



Löydä oma tarinasi® - vertaistukiryhmä nuorille aikuisille, joiden vanhempi sairastaa syöpää syksy 2022

Kenelle

Ryhmä on tarkoitettu nuorille aikuisille (18-30 -vuotiaat), joiden vanhempi sairastaa pitkäaikaista, parantumatonta syöpää. Ryhmä on osallistujille maksuton.

Toteutumisaika

Ryhmä alkaa **8.9.2022**. Kertaviikkoisia kokoontumisia on 10 sekä lisäksi yksi ryhmän kanssa sovittu jatkotapaaminen. Ryhmä kokoontuu tiistaisin kello 15.30-17.30.

Paikka

Kokoontumiset Suomen Mielenterveysseuran SOS-kriisikeskuksessa, Maistraatinportti 4 A, 4. krs., Pasila.

Tavoite

Ryhmä mahdollistaa kokemusten, ajatusten ja tunteiden jakamisen muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa.

Ryhmän keskeisiä teemoja

- oma ja perheen tarina
- oma tilanne, vointi ja jaksaminen
- perhe- ja läheissuhteet
- vakava sairastuminen kriisinä - oma kokemus kriisistä
- tunteet
- voimavarat ja selviytymiskeinot.

Menetelmät

Mm. ryhmäkeskustelut, alustukset, luovat ja toiminnalliset menetelmät, rentoutusharjoitukset.

Ohjaajat

Ohjaajina toimivat Kirsi Roos, p. 044 7303303, kirsi.roos@essy.fi neuvontahoitaja, terveydenhoitaja Etelä-Suomen Syöpäyhdistyksestä ja Hannele Lehtonen, p. 040 3548040, hannele.lehtonen@mieli.fi kriisityöntekijä, psykoterapeutti MIELI Suomen Mielenterveys ry:n SOS-kriisikeskuksesta. Ohjaajilta saat lisätietoja ryhmästä.

Ryhmään hakeminen

Ryhmään haetaan sähköisesti webropol-hakulomakkeella oheisen linkin kautta:

<https://link.webropolsurveys.com/S/7E84C2714F393107>

Hakijat haastatellaan. Ryhmään valinta tapahtuu haastattelun jälkeen. Ryhmään otetaan 6-8 osallistujaa.