

PSÜHHODRAAMA TERAAPIAGRUPP

Psühhodraama teraapiagrupp on kinnine grupp, milles osaleb 6-9 inimest ja mis põhineb psühhodraama meetodil. Grupp toimub üks kord nädalas, teisipäeviti kell 14.00-17.00 Teraapiakeskuses aadressil Mustamäe tee 50.

Grupi eesmärgid

Psühhodraama teraapiagrupis keskendutakse suhtlemise õppimisele - oma isikupärase suhtlemisviisi uurimisele ja teadvustamisele, mittekohaste suhtlusmustrite ja toimetuleku muutmisele. Laiemalt on grupitöö eesmärgiks minateadvuse tugevnemine ja isiksuslik kasv.

Grupitöö meetodiks on psühhodraama - rollimäng, sotsiomeetria ja sotsiodraama, mida kombineeritakse teiste grupitöö tehnikatega. Psühhodraama lavastustes tuuakse välja konkreetseid juhtumeid ja situatsioone elust või ka peategelase sisemaailmast.

Läbi parema suhtlusvõime ja iseenda tundmise arengu on võimalik saavutada ka teisi eesmärke elus – saada paremini hakkama igapäevaeluga, peresuhetes, tööl, koolis, samuti haigusega. Paraneb osaleja eneseväljendus- ja analüüsioskus, suureneb loovus ning võime toime tulla oma emotsioonidega ja mõista teisi inimesi.

Grupiga liitumine

Uute osalejate liitumine grupiga toimub eelintervjuu alusel, mille käigus tehakse kindlaks grupi sobivus ja kasu kliendile ning grupi tervikule. Esialgne kokkulepe osalemiseks tehakse üheks hooajaks ehk pooleks aastaks, mille järel arutab grupiliige koos terapeutidega läbi jätkamise.

Grupp on osalejale tasuta. Grupi tegevust rahastatakse igapäevaelu toetamise teenuse raames ning Hasartmängumaksu Nõukogu projektist „Psüühikahäirega inimese psühhosotsiaalne rehabilitatsioon läbi psühhodraama grupitöö“.

Registreerumiseks võta ühendust grupi juhendajatega:

Siiri Minka, psühhodraama terapeut-lavastaja CP, tel 5194 9529

Marika Vernik, psühhodraama terapeut-lavastaja CP, tel 5551 7038

või e-posti aadressil siiri.minka@vaimnetervis.ee