

LUPA KUUNNELLA ITSEÄ

- *perhehoitajien
voimapiiri*



Lupa kuunnella itseä – perhehoitajien voimapiiri on ohjattu, terapeuttinen ja työnohjauksellinen ryhmä perhehoitajille. Ryhmä tukee perhehoitajan työssä jaksamista ja auttaa käsittelemään siinä esiin nousevia tunteita, kysymyksiä ja ihmissuhteita. Ryhmä sopii Sinulle, joka tunnistat tai haluat ennalta ehkäistä elämäntilanteeseesi liittyviä kuormittavia piirteitä kuten

- uupumista, unettomuutta, stressioireita tai lievää masennusta
- ristiriitoja tai konflikteja perheessä, parisuhteessa tai lähipiirissä
- ilmaisematta jääneitä, pantattuja tai irti ryöstäytyneitä tunteita.

Menetelmänä ryhmässä käytetään hahmoterapiaa. Hahmoterapia auttaa tiedostamaan mm.

- oman kehon reaktioita (mitä tunnistat kehossasi nyt, mitä olet varastoinut kehoosi)
- kykyä elää tässä ja nyt
- tapaasi kohdata (tai vältellä kohtaamasta) itsesi ja toinen sellaisina kuin olette
- omista rajoista
- tapaasi ilmaista tai olla ilmaisematta tunteita.

Ryhmän koko: Ryhmään otetaan 8 osallistujaa.

Ohjaajat: psykoterapeuttiharjoittelijat (hahmoterapia, GIS International loppuvaiheen opintoihin kuuluva työnohjattu harjoittelu) VTM, perhehoitaja, Tuula Ripatti ja Thm, kriisityöntekijä Riitta Iivonen.

Aikataulu ja paikka: Aloitus tammikuussa 2011. Kuusi arkitapaamista (perjantaiamupäivisin) ja yksi lauantapäivä. Tapaamiset perjantaisin Perhehoitoliiton Helsingin toimipisteessä ja lauantaina 29.1.2011 Kartanohotelli Kaisankodissa, Espoossa. Tapaamisajat (tarkistetaan tarvittaessa):

Perjantaina 14.1.2011 klo 9:30 – 12

Lauantaina 29.1. 2011. klo 10-18 Kartanohotelli Kaisankoti

Perjantaina 11.2.11.2. klo 9:30 - 12

Perjantaina 4.3. klo 9:30 - 12

Perjantaina 25.3. klo 9:30 - 12

Perjantaina 15.4. klo 9:30 – 12

Perjantaina 6.5. klo 9:30 – 12

Järjestää: Amante Oy yhteistyössä Uudenmaan sijaiskotiyhdistyksen ja Perhehoitoliiton kanssa.

Hinta: 190 € Uudenmaan sijaiskotiyhdistyksen henkilöjäsenille / ei-jäsenet 340 €. Hinta sis. alv 23 % sekä lounas, aamu- ja iltapäiväkahvi Kaisankodin tapaamisessa - maksetaan ennen kurssin alkua. *Kysy sijoittajan tai oman alueyhdistyksesi mahdollisuutta tukeen!* **Tiedustelut ja ryhmään hakeminen:** 10.1.2011 mennessä Tuula Ripatti puh. 040 5325 123 tai amante@kolumbus.fi www.amante.fi



Amante Oy, yhteistyössä Uudenmaan sijaiskoti-
yhdistys ja Perhehoitoliitto ry / Helsingin toimipiste
os. Mannerheimintie 170 A (5. krs) 00280 Helsinki