

Megoldásfókuszú Szülőtámogató Csoport

indul

2022.05.16-tól.

A találkozók időpontja:

minden hónap első hétfője, a foglalkozás időtartama 90 perc.

helyszín: Isaszegi Humánszolgáltató Központ (Isaszeg Móricz Zs. u. 16.).

Csoportvezető:

Molnár Szilvia pszichológus, művészet és szocioterapeuta

A részvétel ingyenes, de jelentkezéshez kötött.

Jelentkezés Szórá Gabriellánál: www.humanisaszeg.hu; csaladsegito@isaszeg.hu T: 06-28/362-531

A szülői szerep mindannyiunk számára szép, -de valljuk meg- időnként nehéz szerep.

Minden korszaknak meg vannak a maga kihívásai, amelyekre ott és akkor kellene minél jobban reagálnunk, hiszen egy jövőbeli felnőtt személyiségét alakítjuk cselekedeteinkkel, válaszainkkal, reakcióinkkal. És ez sokszor nagyon nagy súlyt helyez a vállunkra.

Pedig néha csak elég lenne egy olyan környezet, amelyben szorongás nélkül beszélhetünk a szülői szerepünkkel járó kihívásokról, az ezekkel a kihívásokkal kapcsolatban bennünk zajló érzelmi folyamatokról. Vagy, néha egyszerűen csak konkrét gyakorlati tanácsra, ötletre van szükségünk, ahhoz, hogy kényelmes legyen számunkra a szülői szerep.

A csoport célja, hogy:

- a sorstársi közösség fejlődjön,
- szakember vezetésével a gyakorlati megoldások mellett,
 - a szülői lélekápolással,
 - a szülői szerep összetettségével is legyen idő foglalkozni,
- nyugodt, biztonságos környezetben lehessen a nehézségekről beszélni,
- a csoportban fel lehessen tenni olyan kérdéseket, amelyekre jelenleg nincs válasz, hiszen szülőként olyan nehéz kérdezni, segítséget kérni,
- olyan közösség jöjjön létre, ahol egy-egy nehezebb váratlan élethelyzet feldolgozáshoz megtalálhatjuk a hogyan továbbra is a választ

A csoportba várunk minden olyan szülőt, anyukát, apukát, nagyszülőt, akit érdekelhetnek, érinthetnek a következő problémák, nehézségek, elakadások **megoldásai**: (néhány téma a teljesség igénye nélkül)

- mit tegyünk, ha gyermekünk lassabb vagy eltérő fejlődésű, mint az átlag,
- ha gyermekünk, részképesség zavarokkal küzd,
- ha a gyermekkel kapcsolatos mindennapi teendők mellett, nem mindig sikerül következetesnek maradni,
- hogyan kezeljük a külvilágból érkező, kéretlen jelzéseket, ítélezéseket,
- hogyan fejlesszük a nehézségekkel küzdő gyermekünk napirendjét, életkorhoz kötötten,
- hogyan figyeljek magamra, ha gyermekemet egyedül nevelem,
- hogyan tartsam a szülői határaitam,
- jó szülőnek, vagy elég jó szülőnek kell lennem?

Csoporthoz bármikor, bárhány alkalomra lehet csatlakozni, a csoport célja, hogy elfogadó környezetben meghallgathassuk egymás példáit, gyakorlati megoldásait és azok a témák, amelyek a hétköznapiak során mélyebben maradnak, itt megbeszélésre, megosztásra, feltárássra kerülhessenek.

A csoportegyüttlét lélektani haszna, hogy megtapasztalhatjuk, a nehézségeinkkel nem vagyunk egyedül a világban, ezáltal könnyebben és bátrabban lépünk olyan helyzetek, megoldások felé, amelyekben fejlődik a szülői kompetenciánk.