

Что такое группы взаимопомощи

Группы взаимопомощи - это группы людей, которые оказались в похожей жизненной ситуации и которые встречаются на постоянной основе для того, чтобы делиться тем, что их беспокоит. Группа взаимопомощи - это безопасное пространство, которое позволяет участницам делиться мыслями и опытом и вместе преодолевать трудности. Группы поддержки могут функционировать в формате регулярных встреч или же в виде телефонных и онлайн-конференций.

