

# **Program pomocy osobom doświadczającym przemocy domowej na terenie Gminy Brojce na lata 2024-2027**

**(działania edukacyjne, pomoc terapeutyczno-psychologiczna,  
prawna, socjalna, rodzinna)**



**Zespół Interdyscyplinarny w Brojcach**



**Brojce 2024**



**REALIZATOR PROGRAMU:** Ośrodek Pomocy Społecznej w Brojcach, ul. Długa 19A, 72-304 Brojce i Zespół Interdyscyplinarny działający przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Brojcach.

**ADRESACI PROGRAMU:** Program i działania edukacyjne skierowane są do dorosłych osób dotkniętych problemem przemocy w rodzinie z gminy Brojce, działania psychologiczne również dla dzieci za zgodą rodziców. Udział w Programie jest bezpłatny, obejmuje minimum 20 godzin zegarowych zajęć grupowych lub spotkań indywidualnych. Zajęcia odbywają w grupach od 3-6 osób.

Zajęcia indywidualne odbywają się w zależności od zgłaszanych potrzeb osób. Normą, która głównie ma obowiązywać to: bezpieczeństwo, swoboda i zaufanie.

## **Cel ogólny programu**

Program ma na celu wskazanie właściwych sposobów reagowania w sytuacji doznawania przemocy ze wskazaniem na przysługujące prawa i działania, które mogą podejmować poszczególne instytucje wspierające osoby w procesie radzenia sobie z kryzysem oraz w wychodzeniu z przemocy.

Nadrzędnym celem programu jest objęcie profesjonalną i specjalistyczną pomocą osoby uwięzione w przemoc: zarówno dotknięte przemocą jak i będące świadkami przemocy domowej. Ponadto psychoedukacja, edukacja prawna, praca socjalna i działania samopomocowe stanowią jego myśl przewodnią.

Realizacja programu dążyć ma do wzbudzenia w osobach uwięzionych w przemoc poczucia bezpieczeństwa, akceptacji i przynależności, spowodowanie wzrostu poczucia własnej wartości i sprawstwa zapobiegającemu negatywnym zjawiskom społecznym, w tym wiktylizacji i poczuciu wyobcowania.

Program obejmuje działania edukacyjne indywidualne i grupowe w zakresie podstaw prawnych i zagadnień psychologicznych dotyczących reakcji na przemoc domową oraz działania terapeutyczne i pomocy psychologicznej, pedagogicznej, prawnej, socjalnej i rodzinnej dla osób doznających przemocy domowej.



## **ZAŁOŻENIA PROGRAMU:**

1. Zmiana sposobu patrzenia na siebie jako na „ofiara przemocy”. Uświadomienie stosowanego nazewnictwa dotyczącego przemocy domowej.
2. Nauka małych kroków i zaakcentowanie postępów jakie osiągają osoby doznające przemocy domowej.
3. Nabycie niezbędnych umiejętności prospołecznych.
4. Poprawa funkcjonowania w ważnych obszarach życiowych.
5. Pozyskanie umiejętności lepszego radzenia sobie ze stresem.
6. Pomoc uczestnikom w uzyskaniu równowagi psychicznej i fizycznej.

## **1. PROGRAM PSYCHOLOGICZNO – TERAPEUTYCZNY DLA OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY**

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

1. Zwiększenie świadomości praw osobistych.
2. Nabycie wiedzy na temat zjawisk towarzyszących przemocy.
3. Zakwestionowanie mitów dotyczących zjawiska przemocy.
4. Zmniejszenie poczucia winy.
5. Odkrywanie uczuć związanych z doświadczaniem przemocy.
6. Zwiększenie poczucia własnej wartości.
7. Zmiana zachowań uległych na obronne.
8. Wydobywanie zasobów klienta i jego mocnych stron
9. Kształtowanie prawidłowych relacji z dziećmi w rodzinach dotkniętych przemocą.
10. Planowanie zmian, potrzebnych do rozpoczęcia samodzielnego życia.
11. Nauka dbania o bezpieczeństwo własne i dzieci.
12. Zmiana postawy wobec siebie.
13. Wskazywanie obszarów kompetencji – poszukiwanie, wzmacnianie, wydobywanie zasobów osobistych.
14. Określenie potrzeb, wynikających z nich celów oraz ich realizacja.
15. Zwiększenie poczucia mocy osobistej, wpływu kontroli.
16. Zmiana relacji z OSP.
17. Zachęcenie do samodzielności.
18. Nauka asertywności.



