

Selbsthilfegruppen

Das Angebot von Selbsthilfegruppen eröffnet betroffenen Frauen die Möglichkeit der gegenseitigen Unterstützung.

Das heißt:

- sich mit anderen Betroffenen austauschen, voneinander lernen.
- Kontakt mit anderen betroffenen Frauen bedeutet, mit den Gewalterfahrungen auf Verständnis zu stoßen.
- Gemeinsam Strategien für die derzeit anstehenden Probleme finden.

In den Räumen des NOTRUF e.V. finden - zumeist wöchentliche Treffen - von Selbsthilfegruppen statt.

Es treffen sich Gruppen zu den Schwerpunkten:

- sexualisierte Gewalt in der Kindheit
- sexualisierte Gewalt im Erwachsenenalter

Neue Selbsthilfegruppen werden bei den ersten 5 Treffen von Mitarbeiterinnen des NOTRUF e.V. begleitet und finden dann selbständig gestaltet statt.

Angeleitete Gruppen:

Der NOTRUF e.V. hat ein neues Konzept für angeleitete Gruppen erarbeitet. Im Gegensatz zu den Selbsthilfegruppen werden hier die Betroffenen über einen längeren, zeitlich festgelegten Rahmen von Mitarbeiterinnen angeleitet und unterstützt.

Frauen, die an einer Teilnahme in einer Selbsthilfegruppe interessiert sind, können telefonisch zu den Bürozeiten Kontakt zum NOTRUF aufnehmen.