

# **VANHEMMUUSVALMENNUS ryhmä**

## **pariskunnille Vanhemmuuden keskuksessa syksyllä 2011**

Raskaus herättää positiivisten tunteiden lisäksi hämmentäviä ja ristiriitaisia tunteuksia. 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 2012 puolella. Ryhmään otetaan 4-6 pariskuntaa.

### **MITÄ**

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

### **HAASTATTELUT**

Ennen ryhmän alkua ja ryhmän päätyttyä jokaisella pariskunnalla on haastattelu ohjaajien kanssa. Haastatteluaika sovitaan ilmoittautumisen yhteydessä.

### **TAPAAMISAJAT**

Ryhmä kokoontuu kahtena lauantaina 26.11. ja 17.12.2011 klo 9-15 sekä yhtenä iltana 13.1. 2012 klo 17.30 - 19.30. Seurantatapaaminen on noin 2 kk ryhmän loppumisen jälkeen. Seurantatapaamisessa vauvat ovat mukana.

### **PAIKKA**

Kuortaneenkatu 7 A

### **OHJAAJAT**

Mari Rautiainen, psykologi, psykodraamakouluttaja TEP, varhaisen vuorovaikutuksen asiantuntija ja Sanna Aavaluoma, psyk.esh. psykodraamaohjaaja, perhepsykoterapeutti VET

Vanhemmuusvalmennus järjestetään Helsingin kaupungin rahoituksella ja on osallistujille maksuton.

### **LISÄTIETOJA JA HAASTATTELUAJAN SOPIMINEN**

Mari Rautiainen 045-1353767

Sanna Aavaluoma 041-5181181