

Témy prednášok 2024/25



1. PSYCHICKÉ A TELESNÉ DÔSLIEDKY ZÁVISLOSTI

TÉMA JE ZAMERANÁ NA PROBLEMATIKU POŠKODENÍ PSYCHICKÉHO A TELESNÉHO ZDRAVIA, KTORÉ VYPLÝVAJÚ Z NADMERNÉHO KONZUMU ALKOHOLU A DROG. POPISUJE ZÁKLADNÉ ÚČINKY JEDNOTLIVÝCH LÁTKOK A ICH VPLYV NA ĽUDSKÝ ORGANIZMUS. PRVÁ ČASŤ JE VENOVANÁ TÉME ALKOHOLU, DRUHÁ ČASŤ ILEGALNÝM DROGÁM. DÔRAZ SA V TEJTO TÉME KLADIE NAJMÄ NA POPIS VŠETKÝCH OCHORENÍ, KTORÉ ALKOHOL A DROGY SPÔSOBUJÚ. IDE O OCHORENIA MOZGU, PEČENE, VNÚTORNÝCH ORGÁNOV, SRDCA A NERVOVÉHO SYSTÉMU. ZNAČNÁ ČASŤ PREDNÁŠKY JE VENOVANÁ HEPATITÍDE C, JEJ PRÍČINÁM A LIEČBE. POPÍSANÉ SÚ TIEŽ DUŠEVNÉ OCHORENIA, KTORÉ MÔŽU BYŤ VYVOLANÉ ALKOHOLOM A DROGAMI.

2. NIKOTÍN A FAJČENIE

TÉMA SA VENUJE ZVÝŠENIU INFORMOVANOSTI O NEGATÍVNOH VPLYVE TABAKU A UŽÍVANIA TABAKOVÝCH VÝROBKOV NA ZDRAVIE A O RIZIKÁCH VZNIKU RÔZNYCH ZÁVAŽNÝCH OCHORENÍ.

ČASŤ PREDNÁŠKY JE VENOVANÁ PRÍČINÁM A MECHANIZMU VZNIKU ZÁVISLOSTI NA NIKOTÍNE, PODROBNEJŠIE PRESKÚMAVA ZLOŽENIE TABAKOVÝCH VÝROBKOV A POROVNÁVA DOSTUPNÉ TABAKOVÉ VÝROBKY NA TRHU. PREZENTUJE METÓDY A SPÔSOBY AKO SA NESTAŤ UŽÍVATEĽOM TABAKOVÝCH VÝROBKOV (PREVENCIA), PRÍPADNE AKO ZABRÁNIŤ POKRAČOVANIU V UŽÍVANÍ. V SÚVISLOSTI S UŽÍVANÍM TABAKU TÉMA HOVORÍ AJ O RIZIKÁCH VZNIKU ZÁVISLOSTÍ NA INÉ PSYCHOAKTÍVNE LÁTKY A VENUJE SA AJ ENVIRONMENTÁLNYM DOPADOM.

3. PRÍČINY ZAČIATKU UŽÍVANIA NÁVYKOVÝCH LÁTKOK U DETÍ A MLÁDEŽE

TÉMA JE ZAMERANÁ NA PROBLEMATIKU RIZIKOVÝCH FAKTOROV, KTORÉ STOJA ZA ROZVOJOM ZÁVISLOSTI PODĽA SÚČASNÝCH ODBORNÝCH POZNATKOV. DÔRAZ SA V TEJTO TÉME KLADIE NAJMÄ NA PSYCHOSOCIÁLNE FAKTORY, S KTORÝMI MAJÚ AUTORI AJ DLHOROČNÉ PRAKTICKÉ SKÚSENOSTI.

Témy prednášok 2024/25

4. NELÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI

TÉMA JE ZAMERANÁ NA OBLASŤ NELATKOVÝCH ZÁVISLOSTÍ S DÔRAZOM NA NAJZNÁMEJŠIE A ZATIAĽ NAJVIAC PRESKÚMANÉ PATOLOGICKÉ HRÁČSTVO A JEHO RÔZNE FORMY, AKO JE TIPOVANIE ŠPORTOVÝCH ZÁPASOV A ONLINE HAZARD. TÉMA HOVORÍ O NEGATÍVNYCH DOPADOCH TEJTO ZÁVISLOSTI NA JEDINCA A CELÚ RODINU, ALE AJ O MOŽNOSTIACH LIEČBY.

