

Program edukacyjno – terapeutyczny dla Dorosłych Dzieci Alkoholików

Zajęcia te są formą pomocy osobom, które na skutek dorastania w rodzinie z problemem uzależnienia od alkoholu (przynajmniej jednego z rodziców) borykają się z licznymi problemami dotyczącymi przeżywania siebie, innych osób, specyficznego sposobu podejmowania decyzji.

Grupa przeznaczona jest dla osób dorosłych, które dorastały w rodzinie z problemem alkoholowym i są mieszkańcami Miasta Mińsk Mazowiecki. Grupa będzie miała charakter zamknięty.

Zajęcia prowadzi Pani Renata Niedziółka – certyfikowany instruktor terapii uzależnień (tel.: 506 127 177)

Cele grupy:

- identyfikacja uczuć dotyczących problemów z dzieciństwa;
- odreagowanie uczuć i traumatycznych doświadczeń;
- rozbrajanie stereotypów myślenia i rozpoznawanie destrukcyjnych zachowań mających źródło w dzieciństwie;
- praca nad budową własnego JA.

Forma pracy:

- wykłady i mikrowykłady;
- praca w grupie z zadaniami i informacjami zwrotnymi;
- praca z ankietą, prezentacja z informacjami zwrotnymi;
- dyskusja;
- burza mózgów.

Terminy spotkań: 10.IV.2021 r., 08.V.2021 r., 05.VI.2021 r., 03.VII.2021 r., 07.VIII.2021 r., 04.IX.2021 r., 02.X.2021 r., 06.XI.2021 r., 04.XII.2021 r.

SOBOTA: 9.00-17.00