

Grupa Wsparcia Dla Osób Doznających Przemocy Domowej

Grupa Wsparcia Dla Osób Doznających Przemocy Domowej

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grzmiącej dostrzegając potrzeby osób uwikłanych w przemoc domową prowadzi nabór do bezpłatnej grupy wsparcia dla osób doznających przemocy domowej oraz zagrożonych przemocą domową celem wsparcia ich w przezwyciężeniu trudnych sytuacji życiowych.

Uczestnictwo w spotkaniach grupy wsparcia jest dobrowolne. Można dołączyć do grupy w dowolnym momencie, opuścić ją, kiedy się chce i wrócić, gdy zaistnieje taka potrzeba. W grupie wsparcia obowiązuje zasada dyskrecji – uczestnicy są zobowiązani do pozostawienia tylko dla siebie tego, co mówią i słyszą podczas spotkań.

Osoby biorące udział w grupie wsparcia będą miały możliwość wymieniać własnych doświadczeń, a także ich odreagowania i otrzymania emocjonalnego wsparcia. Uczestnicy grupy wsparcia dzielą się swoimi doświadczeniami, uczuciami, przeżyciami, wątpliwościami, bez obawy przed krytyczną oceną lub radami. Jeżeli uczestnicy grupy nie są gotowi by mówić o sobie, słuchają innych i czerpią z ich doświadczeń.

Ważnym punktem w działaniach grupy będzie:

1. dzielenie się doświadczeniem i wsparciem emocjonalnym,
2. dodawanie sobie wzajemnej odwagi w celu przezwyciężenia poczucia bezradności,
3. przezwyciężanie poczucia wstydu, poczucia winy oraz budowanie siły, nadziei i poczucia wartości wśród uczestników grupy,
4. walka z poczuciem osamotnienia z własnymi problemami,
5. odkrywanie na nowo własnej wartości i poszanowania dla własnej osoby,
6. dostarczanie motywacji i energii do działań mających na celu rozwiązanie problemu,
7. zdobywanie wiedzy dotyczącej zjawiska przemocy w rodzinie,
8. pogłębianie wglądu u uczestników grupy oraz szukanie wspólnymi siłami rozwiązań trudnych sytuacji,
9. zaspokajanie potrzeby kontaktów społecznych w grupie o wspólnych interesach, wspólnych problemach,
10. zaspokajanie potrzeby akceptacji i zrozumienia ze strony innych,
11. wzmacnianie poczucia własnej wartości, poczucia siły i sprawstwa.

Potrzebę zorganizowania spotkań grupy wsparcia dla osób doznających przemocy domowej oraz zagrożonych przemocą domową prosimy zgłaszać do Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Grzmiącej do dnia 28 listopada 2025 r.

telefonicznie 94 37 36 878 wew. 63, 64, 65,

osobiście: ul. 1 Maja 7, 78-450 Grzmiąca.

Spotkania będą odbywać się cyklicznie w siedzibie Ośrodka Pomocy Społecznej po zebraniu wystarczającej liczby osób zainteresowanych udziałem w zajęciach.