



## Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

# Grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy domowej



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej dostrzegając potrzeby osób uwikłanych w przemoc domową wychodzi z inicjatywą w formie grupy wsparcia skierowanej do osób doświadczających przemocy domowej celem wsparcia ich w przezwyciężeniu trudnych sytuacji życiowych.

Osoby biorące udział w grupie wsparcia będą miały możliwość wymieniać własnych doświadczeń, a także ich odreagowania i otrzymania emocjonalnego wsparcia.

Ważnym punktem w działaniach grupy będzie:

- motywowanie do podejmowania działań, których oczekiwanym rezultatem będzie przerwanie występowania przemocy domowej,
- praca z uczestnikami grupy wsparcia w oparciu o techniki warsztatowe pozwalające na zdobycie praktycznej wiedzy w radzeniu sobie z trudnościami dnia codziennego,
- pomoc psychologiczna, okazanie wsparcia w wyjściu z izolacji i pomoc w przywróceniu umiejętności kierowania swoim życiem i samodecydowania o sobie,
- informowanie o różnych formach świadczonej pomocy w tym interwencji Policji w sytuacji konieczności powstrzymania przemocy ze strony sprawcy,
- wsparcia w postaci porady prawnej uzyskanej na spotkaniu z radcą prawnym w sprawach sądowych,
- prowadzenia zajęć w oparciu o komunikację społeczną, trening asertywności i rozwoju osobistego, stawiania granic oraz koncentracji na własnej zmianie wewnętrznej,
- podjęcie działań pozwalających na branie odpowiedzialności za siebie i uwalnianie od przekonania o odpowiedzialności za partnera.

Spotkania mają charakter terapeutyczny lub edukacyjny, co uzależnione jest od oczekiwań uczestników.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej zachęca do kontaktu telefonicznego pod numerem **(18) 33-37-912**.

Dzwoniąc pod wskazany numer można uzyskać szczegółowe informacje. Informacji udziela Pani **Joanna Kuźniacka**.