

# Wiadomości

Piątek, 19 marca 2021

## W Gminie Ochotnica Dolna ruszają konsultacje terapeutyczne, poradnictwo psychologiczne oraz poradnictwo dotyczące przeciwdziałania przemocy w rodzinie

Informujemy, że w Gminie Ochotnica Dolna został uruchomiony punkt konsultacyjny dla mieszkańców Ochotnicy i Tylmanowej. Punkt znajduje się w Tylmanowej w os. Kozielce (budynek dawnego ośrodka zdrowia). W punkcie dostępny jest specjalista od terapii uzależnień, psycholog oraz pedagog - specjalista pracy z rodziną z problemem przemocy. Szczegółowe informacje zamieszczamy poniżej.

**Bartosz Pozorski** instruktor terapii uzależnień oraz psychoterapeuta w trakcie certyfikacji. Poznał dogłębnie tematykę uzależnień od środków zmieniających świadomość (narkotyków, leków, alkoholu) oraz tematykę uzależnień behawioralnych w tym od hazardu, zakupów, gier komputerowych, internetu i innych. W czasach kiedy zostaliśmy zmuszeni do cyfryzacji naszego życia, problem z uzależnieniem od internetu, gier itp. staje się powszechny nie tylko wśród dorosłych, ale również wśród dzieci i młodzieży. Konsultacja u Pana Bartka umożliwi rozpoznanie problemu, pomoże on również wskazać drogę w jaki sposób sobie radzić z takim problemem, gdzie szukać pomocy, rozpoznać czy jest potrzeba terapii indywidualnej lub zaproponować terapię grupową. Zajmuje się również osobami współuzależnionymi oraz takimi, których bliskie osoby są lub mogą być uzależnione i z tego powodu są w kryzysie.

Terminy przyjęć psychoterapeuty:

22.03/ 29.03 - godz.14.00 - 16.00  
05.04/ 19.04 - godz.14.00 - 16.00  
10.05/ 31.05 - godz.14.00 - 16.00  
07.06/ 21.06 - godz.14.00 - 16.00  
05.07/ 19.07 - godz.14.00 - 16.00  
09.08/ 23.08 - godz.14.00 - 16.00  
06.09/ 20.09 - godz.14.00 - 16.00  
04.10/ 18.10 - godz.14.00 - 16.00  
15.11/ 29.11 - godz.14.00 - 16.00

W punkcie dostępne będzie także wsparcie/poradnictwo psychologiczne prowadzone przez **Urszulę Jasiurkowską-Radłowską**.

Zapraszamy na spotkania konsultacyjne z psychologiem osoby borykające się z/ze:

- trudnościami komunikacyjnymi w związkach lub w rodzinie,
- poczuciem pustki i braku sensu w życiu,
- trudnościami wychowawczymi oraz emocjonalnymi u dzieci,
- trudnościami w nawiązywaniu relacji,
- potrzebą wsparcia rodziny dziecka z niepełnosprawnością,
- potrzebą „wygadania się” oraz bycia wysłuchanym,
- stresem spowodowanym nagłą lub przewlekłą sytuacją kryzysową

Terminy przyjęć psychologa:

22.03 (poniedziałek) - 15.00-18.00

25.03 (czwartek) - 16.15-19.15

29.03 (poniedziałek) - 15.00-18.00

**Beata Lutomska** - magister pedagogiki o specjalności pedagogika resocjalizacyjna, trener, mediator. Certyfikowany specjalista w zakresie pomocy ofiarom przemocy w rodzinie. Ukończyła studia podyplomowe z zakresu mediacji i negocjacji społecznych; zaawansowane, certyfikowane szkolenie z zakresu mediacji rodzinnych; Studium Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie; Studium Pomocy Ofiarom Przemocy w Rodzinie; specjalizacyjne szkolenie z zakresu pracy z rodziną w której wystąpił problem wykorzystywania seksualnego.

Przemoc jest jednym z głównych zjawisk destruktywnych w życiu człowieka. Dotyczy ona zarówno sfery życia w płaszczyźnie indywidualnej, jak i zbiorowej w tym rodzinnej. Rodzina jest szczególnym miejscem, w którym stosowanie przemocy ma szkodliwy wymiar zarówno dla środowiska rodzinnego, jak i każdego z jej członków, włącznie ze sprawcą. Stąd konieczne jest podejmowanie działań wspomagających proces ograniczania i docelowo likwidacji wszelkich form przemocy, które w rodzinie mogą lub pojawiają się.

## **Celem pracy jest:**

- zmotywowanie do zmiany w kierunku rozwiązywania problemu przemocy;
- wzmocnienie wewnętrznych więzi personalnych rodziny z uwzględnieniem specyfiki mechanizmów przemocy;
- wykorzystanie potencjału rodziny i poszczególnych jej członków dla rozwiązania problemu przemocy i zapobiegania wystąpienia jej w przyszłości;
- podniesienie poczucia własnej wartości poszczególnych członków rodziny;
- rozwój umiejętności zachowania asertywnego;
- podniesienie kompetencji ofiary w zakresie możliwych działań ratunkowych, np. opracowanie własnych strategii bezpieczeństwa, znajomość lokalnych zasobów pomocy.

**Spotkania po wcześniejszym umówieniu pod numerem telefonu: 509 872 597**