Przy realizacji programu wykorzystywane będą również elementy Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach polegającej m.in. na poszukiwaniach rozwiązań i zasobów osoby doznającej przemocy. Praca nakierowana będzie na osiągnięcie wskazanego przez osobę celu.

### **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 -system zachowań.
5. Strategie powstrzymywania przemocy – poszukiwanie takich zachowań i działań, które są pomocne w powstrzymywaniu przemocy.
6. Dzieci w rodzinie z problemem przemocy- wpływ przemocy na rozwój dziecka.
7. Komunikacja interpersonalne.
8. Uczucia i emocje-nauka mówienia o emocjach, okazywanie uczuć.
9. Sposoby radzenia z kryzysem związanym z przemocą, nauka szukania pomocy.
10. Problemy wychowawcze z dziećmi z rodzin z problemem przemocy.
11. Budowanie poczucia własnej wartości.
12. Praca nad podnoszeniem samooceny.

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

### **Psychoedukacja**

Bycie osobą doznającą przemocy czy świadkiem przemocy domowej jest traumatycznym przeżyciem i wiąże się z przeżywaniem silnych, negatywnych emocji, w tym lęku, psychicznego cierpienia, poczucia winy, wstydu i zagrożenia. Stąd bardzo ważne jest wsparcie psychologiczne i towarzyszenie osobom doświadczającym przemocy w ich poczynaniach na drodze do zmiany życia. Droga ta jest trudna i wymaga zaangażowania, podejmowania trudnych decyzji, z uwzględnieniem ich konsekwencji, w celu powstrzymania przemocy. Ambiwalencja uczuć, zmienność zachowań jest związana z poszczególnymi fazami cyklu przemocy. Stąd ważne jest prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych dla osób doznających przemocy domowej celem zwiększenia świadomości oraz wiedzy o mechanizmach towarzyszących przemocy.



## **Edukacja prawna**

Profesjonalna pomoc prawna ma duże znaczenie w trakcie podejmowania interwencji kryzysowej wobec osób doznających przemocy i osób pokrzywdzonych przestępstwem. Stanowi niezbędną formę wsparcia umożliwiającą zarówno instytucjom udzielającym pomocy jak i osobom doświadczającym przemocy podjęcie konkretnych działań i stanowczych kroków, zapewniających bezpieczeństwo i ochronę praw poszkodowanym. Pozwala na uregulowanie istotnych kwestii prawnych zmierzających do poprawy trudnej sytuacji, w której znajdują się osoby uwięzione w przemoc. W ramach konsultacji prawnych osoba doświadczająca przemocy uzyska pomoc w przygotowaniu stosownej dokumentacji, przykładowo: wniosku o powołanie pełnomocnika z urzędu, zwolnienie z kosztów sądowych, zabezpieczenie roszczenia dochodzonego, przymusowe leczenie osób uzależnionych od alkoholu oraz wsparcie prawne w sprawach o eksmisję osoby nadużywającej alkoholu i stosującej przemoc (pozew o eksmisję), precyzowanie roszczeń w sprawach rozwodowych (pozew rozwodowy), prowadzenie spraw o ograniczenie władzy rodzicielskiej osobie stosującej przemoc, prowadzenie spraw dotyczących ponoszenia kosztów utrzymania rodziny (pozw o alimenty), gróźb karalnych, przygotowanie pozwów o znęcanie psychiczne i fizyczne, zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa. Zatem poradnictwo prawne w postaci wykładów informacyjno- edukacyjnych oraz indywidualnych konsultacji stanowi nieodzowny element programu skierowanego do osób uwięzionych w przemoc domową.

