

Konsultacijų grupė

Augančios MES - prisijunkite dabar!

MES - tai visos mes: moterys, partnerės, mamos, dukros. Kiekviena, ieškanti ryšio su savimi, ryšio santykiuose ir ryšio su vaikais. Kiekviena, norinti daugiau taikos ir užtikrintumo savo gyvenime.

Dažna moteris, apžvelgusi savo gyvenimą, paliudys, kad vienas didžiausių jo virsmų – tapti mama. Kai keičiamės mes pačios, kai keičiasi santykiai poroje, požiūris į daugybę iki tol suprastų ar sužinotų dalykų.

PRISIJUNK PRIE GRUPĖS

Šioje grupėje atrandame save naujai:



Santykije su pačia savimi

Kodėl man skauda ten, kur kitoms lengva? Kodėl, žinodama, kaip noriu gyventi, vis dar taip negyvenu?



Poros santykiuose

Argi čia neturėtų būti viskas daug lengviau? Kaip skirtumus poroje paversti mūsų santarvės šaltiniu?



Ryšyje su vaikais

Kaip šiame santykije būti tiesiog savimi? Kaip sustabdyti iš kartos į kartą perduodamas traumas?



Sukurta visoms MUMS

dalinasi Dovilė ir Renata

Erdvė kiekvienai iš mūsų

Mes - Dovilė ir Renata – abi mamos, draugės, tėvystės koučerės. Dovilė augina dvynukes, yra Pagarbios Tėvystės pradininkė Lietuvoje. Renata augina sūnų ir dukrą, kuria Tėvai Ryšyje konferencijas. Iš jūsų - programų dalyvių, konferencijų klausytojų, išgirdome kad ieškote ne daugiau žinių, o lengvumo. Santykiuose su aplinkiniais, vaikais, pačia savimi. Kad norite erdvės, kurioje kartu galėtume dalintis, augti ir atrasti tai, ką kažkada giliai paslėpėme. Net nuo pačių savęs.

[PRISIJUNK PRIE GRUPĖS](#)

Ką gauna grupės narės?

Grupės veikloje galite dalyvauti pagal savo šios dienos norus ir galimybes. Čia nėra „reikia“ ar „privaloma“. Kiekviena per pokyčius keliaujame savo pasirinktu tempu.

Po 3 m. grupės gyvavimo drąsiai sakome, kad didžiausią įtaką terapiniam poveikiui ir norimiems pokyčiams grupės narėms suteikia tik šioje grupėje esanti:



Messenger grupė

Nuolatiniam ir betarpiškam dalijimuisi savo kasdieniais potyriais ir išgyvenimais. Tai saugi terapinė erdvė, kurioje gali pažinti save kasdien ir kurioje visada kažkas yra (net savaitgaliais, per atostogas ar kai nesimiega nuo rūpesčių).



Gyvi grupės susitikimai kas 6 sav.

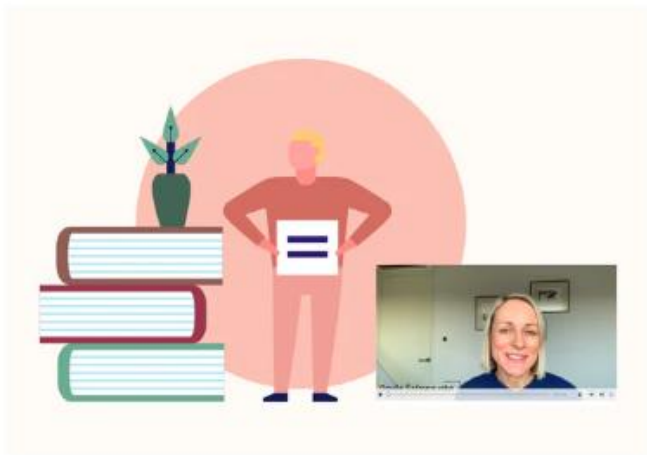
Kai neriname į praktikas, kurios mums gelbsti kasdienybėje: lengviau išbūnant su jausmais, geriau suprantant savo ar savo santykių prigimtį, kitokiu kampu pažvelgiant į gyvenimiškas nuostatas.



