

2. 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.

Cele programu:

- 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 informacjami zwrotnymi;
- praca z ankietą, prezentacja z informacjami zwrotnymi;
- dyskusja;
- burza mózgów;
- praca w podgrupach i prezentacja w dużej grupie.

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

ZAJĘCIA ODBYWAJĄ SIĘ:

4 stycznia
1 lutego
7 marca
4 kwietnia
2 maja
6 czerwca
4 lipca
1 sierpnia
5 września
3 października
7 listopada
5 grudnia 2020 roku

w sobotę 9.00 – 17.00