλαμβάνουν η σωματική δραστηριότητα και ο αθλητισμός στη θεραπεία απεξάρτησης
- Να ενισχύσει στη σχέση μεταξύ της αθλητικής συμμετοχής και της ανάπτυξης θετικών δεξιοτήτων ζωής των υπό απεξάρτηση ατόμων, υποστηρίζοντας την κοινωνική τους επανένταξη.
- Να προωθήσει την πρακτική ένταξη δραστηριοτήτων σωματικής δραστηριότητας και αθλητισμού στους φορείς θεραπείας.
- Να αναδείξει την αξία που πρέπει να προσλαμβάνει η συμμετοχή στον αθλητισμό στην πρόληψη των εξαρτήσεων.
- Να παρέχει ευκαιρίες στα υπό απεξάρτηση άτομα για ευρύτερη συμμετοχή σε αθλητικά προγράμματα.
- Να εμπλουτίσει και να εναρμονίσει τον τρόπο με τον οποίο τα προγράμματα αθλητισμού αξιοποιούνται από τους οργανισμούς θεραπείας κατά τη θεραπευτική διαδικασία, μέσα από το σχεδιασμό, τη διαμόρφωση και την πρόταση νέων, καινοτόμων εργαλείων, υποστηρικτικών της εν λόγω διαδικασίας.
- Να ενισχύσει τη συνεργασία μεταξύ των υπηρεσιών απεξάρτησης, των αθλητικών οργανώσεων και άλλων συναφών παραγόντων.
- Να πλαισιώσει τη διαδικασία ανάπτυξης ικανοτήτων των επαγγελματιών υγείας που δραστηριοποιούνται στο χώρο των εξαρτήσεων, με στόχο τη βελτίωση της αποτελεσματικότητας των υπηρεσιών θεραπείας.
- Να διατυπώσει συστάσεις πολιτικής προκειμένου να προωθηθούν παρεμβάσεις με αφετηρία τον αθλητισμό, στα πλαίσια πολιτικών περί των εξαρτήσεων



Τι γνώσεις φιλοδοξεί να δημιουργήσει το έργο;

- Ανάπτυξη κοινής κατανόησης των υφισταμένων διαδικασιών θεραπείας από τις εξαρτήσεις μέσα από τον αθλητισμό.
- Διατύπωση μιας θεωρητικής τεκμηρίωσης του τρόπου με τον οποίο, στα πλαίσια της θεραπείας απεξάρτησης, η ανάπτυξη, μέσω της συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες, δεξιοτήτων ζωής διασυνδέεται με τη βιωματική μάθηση.
- Κατανόηση των παραγόντων που επηρεάζουν τη συμμετοχή, των υπό απεξάρτηση ατόμων, σε αθλητικές δραστηριότητες.
- Εντοπισμός ελλείψεων σε επίπεδο δεξιοτήτων, γνώσεων και στάσεων, κατά τις παρεμβάσεις εκείνες στη θεραπεία απεξάρτησης που βασίζονται στον αθλητισμό.
- Διάγνωση του βαθμού στον οποίο οι ανάγκες απέχουν των ικανοτήτων, για την υλοποίηση αθλητικών προγραμμάτων, στα πλαίσια της θεραπείας απεξάρτησης.
- Κατανόηση των τρόπων ουσιαστικής υλοποίησης αθλητικών προγραμμάτων, κατά τη θεραπεία απεξάρτησης.

ΓΙΑ ΠΟΙΟ ΛΟΓΟ το έργο ενδιαφέρεται να προάγει τη γνώση στο συγκεκριμένο τομέα;

- Για την υποστήριξη της ιδέας ότι ο αθλητισμός μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως συμπληρωματικό θεραπευτικό εργαλείο, κατά τη διαδικασία της απεξάρτησης.
- Για τη μύηση των επαγγελματιών υγείας που δραστηριοποιούνται στο χώρο των εξαρτήσεων προς την κατανόηση της Βιωματικής Μάθησης για την ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής μέσω του αθλητισμού και την αξιοποίησή του κατά τη θεραπεία απεξάρτησης.
- Για την ενίσχυση της ικανότητας και των γνώσεων που οι επαγγελματίες της υγείας διαθέτουν προκειμένου να σχεδιάζουν αποτελεσματικά αθλητικά προγράμματα και παρεμβάσεις βασιζόμενα στον αθλητισμό, αξιοποιώντας τη Βιωματική Μάθηση στοχεύοντας στην ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής μέσω του αθλητισμού, κατά τη διαδικασία της θεραπείας απεξάρτησης.

ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ απευθύνεται το έργο;

- Φορείς που δραστηριοποιούνται στη θεραπεία απεξάρτησης από ουσίες
- Αθλητικούς οργανισμούς και συλλόγους
- Επαγγελματίες υγείας που δραστηριοποιούνται στο χώρο των εξαρτήσεων
- Εξυπηρετούμενους (εξαρτημένοι σε θεραπεία απεξάρτησης)
- Υπευθύνους λήψης αποφάσεων πολιτικής
- Εμπειρογνώμονες, ακαδημαϊκούς και ερευνητές
- Εθελοντές
- Το ευρύ κοινό

ΠΩΣ το έργο προτίθεται να επικοινωνήσει το μήνυμά του προς το κοινό;

- Αναπτύσσοντας κατευθυντήριες γραμμές προς το σκοπό του εναρμονισμού των εφαρμοζόμενων από τους φορείς θεραπείας, αθλητικών προγραμμάτων, προς το σκοπό της καλύτερης εξυπηρέτησης του πληθυσμού-στόχου.
- Ευαισθητοποιώντας τους δραστηριοποιούμενους στο χώρο των εξαρτήσεων από ουσίες φορείς και τους περί τις εξαρτήσεις επαγγελματίες υγείας, επί των θετικών επιπτώσεων που αναμένεται να έχει η συμμετοχή των υπό απεξάρτηση ατόμων σε αθλητικές δραστηριότητες.
- Συνηγορώντας ή επηρεάζοντας μέσω της ανάπτυξης συστάσεων / κατευθυντήριων γραμμών πολιτικής επί θεμάτων πρόληψης, θεραπείας από εξαρτήσεις και κοινωνικής επανένταξης μέσω του αθλητισμού.

ΜΕ ΠΟΙΟ ΤΡΟΠΟ το έργο θα δημοσιοποιήσει τα παραγόμενα αποτελέσματα;

- Υλοποιώντας Πιλοτικές Δράσεις προς το σκοπό εφαρμογής στην πράξη των όσων σχεδιάστηκαν και δημιουργήθηκαν στις φάσεις του έργου.
- Αναπτύσσοντας συνέργειες κι ένα ευρύτερο δίκτυο εν δυνάμει συνεργασιών σε διάφορα επίπεδα πολιτικής.
- Διοργανώνοντας πολλαπλασιαστικές δράσεις με σκοπό την προώθηση της αντίληψης γύρω από το πόσο ο αθλητισμός μπορεί να επιδράσει θετικά τη θεραπεία απεξάρτησης και επανένταξης των εξαρτημένων ατόμων.

ΕΡΓΑΖΟΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ

Συντονιστής

ΚΕΘΕΑ

Ελλάδα/www.kethea.gr

Εταίροι



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
Ελλάδα/www.pe.uth.gr



EQUAL SOCIETY/Ελλάδα
www.equalstheasociety.gr



A-LARM/Νορβηγία
www.a-larm.no



Experientia
Adventure Therapy Spain

ASOCIACIÓN EXPERIENTIA
Ισπανία
www.asociacionexperientia.org



COOLMINE THERAPEUTIC
COMMUNITY/Ιρλανδία
www.coolmine.ie



STOWARZYSZENIE
MONAR/Πολωνία
www.monar.org



Centro di Solidarietà di
Reggio Emilia Onlus

CENTRO DI SOLIDARIETÀ DI
REGGIO EMILIA ONLUS/Ιταλία
www.solidarieta.re.it



ASOCIACION SPORT
TO LIVE/Ισπανία
www.sport2live.org



CZEKOBANDA
Τσέχικη Δημοκρατία
www.czekobanda.eu

Σας προσκαλούμε να συμμετάσχετε και να μάθετε περισσότερα σχετικά με τις δραστηριότητες του έργου RTS + και να δημιουργήσετε ισχυρούς δεσμούς μεταξύ όλων εκείνων που εμπλέκονται στην πρόληψη και τη θεραπεία των εξαρτήσεων μέσω του αθλητισμού.

Εγγραφείτε δωρεάν στην Μαθησιακή Κοινότητά μας, για να ενημερώνεστε για τις δράσεις του έργου:

Website: www.rtsport.eu

Facebook: www.facebook.com/ketheasport/

Email: rtsport@gmail.com

Το έργο RTS+ συν-χρηματοδοτείται από το Πρόγραμμα ERASMUS + SPORT της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και είναι διάρκειας τριών ετών (2020 – 2022)

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union