Metinė grupės narių stovykla

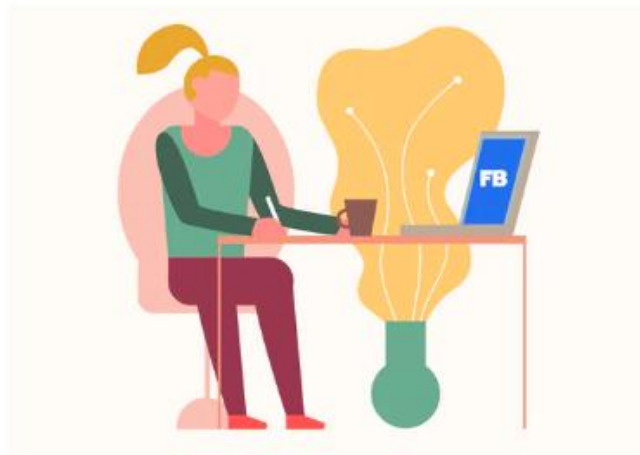
Apie ją papasakoti sunku, ją verta patirti!

Grupėje jūsų jau laukia ir tai, ką įprastai galima rasti panašiose narystėse:



Seminarų ir pokalbių biblioteka (100+ ir nuolat pildoma)

Jūsų laukia tik kruopščiai atrinkti seminarai apie vaikų auginimą ir apie savęs, tėvų, pažinimą.



Saugi ir palaikanti uždara Facebook grupė

Kad neužsimirštų jokia situacija, kurioje suabejojote, kaip elgtis, tiesiog čia pat klauskite grupėje ir sulauksite mūsų, moderatorių bei kitų tėvų įžvalgų ir patarimų.



Reguliarūs palaikymo Zoom susitikimai

Kas 2 sav. susitinkame Zoom pokalbiams. Čia keliamume giliau į tėvystės patirtis, konkrečias jūsų (arba ne) situacijas ir galimus pokyčius veiksmuose ar požiūryje.



Kūno praktikos

Tai teminės kūno praktikos, kuriomis grupės nariai naudojami kasdien arba kai prireikia papildomos pagalbos – daugiau erdvės nerimui išjausti, priimti save.



Anonimiškumas

Visus klausimus grupėje ar Zoom pokalbyje net ir jautriausias situacijas galite komfortabiliai pateikti anonimiškai.



Skaitytinos literatūros rekomendacijos

Praplėskime savo horizontus ir su knygomis! Tam į pagalbą ateina mūsų perskaityti, laiko patikrint tekstai bei išgirsti mylimų tinklalaidžių pokalbiai.

Kodėl verta būti šioje grupėje?

Čia rasite bendruomenę, bendrystę ir atvirumą vienai prieš kitą. Būdamos grupėje, taip pat galėsite daugiau laiko skirti ryšio su savimi, partneriu ir vaikais stiprinimui, nes sutaupysite jo, kai nebereiks gaišti ieškant:

- informacijos ir atsakymų – jų greitai sulauksite savo FB grupėje;
- tinkamų seminarų ir įkvėpimo tėvystėje – jie lauks bibliotekoje ir grupėje kartu su „Tėvai ryšyje“ konferencijos pokalbiais;
- saugios vietos emocijoms – zoom susitikimuose būsite išgirsti ir priimti;
- motyvacijos pasportuoti – daug lengviau, kai žinai, jog tai ne tik joga, bet ir atsisveikinimas su emocine įtampa.

Lengviau būti ramesnia mama, kai žinai, jog visada turi kam parašyti savo klausimus, abejones ar išgyvenimus ir sulaukti profesionalių bei patikimų atsakymų. Tai reiškia – turėti užnugarį mamystėje ♥.

Ką apie grupę sako mamos

”

Esu labai dėkinga už grupę-bendruomenę. Tai ta vieta, kur tėvai tikrai vieni kitus palaiko besąlygiškai, kur nėra teisimo ar kažkokio vieno „teisingo kelio“. Gilūs pokalbiai apie mus, tėvus (žmones), kur kiekviena istorija - visų istorija, nes visi joje atrandame savo šeimos situacijas. Čia daug noro suprasti, palaikyti, atliepti, „išlukštenti“ mamos/tėčio vidų - vieną sluoksnį po kito, kad geriau suprastume save. Savo tempu, su savo galimybėmis.

