

Pytania do dyskusji prowadzonej przez psychologa, pedagoga lub inną osobę
znającą problematykę rodzin alkoholowych dla dzieci, które widziały film
„Powrót do tamtych dni” Konrada Aksinowicza.

Cel – odreagowanie emocjonalne uczniów po filmie, podjęcie próby motywowania dzieci z rodzin
dysfunkcyjnych do szukania pomocy.

1. Jakie emocje towarzyszyły Wam podczas oglądania filmu?
2. Z jakimi emocjami zostaliście po filmie ?
3. Co było dla Was najtrudniejsze podczas oglądania filmu?
4. Z jaką refleksją teraz zostaliście?
5. Na czym polega dramat rodziny przedstawionej w filmie?
6. Jakie uczucia towarzyszyły bohaterom filmu?
7. Czy w tej rodzinie zaspakajane były potrzeby emocjonalne matki, syna, ojca?
8. Czego każdy z nich się bał?
9. Dlaczego nikt z tej rodziny nie sięgał po pomoc innych ludzi?
10. Dlaczego ludzie nie szukają pomocy?
11. Jaką rolę odgrywa wstyd w braku decyzji o szukaniu pomocy?
12. Czy bohaterowie filmu mieli nadzieję, a jeżeli tak to, na co?
13. Czy wiedzieli jak osiągnąć to, na co mieli nadzieję?
14. Kto w tej rodzinie Waszym zdaniem czuł się bezradny?
15. Co mogłyby zrobić Tomek, żeby wyjść z bezradności?
16. Czy ktoś mógłby mu pomóc?
17. Co by się musiało stać, żeby ten film miał inne zakończenie?
18. Co mógłby zrobić Tomek?
19. Kto mógłby mu pomóc?
20. Jak można chronić siebie kiedy mieszka się pod jednym dachem o osobą uzależnioną

Miejsca, gdzie młode osoby mogą szukać pomocy:

- Całodobowy Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12
- Świetlice opiekuńczo-wychowawcze i socjoterapeutyczne dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym
- Ośrodki Pomocy Rodzinie – można tam znaleźć pomoc psychologiczną
- Ośrodki terapeutyczne – w części z nich istnieją bezpłatne godziny pomocy psychologicznej dla dzieci i młodzieży z danego regionu
- Psycholog i pedagog szkolny, wychowawca w klasie
- Ksiądz, do którego młodzież ma zaufanie
- Grupy Alateen <https://al-anon.org.pl/krotko-o-alateen/>
- 116 111 - telefon zaufania dla dzieci i młodzieży udziela wsparcia dzieciom i młodzieży do 18 r.ż. Telefon jest anonimowy i bezpłatny
- Można sięgnąć po pomoc sądu rodzinnego, Ośrodka Pomocy Społecznej, policji
- Ośrodki Interwencji Kryzysowej
- Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie
- 801 140 088 – Pomarańczowa Linia
- 800 120 002 – Niebieska Linia

Alateen – pomoc dla młodych żyjących w otoczeniu alkoholika

Alateen to ruch wsparcia dla dzieci, nastolatków i młodzieży do lat 18., których rodzice, jedno z nich lub inna bliska osoba jest uzależniona od alkoholu. Alateen jest częścią Grup Rodzinnych Al-Anon, czyli wspólnoty osób, z otoczenia których ktoś bliski jest uzależniony od alkoholu. Podobnie jak w przypadku wspólnot Anonimowych Alkoholików i Al-Anon, uczestnicy Alateen spotykają się na mityngach, aby dzielić się doświadczeniem oraz wzajemnie pomagać sobie w rozwiązywaniu problemów.



Edukacja i profilaktyka

Członkowie Alateen, oprócz wymiany doświadczeń, podczas spotkań grupowych uczą się o istocie choroby alkoholowej oraz koncentrują się na osobistym rozwoju, aby w ten sposób zmniejszyć działanie skutków alkoholizmu na ich życie. Rozmawiają o trudnościach, z jakimi borykają się w domach rodzinnych, oraz wspierają się wzajemnie.

Rolą mityngów jest uświadomienie młodym ludziom, że alkoholizm jest „chorobą rodzinną” – wpływa na emocje, jak i stan fizyczny wszystkich osób przebywających w otoczeniu osoby uzależnionej. Spotkania mają uświadomić dzieciom osób dotkniętych chorobą alkoholową, że nie są w żaden sposób winne picia lub zachowania tej osoby, nie mogą zmienić ani kontrolować osoby pijącej. Mogą jednak skupić się na sobie oraz rozwijać się emocjonalnie i duchowo bez względu na to, co się dzieje w domu. Niezależnie od ich ciężkiej sytuacji mają szansę osiągnąć szczęśliwe i satysfakcjonujące życie. Członkowie Alateen uczą się jak oddzielić się wewnętrznie od problemów pijących bliskich, nie przestając jednocześnie ich kochać.

Praca w grupie

Do spotkań Alateen może dołączyć każda młoda osoba, która obserwuje problem alkoholowy w domu rodzinnym i pragnie coś zmienić w swoim życiu. Każda grupa ma swojego lidera lub opiekuna. Osoba dorosła jest wsparciem dla grupy, przekazuje wiedzę i doświadczenie. Są to psychologowie, terapeuci, jednak bardzo często są to również osoby ze wspólnoty dla współuzależnionych Al – Anon. Alateen jest grupą samopomocową, dlatego czasem zdarza się, że liderem grupy jest młody człowiek. Jego zadaniem jest prowadzenie spotkań i ewentualny kontakt z opiekunem lub profesjonalistą. Podczas mityngów uczestnicy grupy uczą się również wykorzystywania w swoim życiu Programu 12 Kroków Alateen.