

Jeg har fået konstateret en alvorlig sygdom – hvad nu?

Tilbud om gruppeterapi

Det kan være skræmmende og forbundet med stor ensomhed at få stillet en diagnose, der måske er livstruende. Pludselig vender hele verden på hovedet og mange spørgsmål dukker op. Man bliver konfronteret med døden, fremtiden, behandling, sygehus, livsvilje, sorg og angst.

Jeg tilbyder nu terapi-gruppeforløb for dig, der står i denne situation og har brug for et rum, hvor du kan vokse, dele og "spejle" dig.

Her har du muligheden for, sammen med andre i samme situation, at kigge nærmere på ovenstående temaer. Gennem forskellige tilgange og gruppeprocesser, får du en dybere indsigt og indre erfaringer, som kan styrke dig igennem forløbet.

Gruppeforløbet har til hensigt, at I alle spejler jer i hinanden, deler erfaringer og følelser og at jeg som terapeut går aktivt ind med terapi og støtte, der kan være alle til gavn i gruppen.

Et af målene med gruppeforløbet vil være, at du finder styrke og tryghed i at gå den tid i møde, der nu ligger foran dig, uanset om det er sorg og angst i familien, medicinsk behandling, operationer, udfordringer i forbindelse med systemet eller andet, der fylder for dig.

Der bliver lukket op til gamle mønstre, der måske har banet vejen for netop den tilstand, du nu befinder sig i. Gamle og godt skjulte oplevelser får mulighed for at blive forløst og ændret til styrker og kan, i mange tilfælde, medvirke til, at du får forståelse for din sygdom og at du dermed også får mulighed for at hjælpe helbredelsesprocessen på vej.

Jeg arbejder terapeutisk og kreativt med fokus på:

- At skabe et rum for tryghed, nærvær og rummelighed for alle de udfordringer, du står i lige nu
- At styrke dig i arbejdet med sorgen, angsten og følelsen af ensomhed, der ofte følger med en alvorlig diagnose.
- At åbne fortællingen i sygdommen, for derigennem at give plads til forløsning af de bagvedliggende årsager
- At hjælpe dig til at stå stærkere i dig selv igennem forløbet
- At hjælpe dig til forståelse af din situation og dine egne reaktionsmønstre
- At hjælpe dig til at finde ind til og udtrykke dine egne behov
- At styrke dig i dit livsmod

Gruppen mødes i alt 8 gange, med 1-3 ugers mellemrum - klokken 9.30 – 15.00. Der er maks. 7 deltagere i gruppen.

Første mødegang fremgår af hjemmesiden

Pris: kr. 800,00 pr. mødegang. Betaler du for hele forløbet på én gang, får du een gang gratis.

Du binder dig for de 8 gange. Forløbet kan forlænges. Der er mulighed for at aftale individuel terapi mellem møderne (priser fremgår af min hjemmeside).

Hvem er jeg?

Jeg er uddannet Spirituel Integrativ Krops- & Psykoterapeut fra Tobias-Skolen (www.tobias-skolen.dk).
Uddannet coach hos Sofia Manning.

Jeg er 53 år gammel, har 3 voksne børn, 2 fantastiske svigerdøtre og 2 små børnebørn. Jeg bor sammen med min kæreste i den smukke natur lidt udenfor Juelsminde, hvor gruppeterapien også vil foregå.

Jeg har selv haft brystkræft af 2 omgange og har fået fjernet det ene bryst helt, så jeg kender til de udfordringer, der kan være forbundet med en livstruende sygdom og de store beslutninger, der skal tages for fremtiden. Igennem min egen terapi, er jeg kommet styrket ud af hele kræftforløbet og står i dag stærkere end nogensinde.

Som terapeut og som menneske, møder jeg dig fra hjertet i en nærværende og opmærksom relation.

Mit ønske er at følge mennesker igennem mørket og smerten og tilbage til livet, handlekraften og glæden. Igennem rummelighed, målrettethed og et levende rum, vil jeg hjælpe til at få en forståelse af situationen, se en retning og tage den værdifulde læring hjem. Hos mig bliver hver enkelt mødt med åbenhed, styrke, forståelse og nænsomhed.

Jeg arbejder levende og procesorienteret igennem samtale, forskellige former for kreative processer og kraftfulde terapeutiske metoder.

Tilmeld dig ved at sende en mail med oplysninger om dig selv og din situation.

Har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte mig, så vi kan få en snak om dine behov og ønsker for terapi og tiden frem.

Hjemmeside: www.dorteeldrup.dk