

Terapia par

*„Podstawową więzią, jest więź między małżonkami.
Bez niej rodzina rozpada się ...”*

Jan Paweł II

Nadmierne picie alkoholu, branie narkotyków, nadużywanie leków, hazard generują różnego rodzaju problemy rodzinne. Pojawiają się kryzysy, nasilają się trudności interpersonalne oraz spada poziom bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania. Pojawiają się straty w obrębie zdrowia fizycznego i psychicznego zarówno osoby uzależnionej, jak i poszczególnych członków rodziny. Nikt nie pozostaje obojętny względem trudności, jakie powstają w wyniku uzależnienia u członka rodziny.

W rodzinach, w których powtarzające się konflikty i awantury zagrażają ciągłości rodziny, dzieci mogą zacząć brać narkotyki, aby powstrzymać rodziców od wzajemnej walki. Nawet w przypadku ukończenia terapii przez uzależnione dziecko, nierozwiązane problemy małżeńskie, rodzinne, nie zmienione wzory stresogennych relacji między członkami mogą spowodować powrót dziecka do nałogu.

Celem terapii par jest zmiana funkcjonowania każdego z partnerów prowadząca do przebudowy relacji pomiędzy nimi i pogłębienia komunikacji. Terapia skierowana jest do par przeżywających trudności i konflikty, z jednoczesnym założeniem, że obojgu partnerom zależy na porozumieniu i polepszeniu relacji, dla par w kryzysie, ale także dla tych, którzy chcą lepiej poznać i zrozumieć siebie oraz swój związek.

Terapia umożliwia partnerom uświadomienie źródeł problemu i konstruktywną pracę nad znalezieniem odpowiedniego rozwiązania, poprawę jakości wzajemnych relacji, znalezienie porozumienia, wyjście z kryzysu. Służy pomocą w ujawnieniu niejasności, naświetla nowe możliwości, uczy słuchania, akceptowania różnic i sposobów skutecznego porozumiewania się. Partnerzy mają szansę na zmianę dysfunkcyjnych sposobów zachowania, prowadzących do konfliktów i impasu w związku.

Terapia par dając możliwość spotkania na neutralnym gruncie pomaga zrozumieć zachowanie partnera, wyrażania własnych uczuć i potrzeb oraz zrozumienia oczekiwań drugiej osoby, co przekłada się na zacieśnienie i ocieplenie relacji.