



Špičková
pobytová
klinika &
ambulance



Léčba
závislostí
a péče
o duševní
zdraví



Institut **Origanum** 

- Multidisciplinární tým s více než 200 lety zkušeností
- 100% diskrétnost
- Nejvyšší standard péče: medicínská, psychoterapeutická, psychosomatická a environmentální
- Jednolůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením
- Výjimečné léčebné prostředí v přírodě, hodinu od Prahy
- Efektivní léčba s přístupem k člověku jako celistvé bytosti – tělo, mysl, duše, spiritualita
- Neodsuzující, partnerský přístup

Ambulance: Jindřišská 24, Praha 1

Tel. 601 543 465 Po – pá od 9:00 – 18:00

Email: info@institutoriganum.cz

ZMĚNA

Změna je to, po čem klient v krizi a jeho nejbližší okolí nejčastěji touží. **Změna je podstatou léčby**, tedy psychoterapeutického procesu. **Nositelem změny je vztah**. Institut Origanum přistupuje s úctou a pokorou k individualitě každého člověka a vše je nastaveno na intenzivní terapeutický vztah v celém rámci, tedy ve smyslu kontinuity, bezpečí, podpory, porozumění i hranic.

Jádrem změny je hluboké sebepoznání, získání korektivní zkušenosti v emoční oblasti i v oblasti uvažování, vybudování si vlastního náhledu a přijetí plné odpovědnosti jakožto základu pro jiné, možná svobodnější rozhodování.

Jak může probíhat změna u nás? Nemyslíme si, že by snad existovalo univerzální řešení a že by k plné úzdavě stačil pouze vhléd do problému, odstranění symptomu (závislostního chování) či pouze nácvik tzv. nerizikové chování.

S ČÍM VÁM NA CESTĚ KE ZMĚNĚ A CELKOVÉ ÚZDRAVĚ POMŮŽEME A CO U NÁS PROŽIJETE

V celém Institutu Origanum vás bude provázet vysoce odborný a multidisciplinární tým sehraný tak, jak to v různé fázi terapeutického kontinua potřebujete. Tento tým s mnohaletými zkušenostmi z předních adiktologických pracovišť vám bude k dispozici celý den i noc. Velká část terapeutického týmu je v rámci svého zaměření psychodynamicky orientovaná, čili kromě velkého zřetele na adaptivní změnu budete v terapii pracovat i se svými nevědomými obsahy v mysli (ať už kupříkladu prostřednictvím práce se sny, identifikace obranných mechanismů nebo při arteterapeutické tvorbě a její následné interpretaci). Obtíže, se kterými do terapie přicházíte vnímáme také v širším interpersonálním kontextu, v čemž vás může velice dobře obohatit intenzivní skupinová psychoterapie.

Kromě vzdělání psychoterapeutického je důležité zmínit i vzdělání klinické (psychologové, psychiatři, adiktologové) či sociologické, které členové týmu mají. V tomto ohledu se pak prolíná hlubinná terapeutická práce s odbornou diagnostikou, emočním ošetření raných či traumatických zranění, psychiatrickým ošetřením s případnou optimalizací medikace a důkladnou adiktologickou strategií prevence relapsu a získání důvěry ve spokojený život bez návykového chování. Mimo sledování nejnovějších trendů na poli psychoterapie a adiktologie chápeme ale charakter problémů i úzdavy ještě v mnohem širších souvislostech. Věříme, že k celkové úzdavě nestačí pouze „odstranit návykovou látku ze života“ a udělat si pořádek ve vztazích a vlastním prožívání. Je dobré propojit své mentální zdraví i s tělesnou pohodou a osvojit si zdravé rituály v pravidelné a vyvážené stravě a pohybu, naučit se uzemnit v relaxaci a meditaci, nebo si vytrýbit svou všímavost a regulaci emocí za pomoci technik Mindfulness či aromaterapie. V tomto všem vám také pomohou vyškolení členové personálu.

