

Haluatko tutustua taustaasi ja sitä kautta itseesi paremmin?

Kiehtooko sukusi tunnettu tai vielä tuntematon tarina sinua?

Haluatko saattaa oman tarinasi tai sukusi tarinan kirjalliseen muotoon?

Syyhyttääkö kaapissa jo odottava materiaali sormiasi tai jäikö kirjoittaminen aiemmin kesken?

Kaipaatko aloittamiseen ryhmän tukea? Hyötyisitkö keskustelusta sukuun liittyvien aiheiden tiimoilta?



Elämäkertaa kerrakseen

**Kirjallisuusterapeuttisin menetelmin kirjoittava
elämäkerrallisen kirjoittamisen ryhmä**

**Kahdeksan kertaa keskiviikkoisin 2.9., 16.9., 30.9., 14.10., 28.10., 11.11.,
25.11. ja 9.12.2026 klo 17–19**

Ohjaajana psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti **Silja Mäki**, Psykoterapiapalvelu Silja Mäki
Ryhmä kokoontuu osoitteessa **Mannerheimintie 93, 00270 Helsinki.**

Ryhmässä kirjoitetaan pieniä tekstejä, luetaan niitä ääneen ja keskustellaan niiden ja aiheiden herättämistä ajatuksista ja tunteista. Varsinainen kirjoittaminen tapahtuu kotona, joko ohjaajan antamien tehtävien avulla tai jokaiselle jäsenelle ominaisella tavalla.

Mukaan voi tulla ilman valmista materiaalia ja lähteä sitä vähitellen keräämään. Ryhmässä voi niin ikään kirjoittaa itselleen pieniä katkelmia ilman ajatusta laajemmasta kokonaisuudesta. Mahdollista on myös työstää laajempaa tekstikokonaisuutta sukulaisille tai julkaistavaan muotoon tai jatkaa aiemmin kesken jäänyttä kokonaisuutta.

Haastattelut (n. 20 min) ryhmästä kiinnostuneille ovat ke 26.8. ja 27.8. klo 17–19, tarvittaessa myös etäyhteydellä. Haastatteluajan varaus puh. (09) 1351 268 arkisin klo 9–13.

Ryhmämaksu on 60 euroa.



Ryhmän järjestää Suomen Valkonauhaliitto yhteistyössä STEP-opintokeskuksen kanssa.



Suomen Valkonauhaliitto, Liisankatu 27 A 3, 00170
Helsinki, www.suomenvalkonauhaliitto.fi

Lisätietoja kirjallisuusterapiasta
www.kirjallisuusterapia.net ja ohjaajasta
www.terapiasiljamaki.fi