

Liebe Frauen, liebe Interessierte an der Selbsthilfegruppenarbeit,

wir werden in der ersten Hälfte des Jahres 2023 eine neue Selbsthilfegruppe ins Leben rufen, die sich an Frauen wendet, welche sexualisierte **Gewalterfahrungen im Erwachsenenalter** machen mussten.

Viele junge Frauen machten die Erfahrung, dass in Feierlaune, unter Alkohol- o. gar k.o.-Tropfen-Einfluss, ihre Grenzen überschritten wurden. Andere mussten schlechte Erfahrungen mit Freunden, Partnern oder Ex-Partnern hinnehmen. Einige Frauen erlebten Übergriffe am Arbeitsplatz, im digitalen Raum oder auch von Fremdtätern. Viele kämpfen seither mit Ängsten oder anderen Symptomen.

So vielfältig die Felder auch sind, meist ist den Frauen gemeinsam, dass sie sich isoliert fühlen und wenige Ansprechpartner zur Verfügung stehen. Oft blockieren auch Schamgefühle die Möglichkeit sich zu öffnen und der Gedanke, Andere könnten sie nicht verstehen. Mit Gleichgesinnten und betroffenen Frauen gelingt der Kontakt oft leichter.

Wir im Notruf haben sehr gute Erfahrungen mit der Selbsthilfegruppenarbeit gemacht. Sie bietet einen Raum, sich mit Anderen im kleinen Rahmen auszutauschen und somit aus der Isolation bei diesem Thema zu kommen.

Auch begleitend zu Beratungsgesprächen oder Therapie, ist die Selbsthilfegruppenarbeit sehr bereichernd und hilft den Frauen bei der Aufarbeitung.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse jederzeit an uns! Es sind Plätze frei!

Ihre Ansprechpartnerin ist Andrea Erl – sie berät Sie gerne und bespricht mit Ihnen alle Möglichkeiten.

Kontakt: Von Montag bis Mittwoch von 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr unter 0941-24171

