

Grupa dalszego zdrowienia z elementami treningu konstruktywnych zachowań „Mój problem” – dla osób współzależnionych oraz doświadczających przemocy

Zajęcia są formą pomocy osobom współzależnionych oraz doświadczających przemocy, które są w zaawansowanej fazie zdrowienia i mają problemy w relacjach z otoczeniem, w środowisku pracy, nie radzą sobie ze stresem brakuje im umiejętności potrzebnych do rozwiązania różnych sytuacji życiowych.

Grupa przeznaczona jest dla osób współzależnionych, które ukończyły Podstawowy Program Terapii w zakresie współzależnienia oraz są mieszkańcami Miasta Mińsk Mazowiecki. Grupa będzie miała charakter zamknięty.

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

Podstawowym zadaniem grupy jest zdiagnozowanie problemów osobistych i ich rozwiązanie. Celem grupy jest nabycie przez uczestników umiejętności poprawiających przystosowanie psychospołeczne, co w efekcie minimalizuje ryzyko powrotu do destrukcyjnych zachowań.

Forma pracy:

- Wykłady i mikrowykłady;
- Praca w grupie z zadaniami informacjami zwrotnymi;
- Praca z ankietą, prezentacja z informacjami zwrotnymi;
- Dyskusja;
- Burza mózgów;
- Praca w podgrupach i prezentacja w dużej grupie;
- Treningi;

Terminy spotkań: 20-21.III.2021r., 24-25.IV.2021 r., 22-23.V.2021 r., 19-20.VI.2021 r., 17-18.VII.2021 r., 21-22.VIII.2021 r., 18-19.IX.2021 r., 16-17.X.2021 r., 20-21.XI.2021 r., 18-19.XII.2021 r.

SOBOTA: 9.00-17.00, NIEDZIELA: 9.00-16.00