

### **Grupo esperanza**

El proyecto es una iniciativa que surgió de nuestra experiencia en el área del trabajo social en la calle. Constatamos un problema no resuelto de lustracalzados con adicción al alcohol y decidimos que debíamos abordarlo. En 2010, los voluntarios de **VAMOS JUNTOS** empezaron por primera vez con un apoyo individual, y luego se fortaleció también la cooperación con centros de desintoxicación. A través del trabajo en la calle y la confrontación individual, también desarrollamos las estructuras que nos permiten trabajar en grupo. Allí nos centramos en explicar conjuntamente los pros y los contras de un tratamiento, desarrollar un plan para cambiar el comportamiento del consumidor y fortalecer la confianza en sí mismo y la motivación necesaria para llevarlo a cabo.

Se ha diseñado un medio de apoyo individual, un "diario de consumo controlado", que utilizamos para que los usuarios puedan analizar su consumo real y como medio de motivación para adaptar conscientemente su consumo. Esta forma de terapia enfoca la identificación de los sentimientos y las situaciones que llevan al consumo y el tratamiento del tema de la superación del estrés para evitar recaídas. El objetivo es adaptar los pensamientos que llevan a un consumo excesivo y desarrollar las habilidades necesarias para afrontar las situaciones cotidianas que pueden provocar al consumo.

De esta manera, la terapia de grupo implementa unidades de apoyo con respecto al desarrollo personal. En estas sesiones se tratan temas diferentes como la autoestima, utilizando diversos materiales de trabajo y métodos de análisis. También mantenemos el contacto con médicos, psicólogos y el grupo de autoayuda Alcohólicos Anónimos. Finalmente, **VAMOS JUNTOS** ayuda a establecer el contacto con los centros de rehabilitación en caso de que un participante decida iniciar esta rehabilitación.

### **Objetivo general**

Crear un espacio para que las personas con problemas de alcohol se reúnan, así que puedan controlar sus niveles de consumo y promover la autoayuda para lograr la meta de estar sobrios por lo menos un día.

### **Objetivos específicos**

- Fortalecer el autocontrol del consumo de alcohol por parte de los jóvenes y adultos mediante la realización de actividades extensas.
- Estimular el intercambio de experiencias dentro del grupo con una trabajadora social de **VAMOS JUNTOS** guiando a los participantes.
- Fortalecimiento de una buena comunicación dentro del grupo mediante diferentes dinámicas.
- Aplicación de un libro de control del consumo diario y evaluación del mismo con el participante del grupo.
- Aclaración de los comportamientos negativos que pueden resultar del consumo de alcohol.

En este proyecto es particularmente importante para nosotros que se cree un ambiente abierto y familiar. Por lo tanto, no tomamos ninguna foto durante nuestras actividades.