

Program psychologiczno-terapeutyczny dla osób doświadczających przemocy domowej

OPIS PROBLEMU

Doświadczanie przemocy domowej dotyka wielu osób. Charakterystyczne dla przemocy domowej jest wykorzystanie siły w sposób krzywdzący dla innych członków rodziny. Ofiary przemocy doświadczają lęku, bezsilności i przygnębienia. Ich ciało i psychika doznają ostrych urazów i podlegają długotrwałemu procesowi niszczącego stresu i zagrożenia. Bardzo często ofiary przemocy nie widzą możliwości wyjścia ze swojej sytuacji, czują się słabe, są odizolowane od otoczenia, czują się samotne a ich poczucie własnej wartości jest zniszczone. W rodzinach dotkniętych przemocą, zdarza się, że sprawca jest chroniony przez pozostałych członków rodziny. W wielu tych rodzinach istnieje przekonanie, że sytuacja, w jakiej się znajdują jest „normą” ogólnie przyjętą i akceptowaną. Upokorzenia i urazy fizyczne, jakich doznają od sprawców przemocy, zawstydzają je i piętnują, zwiększając coraz bardziej poczucie beznadziejności i bezradności. Nie potrafią same przerwać kręgu cykli przemocy. Potrzebne im są wsparcie i wiedza.

Mając powyższe na uwadze koniecznym jest stworzenie grupy wsparcia dla osób dotkniętych przemocą, której celem będzie odreagowywanie traumatycznych przeżyć. Ponadto grupa taka będzie miejscem gdzie uczestnicy przebywając ze sobą znajdą szansę na obronę swojej godności i prawa do życia w poczuciu bezpieczeństwa. Praca z rodzinami w obszarze przemocy jest bardzo ważna także z uwagi na dzieci pozostające w tych rodzinach, które ponoszą z tego tytułu ogromne koszty natury psychologicznej. Często z powodu braku innego wzorca postępowania kształtuje się u nich niewłaściwy sposób reagowania na sytuacje zwłaszcza trudne, czy konfliktowe.

MIEJSCE REALIZACJI PROGRAMU:

Miejscem realizacji Programu to siedziba Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Grzmiącej mieszczącego się na ulicy 1-go Maja 7, 78-450 Grzmiąca.

ADRESACI PROGRAMU:

Program skierowany jest do osób dorosłych, dotkniętych problemem przemocy domowej z terenu Gminy Grzmiąca, które doświadczyły /doświadczają przemocy w rodzinie oraz świadków przemocy, par małżeńskich/partnerskich, o których wiadomo, że ich relacja miała charakter przemocy, a które wykazują pozytywną motywację do pracy nad zmianą i rozwojem relacji rodzinnych. Adresatami również mogą być osoby podejmujące działa w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, w tym społeczność lokalna.

CEL PROGRAMU:

Celem programu jest zmiana wzorców zachowań osób, które doświadczają, doświadczają przemocy domowej – praca nad zmniejszeniem lęku, wzmocnienie poczucia sprawczości, zmiana sposobu funkcjonowania wynikająca z poczucia bezradności.

EFEKTY PROGRAMU:

Ponadto spodziewane efekty dotyczą również zwiększenia świadomości na temat przemocy domowej.

Program psychologiczno-terapeutyczny nastawiony jest na udzielanie profesjonalnej pomocy terapeutycznej osobom doświadczającym przemocy domowej, zapewnienie im bezpieczeństwa opartych na nauce uczenia i trenowania działań nakierowanych na zatrzymanie doświadczania przemocy poprzez:

- zwiększenie świadomości praw osobistych,
- nabycie wiedzy na temat zjawisk towarzyszących przemocy,
- zmniejszenie poczucia winy,
- zwiększenie poczucia własnej wartości,
- wydobywanie zasobów klienta i jego mocnych stron,
- kształtowanie prawidłowych relacji z dziećmi w rodzinach dotkniętych przemocą,
- planowanie zmian, potrzebnych do rozpoczęcia samodzielnego życia,
- nauka dbania o bezpieczeństwo własne i dzieci,
- wskazywanie obszarów kompetencji – poszukiwanie, wzmocnianie, wydobywanie zasobów osobistych,
- określenie potrzeb, wynikających z nich celów oraz ich realizacja,
- zwiększenie poczucia mocy osobistej, wpływu kontroli,

- nauka asertywności.