Trijų vaikų mama Aistė

”

Dovilė ir Renata nuostabios ir labai šiltos asmenybės. Puikiai jaučia ir nuskaito žmones ir net jei sunkiai gaunasi paaiškinti situaciją (nes pati nesusigaudau, kas vyksta), jos viską nuskaito, paaiškina ir sustato į vietas su tokia šiluma, supratingumu ir jautrumu, kad To jausmo pakeisti jokie straipsniai ar seminarai negali, nes tai asmeniška, tai ko galbūt, iš tiesų, tik ir trūksta tavo tėvystėje - gilaus ir nuoširdaus, besąlygiško palaikymo mamystės/tėvystės vingiuotame kelyje.

Mama Agnė

”

Man tai yra galia kalbėti, kas daro šią grupę labai stiprią. Ir ta galia atsiranda tada, kai išdrįsti pasakyti taip, kaip yra iš tikrųjų - kaip nerašo jokios knygos, nesako draugės, giminės, pažįstami - nes yra ta motinystės pusė, kuri negraži, neblizga, kuri sunki išbūti, sunki papasakoti. Bet kai istorijos prakalbina, supranti, kad plauki ta pačia kryptimi, ir taip gera jausti, kad tu ne vienas, kad tu ne kitoks, kad tu legalus su viskuo, ką jauti. Ir kad yra būdai, kaip visame tame sunkume būti - apie juos grupėje daug kalbamės, jų paslaptis paprasta - praktikuoti, jei tai darai - jie tikrai veikia.

Dviejų dukryčių mama Rūta



Ko grupėje nebus:

Mes visos keliaujame ir tik tu žinai, koks kelias tavo. Todėl nebus patarimų, kur turi nukeliauti, kuo tapti ar kokia būti. Čia nėra „teisingo ar teisingesnio gyvenimo“ mokykla, kurioje kažkas žino geriau už tave. Čia tu saugi su viskuo, su kuo ateini. Čia pasiliks tai, ką jau norisi nusimesti.



Tempas

Visi įrašai, diskusijos ir atsakymai klausimai bus pasiekiami grupėje jūsų pasirinktu laiku ir galės būti perklausomi neribotai. Norite dalyvauti aktyviai? Puiku, lauksime jūsų gyvuose susitikimuose.



Įpročiai

Praktika rodo, kad iš anksto žinodami susitikimų laikus, žmonės pamažu įpranta susiplanuoti šį laiką sau. Juolab, kad susitikimai bus įrašomi, įrašai patalpinami grupėje, o ryšio su kūnu praktikos reguliariai kartojamos.



Bendruomenė

Vieniems mūsų svarbiau žinios, kitiems patirtys ar bendrystė. Pasirinksite tai, kas jums aktualiausia šiuo metu ir kelionę pradėsite būtent ten.

VERTĖS	MĖNESINĖ NARYSTĖ	METINĖ NARYSTĖ
Kaina	30€/mėn.	299€/metams (24,9€/mėn.)
Konferencijos „Tėvai ryšyje“ įrašai - vertė 388€	●	●
Uždara FB grupė	●	●
Zoom susitikimai kas 2 sav. + susitikimo įrašas	●	●
Kūno praktikų įrašai	●	●
Video seminarų biblioteka (nuolat pildoma) – vertė 312€	●	●

Apmokėjimas

Pajungimai prie grupės vyksta per 1 d. d. nuo patvirtinto mokėjimo gavimo.

Pasirinkus kasmėnesinį abonementą, jo kaina nuskaitoma nuo jūsų sąskaitos automatiškai kas mėnesį.

Narystę galima sustabdyti bet kuriuo metu, apie tai pranešus el. paštu: labas@mylu.lt. Sustabdžius abonementą, jis dar galios iki apmokėtos datos, tačiau automatiškai pratęstas nebus. Mokesčio likutis negražinamas.

PRISIJUNK PRIE GRUPĖS