



## Vanhempien Akatemian Kirjoitusryhmä vanhemmille **TUNNISTA OMA ELÄMÄNTARINASI JA LÖYDÄ VOIMAVARASI**

23.9.-18.11.2019 klo 18.00-19.30 / Vanhempien Akatemia (Torikatu 28, Oulu)

Kirjoitusryhmä on suunnattu kaikille 0-16-v lasten vanhemmille, ja sen tavoitteena on itsetuntemuksen vahvistaminen helppojen kirjoitusharjoitusten avulla. Kirjoittaminen on työkalu, jolla kartutetaan voimavaroja ja etsitään omia vahvuuksia. Pyrkimyksenä ei ole parempi kirjoitustaito vaan elämää rikastuttava oivallus kulloinkin käsillä olevasta teemasta. Käytämme ryhmässä mahdollisesti myös valmiita tekstejä, joita luemme ja joista keskustelemme kulloinkin sopivan näkökulman mukaisesti. Saatamme käyttää myös kuvia inspiraation lähteenä.

Kirjallisuusterapiaryhmän ohjaajana toimii Johanna Pylkkänen, KM (kasvatuspsykologia), kirjallisuusterapiaohjaaja.

Ryhmässä käsiteltäviä teemoja ovat mm.:

1. Minä naisena/miehenä
2. Minä parisuhteessa
3. Minä vanhempana
4. Minä työ-/opiskelijaelämässä

Ryhmä kokoontuu maanantaisin klo 18-19.30 seuraavasti: 23.9., 30.9., 7.10., 14.10., 28.10., 4.11., 11.11. ja 18.11.2019.

Ilmoittautumiset 19.9.2019 mennessä:  
[https://my.surveypal.com/Kirjallisuusterapiaryh-  
ma-syky-2019](https://my.surveypal.com/Kirjallisuusterapiaryh-<br/>ma-syky-2019)

Lisätietoja: [vanhempien.akatemia@nuortenystavat.fi](mailto:vanhempien.akatemia@nuortenystavat.fi)  
ja p. 050 5685 410