



Ammatillisesti ohjattu vertaistukiryhmä

itsemurhan tehneiden läheisille verkossa, kevät 2023

AIKA: 19.4. - 7.6.2023 keskiviikkoisin klo 17 – 19, yhteensä 9 kokoontumista.

Kriisikeskus järjestää etäyhteydellä toteutettavan vertaistukiryhmän lappilaisille itsemurhan tehneiden läheisille keväällä 2023. Ryhmämuoto on ns. suljettu eli siihen ilmoitaudutaan etukäteen ja samat henkilöt kokoontuvat joka kerta. Osallistujilta toivotaan sitoutumista joka kerralle. Ryhmään otetaan 5 osallistujaa ja kaikki hakijat haastatellaan.

Tavoitteena äkillisen menetyksen aiheuttamien tunteiden, ajatusten ja kokemusten käsitteleminen ja jakaminen luottamuksellisessa vertaisryhmässä, kriisin pitkittymisen ja sairastumisen ehkäiseminen, selviytymiskeinojen ja voimavarojen tunnistaminen ja vahvistaminen sekä uusien näkökulmien löytäminen.

Menetelmät

- ryhmä pohjautuu ammatillisesti ohjattuun vertaistukeen
- ryhmäkeskustelut—myös pienryhmissä tai pareittain
- lyhyet alustukset ja rentoutumisharjoitukset

Ryhmä on maksuton.

Ryhmän järjestää Kriisikeskus/ Lapin ensi- ja turvakoti ry.
Ohjaajina toimivat kriisityöntekijät Suvi Ylitolonen ja Marjo Hoisko.

Hae ryhmään 24.3.2023 mennessä:

kriisityöntekijä Suvi Ylitolonen puh. 040 5117 929, suvi.ylitolonen@lapinentu.fi tai
kriisityöntekijä Marjo Hoisko p. 040 750 7077, marjo.hoisko@lapinentu.fi