



**JÄMÄKKÄ NAINEN**  
**psykodraamaryhmä työttömille naisille**  
**9/2010 – 12/2010**

**Ryhmässä voit**

- oppia tarvittaessa sanomaan useammin ”ei”
- tutkia ja ymmärtää elämän- ja työhistoriasi merkitystä tämänhetkiseen tilanteeseesi ja saada siihen uusia näkökulmia ja toimintatapoja
- löytää keinoja itsesi vahvistamiseksi ja säilyttää hyvä yhteys ristiriitatilanteissa
- saada lisää valmiuksia työnhakuksi ja työelämään sijoittumiseesi

**Ryhmän kokoontumisajat 2010**

18.–19.9.	lauantai ja sunnuntai	klo 10.00–17.00
21.9.	tiistai	klo 17.00–20.00
16.–17.10	lauantai ja sunnuntai	klo 10.00–17.00
19.10.	tiistai	klo 17.00–20.00
6.–7.11.	lauantai ja sunnuntai	klo 10.00–17.00
9.11.	tiistai	klo 17.00–20.00
4.–5.12.	lauantai ja sunnuntai	klo 10.00–17.00
7.12.	tiistai	klo 17.00–20.00
12.12.	sunnuntai	klo 10.00–17.00

Menetelminä ryhmässä käytetään psykodraamaa ja ryhmäkeskusteluja. Aiempaa kokemusta psykodraamasta et tarvitse. Ryhmään osallistuminen edellyttää **sitoutumista** ryhmän kaikkiin kokoontumisiin.

Ryhmään valitaan 10 osallistujaa. **Varaa keskusteluaika ma 6.9. ja ke 8.9. Ihmissuhdetyö ry:stä** arkisin klo 12.00–15.00. Tarvittaessa saat myös lisätietoja ryhmästä Ihmissuhdetyö ry:stä, puh. 09-877 0670/toimisto@ihmis.fi

Helsingin kaupungin tuella ryhmä on osallistujille **MAKSUTON**. Ryhmä kokoontuu Helsingissä Ihmissuhdetyö ry:n tiloissa Kuortaneenkatu 7 A, 00520 Helsinki.

Ihmissuhdetyö ry  
puh. 09-877 0670  
www.ihmis.fi