5. NOVODOBÉ NELÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI

MEDZI NOVODOBÉ NELÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI SA ZARAĎUJÚ VŠETKY BEHAVIORÁLNE ZÁVISLOSTI, TZV. ZÁVISLOSTI NA PROCESOX. MEDZI TIE NAJZNÁMEJŠIE, O KTORÝCH SA V ODBORNEJ VEREJNOSTI STÁLE VIAC HOVORÍ, PATRÍ ZÁVISLOSŤ OD INTERNETU. TÁ ZAHŔŇA RÔZNU ŠKÁLU AKTIVÍT, KTORÉ MAJÚ RÔZNY „NÁVYKOVÝ“ POTENCIÁL. IDE NAJMÄ O HRANIE ONLINE HIER, SLEDOVANIE FILMOV A SERIÁLOV, SOCIÁLNE SIETE, SLEDOVANIE PORNOGRAFIE, ALE AJ NAKUPOVANIE. TÉMA HOVORÍ O MOŽNÝCH KRITÉRIÁCH TÝCHTO ZATIAĽ NEOFICIÁLNYCH ZÁVISLOSTI, ICH NEGATÍVNYCH DOPADOCH NA ŽIVOT JEDINCA A DÁVA ODPORÚČANIA, AKO TÝMTO ZÁVISLOSTIAM NEPREPADNÚŤ.

6. RELAXAČNÉ TECHNIKY

TÉMA JE ZAMERANÁ NA ZÁKLADNÉ INFORMÁCIE O STRESE A JEHO DOPADOCH, PONÚKA PRAKTICKÉ UKÁŽKY JEDNOTLIVÝCH RELAXAČNÝCH TECHNÍK SO ZAMERANÍM NA ZÁŽITOK UVOĽNENIA S VYUŽITÍM SPRÁVNEHO DÝCHANIA A IMAGINAČNÝCH TECHNÍK.

Témy prednášok 2024/25



7. DOLIEČOVACÍ PROCES ZÁVISLÝCH

ZÁVISLOSŤ JE OCHORENIE, KTORÉ SI VYŽADUJE DLHODOBÉ DOLIEČOVANIE. TÉMA SA ZAMERIAVA NA VYSVETLENIE VÝZNAMU DOLIEČOVANIA, NA RÔZNE FORMY DOLIEČOVANIA A MÁ ZA CIEĽ MOTIVOVAŤ PACIENTOV AKO AJ ICH RODINNÝCH PRÍSLUŠNÍKOV ZAPOJIŤ SA DO NIEKTorej Z DOLIEČOVACÍCH AKTIVÍT.

8. RODINNÁ TERAPIA A SPOLUZÁVISLOSŤ

TÉMA PREDNÁŠKY JE ZAMERANÁ NAJMÄ NA SPOLUZÁVISLOSŤ, TEDA NA TAKÉ SPRÁVANIE A PREŽÍVANIE, KTORÉ SA ZVÄČŠA OBJAVUJE U ĽUDÍ, KTORÍ MAJÚ V RODINE, ALEBO BLÍZKOM OKOLÍ ZÁVISLEHO ČLOVEKA. POSKYTUJE INFORMÁCIE O TOM, ČO JE TO SPOLUZÁVISLOSŤ, AKO SA PREJAVUJE A TIEŽ OBJASŇUJE, PREČO JE PRI LIEČBE ZÁVISLOSTÍ POTREBNÁ NIE LEN TERAPIA PRE ZÁVISLEHO ČLOVEKA, ALE AJ PRE JEHO RODINU.