## **Praca socjalna**

Praca socjalna również stanowi ważny aspekt pomocy udzielanej osobom dotkniętym problemem przemocy. Pozwala na przeciwdziałanie przemocy poprzez interwencję i ingerencję w życie wewnętrzne rodziny. Zwłaszcza wówczas, gdy pracownik socjalny jako pierwszy udziela wsparcia. Pracownik socjalny wraz z osobą krzywdzoną podejmuje działania w celu zabezpieczenia niezbędnych potrzeb, w tym dobra jej i innych członków rodziny, funkcjonowania w warunkach odpowiadających godności człowieka. Ponadto motywuje do zmiany w różnych sferach życia. Praca socjalna umożliwia stworzenie planu bezpieczeństwa pozwalającego na przyjęcie właściwej postawy wobec sprawcy przemocy domowej. Ponadto sprzyja wzmocnieniu więzi rodzinnych wśród poszczególnych członków rodziny borykających się z problemem przemocy. Ma bardzo duże znaczenie dla zapobiegania powstawania warunków sprzyjających rozprzestrzenianiu się zjawiska przemocy w rodzinie poprzez poszukiwanie rozwiązań, walkę z ubóstwem, bezrobociem czy alkoholizmem. Udzielanie pomocy w rozwiązywaniu trudności osób doświadczających przemocy pozwala im w pewnym stopniu odzyskać siłę do zmiany swojej sytuacji życiowej i rodzi chęć do samodzielnego stawienia czoła problemom będącym przyczyną trudnej sytuacji życiowej.



## Grupa wsparcia

Istotą spotkań organizowanych w ramach grupy wsparcia dla ofiar przemocy domowej jest zapewnienie bezpieczeństwa i akceptacji, przeciwdziałanie wyizolowaniu i swoistemu poczuciu osamotnienia osób doświadczających różnych form przemocy ze strony osoby bliskiej.

Spotkania te mają również służyć informowaniu o możliwościach skorzystania z pomocy w innej formie tj. wizyta u specjalisty, pomoc prawna. Dzięki uczestnictwie w grupie osoby doświadczające przemocy mogą lepiej poznać siebie, nabrać pewności siebie, nie tylko stanowczo się sprzeciwić stosowanej przemocy lecz zadbać o ochronę swoich praw i dóbr podejmując działania mające na celu dokonanie przełomu i zmiany w życiu.

## Pomoc interwencyjna i zapewnienie schronienia

Czasami zachodzi konieczność podjęcia natychmiastowych działań związanych z odseparowaniem osoby/rodziny od sprawcy przemocy. Są to przypadki, kiedy zachodzi niebezpieczeństwo utraty zdrowia lub życia osoby/rodziny, wobec której stosowana jest przemoc. Podejmuje się wówczas działania w celu zapewnienia schronienia np. w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, ośrodku interwencji kryzysowej, ośrodku wsparcia, schronisku, domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży, ośrodków prowadzonych przez organizacje pozarządowe lub odizolowanie sprawcy poprzez :

- ❖ **zakaz zbliżania się do osoby doświadczającej przemocy** – gdy osoba stosująca przemoc domową swoim zachowaniem polegającym na stosowaniu przemocy domowej stwarza zagrożenie dla życia lub zdrowia osoby doświadczającej tej przemocy;
- ❖ **zakaz kontaktowania się z osobą doświadczającą przemocy** – gdy osoba stosująca przemoc domową swoim zachowaniem polegającym na stosowaniu przemocy domowej stwarza zagrożenie dla życia lub zdrowia osoby doświadczającej przemocy, a także gdy osoba stosująca przemoc domową nęka ją za pomocą środków komunikacji elektronicznej na odległość, wzbudzając u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia lub istotnie narusza jej prywatność;
- ❖ **zakaz wstępu na teren** szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, lub obiektu sportowego, do którego uczęszcza osoba doświadczająca przemocy domowej, miejsca pracy lub innego miejsca, w których zwykle lub regularnie przebywa osoba doświadczająca przemocy domowej, oraz przebywania na tym terenie – jeżeli osoba dotknięta doświadczającą przemocy domowej uczęszcza do szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, uprawia sport lub pracuje.



