

Egy lehetséges döntési helyzetet mutat be a következő táblázat, amit a kliens (vagy a klienssel együtt a konzultáns is) kitölthet:

Döntési egyensúly			
Folytatni az ivást mint eddig		Változtatni az iváson	
Előny	Hátrány	Előny	Hátrány
ellazít	elveszíthetem a házasságom	boldogabb házasság	mit szólnak a barátaim
feldob	rossz példa a gyerekeknek		

(Miller és Rollnick, 1991, 42 o. ca)

Döntési helyzet

Folytatni a drogozást, mint eddig		Leállni a drogozással	
Előny	Hátrány	Előny	Hátrány
• ellazít • feldob	• veszekedések a családban • iskolai problémák	• továbbtanulás • hétközben jobb lesz a közérzetem	• mit szólnak a barátaim? • hogyan tudok lányokkal ismerkedni?

A kliens életének területei

Intervenció

család és kapcsolatok	családterápia, családtagok segítése, nevelési készségek fejlesztése, segítség a gyermekgondozásban, gyerekre vigyázásban, családon belüli erőszak esetén beavatkozni
foglalkozás	munkahelyszerzés, munkahelyi első interjúra felkészítés, készségfejlesztés, segélyek (pl. a kriminalitás kiváltására), átképzés támogatása
jogi ügyek	jogsegély
lakhatás	átmeneti elhelyezés, lakáskeresés
pszichológiai állapot	pszichológiai problémák (szorongás, depresszió, pszichés trauma stb.) kezelése
fizikális állapot	orvosi ellátás, kivizsgálások, detoxikálás, táplálkozási tanácsadás, fogászati ellátás, testnevelés, terhes nők ellátása
szociális tevékenység	kommunikációs készségfejlesztés, asszertivitás tréning, szociális támogató rendszerek (pl. öngyógyító csoport)

2. Célkitűzés

Rendkívül fontos, hogy a célok elérhetőek legyenek! Olyan kis lépésekre kell lebontani őket, hogy teljesítésük láthatóvá váljon a kliens és a kezelő számára egyaránt.

A célok meghatározásában a következő táblázat kitöltése is segítségre lehet:

1. Azok a változások, amelyeket meg akarok tenni:
2. A legfontosabb okok, amelyek miatt a változásokat meg kell tennem:
3. Milyen lépéseket kell terveznem a változásokhoz:
4. Kik és hogyan tudnak segíteni a változásban: személyek: miben tudnak segíteni:
5. Miből tudom majd megállapítani, hogy a tervem működik?
6. Néhány dolog, amelyek akadályozhatják a tervem véghezvitelét:

Probléma leírás: *kémiai dependencia korai remisszióban,
relapszus prevenciós terv hiánya*

Bizonyíték: *DSM-IV. kritériumai*

Főcél: *relapszus prevenciós terv elkészítése*

Részcélok időpontja	Intervenció	Kezdés	Befejezés	Felelős
1. Absztinencia fenntartása	<i>Véletlenszerű vizeletvizsgálat Diszulfiram</i>			
2. Támogató rendszer kialakítása	<i>12 lépéses csoport hetente kétszer</i>			
3. Relapszusra figyelmeztető jelek és kockázati helyzetek azonosítása	<i>Relapszus prevenciós könyv és munkafüzet elolvasása, kitöltése</i>			
4. Közösségi bevonódás elősegítése	<i>Önkéntes munka</i>			