



Uit de schaduw van de ander

Zit (of zat) jij in een pijnlijke relatie? De groep *Uit de schaduw van de ander* is voor vrouwen die zelfopoffering en partnergeweld niet normaal en acceptabel vinden en ook willen dat dit stopt. We gaan er vanuit dat jij het waard bent om met respect te worden behandeld. Je mag boos worden, nee zeggen, fouten maken, van gedachten veranderen of veranderingen voorstellen. Je mag protesteren zonder daarvoor te moeten boeten.

Deelname aan de groep wil niet zeggen dat jij de relatie moet beëindigen. Het betekent: werken aan je eigen houding en bezig zijn met je eigen leven. Dit kan de relatie op een positieve manier beïnvloeden. In de groep werken we aan erkenning en verwerking van de pijn die een relatie kan geven.

Het belangrijkste doel van de groep is het vergroten van jouw eigen kracht.

Wanneer kan een relatie pijn doen?

- Wanneer jij je zo hebt aangepast aan de ander dat er geen ruimte meer is voor jouw wensen en verlangens. En je je grenzen steeds verlegt, omdat je bang bent dat er ruzie komt of hij je in de steek laat.
- Wanneer je geen contact mag hebben met vrienden of je familie.
- Wanneer je gekleineerd wordt, kort wordt gehouden, getreiterd, vernederd, bedreigd, gecontroleerd, geslagen wordt en/of je nergens naar toe mag.
- Wanneer je regelmatig geduwd, geslagen en/of uitgescholden wordt.
- Wanneer hij de kinderen slaat of zegt dat te gaan doen.
- Wanneer hij op allerlei manieren laat voelen dat hij de baas is en hij je als zijn bezit behandelt. Ook op seksueel gebied.

De opsomming is niet compleet, maar het zijn voorbeelden van relaties die niet goed voor je zijn.

Praktische zaken

Wanneer: 18-03-2019; Locatie Vogelsbleek 10,6001 BE Weert
Tijdstip: 09.30 – 12.00 uur

Kosten: deelname is gratis
Aanmelden: bel 088 - 656 06 00 of e-mail via cursus@amwml.nl

Aansluitend aan een workshop worden er 15 bijeenkomsten gepland.