

Veszteségek és ajándékok

Erőforrás **csoport** eltérő fejlődésű gyermeket nevelő **Szülők részére**

A szülőkre óriási pszichés terhet és nagy felelősséget tesz az az elvárás, hogy minden lehetőséget megragadva fejlesszék gyermeküket. Ugyanakkor a fellélegzésre, a fizikai és mentális támogatásra, a rekreációra és a szülők más igényeire válaszoló szolgáltatások az ellátórendszerben alig állnak rendelkezésre. Ezért nincs hely, mód, idő arra, hogy a változások lelki feldolgozásában a szülők elérhető segítséget kapjanak. A megváltozott élethelyzetben nehéz megfogalmazni, hogy a változások milyen egyéni veszteségekkel járnak amellet, hogy rengeteg új értéket kapnak. Ha sikerül ezekhez a változásokhoz kapcsolódni azokkal az érzelmekkel, amelyekre sokszor nincs idő és tér, az új élethelyzethez való kapcsolódás is könnyebbé válik.

[Ezért 10 alkalmas önsegítő erőforrás-csoportot indítunk eltérő fejlődésű gyermeket nevelő szülők számára.](#)

A csoportba várjuk azokat a szülőket, akik úgy érzik:

- nehezen élik meg a gyermekük eltérő fejlődésével járó változásokat,
- családtagjaik, baráti körük eltávolodott tőlük gyermekük születése után,
- nehezen tudnak közösségekhez kapcsolódni,
- szembesültek már azzal, hogy a család speciális élethelyzete értetlenséget, elutasítást vált ki egyes emberekből, amit nehéz feldolgozni,
- saját céljaik túlságosan háttérbe szorultak, szakmai pályafutásuk megtorpant,
- szülőként olyan nehézségekkel néznek szembe, amelyekkel nehezen birkóznak meg,
- házasságukat nem várt kihívás elé állították a megváltozott körülmények,
- szeretnének hasonló helyzetben levő szülők megértő hozzáállásából és hasznos tapasztalataiból erőt meríteni.

A megalakuló csoportban elsősorban a változásokból eredő veszteségek feldolgozását kívánjuk segíteni, ami nélkül a szükséges erőforrások és az új élethelyzet értékeinek felismerése nehezebb és lassabb folyamat.

Ezt biztosítja az erőforrás-csoport egy olyan közösségként, amely a támogatás és a veszteség-feldolgozás módszerével segíti az elfogadás folyamatát.

Miről lesz szó a csoportban?

A csoportban interaktív módon, tematikusan és közös feladatokon keresztül kapcsolódunk a megváltozott élethelyzet különböző aspektusaihoz. A sorstársi beszélgetés, tapasztalattmegosztás, kimondás és biztonságos tér támogatja a résztvevők számára a rátekintést és a megélést – büntudat nélkül – ezek azok az erőforrások és tapasztalatok, amelyek az önbizalom, önbecsülés erősödését segítik. Az önsegítő csoportba olyan szülők jelentkezését várjuk, akik vállalják az alábbi időpontokban 9-12 óra között tartandó csoportokon való folyamatos részvételt.

A részvétel díja: 1000 Ft / alkalom.

Időpontok: 2020. január 15-től 2 hetente 9.00-11.00 között.

Helyszín: BHRG Alapítvány Központja 1033 Budapest, Tavasz u. 5.

Jelentkezés: a recepción

További információ: Kánya Kinga - csoportvezető

E-mail cím: kanyakinga@gmail.com

Telefonszám: 06203383315