

## Na skle BUDÚCNOSTI

**Ponuka podpornej online skupiny (Large Group) pre všetkých odborníkov, pracujúcich v oblasti pomáhajúcich profesií (sociálna práca, zdravotníctvo, školstvo...).**

**Vážené kolegyně, vážení kolegovia,**

V súvislosti s pretrvávajúcou pandemickou situáciou (a nielen s ňou) Vám ponúkame priestor na vzájomné stretávanie a zdieľanie svojho pohľadu na možnosti pomoci sebe a druhým ľuďom.

Zdá sa, že toto obdobie zosilňuje potrebu spoločnej podpory. Najmä v profesiách, kde je pomáhanie druhým ľuďom náplňou práce a poslaním. Priestor je vytvorený pre všetkých, ktorí uvítajú možnosť byť v kontakte so sebou a s inými. Large Group poskytuje vhodný a bezpečný priestor k zdieľaniu skúseností, myšlienok a pocitov.

**Neostávajme v tom sami, podporujme sa navzájom.**

Sme inšpirovaní iniciatívou **#delamcomuzu** v ČR poskytujúcej podporu pre terapeutov. Od začiatku pandémie sa aktívne zúčastňujeme týchto stretnutí a vnímame ju ako obohacujúcu a inšpirujúcu. Túto skúsenosť by sme radi sprostredkovali aj Vám.

**Stretnutia budú prebiehať v intervale 6 týždňov, vždy v utorok, v čase od 19:30 do 21:00 hod. prostredníctvom videokonferenčnej platformy Zoom, bezplatne.**

**Nižšie nájdete základné inštrukcie o konaní Large Group.**

**Účasť je dobrovoľná, rovnako ako miera vlastného zapojenia do diania v skupine.**

**Začíname 19.1.2021 presne o 19:30 hod.**

Prihlásenie tu:

<https://docs.google.com/forms/d/10fgf6cH8yDmKXZ9PnKANPcLy6B7ISrjTNBzhy-VYCVQ/edit>

Pred konaním Large Group dostanete prihlasovací email.

## **Pravidlá pre účasť v skupine**

1) Základné pravidlá pre online skupinu sú rovnaké ako v skupine na mieste, najmä:

- rešpekt
- mlčanlivosť
- ochota zdieľať (skúsenosti, myšlienky, názory...)

2) prítomnosť po celú dobu trvania skupiny, t. j. 19:30 - 21:00 hodín (nepripájame sa neskôr ani sa neodpájame pred ukončením skupiny)

3) Zvoľte si priestor, kde nebudete nikým vyrušovaní a budete mať súkromie.

4) Skupina je prísne dôverná – nie je povolené natáčať ani zverejňovať výroky ďalších účastníkov alebo ich totožnosť.

5) Okrem mlčanlivosti a diskretnosti platia i pravidlá pravdivosti a zdržanlivosti. Zdržte sa prosím po dobu skupinového zážitku jedla, odchádzania, fajčenia, telefonovania, písania mailov.

6) Odporúčame, aby obrazovka občas zachytila okrem tváre i celok bytosti a prípadne výsek miestnosti.

7) Skupinu riadia a facilitujú moderátorky.

8) Moderátori tiež zodpovedajú za presný, jasný začiatok a koniec skupinového zážitku. Skupina trvá 90 minút.

## **Technické informácie**

1) V roli moderátorov budú Ľuba Pavelová a Andrea Juhásová, technickú podporu bude zaisťovať Milan Tomka

2) Prihlasovanie do zoom miestnosti bude možné od 19:15 do 19:30 hod.

3) Pre najlepšiu kvalitu prenosu zvuku odporúčame mať slúchadlá s mikrofónom a stabilné internetové pripojenie.

4) Čas medzi 19:15 a 19:30 je vyhradený predovšetkým pre technickú stránku spojenia, aby sme vyskúšali, ako sa počujeme a vidíme.

S pozdravom

Za realizačný tím

doc. PhDr. Ľuba Pavelová, PhD.