

VANHEMMUUSVALMENNUS ryhmä

pariskunnille alkaa **Vanhemmuuden keskuksessa** syksyllä 2010

Raskaus herättää positiivisten tunteiden lisäksi hämmentäviä ja ristiriitaisia tuntemuksia. Monilta vanhemmilta puuttuu samassa elämäntilanteessa olevien vanhempien verkosto kokemustensa jakamiseen. Vanhemmuusvalmennusryhmässä pysähdytään raskauden herättämiin kysymyksiin kunkin odottajan ja perheen elämässä. Ryhmässä kerrotaan omia kokemuksia, odotuksia ja toiveita omasta ja saadusta vanhemmuudesta sekä jäsennetään ja jaetaan vauvan saamiseen sekä äidiksi ja isäksi kasvamiseen liittyviä tunteita.

KENELLE

Ryhmä on tarkoitettu kaikille odottaville pariskunnille, joilla synnytyksen laskettu aika on vuoden 2011 puolella. Ryhmään otetaan 6 pariskuntaa.

MITÄ

Ryhmässä käytetään sukupuuta, psykodraamamenetelmiä ja keskustelua ryhmän tarpeisiin soveltaen. Ryhmäläiset tuottavat käsiteltävät teemat ja työskentely on ryhmälähtöistä.

TAPAAMISAJAT

Ennen ryhmän alkua ja ryhmän päätyttyä jokaisella pariskunnalla on paritapaaminen ohjaajien kanssa. Paritapaamiset järjestetään lauantaina 21.8. ja torstaina 26.8.

Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 18.00 – 21.00 kuusi kertaa. Seurantatapaaminen on noin 2 kk ryhmän loppumisen jälkeen. Seurantatapaamisessa vauvat ovat mukana.

14.10.

28.10.

4.11.

18.11.

2.12.

16.12.

PAIKKA

Kotkankatu 9.

OHJAAJAT

Mari Rautiainen, psykologi, psykodraamakouluttaja TEP, varhaisen vuorovaikutuksen asiantuntija
Sanna Aavaluoma, psyk.esh. psykodraamaohjaaja, perhepsykoterapeutti VET
Vanhemmuusvalmennus järjestetään Helsingin kaupungin rahoituksella ja on osallistujille maksuton.

LISÄTIETOJA JA ILMOITTAUTUMINEN

Mari Rautiainen 045–1353767

Sanna Aavaluoma 041–5181181