

Grupy terapeutyczne w PZP

Bezpłatnie w ramach umowy NFZ, NA WSZYSTKIE GRUPY W PZP WYMAGANE
JEST SKIEROWANIE

Grupy w PZP	DZIEŃ I GODZINA	DLA KOGO?
Grupa wsparcia dla osób chorujących na schizofrenię	Poniedziałek Godz. 14:00	<i>Do grupy wsparcia mogą dołączyć osoby w każdym momencie z DGN F20.0 – SCHIZOFRENIA PARANOIDALNA i inne psychozy, ze skierowaniem od psychiatry lub lekarza rodzinnego, grupa ma charakter otwarty, czas trwania grupy jest nieokreślony; metoda "rundki" - każdy ma czas na swobodną wypowiedź, spotkania raz w tygodniu. Osoba prowadząca - Izabela Kubala-Knicz</i>
Grupa terapeutyczna „Młode Matki”	Wtorek Godz. 15:00	<i>Wszystkie Matki nowonarodzonych dzieci, które doświadczają trudów, macierzyństwa, smutku, przygnębienia, objawów depresji i lęku. Grupa terapeutyczna - otwartą, wspierającą. Podczas zajęć przewidziane jest również spotkanie z położną środowiskową. Spotkania z dziećmi lub bez, będą się odbywać jeden raz w tygodniu. Osoby prowadzące – Milena Howis-Krzyształa, Maria Duda</i>
Grupa wsparcia dla rodziców	Wtorek Godz. 17:30	<i>Grupa wsparcia dla rodziców ma łączyć rodziców przeżywających podobne problemy, którzy potrzebują (poszukują) pomocy. Tworzy przestrzeń dla rozmów i wymiany doświadczeń. Wśród ważnych celów działania grupy jest otrzymanie emocjonalnego wsparcia i pomocy w radzeniu sobie z przeżywanymi trudnościami Jest grupą zamkniętą liczącą od 8 do 12 osób. Spotkania cykliczne - raz w tygodniu, w stałym miejscu. Czas trwania: 8 spotkań Osoba prowadząca – Karolina Musioł</i>
Grupa terapeutyczna „Psychoterapia zaburzeń osobowości”	Środa i Piątek Godz. 18:00	<i>Dla pacjentów którzy chcą podjąć pracę terapeutyczną opartą o wgląd, refleksję, otwartość na korektywne doświadczenia emocjonalne pozwalające na rozumienie siebie i aktywację spójnych wewnętrznie i wielowymiarowych relacji z self i obiektem. Spotkania grupy terapeutycznej będą się odbywać dwa razy w tygodniu, grupa zamknięta. Osoby prowadzące – Anna Bzdak, Tomasz Krajewski</i>
Grupa terapeutyczna Widzę...Słyszę..Czuję... Trening uwżności	Środa Godz. 18:00	<i>Dla pacjentów z psychozą, schizofrenią, głęboką depresją, niepełnosprawność intelektualna. Grupa zamknięta, spotkania odbywają się raz w tygodniu. Osoba prowadząca – Katarzyna Liszka-Holeczek</i>

<p>Grupy terapeutyczna poznawczo-behawioralna dla osób z zaburzeniami lękowymi</p>	<p>Środa Godz. 16:00</p>	<p>Do grupy terapeutycznej mogą zgłaszać się osoby dorosłe, u których zdiagnozowano zaburzenia lękowe, grupa zamknięta, Liczba spotkań: 25 sesji, raz w tygodniu Osoba prowadząca – Dawid Tusiński</p>
<p>Grupy terapeutyczna behawioralno-poznawczej dla osób z zaburzeniami nastroju</p>	<p>Środa Godz. 18:00</p>	<p>Do grupy terapeutycznej mogą zgłaszać się osoby dorosłe, u których zdiagnozowano zaburzenia nastroju, grupa zamknięta, Liczba spotkań: 25 sesji, raz w tygodniu Osoba prowadząca – Dawid Tusiński</p>
<p>Grupa terapeutyczna „Młodzi Dorośli”</p>	<p>Środa Godz. 17:30</p>	<p>Grupa terapeutyczna “Młodzi dorośli” jest przeznaczona dla osób w przedziale wieku od 18 - do 23 la, związana z wchodzeniem w dorosłość, podejmowaniem nowych ról. Zamknięta, kontrakt na pół roku, spotkania 1x w tygodniu. Osoba prowadząca – Joanna Rychel</p>
<p>Grupy wsparcia dla osób oczekujących na terapię indywidualną oraz doświadczających kryzysów emocjonalnych</p>	<p>Czwartek Godz. 12:00</p>	<p>Grupy wsparcia dla osób oczekujących na terapię indywidualną oraz doświadczających kryzysów emocjonalnych. <i>Do grupy wsparcia mogą dołączyć osoby w każdym momencie, grupa ma charakter otwarty, zajęcia odbywają się raz w tygodniu.</i> Osoba prowadząca – Izabela Kubala-Knicz</p>
<p>Grupa wsparcia dla osób po oddziale dziennym psychiatrycznym</p>	<p>Czwartek Godz. 15:00</p>	<p>Pacjenci, którzy ukończyli terapię w Oddziale Dziennym Psychiatrycznym. Do grupy wsparcia mogą dołączyć osoby w każdym momencie, grupa ma charakter otwarty, zajęcia odbywają się raz w tygodniu. , <i>czas trwania grupy jest nieokreślony; metoda “rundki” - każdy ma czas na swobodną wypowiedź.</i> Osoba prowadząca – Izabela Kubala Knicz.</p>

Definicja grupy zamkniętej, otwartej i półotwartej

- ✓ **Grupa zamknięta** to grupa, która składa się z określonej liczby uczestników, którzy spotykają się regularnie na określony okres czasu. W przeciwieństwie do grup otwartych, do grup zamkniętych nie przyjmowane są nowe osoby po rozpoczęciu zajęć.
Grupy terapeutyczne zamknięte mogą być skuteczne w pracy terapeutycznej, ponieważ umożliwiają uczestnikom budowanie zaufania i intymności w grupie, a także umożliwiają bardziej skoncentrowane i dogłębne eksplorowanie problemów i emocji. Ponadto, uczestnicy grupy zamkniętej mogą poczuć większe bezpieczeństwo i komfort dzięki stabilności składu grupy.

- ✓ **Grupa otwarta** to taka grupa, gdzie uczestnictwo i udział w działaniach jest otwarte dla wszystkich zainteresowanych. Nie ma ograniczeń dotyczących liczby osób, które mogą dołączyć do grupy, ani dodatkowych warunków, które muszą spełnić. Celem grup otwartych jest stworzenie przestrzeni dla współpracy, wymiany pomysłów i doświadczeń oraz wspólnego rozwiązywania problemów. Działania grup otwartych często oparte są na zasadach równości, otwartości i partycypacji wszystkich uczestników.

- ✓ **Grupa półotwarta** to grupa, w której członkowie mogą wchodzić i wychodzić z niej swobodnie, ale jednocześnie obowiązuje pewne ustalenia dotyczące uczestnictwa w niej. Jest to forma grupy, która zachęca do otwartości i współpracy, ale jednocześnie ma pewne reguły i normy, które muszą być przestrzegane przez wszystkich uczestników. Dzięki temu grupa półotwarta może być bardziej efektywna i mniej podatna na konflikty niż grupy zupełnie otwarte lub zamkniętej.