



Kiusaamista kokeneiden ryhmä yläkouluikäisille

Kiusaamista kokee hyvin moni nuori, siitä ei vaan puhuta ääneen. Liian moni yrittää selviytyä yksin, eikä puhu kiusaamisesta ja pahasta olostsa toisille.

Kiusaamista kokeneiden ryhmä tarjoaa tukea ja apua kiusaamiskokemuksen käsittelyyn.

Uskalla! Tule mukaan! Älä jää yksin!



Kiusaamisen kokemukset voivat olla terveydelle ja hyvinvoinnille vaarallisia, koska ne voivat aiheuttaa erilaisia pärjäämiseen liittyviä ongelmia. Mieliala voi muuttua alakuloiseksi, ahdistuneeksi ja toimintakyky voi laskea. Kiusaamiskokemukset voivat aiheuttaa vetäytymistä omiin oloihin. Harrastuksissa käyminen voi jäädä, koulu ei kiinnosta ja toisten ihmisten kanssa ei huvita tai jaksaa viettää aikaa.

Hienoa, että uskallat käsitellä kiusaamiskokemuksiasi! Lämpimästi tervetuloa ryhmään!

Suljetussa ryhmässä saat apua ja tukea selvitäksesi eteenpäin elämässäsi. Ryhmässä on enintään kahdeksan kiusaamiskokemuksen omaavaa nuorta, ohjaajina toimii kaksi kiusaamisväkivaltaan perehtynyttä ammattilaista. Ryhmä on suljettu eli siihen valikoidaan osallistujat huolellisesti ja ryhmän käynnistyttyä siihen ei enää voi osallistua uusia jäseniä. Ryhmään ei valikoida saman luokan oppilaita.

Ryhmässä keskustellaan luottamuksellisesti ja kenenkään kokemuksia ei jaeta ulkopuolisille. Ryhmä kokoontuu viisi kertaa peräkkäisinä viikkoina noin 1,5h kerrallaan klo 15 jälkeen Kumppanuustalo Arttelissa, Tampereen Tammelassa. Ryhmässä tarjotaan pientä välipalaa. Ryhmät käynnistyvät kerran kuukaudessa tai tarpeen mukaan.

Jos tahdot, voit tehdä [Kiusaamisväkivaltakyselyn](#).

Lomake löytyy www.tampere.fi/apuakiusaamiseen -sivuilta.

Kun ilmoittaudut, ryhmään käytä tätä linkkiä: <https://palvelut2.tampere.fi/e3/lomakkeet/16924/lomake.html>

Ohjaajat

- Katri Pihlaja: katri.pihlaja@tampere.fi, puh. 040 806 3244

- Anna Walinen: anna.walinen@tampere.fi, puh. 040 133 6727

