

Information om samtalsgrupp – icke våldsgrupp för män

Mansrådgivningen planerar att starta en grupp under 2012 för män som har kontakt med rådgivningen.

Gruppen kommer att bestå av 5 – 7 deltagare och 2 gruppledare (Kjell o Dan) och man går i gruppen under 16 tillfällen eller mer.

Vi planerar att träffas måndagar varje vecka mellan 16.00 till 17.30.

Det är en öppen grupp och det kan komma till nya deltagare när någon har slutat eller det finns utrymme.

Syftet med gruppen är att:

- förmedla kunskap om våld och hur det påverkat den som utövat våld och påverkat andra. Öka kunskapen om sig själv
- bearbeta erfarenheter av att utövat våld
- ta ansvar för utövat våld och träna på att tankemässigt och känslomässigt hitta nya sätt att bete sig på som inte leder till våld

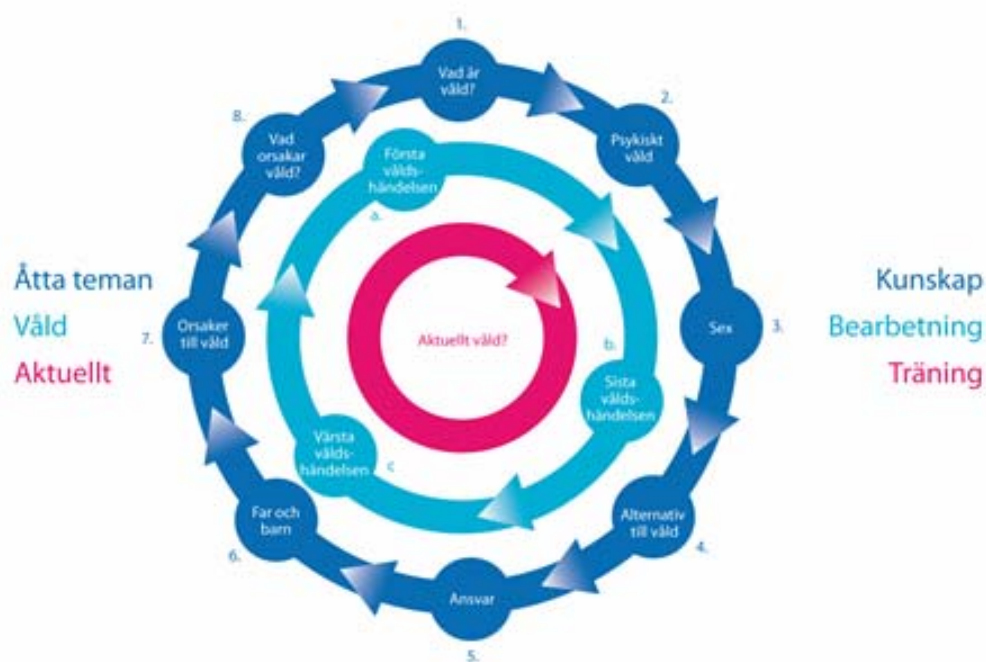
Fördelar med grupp

- att dela svåra upplevelser och händelser med andra gör att det blir lättare att leva med
- att lyssna på andra sätter igång tankar om hur jag har löst mina problem
- att förstå och uppleva att jag inte är ensam om dessa bekymmer kan minska på skam och skuld

För mer information: Kjell 036-10 25 13 eller Dan 070 392 32 29

I gruppen kommer vi att arbeta med 8 teman.

- 1 Vad är våld
- 2 Psykiskt våld
- 3 Sex
- 4 Alternativ till våld
- 5 Ansvar
- 6 Far och barn
- 7 Orsaker till våld
- 8 Vad åstadkommer våld/konsekvenser



Alla i gruppen kommer att få hjälp med att bearbeta första, värsta och sista våldshändelsen.