

Skupina slyšení hlasů

První setkání bude
13. 6. 2019
v **18:00 – 19:30 hod.**

Dále pak 1x za 14 dní na
adrese:

Gymnázium Strakonice,
Máchova 174



Pokud potřebujete vědět více a získat další informace, ozvěte se nám.

Kontakty na nás:

E-mail: hlasy.strakonice@gmail.com

Telefon: **+420 606 291 739**

Skupina slyšení hlasů

Co jsou hlasy, vidění, neobvyklé vnímání?

Máte zkušenost se slyšením hlasů?

Chcete sdílet svoji zkušenost se slyšením hlasů a jiným vnímáním reality?

Chcete zjistit jak to vnímají jiní nebo najít inspiraci jak život s hlasy zvládat?

Přijďte mezi nás!



První návštěva

Návštěvu není nutné předem domlouvat, stačí jen přijít. Každý člen skupiny se zapojuje dle svých možností a potřeb, pokud zrovna necítíte potřebu mluvit, můžete s námi jen zůstat. Účast na setkáních je dobrovolná a anonymní. Sami se rozhodnete, jak často chcete chodit a jak aktivně se zapojit.

Respektujeme, že ...

- Ten, kdo má zkušenost se slyšením hlasů, nemusí být nutně nemocný.
- Každý člověk je individuální a potřebuje své vysvětlení, porozumění.
- Slyšení hlasů má často příčiny v traumatizujících nebo emočně silných životních událostech.
- Mluvit o svých prožitcích a pochopit je je základní lidská potřeba.



Pro koho jsou skupiny určeny

Skupiny jsou určeny lidem s prožitou zkušeností se slyšením hlasů nebo jiných neobvyklých vjemů.

Kdo skupiny facilituje (moderuje)

Naše skupina je facilitována dvojicí lidí, z nichž jeden má vlastní zkušenost s neobvyklými jevy, např. hlasy a alespoň jeden má zkušenost s facilitováním skupin. Facilitátor je rovnocenný člen skupiny, může rovněž sdílet svoji zkušenost spojenou s tématem slyšení hlasů. Nikdo zde není „expertem“, který ví všechno.

Pravidla fungování skupin

Skupiny fungují na principech celosvětového hnutí Slyšení hlasů (Hearing Voices Movement)

Více informací o síti Slyšení hlasů:

www.intervoiceonline.org

www.hearing-voices.org

www.slysenihlasu.cz

Skupiny „slyšení hlasů“ jsou bezpečným místem, kde je možné:

- Sdílet své zkušenosti jako jsou slyšení hlasů, neobvyklé smyslové vnímání apod.
- Mluvit s ostatními o prožitcích, které v souvislosti se zažíváním neobvyklých vjemů máte.
- Naslouchat prožitkům druhých a vzájemně se inspirovat k možným způsobům, jak se vyrovnat se s těmito zážitky.
- Získat porozumění, empatii, vzájemnou pomoc a podporu, přijetí a zájem druhých.
- Mít možnost hledat osobní význam hlasů ve vašem životě.
- Nebýt na to sám a nemít strach o tom promluvit či se zeptat.
- Skupiny nabízejí lidem příležitost přijmout svou neobvyklou zkušenost a zmírnit obtíže, které hlasy mohou přinášet do jejich života. Jsou založeny na principu svépomoci, respektu a rovnosti.