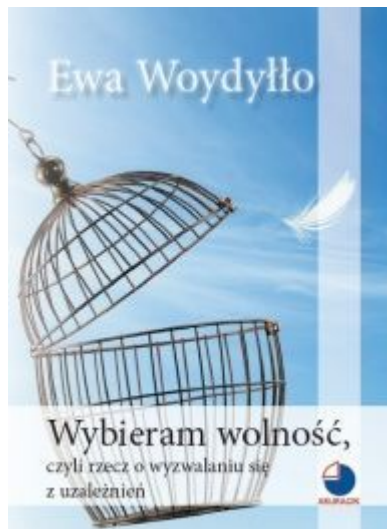




Wybieram wolność, czyli rzecz o wyzwaniu się z uzależnień

ISBN:	978-83-87298-03-6
Autor:	Ewa Woydyłło
Format:	145x205
Wydawnictwo:	Akuracik
Liczba stron:	140
Oprawa:	miekką
Język:	polski
EAN:	9788387298036
Typ:	dystribucja

Cena brutto: **28,50 PLN**

Wprowadzenie do problemu alkoholizmu, istoty uzależnień i zastosowania w życiu programu Dwunastu Kroków.

W grupach opartych na tym programie chodzi właściwie o jedno, o świadome i dobrowolne wzięcie na siebie odpowiedzialności za swoje życie, o porzucenie zwyczaju obwiniania innych za własne niepowodzenia, słabości lub nieszczęścia, o określenie granic odpowiedzialności i uniezależnienie się od tego, co robią lub myślą inni ludzie, o nauczenie się zdrowego i społecznie użytecznego egoizmu według zasady: robię to, w co wierzę i co jest dla mnie dobre, szanuję siebie i innych, nie ponoszę odpowiedzialności za nikogo, prócz siebie. Chodzi bowiem o to, by wybrać wolność do bycia sobą, bez maskowania się chemią, sztuczną ekscytacją, pozą, fałszem, jakąkolwiek formą ucieczki od rzeczywistości.