

Vil du gøre en forskel for mennesker, som gennemgår en skilsmisse?

Hvis svaret er ja, er du måske en af de frivillige, vi mangler til vores selvhjælpsgrupper for mennesker, som gennemgår en skilsmisse.

Om selvhjælpsgrupperne:

“... og de levede lykkeligt til deres dages ende”. Nej, det gælder ikke altid, selv om de fleste er overbevist om det, når de bliver gift. Mange bliver skilt, eller bryder et langvarigt forhold, og det kan være en oplevelse, som vækker en masse følelser og medfører store ændringer i privatlivet. Skilsmissegruppen er et tilbud til mennesker, som har brug for at tale om disse følelser og ændringer i privatlivet uden for egen familie og vennekreds.

I selvhjælpsgrupperne mødes mennesker, der står i samme livssituation. Det at have ligestillede at dele problemer med og spejle følelser i, kan være lige netop det, der skal til for at komme igennem den svære periode i livet. Selvhjælpsgrupperne består af 4-5 deltagere med to frivillige tilknyttet, og det er her, du kommer ind i billedet.

Din rolle som frivillig:

Det er din opgave at igangsætte og afvikle selvhjælpsgrupperne. Du skal være med til at skabe et trygt rum, hvor deltagerne kan åbne op og dele erfaringer med hinanden - både det svære, sjove og positive. Du skal være med til at skabe de bedst mulige betingelser for, at deltagerne får sat ord på det, de oplever, er svært. Før du starter som frivillig, vil du få kendskab til de grundlæggende principper i selvhjælpsarbejdet, samt få information om de rammer vi arbejder indenfor.

Hvem er du:

- Empatisk, nærværende og god til at lytte
- Har lyst til at hjælpe andre og gøre en forskel
- God situationsfornemmelse og ansvarsbevidst
- Kan afsætte 2 timer hver anden uge

Til gengæld tilbyder vi:

- Ny erfaring med selvhjælp eller mulighed for at bruge din erfaring fra tidligere
- Et frivilligt job, som er nemt at passe ind i en travl hverdag
- Et frivilligt job, som giver mening, og hvor din indsats gør en verden til forskel
- Et fast team af dygtige dedikerede frivillige ved FrivilligThy
- Mulighed for deltagelse i kurser og sparring

Har det interesse, hører vi gerne fra dig.

Du kan læse mere om vores selvhjælpsarbejde på www.frivilligthy.dk