



## Kviečiame prisijungti

### Savitarpio pagalbos grupė auginantiems vaikus su autizmo spektro sindromu

Savitarpio pagalbos grupė – tai reguliariai vykstantys susitikimai žmonėms, išgyvenantiems panašius sunkumus ar susiduriantiems su tokiais pačiomis problemomis. Susitikimų metu dalyviai keičiasi savo patirtimi, išgyvenimais, sunkumais, savais jausmais ar reikalinga informacija, palaiko vienas kitą, įsiklauso, reflektuoja ir taip padeda ne tik šalia esančiajam, bet ir sau. Savitarpio pagalbos grupėse ypač svarbu konfidencialumas, saugi aplinka ir pasitikėjimas vienas kitu. Susitikimų vedantysis kuria pakantumo, tolerancijos ir palaikymo atmosferą, padeda įveikti iškilusius sunkumus ar tiesiog suteikia reikiamos informacijos.

Kai žmogus susiduria su ypač stipriais išgyvenimais, kai svajonės žlunga, kai gimsta vaikas ne toks, kokio laukė, tuomet pradeda jaustis vienišas, kaltas, nesuprastas, piktas, pasimetęs... Susiklosčius tokiai padėčiai, žmogui labai svarbu surasti kitą, kuris buvo arba yra panašioje situacijoje. Būtent tokių susitikimų metu galima sulaukti palaikymo, sutikti bendrakeleivį ar surasti problemos sprendimą.

Nuo sausio 31 dienos kiekvieną antradienį atnaujinama tėvų ir / ar artimųjų, auginančių vaiką su autizmo spektro sindromu, savitarpio pagalbos grupė. Šių susitikimų metu tėvai ir / ar artimieji dalijasi asmenine patirtimi, naudinga informacija, gauna palaikymą, būna kartu ir ieško efektyvių pagalbos būdų. Kai už lango dar labai šalta, puodelis arbatos ne tik sušildo, bet ir suartina.

Kviečiame visus – mamas, tėčius ir / ar artimuosius – prisijungti prie mūsų.

**Nuo sausio 31 dienos laukiame jūsų antradieniais, 18 val., „Romuvos“ klinikoje, Rotušės a. 23, Kaune.**

**Vieno susitikimo trukmė – 1,5 val.**

**Dalyvavimo grupėje mokestis – 3 Eur.**

Jei kyla klausimų, skambinkite 8 608 03 202 (psichologė-psichoterapeutė Elena Mickevičienė) arba rašykite [e.mickeviciene@gmail.com](mailto:e.mickeviciene@gmail.com)