

Head lapsendaja-, eestkoste- ja hoolduspered!

Peamine põhjus lapsendada või saada hooldusvanemaks on täiskasvanu vajadus olla ema või isa ning sel moel pakkuda hoolitsust mõnele vanemlikku hoolt vajavale lapsele. Tihti on lapsendajate seas inimesi, kes on proovinud lapsi saada kunstliku viljastamise teel (IVF), kuid paraku pole katsed alati õnnestunud või protsess on hakanud venima. IVF katsetuse teekond on viinud mitmed paarid lapsendajaks soovijate nimekirja ning algab uus ootamine. Kuidas jääda selles teekonnas ellu, kuidas hoida oma ressursse ja lootust, vältida negatiivseid tundeid ja kõigega kohaneda?

Ootame teid osa võtma grupinõustamisest „Teekond kunstlikust viljastamisest lapsendamiseni!“ Grupinõustamine toimub kokku neljal korral. Grupinõustamine sisaldab järgmisi teemasid:

1. Viljatusest teadasaamine, sellega toimetulek
2. Raviprotsess - pidev ootamine ja proovimine
3. Häbi ja süütunne, IVF saladus
4. Organismi reaktsioonid IVF-i ajal
5. Paarisuhe IVF-i ajal, üksteise mõistmine, toetamine
6. Kas ainuke võimalus last saada on IVF?
7. Loobumine ja uued otsused

#### **Eelnevatel grupinõustamistel osalejad arvasid nii:**

*„Grupinõustamine andis meie suhtele uue perspektiivi. Kui mitmeid võimalusi on veel lisaks IVF-le, kuidas lapsevanemateks saada. Isegi, kui alternatiivid käiku ei lähe (hoolduspere, lapsendamine), saab teistega lugusid jagades toetust ka käimasolevatele protsessidele. Inimesed, kes on läbi elanud sarnaseid kogemusi, oskavad teineteisele suureks toeks olla. Infot antud teemade kohta on palju ning grupinõustamisel sai läbi võtta olulisemad verstepostid. Iseseisvalt ja paarisuhtes saab neid põhjalikumalt uurida ning arutada, kuid infoseeme on juba istutatud. Loodan, et paljud paarid saavad edaspidi sellest grupinõustamisest tuge ja teadmisi. ♥“*

*„See grupinõustamine on hea võimalus oma IVF-i teekonnal kogetud raskusi jagada. Sageli ei ole võimalus välja rääkida, sest sind ei pruugita tavainimeste hulgas sel teemal mõista. Jagatud mure on pool muret. Sinu kogemus võib olla kellegi teise tulevik ja nad oskavad erinevaid IVF-lahendusi juurde saada. Sinu mure peale jagamist ei pruugigi olla enam nii suur ja võimalik, et sinu hirmud on kellegi teise poolt grupis võib-olla juba lahenduse leidnud. Julgus end avada julgustab ka teisi avama. Kus seda parem oleks teha, kui teiste sarnase taustaga inimestega.“*

#### **Grupinõustamise läbiviijad:**

Helen Hiie - eestkostja ja PRIDE õpetaja

Pille Teder – PRIDE õpetaja ja IVF kogemusnõustaja

**AEG:** Grupinõustamine toimub kokku 4-6 korda. **Esimene kord on 12. veebruar 2019 kell 17:30-20:45**

**KOHT:** Hiiu 42, Tervise Arengu Instituut

**Registreerimine:** [kirsti@omapere.ee](mailto:kirsti@omapere.ee)