TREŚCI PROGRAMOWE:

1. Wprowadzenie do zajęć – zapoznanie uczestników, przedstawienie tematyki spotkań, ustalenie norm i zasad obowiązujących na spotkaniach, stworzenie regulaminu grupy.
2. Poglądy, przekonania, mity dotyczące rodziny, wychowywania dzieci, kobiety, mężczyzny, ich ról w rodzinie, wpływ własnych przekonań.
3. Zdobywanie wiedzy na temat przemocy – co tak naprawdę dzieje się w ich rodzinach i co to znaczy przemoc (cykle, fazy, własne samopoczucie w poszczególnych fazach, zachowanie partnera i własne w poszczególnej fazie, strategie „ratunkowe”).
4. Poznanie zachowania osoby stosującej przemoc w domową tj. OSP – system zachowań, które służą podtrzymywaniu przemocy, i podporządkowywaniu sobie ofiary.
5. Strategie stosowane przez ODP – syndrom wyuczzonej bezradności.
6. Strategie powstrzymywania przemocy – poszukiwanie takich zachowań i działań, które są pomocne w powstrzymywaniu przemocy.
7. Dzieci w sytuacji przemocy- odpowiedzialność rodzica za prawidłowy rozwój dziecka.
8. Komunikowanie interpersonalne.
9. Uczucia i emocje.
10. Radzenie sobie z kryzysami związanymi z doświadczaniem przemocy i nauka proszenia o pomoc.
11. Radzenie sobie z problemami wychowawczymi z dziećmi będącymi osobami doświadczającymi przemocy bądź świadkami przemocy w rodzinie.
12. Budowanie poczucia własnej wartości i poczucia sprawstwa.
13. Poszukiwanie i budowanie zasobów oraz praca nad podnoszeniem samooceny.

W trakcie trwania zajęć mogą nastąpić zmiany dotyczące tematyki bądź sposobu realizacji zajęć w zależności od potrzeb grupy.

Spotkania mają charakter terapeutyczny lub edukacyjny, co uzależnione jest od oczekiwań uczestników.

REGUŁY UCZESTNICTWA:

Zasady uczestnictwa w grupie podpisane w formie kontraktu i zawierać będą zgodę na udział w spotkaniach oraz zobowiązanie uczestnika do:

- systematycznej obecności na zajęciach,
- bezpiecznego i zgodnego z zasadami współżycia społecznego, zachowania w trakcie uczestnictwa w zajęciach,

Każde uczestnictwo osoby biorącej udział w zajęciach powinno być odnotowane na liście obecności, obejmującej: datę spotkania, czas trwania spotkania, liczbę godzin, czytelne podpisy uczestników Programu oraz prowadzących/prowadzącego oddziaływania.

DOKUMENTACJA:

Wszystkie działania podejmowane w ramach Programu są dokumentowane poprzez:

1. listy obecności,
2. podpisane przez uczestnika zgody na kontakt z instytucjami,
3. ankiety,
4. dokumentację indywidualną: ogólne zapisy — podstawowe dane informacyjno-diagnostyczne, kontrakt, tematyka spotkań-karta pracy,
5. raport

ZAŁOŻENIA ORGANIZACYJNE:

Działania edukacyjne i programy terapeutyczne będą prowadzone w formie spotkań indywidualnych i grupowych. Podstawową formą pracy są przede wszystkim spotkania grupowe uzupełnione pracą indywidualną, dostosowaną do indywidualnych potrzeb uczestnika.

Program realizowany będzie w ilości 16 godzin zegarowych : 8 godzin z zakresu edukacji i 8 godzin z zakresu psychologiczno terapeutycznego. Grupa ma charakter zamknięty (z możliwością dołączenia do grupy tylko do trzeciego spotkania). Grupa liczyć będzie pomiędzy 3 a 8 uczestników.

MONITORING I EWALUACJA:

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Grzmiącej

Zajęcia zakończą się badaniem ewaluacyjnym uczestników (ankieta), dotyczącym przebiegu i efektów oddziaływań.

Wskaźniki oceny monitoringu zajęć:

- liczba osób uczęszczających na zajęcia,
- liczba osób, które ukończyły zajęcia,
- liczba edycji zajęć.