

Zajęcia psychoterapeutyczne

23 czerwca 2021

kategoria:

Aktualności



Zajęcia psychoterapeutyczne

Informujemy, że od wtorku 29 czerwca br. w czeladzkim Punkcie Informacyjno-Konsultacyjnym mieszczącym się przy ulicy Szpitalnej 5b, będą odbywać się bezpłatne zajęcia psychoterapeutyczne dla dorosłych dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, rekrutujących się ze środowisk dotkniętych różnymi formami nadużyć.

Celem psychoterapii grupowej jest:

- **osłabienie wpływu śladów doświadczeń z dzieciństwa w rodzinie dysfunkcyjnej, w tym między innymi:**
 - zmienianie przekonań na temat swojego dzieciństwa,
 - rozpoznanie doznanych krzywd i niezaspokojonych potrzeb,
 - odreagowanie dziecięcych traum,
- **zmiana stosunku do samego siebie:**
 - otwarcie się na nowe informacje o sobie,
 - zaakceptowanie siebie,
 - zmienianie destrukcyjnych przekonań dotyczących samego siebie
- **uporządkowanie obecnego życia:**
 - nauczenie się nowego, satysfakcjonującego kontaktowania się z ludźmi,
 - zwiększenie zdolności do tworzenia i funkcjonowania w trwałych bliskich związkach,
 - ustalenie nowych celów życiowych
- **odzyskiwanie zdrowia psychicznego:**
 - praca nad zaburzeniami lękowymi i lękowo depresyjnymi
 - praca nad zaburzeniami osobowości,
 - rozpoznawanie i przepracowanie destrukcyjnych schematów osobistych.

Zajęcia poprowadzi psychoterapeuta, dr n. s. Andrzej Mzyk.

Spotkania organizowane będą we wtorki w godzinach 18:00–21:00.

Więcej informacji na temat Prowadzącego zajęcia znajduje się na stronie: <https://spotkanie.pl/>

Jednocześnie przypominamy o innych, odbywających się w PIK-u konsultacjach:

Konsultacje w sprawach przemocy domowej

Poniedziałki od 16:00 do 19:00

Porady prawne

Środy od 15:00 do 19:00

Konsultacje dla osób uzależnionych od narkotyków i ich rodzin

Czwartki od 15:00 do 17:00

Konsultacje dla osób uzależnionych od alkoholu i ich rodzin

Piątki od 15:00 do 19:00

Zapisy do specjalistów odbywają się w godzinach ich dyżurowania pod numerem telefonu: 607-089-993.

Źródło: Wydział Edukacji i Polityki Społecznej