

Vertaistukiryhmä poliittisesti aktiivisille naisille

NYTKIS, Mieli ry ja Naisten Linja järjestävät syys-lokakuussa 2021 verkossa kokoontuvan, viiden viikon mittaisen vertaistukiryhmän poliittisesti aktiivisille naisille, joihin on kohdistettu yhteiskunnallisen aktiivisuutensa vuoksi vihapuhetta tai muita häirinnän muotoja. Ryhmässä voit jakaa kokemuksiasi anonymisti ja keskustella muiden samaa kokeneiden kanssa kriisi- ja väkivaltatyön ammattilaisten tuella.

Hae mukaan 12.9. mennessä!

Kenelle ryhmä on tarkoitettu?

Ryhmä on tarkoitettu poliittisesti aktiivisille naisille (itsemäärittelyä kunnioittaen), joihin on kohdistettu vihapuhetta tai muita häirinnän muotoja, kuten pelottelua, häpäisyä, uskottavuuden kyseenalaistamista tai hiljentämisyriytyksiä. Olet tervetullut ryhmään riippumatta siitä, millaista poliittinen vaikuttamisesi on luonteeltaan. Kokemukset voivat olla tuoreita tai niistä voi olla kulunut jo pidemmän aikaa. Mikään kokemus ei ole liian vähäpätöinen jaettavaksi.

Miksi minun kannattaa tulla ryhmään?

Häirinnän kohteeksi joutuneet kokevat usein samoja asioita kuin väkivaltaisen trauman kokeneet. Kokemukset saattavat saada mielen järkkymään, sekä haavoittaa myös muilla tavoin elämän eri osa-alueilla. Kokemusten kanssa ei tarvitse jäädä yksin. Avun hakeminen voi auttaa lievittämään koetun häirinnän seurausten haittavaikutuksia.

Muiden samaa kokeneiden kanssa keskusteleminen auttaa ymmärtämään, että et ole kokemuksesi kanssa yksin. Ryhmässä saat tukea, ymmärrystä, kannustusta ja vinkkejä tilanteeseesi samaa kokeneilta. Myös vertaistuen antaminen on merkityksellistä. Ryhmässä saat keinoja oman jaksamisesi tukemiseen sekä luotettavaa tietoa mielen hyvinvointiin ja häirinnän vaikutuksiin liittyen.

Miten ryhmä kokoontuu?

Ryhmä järjestetään osallistujien toiveiden mukaan joko viikoittaisten videopuheluiden välityksellä tai täysin anonymina, tekstipohjaisena keskusteluryhmänä, johon voi osallistua silloin kuin itselle parhaiten sopii. Samat osallistujat ovat mukana ryhmässä alusta loppuun. Ryhmässä noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita, ja kaikki keskustelut ovat luottamuksellisia. Ryhmän kieli on suomi, ja osallistuminen on maksutonta. Voit osallistua tietokoneella tai mobiililaitteella.

Haluan mukaan, miten toimin?

Täytä [täältä](#) löytyvä hakulomake. Kaikkien ilmoittautuneiden kanssa käydään alkuhaastattelu, jossa saat lisätietoa ryhmästä ja ohjaaja kartoittaa tilannettasi ja toiveitasi. Ohjaajat ovat sinuun yhteydessä tekstiviestillä haastattelun sopimiseksi. Haastattelun jälkeen ryhmäläiset saavat ohjeet ryhmään liittymiseksi. Hakulomake on avoinna 12.9.2021 saakka.

On tärkeää, että saat tukea kokemuksiisi. Sinä et ole yksin. Me olemme puolellasi.

Mietitkö omaa kokemustasi häirinnästä, ja haluaisit kuulla lisää ennen ryhmään hakemista? Lisätietoja saat Jasminalta (050-9110432 tai jasmina.haapanen@naistenlinja.fi).

Muistathan myös Naisten Linjan Turv@verkko-hankkeen palvelut verkkohäirintää kokeneille naisille, sekä [Mieli ry:n palvelut](#) mielen hyvinvoinnin tueksi.