## **Reintegracja i aktywizacja zawodowa**

Wspomaganie aktywizacji zawodowej u osób pokrzywdzonych przemocą wzmacnia poczucie sprawstwa i prowadzi do odzyskania kontroli nad życiem. Umożliwia także poszukiwanie i podejmowanie pracy zarobkowej dającej niezależność finansową i ekonomiczną. Może więc stanowić moment przełomowy w uwalnianiu się od toksycznych relacji przemocowych. Zależność finansowa od sprawcy przemocy stanowi często jeden z głównych argumentów, który decyduje o pozostawaniu w destrukcyjnych związkach. Stąd pomoc w uzyskaniu niezależności finansowej jest ważnym elementem wspierającym i umożliwiającym zmianę życia osoby doświadczającej przemocy domowej.

## **Współpraca instytucjonalna**

W działaniach mających na celu przeciwdziałanie występowania zjawiska przemocy domowej, a także w podejmowanych inicjatywach na rzecz osób doświadczających przemocy ważną rolę odgrywa współpraca instytucjonalna. Działalność Zespołów Interdyscyplinarnych, grup diagnostyczno-pomocowych, Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych,



Ośrodka Pomocy Społecznej cechuje wieloaspektowe podejście do problematyki zjawiska przemocy. Zaangażowanie innych instytucji np. Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, Policji, Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej, Sądu, Prokuratury jest niezbędne aby udzielić osobie potrzebującej wieloaspektowego wsparcia i globalnej pomocy.

## Rodzaje działań

| L.p. | Zadania         | Rodzaj zajęć                                                                                                                                                                                                                                     | Osoby realizujące                                    | Wskaźniki                                |
|------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 1    | Psychoedukacja  | Zajęcia warsztatowe                                                                                                                                                                                                                              | Psycholog/<br>pedagog/specjalista pracy<br>z rodziną | ilość zajęć oraz<br>spotkań              |
|      |                 | Zajęcia grupowe<br>np. miniwykład                                                                                                                                                                                                                |                                                      |                                          |
|      |                 | Spotkania indywidualne                                                                                                                                                                                                                           |                                                      |                                          |
| 2    | Edukacja prawna | Wykład nt. prawnych działań<br>mających na celu rozwiązanie<br>trudnych sytuacji przemocy<br>w rodzinie                                                                                                                                          | Radca prawny                                         | liczba wykładów                          |
|      |                 | Indywidualne porady prawne,<br>dyżury radcy prawnego.                                                                                                                                                                                            |                                                      | liczba osób<br>korzystających<br>z porad |
|      |                 | Spotkanie z funkcjonariuszem<br>KPP Gryfice nt. działalności<br>Policji i podejmowania<br>interwencji w sytuacjach<br>przemocy w rodzinie                                                                                                        | Funkcjonariusz Komendy<br>Powiatowej Policji         | liczba spotkań                           |
|      |                 | Spotkanie z kuratorem<br>zawodowym Sądu<br>Rejonowego w Gryficach nt.<br>przeprowadzenia dozorów,<br>egzekwowania postanowień<br>sądowych skierowanych do<br>sprawców przemocy,<br>zagadnienia procedury<br>sądowej, rola kuratora<br>zawodowego | Kurator Sądu<br>Rejonowego<br>w Gryficach            | liczba spotkań                           |



|   |                       |                                                                                         |                    |                                               |
|---|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------|
| 3 | <b>Praca socjalna</b> | Zajęcia indywidualne lub grupowe mające na celu wsparcie osób doświadczających przemocy | Pracownik socjalny | ilość zajęć                                   |
| 4 | <b>Grupa wsparcia</b> | Spotkania grupy wsparcia z elementami edukacji i terapii                                | Psycholog/pedagog  | liczba osób uczęszczających na grupę wsparcia |

### **Planowane efekty prowadzonych działań**

Zakłada się, że realizowany Program psychologiczno – terapeutyczny doprowadzi do utrwalenia zmiany postaw i zachowań, które przyczynią się zwiększenia samoświadomości, umiejętności reagowania na zjawisko przemocy, uruchomienia zmian pozwalających na poprawę funkcjonowania w życiu codziennym.

