

Psycholog specjalista terapii uzależnień

Są sytuacje, w których przeżywane problemy i trudności osiągnęły takie rozmiary, że nie wystarczy już zwykła rozmowa czy ochrona przed krzywdą - kiedy codzienne życie staje się nieznośnym ciężarem. W takiej sytuacji konieczna jest interwencja terapeutyczna.

Każdy kto żył lub żyje w rodzinie, gdzie ktokolwiek lub on sam nadużywa alkoholu jest narażony na taki silny stres. Przeżywają go wszyscy członkowie rodziny - od małych dzieci po seniorów wszyscy oni potrzebują pomocy, by odzyskać równowagę psychiczną, a często także utracone zdrowie fizyczne. Wszyscy w takiej sytuacji zachowują się podobnie - uciekają w iluzje i zaprzeczenia, robią coś mimo, że nie chcą, mają małe poczucie własnej wartości. Żyją w izolacji od ludzi i boją się ich, czują się samotni odczuwają brak poczucia przynależności do jakiegokolwiek grupy.

- Jeśli i TY nie umiesz cieszyć się własnym życiem, nie widzisz sukcesów, stawiasz sobie wysokie wymagania, których nigdy właściwie nie udaje Ci się sprostać.

- Jeśli boisz się krytyki, a każda krytyczną uwagę odbierasz jako osobisty atak i zagrożenie.

- Jeśli masz trudności w bliskich związkach, często mylisz litość z miłością i uważasz, że musisz kochać tych, którzy cię ranią.

- Jeżeli czujesz się winny ilekroć upominasz się o własne potrzeby i często tylko ustępujesz innym, łatwiej Ci troszczyć się o innych niż o siebie, a w ten sposób często tracisz odpowiedzialność za siebie.

- Jeśli boisz się cudzego gniewu i awantur, chcesz "chodzić na paluszkach", byle tylko zachować spokój, jednocześnie ciągle czekając aż coś się stanie przeczuwając kolejną katastrofę.

- Jeżeli nie umiesz okazywać tego, co czujesz. Uczucia dobre i złe ukrywasz tak głęboko, że przestajesz mieć do nich dostęp, zakładasz maskę wiecznego uśmiechu powtarzając "czuję się doskonale, wszystko jest w porządku".

- Jeżeli czujesz, że w twoim życiu tak się właśnie dzieje, nadużywasz alkoholu, albo znajdujesz uzależnionych partnerów, albo jedno i drugie, a jeśli nie to wybrałeś sobie kogoś o osobowości uzależnionej, kto obsesyjnie wyżywa się w pracy, w grach hazardowych, w jedzeniu. **TO MOŻESZ PRZYJŚĆ DO NAS!**

Pomożemy Ci odzyskać zdolność do życia opartego na miłości, wolności i radości. Nie musisz już więcej reagować tylko na to co robią inni, uzależniać się od nich. Pomożemy Ci poczuć się bezpiecznie bez porzucenia i perspektywy osamotnienia, które jest straszne i bolesne. Bolesne stany emocjonalne, depresję, uzależnienia czy natrętne myśli to lustro, które odzwierciedla sytuacje osobistą, rodzinną i społeczną.

Pomożemy Ci utrzymać nadzieję i podjąć wysiłek, aby to zmienić.

Pomożemy Ci znaleźć ludzi i instytucje, których kompetencje, odpowiedzialność są potwierdzone we wcześniejszych pozytywnych działaniach.

Zdobądź się na trud przełamania oporu i przyjdź do nas. Czekamy na Ciebie!

[Dyżury i godziny przyjęć.](#)