

## **Psykoterapiaryhmä psykodraaman keinoin**

Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, jotka haluavat käsitellä omaa elämäänsä häiritseviä kysymyksiä. Kysymykset voivat liittyä nykyiseen elämäntilanteeseen tai menneisyyden ikäviin tapahtumiin. Ryhmässä voidaan hyvin käsitellä mm. ihmissuhteisiin liittyviä kysymyksiä, masennukseen tai ahdistukseen liittyviä kysymyksiä tai traumatisoitumisen aiheuttamia vaikeuksia.

Ryhmän koko on kuusi jäsentä. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa 2,5t/krt. Kyseessä on suljettu ryhmä, johon sitoudutaan vuodeksi kerrallaan. Ryhmään voi hakea Kela-tukea – tukea Kela voi myöntää enintään kolmeksi vuodeksi. Ryhmä alkaa, kun ryhmä on koossa – tarkoitus olisi aloittaa syksyllä 2011. Ennen ryhmään valitsemista on 2-3 itse maksettavaa haastattelukertaa ryhmän ohjaajan kanssa.

Ryhmässä käsitellään jäsenten oman elämän kysymyksiä ja tutkitaan jäsenten sisäisen maailman rakentumista. Työskentely tapahtuu ryhmässä kokemuksia jakaen ja keskustellen, psykodraaman avulla sekä käyttäen sensorimotorisen kehoterapian menetelmiä. Lisätietoa psykodraamaterapiasta löytyy mm. netistä Duodecimin artikkelista, hakusanalla: psykodraama psykoterapiana.

Ryhmän ohjaajana Jari Vainio, traumapsykoterapeutti, psykodraamaohjaaja (TEP)

p. 040 5068782, jari.vainio@pp1.inet.fi