9. OŠETROVATEĽSKÁ, EDUKAČNÁ A PSYCHOTERAPEUTICKÁ STAROSTLIVOSŤ O PACIENTOV SO ZÁVISLOSŤOU V OLÚP, N. O., PREDNÁ HORA

TÉMA JE ZAMERANÁ NA OŠETROVATEĽSKÚ, EDUKAČNÚ A PODPORNO-PSYCHOTERAPEUTICKÚ STAROSTLIVOSŤ V PROCESSE LIEČBY ZÁVISLOSTÍ. POPIŠUJE ČINNOSTI SESTRY/PRAKTICKEJ SESTRY SO ZAMERANÍM NA PROCES STABILIZÁCIE, ADAPTÁCIE, MOTIVÁCIE, DIAGNOSTIKY A DIFERENCOVANEJ STAROSTLIVOSTI Z POHĽADU OŠETROVATEĽSTVA.

Témy prednášok 2024/25



10. ŠPORT A PREVENCIA ZÁVISLOSTI “TERAPIA ŽIVOTNÝM ŠTÝLOM”

“HACK YOUR LIMITS” ODOMKNITE SKUTOČNÝ POTENCIÁL SVOJHO TELA. HLAVNÝM OBSAHOV PREDNÁŠKY JE HOLISTICKÝ “KOMPLEXNÝ” PRÍSTUP K ŽIVOTU A SEBE SAMÉMU. ŽIJEME V DOBE ENORMNÉHO PSYCHICKÉHO TLAKU. POD VPLYVOM TOHO TLAKU TISÍCKY ĽUDÍ PREPADÁVA NOVODOBÝM EPIDÉMIÁM (SYNDRÓM VYHORENIA, ÚZKOSTI, DEPRESIE, ALKOHOLIZMUS, UŽÍVANIE DROG, METABOLICKÉ OCHORENIA, OBEZITA, SRDCOVO-CIEVNE OCHORENIA). NAMIESTO ÚVAH O TOM, AKO LIEKY OVPLYVŇUJÚ NÁŠ ŽIVOT A NÁLADU SI UKÁŽEME, AKO ZMENY V ŽIVOTNOM ŠTÝLE A PRÍRODNÁ INTERVENCIA MÔŽU BYŤ ISTÝM DRUHOV EFEKTÍVNEJ MEDIKÁCIE A TERAPIE. STAŇTE SA SKUTOČNÝMI TVORCAMI SVOJHO ŽIVOTA.

11. ZÁVISLOSŤ AKO DÔSLEDOK SYNDRÓMU VYHORENIA

ROZVOJ ZÁVISLOSTI MÔŽE BYŤ AJ JEDNÝM Z VÁŽNYCH DÔSLEDKOV DLHODOBO NERIEŠENÉHO SYNDRÓMU VYHORENIA. SYNDRÓM VYHORENIA JE NEPRÍJEMNÝ STAV TELESNÉHO A EMOČNÉHO VYČERPANIA, V KTOROM VEĽA ĽUDÍ SIAHA PO NÁVYKOVÝCH LÁTKACH, KTORÉ SPÔSOBUJÚ KRÁTKODOBÉ UVOĽNENIE. Z DLHODOBÉHO HĽADISKA VŠAK MÔŽE SPUSTIŤ OCHORENIE, ĎALEKO VÁŽNEJŠIE AKO SYNDRÓM VYHORENIA, A TO JE ZÁVISLOSŤ.

12. DEPRESIA U ADOLESCENTOV V DÔSLEDKU ZÁVISLOSTI

DEPRESIA JE JEDNÝM Z NAJČASTEJŠÍCH A NAJVÁŽNEJŠÍCH DUŠEVNÝCH OCHORENÍ. ČASTO JE ZAMIENANÁ ZA KRÁTKODOBÚ ZHORŠENÚ NÁLADU SPOJENÚ SO SMÚTKOM, ČI NEZÁUJOMOM. ROVNAKO JE VŠAK ČASTÝM DÔSLEDKOM UŽÍVANIA NÁVYKOVÝCH LÁTKOK. TÉMA HOVORÍ O PRÍZNAKOKH KLINICKEJ DEPRESIE, ROZLIŠUJE ZÁVAŽNÝ DEPRESÍVNY STAV OD SPOMÍNANEJ ZLEJ NÁLADY A PONÚKA ODPORÚČANIA, AKO PREDCHÁDZAŤ ROZVOJU DEPRESIE.