

Pårørende til en, der står med en alvorlig sygdom?

Tilbud om gruppeforløb

At stå som pårørende til en kær, der er ramt alvorlig og måske livstruende sygdom, kan være både smertefuldt, psykisk og fysisk belastende, sorgfuldt og måske forbundet med følelser af afmagt, vrede, irritation og utilstrækkelighed.

Hvem deler vi disse følelser og oplevelser med? Hvem forstår dem og hvor kan de rummes?

Jeg tilbyder dig nu et rum, hvor du har mulighed for at dele og spejle dig i andre, der står i samme situation.

I en gruppe med ligesindede, kan du trygt komme ud med dine tanker og følelser – også dem, du måske i hverdagen føler er "forbudte" at eje.

I forløbet vil jeg støtte og hjælpe til, at det bliver lettere at stå i for dig, jeg vil give dig mulighed for at se på dine egne mønstre, dine handlinger og dine reaktioner fra et kærligt og rummeligt sted.

Et af målene i forløbet er, at du bliver styrket – både i forhold til dig selv, forløbet og i forhold til din kære, så du kan være en mere sand og ærlig støtte – samtidig med, at du kan være mere i balance i dig selv undervejs.

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 pr. mødegang.

Betaler du for hele forløbet på én gang, får du én 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 52 år gammel, har 3 voksne børn, 2 fantastiske svigerdøtre og 2 små børnebørn. Jeg bor sammen med min kæreste i den smukke natur i Uldrup Bakker syd for Odder, 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.

Undervejs i mit forløb kunne jeg se og mærke, hvordan mine kære led i deres egen smerte. Jeg oplevede også, at de ikke delte deres bekymringer med mig, men i stedet gemte det væk. Efterfølgende blev det tydeligt, at han ville have haft godt af at have et sted at dele og få plads til sine egne følelser i denne svære tid.

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