

LYHYTKESTOINEN PSYKOTERAPIARYHMÄ RANKASTA LAPSUUDESTA KÄRSIVILLE AIKUISILLE

Ryhmä on tarkoitettu aikuisille, joiden lapsuutta ovat varjostaneet rankat traumaattiset kokemukset, jotka ovat kaventaneet toimintakykyä sekä aiheuttavat edelleen häpeää, syyllisyyttä, turvattomuutta ja erilaista ahdistuneisuutta. Lapsuuden kokemukset voivat vaikuttaa myös ihmissuhteisiin tai ilmetä erilaisina somaattisina oireina. Tähän ryhmään ei voida ottaa akuutissa kriisissä olevia, päihdeongelmaisia, voimakkaasti itsetuhoisia eikä psykoottisia henkilöitä.

Ryhmän tavoite

Ryhmässä selvitellään yhdessä, hoidollisessa vuorovaikutuksessa, miten lapsuuden kokemukset vaikuttavat elämässä edelleen. Tavoitteena on löytää yhteyksiä oman elämänhistorian ja oireiden välillä, tehdä yhdessä muiden ryhmän jäsenten kanssa oivalluksia ja saada helpotusta jakamalla asioita luottamuksellisessa ilmapiirissä. Terapeuttia ja kaikkia ryhmän jäseniä sitoo vaitiolovelvollisuus.

Ryhmään hakeutuvien tulee olla halukkaita keskustelemaan muiden ryhmän jäsenten kanssa itsestään, elämästään ja ihmissuhteistaan, pystyä kuuntelemaan muita ja tarkastelemaan omaa tapaansa asettua vuorovaikutukseen toisten ihmisten kanssa ryhmässä ja sen ulkopuolella. Ryhmän jäseniltä edellytetään motivaatiota ja sitoutumista noin vuoden kestävään työskentelyyn.

Ryhmään valinta

Ryhmään valinta tapahtuu haastattelun perusteella. Tämän tapaamisen tarkoituksena on myös tutustuminen, arviointi ja terapiapäätöksen tarkoituksenmukaisuuden varmistaminen kunkin pyrkijän kohdalla. Ryhmään otetaan enintään kahdeksan jäsentä.

Ryhmän kokoontuminen

Ryhmä kokoontuu vastaanottotiloissani Lahden keskustassa, ns. Malskin alueella. Tarkempi viikonpäivä ja kellonaika ja ilmoitetaan haastattelussa.

Kustannukset

Ryhmään osallistumisen kustannukset ovat 25 euroa ryhmäkerralta. Alkuhaastattelu on maksuton.

Yhteydenotot

Ryhmää koskevia tiedusteluja varten ja haastatteluajan varaamiseksi minut tavoittaa sähköpostitse (seppo.kantola@luukku.com) tai puhelimitse 040-547 8577. Niihin voit jättää myös yhteydenottopyynnön itsellesi parhaiten sopivaan aikaan.

Seppo Kantola

Ryhmäpsykoanalyytikko, psykoterapeutti VET (KELA, Valvira)