



## **Grupa Wsparcia dla rodzin zastępczych**

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ostrowie Wielkopolskim zaprasza rodziny zastępcze do udziału w comiesięcznych spotkaniach grup wsparcia organizowanych w siedzibie tut. Centrum w godzinach od 16.00 do 18.00.

Udział w grupach wsparcia jest szansą, by pomóc rodzinom zastępczym rozwiązywać problemy, z którymi na co dzień się stykają. Daje też możliwość kontaktu z osobami, które mają podobne doświadczenia i problemy, choć czasami różne pomysły na rozwiązania.

Rozmowy w ramach grupy wsparcia dotyczą zagadnień ważnych dla uczestników spotkań. Opiekunowie wymieniają się spostrzeżeniami i sprawdzonymi przez siebie kontaktami np. do specjalistów medycznych czy rehabilitacyjnych, udzielają sobie wzajemnych wskazówek, otrzymują również porady psychologiczno-pedagogiczne dotyczące różnych zagadnień oraz bieżące informacje z zakresu pieczy zastępczej.

Grupa wsparcia zapewnia rodzinom zastępczym dodatkowe informacje i pomoc w radzeniu sobie z różnymi emocjami, myślami i trudnościami, z jakimi opiekunowie spotykają się w ramach pełnionej przez siebie funkcji rodziny zastępczej.

Grupa wsparcia ma charakter cyklicznych spotkań odbywających się co miesiąc. Każde spotkanie odbywa się w obecności i przy wsparciu specjalisty lub specjalistów.

Poprzez udział w grupie wsparcia rodzice zastępczy otrzymują możliwość:

- uzyskiwania i dawania wsparcia w pełnieniu funkcji rodziny zastępczej,
- doskonalenia umiejętności wychowawczych, radzenia sobie z emocjami, radzenia sobie w sytuacjach napięcia (stresu),
- inicjowania i wzmacniania pozytywnych zmian w systemie rodzinnym,
- pogłębienia wglądu w siebie (wzrost świadomości przeżywanych emocji, swoich przekonań, pragnień, potrzeb, wartości, celów, a także rozpoznanie własnych zasobów i rozumienie ograniczeń),
- przeznaczenia czasu dla siebie jako rodzica zastępczego,
- zapobiegania wyczerpaniu i wypaleniu.

Chętne rodziny proszone są o kontakt z koordynatorami rodzinnej pieczy zastępczej i pracownikami socjalnymi Działu Wsparcia Rodziny.