

FAMILY CONNECTIONS™ bezpłatny program dla rodzin

Oparty na terapii dialektyczno-behawioralnej program wsparcia i rozwijania umiejętności dla bliskich i członków rodzin osób zmagających się z problemami psychicznymi

O PROGRAMIE

12-tygodniowy **bezpłatny** program skierowany do bliskich i rodzin osób z problemami regulacji emocji, a zwłaszcza zaburzeniem osobowości z pogranicza (borderline, BPD). FC™ zapewnia rzetelne informacje, uczy umiejętności radzenia sobie i umożliwia stworzenie sieci wsparcia.

Dotychczasowe badania naukowe nad skutecznością programu Family Connections™ pokazują, że udział w programie pomaga członkom rodziny w:

- zmniejszenie cierpienia,
- zmniejszenie odczuwanego obciążenia,
- zmniejszeniu poczucia nieszczęścia i depresji
- zwiększeniu poczucia kompetencji i umiejętności radzenia sobie.

Program został stworzony Stanach Zjednoczonych przez specjalistów z NEABPD zakresie terapii zaburzenia osobowości z pogranicza, dr Alana E. Fruzzetti oraz dr Perry D. Hoffman, przy współudziale zespołu klinicystów, członków rodzin i osób korzystających z terapii. Aktualnie jest rozwijany w 20 krajach na całym świecie, także w Polsce i oferowany jest bezpłatnie.

W Polsce zajęcia Family Connections™ prowadzone są TYLKO przez specjalistów przeszkolonych przez NEABPD.

P.T.D.B.T
POLSKIE TOWARZYSTWO TERAPII
DIALEKTYCZNO BEHAWIORALNEJ



CZY TEN PROGRAM JEST DLA MNIE?

- Jestem osobą pełnoletnią.
- Jestem członkiem rodziny, partnerem, opiekunem lub przyjacielem osoby zmagającej się z problemami w regulowaniu swoich emocji, zwłaszcza zaburzeniem osobowości z pogranicza.
- Chcę poprawić swoje relacje.
- Chcę zrozumieć jak moje zachowanie wpływa na moje relacje.
- Zgadzam się wypróbować nowe umiejętności, nawet jeśli na początku może to wydawać się trudne/niewygodne.
- Zobowiązuję się uczestniczyć we wszystkich zajęciach.
- Zgadzam się w pełni uczestniczyć w zajęciach a także ćwiczyć to, czego się tam nauczę.
- Chcę zdobyć wiedzę i umiejętności, które pomogą mi stworzyć lepsze życie.

JAK SIĘ ZAPISAĆ?

Wejdź na stronę ptdbt.pl/zapisy

i wyraż zainteresowanie udziałem w treningu.

Za jakiś czas otrzymasz od nas wiadomość o uruchamianych grupach. Zanim się zapiszesz zapoznaj się ze szczegółami na ptdbt.pl/dlarodzin

OPINIE UCZESTNIKÓW

- *Gdy przyszło mi zmierzyć się z diagnozą BPD u mojego dziecka, Family Connections™ dało mi nadzieję, gdy czułem brak nadziei, zrozumienie, gdy czułem się nie rozumiany oraz kierunek, gdy czułem się zagubiony.*
- *To, co zyskałem dzięki Family Connections™ i dzięki ćwiczeniu umiejętności, jest nie do zastąpienia dla naszej rodziny.*
- *Ten kurs odmienił moje życie i pozwolił zdobyć praktyczne umiejętności, które pomogły mojej rodzinie komunikować się lepiej niż kiedykolwiek.*
- *Promień nadziei dla naszej rodziny w głębokim morzu nieskończonej desperacji i bólu.*

Uczestników programu i sympatyków działań PTDBT zachęcamy do przekazywania darowizn, które umożliwią dalsze rozwijanie programu FC™ dla rodzin w Polsce.

Partnerem NEABPD i koordynatorem programu Family Connections™ w Polsce jest Polskie Towarzystwo Terapii Dialektyczno-Behawioralnej z siedzibą w Gdańsku 80-288, ul. Politechniczna 9/7, www.ptdbt.pl, kontakt: info@ptdbt.pl

FAMILY CONNECTIONS™ bezpłatny program dla rodzin

Oparty na terapii dialektyczno-behawioralnej program wsparcia i rozwijania umiejętności dla bliskich i członków rodzin osób zmagających się z problemami psychicznymi

Do udziału zapraszamy wszystkich, których bliska osoba zмага się z problemami zdrowia psychicznego, stosowaniem substancji, samuszkodzeniami, kryzysami emocjonalnymi.

Kryteria udziału:

- Bez skierowania.
- Bez zaświadczenia o diagnozie.
- Bez względu na relację do osoby zmagającej się z problemami (członek rodziny, przyjaciel, partner, etc.)
- Wiek 18+.

FAMILY CONNECTIONS™

Przywracamy nadzieję, uczymy umiejętności!

www.ptdbt.pl/dlarodzin

P·T·D·B·T
POLSKIE TOWARZYSTWO TERAPII
DIALEKTYCZNO BEHAWIORALNEJ



Partnerem NEABPD i koordynatorem programu Family Connections™ w Polsce jest Polskie Towarzystwo Terapii Dialektyczno-Behawioralnej z siedzibą w Gdańsku 80-288, ul. Politechniczna 9/7, www.ptdbt.pl, kontakt: info@ptdbt.pl