
Grupa wsparcia dla rodzin zastępczych

Grupa wsparcia dla rodzin zastępczych

Rodziny zastępcze to najlepszy sposób spełnienia największych marzeń dla dzieci pozbawionych możliwości wychowywania się w swoich rodzinach naturalnych. Rodziną zastępczą dla takich dzieci mogłoby stać się wiele polskich rodzin: wystarczy miejsce w sercu i domu. Potrzebna jest też chęć pracy nad rozwojem własnych kompetencji w zakresie opieki zastępczej i współpracy z innymi osobami zaangażowanymi w niesienie pomocy dzieciom.

Dlatego też proponujemy Państwu udział w grupach wsparcia dla rodziców zastępczych. Grupa wsparcia ma charakter cyklicznych spotkań odbywających się co 3 miesiące w godzinach popołudniowych. Każde takie spotkanie trwa około dwóch godzin i odbywa się w obecności i przy wsparciu psychologa

Spotkania grupy wsparcia stanowią możliwość zbudowania forum wzajemnej wymiany doświadczeń oraz otrzymania wsparcia w grupie osób pełniących taką samą funkcję – tworzących rodziny zastępcze. Grupa wsparcia jest bowiem dobrowolnym zgromadzeniem osób znajdujących się w podobnej sytuacji.

Grupa wsparcia ma charakter otwarty – uczestnicy rodzice zastępczy mogą brać udział w spotkaniach zgodnie ze swoją wewnętrzną gotowością w danym momencie.

Idea grupy wsparcia

- idea samopomocy – grupowej wzajemnej pomocy, korzystania z siły i wsparcia grupy jako poza formalnego rodzaju pomocy. Uczestnicy sami stanowią dla siebie źródło wsparcia (emocjonalnego, informacyjnego, instrumentalnego), zasobów, inspiracji i motywacji do działania,
- korzystny wpływ grupy wsparcia opiera się na zaangażowaniu uczestniczących w niej osób, na ich gotowości do wprowadzania zmian w swoim życiu i rodzinie,
- w skład grupy wsparcia mogą wchodzić osoby znajdujące się w różnych momentach tworzenia rodziny zastępczej, rodziny z różnymi doświadczeniami – stąd możliwość uzyskiwania i dawania wsparcia w konkretnych sprawach (dzielenie się doświadczeniami, przeżywanymi emocjami, sposobami radzenia sobie).

Formy działania uczestników grupy wsparcia

- dzielenie się osobistymi doświadczeniami,
- dyskusja,
- wspólne poszukiwanie rozwiązań konkretnych kwestii i sytuacji,
- udzielanie sobie informacji zwrotnych,
- elementy psychoedukacji.

Przewidywane korzyści z uczestnictwa w grupie wsparcia

- uzyskiwanie i dawanie wsparcia w pełnieniu funkcji rodziny zastępczej,
- doskonalenie umiejętności wychowawczych,
- doskonalenie umiejętności radzenia sobie z emocjami,
- doskonalenie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach napięcia (stresu),
- inicjowanie i wzmacnianie pozytywnych zmian w systemie rodzinnym,
- pogłębienie wglądu w siebie (wzrost świadomości przeżywanego emocji, swoich przekonań, pragnień, potrzeb, wartości, celów, a także rozpoznanie własnych zasobów i rozumienie ograniczeń),
- przeznaczenie czasu dla siebie jako rodzica zastępczego,
- zapobieganie wyczerpaniu, wypaleniu.

Serdecznie zapraszamy na spotkania, które odbywają się w Nisku, dokładne informacje będą przekazywane w zaproszeniu.