

# Verum við

hópastarf fyrir ættleidd börn.

“Verum við” er hópastarf fyrir ættleidd börn fædd 2002 til 2004 haldið á vegum Íslenskrar ættleiðingar. Hópurinn mun halda til í Félagsmiðstöðinni Bústöðum og hittist í fyrsta skipti kl. 11:00 laugardaginn 31. janúar n.k. Gert er ráð fyrir að hittast vikulega í átta skipti, tvær klukkustundir í senn. Í fyrsta tímunn koma foreldrar með börnin sín þar sem leiðbeinendur kynna sig og hópastarfið. Lögð verður áhersla á góða samvinnu við foreldra.

Markmið hópastarfsins er að skapa vettvang fyrir börnin að hittast, hafa gaman saman, líða vel, styrkja sig sem einstaklinga og sem hóp, læra eitt og annað um lífið og tilveruna og ýmis verkefni sem ættleidd börn mæta í lífinu. Gert verður ýmislegt skemmtilegt, áhugavert og spennandi bæði í Bústöðum og utan þeirra. Þátttakendur munu hafa áhrif á dagskrá hópastarfsins og taka sér ekkert fyrir hendur nema að þau vilji það og treysti sér til þess. Allt sem fer fram í starfinu er trúnaður. Stefnt er að því að leiðbeinendur útbúi fjésbókarhóp og netfangalista til þess m.a. að auðvelda skilaboða- og samskiptaleiðir fyrir þátttakendur og foreldra þeirra. Dæmi um hópaverkefni eru:

- Mikilvægir þess að setja sér markmið. Í samvinnu hópsins og með hjálp leiðbeinenda ákveða börnin í byrjun námskeiðs hvaða markmið þau vilja setja sér og ná bæði fyrir sig sem einstaklinga og fyrir hópinn sjálfan.
- Að ögra sjálfum sér. Að takast á við krefjandi verkefni og sigra sjálfan sig.
- Að vera öðruvísi. Upplifun þátttakenda að vera öðruvísi og kostum þess og göllum.
- Mikilvægi hópsins. Að efla hópinn og traustið. Styrkleiki þess að mynda eina heild og jákvæðir þættir fjölbreytileikans. Einn getur ekki allt en saman getum við nánast allt.
- Samskipti og tjáning o.þ.á.m líkamstjáning . Rödd og raddbeiting. Virk hlustun. Einhliða tjáning og gagnkvæm tjáning.
- Framkoma. Bæði almenn framkoma, hvernig birtust við öðrum og að tala í hóp eða fyrir framan hóp.
- Sjálfmynd. Áhrifaþættir þess hvernig metum við okkur sjálf og hvernig aðrir sjá okkur, hegðunar okkar og annarra. Umræður um það hver maður sé, að þekkja sjálfan sig, kosti sína og galla, styrk- og veikleika, að njóta sín, að líða vel með sjálfum sér, vera sáttur í eigin skinni.
- Virðing fyrir sjálfum sér og öðrum.
- Fellst lykillinn að skilja sjálfan sig betur í auknum skilningi á því að vera ættleiddur?
- Hvað fellst í því að vera ættleiddur og hverjir eru helstu kostir og gallar þess?

Leiðbeinendurnir eru Júlíus Þór Sigurjónsson og Kristín Lovísa Lárusdóttir sem eru ættleidd og hafa bæði mjög mikla reynslu að vinna með og að vera í samskiptum við börn og unglinga (sjá hér fyrir neðan nánari upplýsingar um þau).

Í fagteymi sem stendur að baki leiðbeinendunum eru Lárus H. Blöndal, sálfræðingur Íslenskrar ættleiðingar, Hulda Sólrún Guðmundsdóttir, sálfræðingur og Gíslína Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Pollyanna.is. Öll eru þau foreldrar ættleiddra barna.

## Verum við

Staður: Félagsmiðstöðin Bústaðir.

Stund: Laugardagur kl. 11:00 – 13:00, 31. janúar til 21. mars.

Verð: 25.000.

Skráning er á skrifstofu Íslenskrar ættleiðingar annað hvort á [isadopt@isadopt.is](mailto:isadopt@isadopt.is) eða í síma 588 14 80.

## Upplýsingar um leiðbeinendur námskeiðsins.



### **Júlíus Þór Sigurjónsson.**

Fæddur í Indónesíu árið 1981 (33 ára).

Ættleiddur til Íslands árið 1981.

Atvinna: Grunnskólakennari.

Júlíus hefur starfað sem umsjónarkennari á miðstigi í Digranes- og Álfhólsskóla frá því 2006.

Júlíus hefur stundað íþróttir frá unga aldri, lengst af í fimleikum, fótbolta og körfuknattleik. Hann var þjálfari í körfuknattleiksdeild Breiðabliks frá 1997 til 2006. Á þeim tíma sótti hann fjölmörg námskeið tengd þjálfun í körfuknattleik. Júlíus hefur stundað og keppt í vaxtarækt á vegum IFBB.



### **Kristín Lovísa Lárusdóttir.**

Fædd í Kólumbíu árið 1992, (22 ára).

Ættleidd til Íslands árið 1994.

Atvinna: Frístundaleiðbeinandi.

Kristín Lovísa hefur lokið þjálfaragráðu 1 og 2 frá KSÍ ásamt því að vera með þjálfaragráðu frá ÍSí frá Fjölbrautaskólanum í Breiðholti.

Kristín Lovísa æfði fótbolta frá 6 ára aldri fram til tvítugs. Hún starfaði sem þjálfari í yngri flokkum hjá Val 2008-2010 og hjá Aftureldingu 2010-2012. Þá starfaði hún sem leiðbeinandi á leikjanámskeiðum hjá félögunum yfir sumartímann.

Síðan haustið 2013 hefur Kristín Lovísa unnið sem frístundaleiðbeinandi. Skólaárið 2013 – 2014 vann hún á frístundaheimili fyrir 6 til 9 ára börn og vannur í dag í félagsmiðstöðvum í Breiðholti fyrir 13 til 15 ára ungmenni.

Frá 2012 til dagsins í dag hefur Kristín Lovísa verið með fræðslu fyrir hóp Samtakana 78 og farið í skóla og á vinnustaði ásamt því að hafa setið í stjórn Q-félags hinsegin stúdenta síðan 2013. Á vegum þeirra hefur hún tvisvar sinnum verið leiðbeinandi í alþjóðlegum sumarbúðum fyrir Hinsegin ungmenni og einu sinni verið leiðbeinandi fyrir hönd Fólfgang, félag hinsegin aktívista.