

Орієнтовний план заходів, передбачених в проекті

Індивідуальна допомога включатиме:

- відвідування батьків, які знаходяться в важкому психологічному або фізичному стані, надання адресної допомоги.

Групова допомога та підтримка не буде обмежуватися, але включатиме наступні заходи:

1) Ярмарка професій.

Улюблена робота, діяльність та терапія прецею — чудовий та ефективний спосіб подолання кризових станів, спосіб відчувати свою значущість, інтерес до життя та розвитку, відданість справі та мотивація на успіх.

Учасники проекту (батьки загиблих) матимуть можливість презентувати свою професію, ремесло іншим учасникам. Учасники ділитимуться досвідом, можливими сходинками та шляхами, якими можна опанувати нову професію. Це допоможе віднайти енергію для подальшого скеровування її в позитивне русло, пошук нових можливостей. Тема заходу анонсується за тиждень.

2) Літературний клуб/кіноклуб.

Література та кіномистецтво можуть мати потужний зцілюючий ефект. В колі друзів та спеціально запрошених гостей будуть обговорювати нові та улюблені старі сюжети, ділитися власною творчістю.

3) Арт-терапія.

Арт-терапія, як вид психотерапії, допомагає успішно долати кризові стани, працювати з психологічною травмою втрати близького, стресу. За допомогою мистецтва людина має можливість проявити та пережити болісні моменти, віднайти вихід з ситуації. Сприяє цьому робота з образами, метафорами, як глибинними переживаннями. Ефект зцілення досягається завдяки глибокому відпрацюванню психологічних травм. До методів арт терапії можна віднести: театр, малювання, ліплення, спів тощо.

4) Групова терапія в просторі «рівний-рівному».

Групові практики терапії дозволяють ширше поглянути на проблему, усвідомити, що люди- на не одинока в своїй біді, на прикладі інших побачити шляхи та можливості вирішення ситуацій і ймовірні помилки. Групова терапія спонукає до пошуку активних способів допомоги та підтримати інших, що, в свою чергу, позитивно впливає на зцілення власних травм.

5) Експерсії містом, спільне дозвілля.