

Korte metten met geweld

Gespreksgroep



sterker

sociaal werk

Korte metten met geweld

Sterker sociaal werk en Moviera bieden samen de gespreksgroep ‘Korte metten met geweld’ aan, voor vrouwen die slacht-offer zijn (ge-weest) van huiselijk geweld.

Geweld

Het meemaken van geweld heeft grote gevolgen voor je leven. Het is niet altijd mogelijk en makkelijk om dit te bespreken met mensen uit je omgeving. Deze gespreksgroep geeft vrouwen die in dit soort situaties zitten of hebben gezeten de mogelijkheid om hierover met elkaar in gesprek te gaan. Het praten met lotgenoten kan opluchten en helpen om met je ervaringen om te gaan.

Doel van de gespreksgroep

Het doel van deze groep is empowerment: vrouwen leren geloven in hun eigen kracht en het geweld te stoppen. Om te kunnen deelnemen aan de gespreksgroep is het belangrijk dat je je verhaal wil, en kunt vertellen en dat je ook naar anderen kunt luisteren als zij iets met jou willen delen.

Thema's

- Spiraal van geweld Veiligheid
- Time-out
- Zelfbeeld, opkomen voor jezelf
- Leren je grenzen aan te geven
- Kracht van de gedachten
- Verantwoordelijkheid nemen
- Gevolgen van geweld voor je kinderen

Praktische informatie

- Duur: 8 bijeenkomsten van ongeveer 2 uur. Vooraf vindt een intake-gesprek plaats.
- Aantal deelnemers: 8
- Kosten: deelname aan deze gespreksgroep is gratis.
- Waar en wanneer: de gespreksgroep vindt plaats in Nijmegen. De locatie is goed bereikbaar met het openbaar vervoer en heeft goede parkeergelegenheid.

Sterker sociaal werk

juni 2019

www.sterker.nl

info@sterker.nl

088-00 11 333