[போதையைத் தேடல் ...

... இதற்குப் பல வடிவங்களுண்டு

போதையைத் தேடுவோருக்கான சூக் ஆலோசனை அலுவலகம் உங்களுக்காக உள்ளது.

போதையைத் தேடுவோரின் தன்மை ...

போதையைத் தேடுவதற்குப் பல காரணங்களும் சம்பவங்களும் உண்டு. அதற்கு அடிமையானோரும், இதைத் தவறாகப் பாவிப்போரும் சட்டத்தால் அனுமதிக்கப்பட்ட அல்லது சட்டத்தால் தடுக்கப்பட்ட போதைப் பொருட்களை அல்லது அடிமையாக்கும் போதைகளைப் பாவிக்கின்றார்கள் என்பதை நாம் அறிவோம். அத்துடன் விளையாட்டில், உணவில், அல்லது வேலையிலும் அதைத் தேடுவதற்கு வாய்ப்புண்டு.

ஆரம்பத்தில் போதைகளை தவறாகப் பாவிப்பது, புதிய அனுபவங்களை தனிமையாக அனுபவிப்பதற்கான எத்தனிப்பாகவோ அல்லது கடினமான வாழ்க்கை நிகழ்வுகளை தாங்கிக் கொள்வதற்காகவோ இருக்கலாம். இத்தகைய தீர்வு முயற்சியானது ஒருவரைப் போதையைத் தேடும் பிரச்சினைக்கு உள்ளாக்கலாம். இதன் விளைவுகள், குடும்ப உறவில் பிரச்சினைகள், வேலைத்தலத்தில் பிரச்சினைகள், நிதி நெருக்கடி போன்றவையாகும். போதைக்கு அடிமையானோர் அதிலிருந்து விடுபட தனிமையில் மேற்கொள்ளும் முயற்சிகள், பல சந்தர்ப்பங்களில் தோல்வியில் முடிகிறது. தோல்விகள், சச்சரவுகள் அல்லது கோபங்கள் திரும்பவும் இவர்களை மீண்டும் இந்நிலைக்குத் திருப்பி விடுகிறது.

இவ் ஒரு வழிப்பாதையிலிருந்து வெளிவருவதற்கு வழிகள் உண்டு. வட்டப் பாதையிலிருந்து வெளிவரமுடியாமையும் அதைத் தொடர்ந்து செய்வதுமாக இருக்காமல் முற்றாக நிறுத்திக்கொள்ளலாம்.

போதையைத் தேடுவோருக்கான சூக் ஆலோசனை அலுவலகத்தில், போதையைத் தேடும் இளைஞர்களும், வயதுவந்தோரும் அல்லது இவர்களைப் பராமரிப்போரும் விளக்கங்களையோ அல்லது ஆலோசனைகளையோ பெற்றுக்கொள்ளலாம். அவையாவன:

- போதையைத் தேடுவதன் ஆபத்துக்கள்
- போதைப்பொருட்களைத் தவறாகப்பாவித்தலும், அதற்கு அடிமையாதலும். (உதாரணம்: மது, மருந்துகள், நிகொட்டின், கெறோயின், கொக்கெயின், கேளிக்கைகளில் பாவிக்கும் போதை மருந்துகள்)
- இதைத் தேடுவோரின் பொதுத்தன்மைகள். (உணவுப்பிரச்சினை, விளையாட்டு, இணையத்தளம் அல்லது தொழில் தேடல்)

இதைத் தேடுவோர் இதிலிருந்து வெளிவரப் பல வழிகள் உண்டு

... ஆலோசனை வழிமுறைகள்

எமது ஆலோசனை வழிமுறைகள் நெருக்கடிநேரக் கலந்துரையாடல், குறுகிய ஆலோசனைகள் அத்துடன் நீண்டகால ஆலோசனையுடன் சிகிச்சை பெறும் நிலையை உள்ளடக்கியதாக அமைந்திருக்கும். தற்போது, போதைப்பொருட்களின் பாவிப்பின்றி இருப்பதை நினைத்துப்பார்க்க முடியாது என எண்ணுவோருக்கும் நாம் ஆலோசனைகள் வழங்குவோம். எம்மால் வழங்கப்படும் சேவைகளாவன:

- ஆலோசனைகளும் சிகிச்சைகளும்......
  - தனிமையில், தம்பதிகள் அல்லது குடும்பத்துடனான கலந்துரையாடல்.
  - அளவோடு குடிப்பது பற்றிய நிகழ்ச்சிகள்.
  - குழுவாகக் கலந்துரையாடுதல்.
  - பழைய நிலைக்கு மீட்டலையும், புனருத்தான நிகழ்ச்சிகளையும் ஆரம்பிக்கும் சமயத்தில், விளக்கங்களும், பாதுகாப்பும் வழங்குதல்.
  - சிகிச்சை நிலையங்களிலிருந்து வந்தபின்பான பராமரிப்பும், சிகிச்சையும்.
  - போதையைத் தேடுவோருக்கான அவசர சிகிச்சை வழிநடத்தல். (விதி. 44. சட்டவிளக்கம்)
- நெருக்கடிநேரத்தில் தலையிடுதல்.
- பாடசாலைகளிலும் வேலைத்தலங்களிலும் போதையைத் தேடுவோரின் தன்மையை முன்னரே அறிந்து கொள்வது பற்றிய விளக்கங்கள்.
- உதவி நிலையங்களுக்கும், பயிற்றப்பட்டவர்களுக்கும், இதில் ஈடுபாடுடையவர்களுக்கும் ஆலோசனை கொடுப்பதும் உதவிகள் செய்வதும்.
- தரமான ஆலோசனைகள், செய்திப் பரிமாற்றம்.

இவ் விடயத்தில் அதிசிறந்த அனுபவமுள்ள மனோதத்துவ நிபுணர்கள், சமூகசேவையாளர்கள் குழுவாக இணைந்து போதையைத் தேடும் உங்கள் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கும் உங்களில் மாற்றம் காண்பதற்கும் உதவ உள்ளனர்.

நாம் எந்த விடயங்களையும் இரகசியமாக வைத்திருப்போம் என்ற கட்டுப்பாட்டுடனும், இதற்காக எந்தக் கட்டணமும் அறவிடமாட்டோம் எனவும் உறுதியளிக்கிறோம்.

விடிவைத் தேடுவோருக்கு நாம் உதவுகிறோம்

...போதையைத் தேடுவோருக்கான ஆலோசனை - சூக்]

எம்மோடு தொடர்பு கொள்க!

தொலைபேசி: 041 728 39 39

திறந்திருக்கும் நேரம்:

வேலை நாட்களில் காலை 9.00 முதல் 12.00 மணி மற்றும் 13.15 தொடக்கம் 17.15 மணி வரை.

தொலைபேசியில் முன்னறிவித்து இது தவிர்ந்த நேரங்களிலும் ஆலோசனை பெறலாம்.

Suchtberatung Zug
Ägeristrasse 56, 6300 Zug
Telefon 041 728 39 39, Fax 041 728 24 63
suchtberatung@gd.zg.ch, www.zug.ch/sucht

Kanton Zug Gesundheitsdirektion

இது சூக் மாநில சுகாதாரப் பணியகத்தின் ஒரு சேவையாகும்.

tamilisch