

Henkirikoksen uhrien läheiset vertaistukiryhmä 2017

Toteutus

Ryhmä on 6-10 henkilön suljettu pienryhmä. Ryhmä alkaa 12.9.2017 ja kokoontuu tiistai-iltaisoin kello 16.30-18.30, 15 kertaa. Ryhmän päättymisen jälkeen pidetään yksittäinen jatkotapaaminen.

Paikka

SOS -kriisikeskus, Länsi-Pasila, os. Maistraatinportti 4 A 4. krs, Helsinki.

Kohderyhmä

Ryhmä on tarkoitettu henkirikoksen kautta läheisensä menettäneille.

Järjestäjä ja ohjaajat

Suomen Mielenterveysseura – Ryhmätoiminnat ja suunnittelijat Hannele Lehtonen ja Tapio Moilasheimo.

Tavoitteena on

Tukea toipumista, toiminta- ja työkyvyn palautumista traumaattisen menetyksen jälkeen. Mahdollistaa kokemusten, ajatusten ja tunteiden jakamisen muiden samankaltaisen tapahtuman kokeneiden kanssa.

Sisältöjä

Sisällöissä otetaan huomioon osallistujien toiveet ja odotukset.

- Oma menetystarina, menetyksen vaikutukset ja merkitys omaan elämään ja läheissuhteisiin
- Traumaattinen kriisi, kriisin vaiheet, oma kokemus kriisistä
- Suru ja trauma
- Omien voimavarojen ja selviytymiskeinojen tunnistaminen
- Uusien näkökulmien löytäminen
- Turvallisuudentunteen, luottamuksen ja hyvinvoinnin lisääntyminen

Menetelmiä

Ryhmä pohjautuu ammatillisesti ohjattuun vertaistukeen.

- Ryhmäkeskustelut—myös pienryhmissä tai pareittain
- Lyhyet alustukset
- Osallistujien toiveiden mukaan mahdollisesti myös toiminnalliset menetelmät ja rentoutusharjoitukset

Kustannukset

Rahoituksesta vastaa Raha-automaattiyhdistys. Ryhmä on osallistujilleen maksuton.

Hakeminen ja tiedustelut

Lähetä yhteystietosi ja hakutoiveesi sähköpostitse ryhmatoiminnat@mielenterveysseura.fi

tai soita puh. 040 173 2040. Vaihtoehtoisesti voit täyttää Webropol-lomakkeen.

Linkki Webropol-lomakkeeseen löytyy osoitteesta www.mielenterveysseura.fi

> tukea ja apua > ryhmissä, jokaisen kurssin ja ryhmän kohdalta.

Hakijat haastatellaan. Ryhmään valinta tapahtuu haastattelun jälkeen.

Haettaessa on huomioitava, että tapahtumasta on ryhmän alkaessa kulunut vähintään 6 kuukautta ja rikoksesta on käräjäoikeuden päätös.

Lisätietoja:

Hannele Lehtonen, puh.040 3548040, hannele.lehtonen@mielenterveysseura.fi, Tapio Moilasheimo, puh. 0400 863161, tapio.moilasheimo@mielenterveysseura.fi