- Zwiększenie świadomości na temat przemocy.
- Nabycie umiejętności reagowania na zachowania przemocowe.
- Nabycie umiejętności skutecznego szukania pomocy.
- Odzyskanie poczucia bezpieczeństwa oraz własnej wartości.
- Nabycie umiejętności rozpoznawania własnych emocji oraz pragnień.
- Poprawa sytuacji rodzinnej osoby dotkniętej przemocą i osób z jej najbliższego otoczenia.



## 2. PLAN ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH PRZEMOCĄ DOMOWĄ

Celem przeprowadzanych działań jest zwiększenie świadomości praw osób dotkniętych problemem przemocy domowej oraz wzmocnienie zdolności do prawidłowego pełnienia przez te osoby ról społecznych i właściwych reakcji na przemoc.

### Zakres tematyczny

- Przemoc - pojęcie, przyczyny, skutki.
- Poczucie własnej wartości.
- Właściwa komunikacja - skuteczne porozumiewanie się.
- Zachowania asertywne.
- Sposoby radzenia sobie ze stresem.
- Jak umiejętnie radzić sobie z kryzysem związanym z przemocą?
- Uzależnienia i ich związek z doświadczaniem przemocy domowej.
- Zespół stresu pourazowego.
- Informacje odnośnie miejsc pomocowych.
- Przemoc - aspekt prawny, konsekwencje, pojęcie przestępstwa znęcania, odpowiedzialność karna sprawcy.

### Rodzaje działań

| Lp. | Zadania                 | Rodzaj zajęć                                                             | Podmioty realizujące                               |
|-----|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 1.  | Elementy psychoedukacji | Zajęcia grupowe (min.3-5 osób)                                           | Psycholog/ pedagog/<br>specjalista pracy z rodziną |
|     |                         | Zajęcia grupowe np. mini wykłady                                         |                                                    |
|     |                         | Zajęcia indywidualne np. poradnictwo, indywidualna diagnoza problemów    |                                                    |
|     |                         | w rodzinie, zajęcia mające na celu wzmocnienie kompetencji wychowawczych |                                                    |
|     |                         | Zajęcia w ramach grupy wsparcia (warsztaty psychoedukacyjne)             |                                                    |

|    |                        |                                                                                                                                                                     |                                                                                                             |
|----|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. | <b>Edukacja prawna</b> | Wykład nt. regulacji prawnych i możliwych form pomocy-spotkania grupowe.<br>Porady indywidualne dot. problemu przemocy, pomoc w prowadzeniu dokumentacji, wniosków. | Radca prawny                                                                                                |
|    |                        | Spotkanie z funkcjonariuszem Policji Wydziału Prewencji/dzielnicowym/Spotkanie z kuratorem zawodowym                                                                | Funkcjonariusz Komendy Powiatowej Policji, Komisariatu Policji w Rewalu/Kurator Sądu Rejonowego w Gryficach |

### Planowane efekty prowadzonych działań

- Odbudowanie pozytywnego wizerunku własnej osoby.
- Złagodzenie psychologicznych skutków przemocy domowej.
- Wzmocnienie umiejętności prawidłowego reagowania w sytuacjach zaburzeń równowagi w rodzinie.
- Nabycie umiejętności wychodzenia z sytuacji kryzysowej.
- Poznanie zachowania sprawcy przemocy.
- Poznanie form wsparcia i pomocy oferowanych przez różne instytucje.
- Pozyskanie wiedzy o konsekwencjach prawnych stosowania przemocy.
- Pomoc w przygotowaniu niezbędnych dokumentów.

### Źródła finansowania

Program będzie finansowany ze środków zaplanowanych w budżecie Ośrodka Pomocy Społecznej w Brojciech w rozdziale dotyczącym przeciwdziałania przemocy.

