

“Punto e a capo”

Gruppi gratuiti di sostegno e relazione per donne vittime di violenza, maltrattamenti o abusi.



Anche nel 2020 il **Telefono Rosa Piemonte di Torino** organizza gruppi gratuiti dedicati a donne vittime di maltrattamenti, abusi, violenza. Sono ormai circa 25 anni che la risorsa viene messa a disposizione delle donne accolte: nel corso del tempo, in considerazione delle loro esigenze, delle esperienze pregresse e di nuove metodologie, i gruppi hanno avuto varie costruttive evoluzioni, fino alla versione attuale

I gruppi “Punto e a capo” sono **condotti da una psicologa dell’Associazione**, esperta in supervisione di gruppi e con una prolungata esperienza con donne vittime di violenza maschile.

Tutto il percorso è incentrato sulla relazione e sulla comunicazione interna al gruppo: elementi che permettono di esprimere e di ascoltare parole, pensieri, strategie, confrontando le proprie esperienze con quelle delle altre donne partecipanti e condividendo i vissuti.

Un percorso svolto interamente nella sede del Telefono Rosa, in un luogo di relazione-intesa-fiducia dove ognuna può essere regista e protagonista del proprio cambiamento. Sono previsti **6 incontri, più un incontro finale di restituzione** e analisi dei feedback ricevuti durante il percorso. Ogni incontro avrà la durata di circa **90 minuti, con cadenza settimanale** (il giovedì, dalle ore 17 alle ore 18.30).

Secondo i dati Istat, in Italia **una donna su tre ha subito, nell’arco della propria vita, una qualche forma di violenza maschile**. Per fronteggiarla, è costretta ad investire sulle proprie risorse personali, al fine di resistere alle azioni violente: spesso ritenendo che ciò sia funzionale a salvaguardare i figli, sovente per i condizionamenti della propria famiglia, oppure perché non si sa cosa potrebbe accadere nel caso si arrivasse all’allontanamento o anche alla denuncia. Sono molte le donne che pensano, ogni volta, che “lui” possa cambiare: una speranza che non si realizza praticamente mai. Parlarne insieme significa potersi confrontare con altre donne, raccontare le proprie esperienze, narrare le delusioni, la sofferenza, la paura, il senso opprimente della violenza. Ma sempre e in ogni caso parlarne significa sentirsi meno sole.

Le partecipanti (**tra le 6 e le 8 donne per ciascun gruppo**) affronteranno i **principali nodi problematici relativi alla violenza**: conoscere quali effetti abbia la violenza sulla propria salute, anche fisica; apprendere nuove e/o differenti **strategie per affrontare la quotidianità, essendo parte attiva del proprio cambiamento**; avviare un percorso di consapevolezza del modo con cui valutare i fatti, e decidere, e gestire la scelta che verrà eventualmente presa; affrontare al meglio il tema della **genitorialità**, soprattutto quando questa viene messa in discussione proprio da parte di colui che usa o ha usato la violenza.

Uno **spazio di confronto**, quindi, in cui ci si potrà anche orientare sulle diverse opportunità del territorio, per poter individuare le risorse necessarie per la propria autonomia e tutela: senza nessun obbligo o sollecitazione verso azioni che non siano espressamente richieste o comunque maturate da ogni singola donna.

PER ADERIRE AI CICLI DI INCONTRI “Punto e a capo” E’ NECESSARIO CONTATTARE IL TELEFONO ROSA PIEMONTE (telefono 011-530666 / 011-5628314): SI VERRÀ’ INDIRIZZATE AD UN COLLOQUIO INDIVIDUALE, PROPEDEUTICO ALLA PARTECIPAZIONE, CON LA PSICOLOGA CONDUTTRICE DEI GRUPPI.