Široký záběr léčebného působení během pobytu zahrnuje

Medicínská oblast	Psychoterapeutická oblast	Psychosomatická oblast	Enviromentální enrichment*
Odborná <u>detoxifikace</u>	Adiktologická diagnostika	Relaxace a meditace	Klinika hodinu od Prahy uprostřed klidné přírody
Zvládání akutních odvykacích stavů	Adiktologický léčebný plán	Zdravý vztah k výživě	Jednolůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením
Pravidelné konzultace s psychiatrem	Individuální psychoterapie	ILF EEG biofeedback	3 000 m2 areál zahrad & rekonstruovaný statek s pěti budovami, designové interiéry
Možnost farmakoterapie	Skupinová psychoterapie	Mindfulness	Sauna, solná jeskyně
Konzilia psychiatra, farmakologa a týmu adiktologů, terapeutů	Expresivní terapie	Art terapie	Fitness room - ping pong, rotopedy, běžící pásy a mnoho dalšího vybavení
Spolupráce se specializovanými odděleními nemocnic	Prevence relapsu	Psychosomatické poradenství	Art terapie
Speciální infuzní terapie (není-li kontraindikace)	Zpracování odchodového plánu a plánu následné péče	Fyzioterapeutické poradenství	Meditační místnost
Dostupnost zdravotní sestry - 30 let zkušeností např. na JIP	Rodinné poradenství	Aromaterapie	Mnoho zákoutí a sezení v zahradě
Krevní screening	Párové poradenství	Rekondiční masáže a doporučení pro vlastní relaxaci - klasická masáž, Dornova metoda PLUS, Breussova masáž, kinesiotaing, metoda Mackenzie	Vyvážená celodenní strava připravená našim kuchařem přímo v místě kliniky

Doba pobytu

Důležitou komoditou v celém procesu úzdravy je čas. Nevěříme na rychlá řešení, koneckonců téměř vše životě co nám slibuje rychlý efekt a zázraky na počkání má většinou návykový, tedy rizikový potenciál.

Jak je tedy možné, že je u nás možné dosáhnout kvalitní změny za poměrně krátký čas?

Kromě respektu k často omezeným časovým možnostem klienta se s přihlédnutím k současným trendům v psychoterapeutické léčbě i my odkládáme od dlouhodobého zapojení se do života klienta ve smyslu soustavné kontroly. Ustupujeme tedy od mýtu, že změna je možná pouze

v průběhu samotné léčby. Hovoříme o krátkodobém úseku působení na klienta v kontextu jeho celoživotního příběhu. Bylo by naivní myslet si, že jakákoliv vyřešená konfliktní životní situace je vyřešena jednou provždy. Věříme ale v sílu nastartování změny a tedy i uzdravného potenciálu každého člověka, důvěru v jeho schopnosti v jeho reálném životě s pravidelným a klidně dlouhodobým prohlubováním a zhodnocováním v léčbě následně.

Charakteristika efektivity krátkodobé terapie:

- Rychlé odhadnutí ohniska – aktuálně přístupný problém klienta
- Ohraničené cíle (souvisí s ohniskem, vysoká strukturovanost)
- Důraz na pracovní alianci, terapeutický vztah a kontrakt
- Náš optimismus (důvěra a naše zkušenost, že krátkodobou terapií lze dosáhnout udržitelných změn)

Změnit se a přitom zůstat sám sebou...

Délka pobytu	Charakteristika/Povaha pobytu	Výtěžek/profit z pobytu
<p>2 týdny</p> <p>Cena:</p> <p>125 260 Kč</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zastavení se - Privátní a bezpečná detoxifikace s přítomností zdravotnického personálu pokud je potřeba - Setkání se sebou (i prostřednictvím druhých) - Orientace v problému - Nastartování změny 	<ul style="list-style-type: none"> - Faktické očistění se od návykového způsobu života - Psychické uzemnění - Motivace pro další možnosti péče o duši
<p>4 týdny</p> <p>Cena:</p> <p>195 440Kč</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prohlubování - Vlastní proces změny - Porozumění svým obtížím v souvislosti životního příběhu i v kontextu vztahů - Identifikace rizikových i ochranných faktorů do budoucna 	<ul style="list-style-type: none"> - Hlubší prozkoumání kořenů obtíží - Pochopení souvislostí minulých události s tím co se děje v současnosti - Důkladná příprava na život venku v rovině emoční i v rovině strategické prevence relapsu
<p>6 týdnů</p> <p>Cena:</p> <p>275 540 Kč</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ucelený terapeutický proces - Cesta k trvalé změně - Velkorysejší prostor pro sebepoznání - Intenzivní příprava na změnu životního stylu s využitím více možností terapie, procedur i technik 	<ul style="list-style-type: none"> - Nabývání na větší jistotě a důvěře v sebe sama - Větší vybavenost pro zvládání potenciálních krizí, precizní plánování - Dostatečné porozumění svému myšlení, chování i prožívání