

Grupa DDA/DDD

*„Każdy powinien mieć kogoś, z kim mógłby szczerze pomówić,
bo choćby człowiek był nie wiadomo jak dzielny,
czasami czuje się bardzo samotny”*

Ernest Hemingway

Wielu rodziców zgłasza się do poradni Stowarzyszenia szukając pomocy dla swoich dzieci. Wielu z nich nie zdaje sobie sprawy, że to z jakiego domu rodzinnego pochodzą miało i ma wpływ na ich obecne funkcjonowanie, na to co czują, co myślą o sobie oraz na to, w jaki sposób traktują swoje dzieci, skąd bierze się ich nadopiekuńczość, nadkontrola i inne destrukcyjne zachowania. Nie wiedzą, że dając swoim dzieciom to, czego im zawsze brakowało, otaczając je miłością i spełniając każdą daną obietnicę, która jak się okazuje ma ogromny wpływ na ich przyszłe życie i na to, że sięgnęły po narkotyki.

To właśnie dla nich, osób dotkniętych syndromem DDA (Dorośle Dzieci Alkoholików) bądź DDD (Dorośle Dzieci Dysfunkcyjne) została stworzona grupa prowadzona w formie warsztatowej pod kierunkiem terapeutów. Podczas sesji uczestnicy dzielą się swoimi przeżyciami i problemami, mogą korzystać z rad od terapeuty i otrzymywać informacje zwrotne od innych uczestników.

Celem spotkań jest pomoc w wychodzeniu z ról społecznych ukształtowanych w dzieciństwie i w stopniowym koncentrowaniu się na terażniejszości, poprawa stosunków interpersonalnych i konfliktów interpersonalnych, radzenie sobie w różnych sytuacjach życiowych, otwarcie się na innych ludzi, doświadczanie satysfakcji z własnego życia. „Rozstanie się” z dzieciństwem, pozytywna zmiana stosunku do samego siebie (zmiana schematów destrukcyjnych, nieadaptacyjnych ról społecznych nabytych w dzieciństwie w związku z wieloletnim życiem w rodzinach dotkniętych patologią), rozwiązywanie obecnych problemów bez obciążenia ich uwarunkowaniami z przeszłości, poprawa relacji z innymi ludźmi, nauka dbania o własne potrzeby, praca nad konstruktywnymi zmianami deficytów powstałych w dzieciństwie we wszystkich obszarach życia, daje możliwość powrotu do równowagi. Wzięcie odpowiedzialności za swoje życie, a w szczególności nauczenie się przeżywania go z pozycji osoby dorosłej zamiast z pozycji zranionego dziecka pozwala odnaleźć siebie i rozpoczęcie „życia swoim życiem”, a nie swoich dzieci zniewolonych ich nadmierną troskliwością.