

4. Grupa dalszego zdrowienia z elementami treningu konstruktywnych zachowań „Mój Problem” – dla osób współuzależnionych oraz doświadczających przemocy

Zajęcia są formą pomocy osobom współuzależnionych 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 współuzależnionych, które ukończyły Podstawowy Program Terapii w zakresie współuzależnienia oraz są mieszkańcami Miasta Mińsk Mazowiecki. Grupa będzie miała charakter zamknięty.

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.

Zajęcia prowadzi Pani mgr Renata Niedziółka – certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień.

ZAJĘCIA ODBYWAJĄ SIĘ:

18 i 19 stycznia
15 i 16 lutego
21 i 22 marca
18 i 19 kwietnia
16 i 17 maja
20 i 21 czerwca
18 i 19 lipca*
15 i 16 sierpnia*
19 i 20 września
17 i 18 października
21 i 22 listopada
19 i 20 grudnia 2020 roku

w sobotę 9.00 – 17.00 i w niedzielę 9.00 – 16.00

*wyjazd grupy do miejscowości Chrołowice nad Bugiem