

Тема 6. Группы поддержки для родителей.

Группа поддержки - это форма общения, при которой родитель имеет возможность получить помощь в решении сложных ситуаций, связанных с воспитанием ребёнка. А также оказывает поддержку другим родителям.

Групповой формат общения имеет ряд преимуществ :

- ✓ группа выступает "контейнером" для различных эмоций, состояний. В группе участник может эмоционально разгрузиться
- ✓ в состав группы входят участники с разным опытом и разным видением одних и тех же проблем. За счёт "другого взгляда" происходит расширение и обогащение собственного видения ситуации. Уходит ощущение безвыходности и безысходности.
- ✓ в группе формируются эмоциональные связи и отношения, что способствует появлению у участников новых контактов, интересов.
- ✓ в группе происходит постоянный обмен опытом и информацией. Наблюдение за другими иногда становится моделью для собственного поведения в непростых ситуациях - подсказкой в принятии решения.
- ✓ положительный эмоциональный заряд группы способствует разделению его всеми участниками.

Групповая работа может быть построена по принципу тренинга. В этом случае, основная задача - формирование определённых навыков и их практическая отработка. На встречах моделируются различные ситуации и участники обучаются эффективным способам поведения в них.

Также групповая работа может быть ориентирована на работу с эмоциональным состоянием и решение личностных проблем. В этом случае, группа имеет закрытый формат - на определённый период в неё не принимаются новые участники.

Группа может быть просто местом для встреч и общения, организации досуга.

Важные условия работы группы:

- ✓ атмосфера безопасности и доверия. Как вы чувствуете себя, находясь в группе? Комфортно ли Вам? Можете ли Вы открыто говорить о своих чувствах? С каким ощущением Вы покидаете группу?
- ✓ понятные границы - цель группы, режим функционирования, условия принятия

- ✓ профессиональный ведущий - специалист, имеющий необходимое образование и опыт.

При принятии решения о посещении групповых встреч, важно обратить внимание на:

- формат группы. Как проходят встречи и что на них происходит. Информацию об этом может дать ведущий группы.
- возможность индивидуального обращения к ведущему группы.
- квалификацию ведущего группы и его опыт работы.

Отсутствие опыта участия в подобных группах не является препятствием для их посещения.

Руководствуйтесь принципом - "я схожу на встречу и потом решу подходит мне это или нет"!

До встречи на группе для родителей!

