

Zarządzenie Nr 6/2015
Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach
z dnia 30 kwietnia 2015

w sprawie prowadzenia programów korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc w rodzinie, programów profilaktycznych i profilaktyczno-terapeutycznych w zakresie pogłębiania umiejętności wychowawczych do realizacji w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach.

Na podstawie § 5 ust. 3 uchwały Nr XIX/53/2015 Zarządu Powiatu w Suwałkach z dnia 11 czerwca 2015r. w sprawie uchwalenia Regulaminu organizacyjnego Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach zarządza się, co następuje:

§1. Zatwierdza się niżej wymienione programy korekcyjno-edukacyjne:

- 1.1 Program korekcyjno – edukacyjny oduczania przemocy domowej oparty na modelu Duluth - Zał. Nr 1
- 1.2 Program oddziaływań korekcyjno – edukacyjnych dla osób stosujących przemoc realizowany metodą Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR) - Zał. Nr 2
- 1.3 Program korekcyjno - edukacyjny „Wychowanie bez przemocy”- Zał. Nr 3

§2. Zatwierdza się niżej wymienione programy profilaktyczne w zakresie pogłębiania umiejętności wychowawczych:

- 2.1 Warsztat dla rodziców „Szkola dla rodziców i wychowawców” I cz., II, III według programu ogólnopolskiego - Zał. Nr 4
- 2.2 Warsztat „Bez klapsa - jak z miłością i szacunkiem wyznaczać dziecku granice” wg. Programu opracowanego przez Fundację Dzieci Niczyje - Zał. Nr 5
- 2.3 Warsztat „Być mamą” wg. programu opracowanego przez Fundację Dzieci Niczyje - Zał. Nr 6.

§3. Zatwierdza się program profilaktyczno-terapeutyczny w zakresie pogłębiania umiejętności wychowawczych:

- 3.1 Warsztat budowania relacji małżeńskiej - Zał. Nr 7

§4. Traci moc zarządzenie Nr 21/2012 z dnia 31 grudnia 2012 roku Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w sprawie prowadzenia programów korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc w rodzinie, programów profilaktycznych i profilaktyczno-terapeutycznych w zakresie pogłębiania umiejętności wychowawczych do realizacji w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach.

§5. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania

DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŁKACH
mgr Stanisław Dziemian

RADCA PRAWNY

Jerzy Lewczuk

PROGRAM KOREKCYJNO-EDUKACYJNY ODUCZANIA PRZEMOCY DOMOWEJ realizowany przy PCPR w Suwałkach

Program korekcyjno-edukacyjny dla sprawców przemocy w rodzinie realizowany przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie jest oparty na materiałach edukacyjnych autorstwa p. Agaty Skorupskiej i p. Dariusza Skowrońskiego. Powstały one na bazie szkoleń przeprowadzonych przez Marka Prejznera, pracownika Polish American Association, Chicago USA Partner Abuse Intervention Program, w programie „Education Groups For Men Who Batter - **The Duluth Model**”.

W stosunku do pierwowzoru, którego autorzy zgodzili się na modyfikację, program wprowadza następujące zmiany:

- a) skrócony czas realizacji programu;
- b) rozszerzenie treści edukacyjnych o elementy metody „Porozumiewania się bez przemocy” Marshalla Rosenberga w formie omówienia i stosowania elementów tej metody w trakcie ćwiczeń grupowych.

1. Cele programu

Jednym z głównych założeń programu jest pomoc sprawcom w zaprzestaniu stosowania przemocy poprzez edukację mającą na celu:

- uświadomienie czym jest przemoc,
- zidentyfikowanie własnych zachowań przemocowych wobec bliskich,
- rozpoznanie sygnałów ostrzegawczych zapowiadających zachowania przemocowe,
- przyjęcie odpowiedzialności za własne zachowania przemocowe;
- opracowanie „planu bezpieczeństwa” zapobiegającemu użyciu siły i przemocy,
- nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów w rodzinie bez użycia agresji,
- naukę umiejętności partnerskiego układania stosunków w rodzinie, uczenie się korzystania z pomocy innych,
- naukę umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć.

2. Zawartość programu:

2.1 Zasadniczą część programu stanowi:

- a) **Edukacja** - przekazywanie wiedzy odbywa się w sposób aktywizujący uczestników, między innymi przez prowadzenie otwartej dyskusji oraz odwoływanie się do indywidualnych doświadczeń.
- b) **Praca nad rozpoznawaniem i zmianą przekonań i postaw osobistych** poprzez

analizę sytuacji przedstawionych w programie oraz swoich własnych sytuacji życiowych z wykorzystaniem kwestionariuszy kontrolowania.

c) **Ćwiczenia** nowych konstruktywnych form myślenia i reagowania w grupie.

W tej części osoby prowadzące stosują także inne poza podręcznikowe metody Porozumiewania się bez przemocy Marshalla Rosenberga.

2.2 Do podstawowych treści edukacyjnych realizowanych w programie należą:

- a) Społeczno-kulturalne źródła i okoliczności towarzyszące przemocy domowej /mity, stereotypy/.
- b) Definicja przemocy, jej rodzaje, formy, dynamika, aspekty prawne przemocy.
- c) Problemy władzy i kontroli w relacjach międzyludzkich.
- d) Planowanie i rozwijanie samokontroli.
- e) Komunikacja interpersonalna.
- f) Promocja pozytywnych standardów wartości i zachowań między innymi: szacunku, odpowiedzialności, bezpieczeństwa, wsparcia emocjonalnego, szczerości, zaufania, dzielenia obowiązków, wspólnego decydowania, okazywanie uczuć, potrzeb, negocjacji i rozwiązywania konfliktów bez przemocy.
- g) alkohol i patologie życia rodzinnego.
- h) Seksualność.
- i) Dzieci, przemoc i wychowanie.

2.3 Zajęcia grupowe podzielone są na 8 bloków tematycznych, w których poddawana jest analizie jedna z form zachowań przemocowych oraz przedstawiane są alternatywne dla niej formy zachowań bez przemocy.

BLOK 1 4,5 godz	⇒ Nie używanie przemocy i analizowanie przemocy fizycznej. ⇒ Zrozumienie używania przemocy jako taktyki kontroli. ⇒ Zakończenie używania przemocy
BLOK 2 4,5 godz	⇒ Definiowanie niezastraszającego zachowania i analizowanie zastraszania i onieśmiania. ⇒ Zrozumienie zastraszania i onieśmiania jako taktyki kontroli. Zakończenie używania zastraszania i onieśmiania
BLOK 3 4,5 godz	⇒ Definiowanie szacunku i analizowanie przemocy emocjonalnej ⇒ Zrozumienie używania przemocy emocjonalnej jako taktyki kontroli ⇒ Zakończenie stosowania przemocy emocjonalnej
BLOK 4 4,5 godz	⇒ Definiowanie zaufania i wsparcia i analizowanie izolowania ⇒ Zrozumienie stosowania izolacji jako taktyki kontroli ⇒ Zakończenie używania izolowania

BLOK 5 4,5 godz	⇒ Definiowanie szczerości i odpowiedzialności i analizowanie zaprzeczania, pomniejszania i obwiniania ⇒ Rozumienie użycia minimalizacji, zaprzeczania, obwiniania jako taktyki kontroli ⇒ Zaprzestanie używania minimalizacji, zaprzeczania i obwiniania
BLOK 6 4,5 godz	⇒ Definiowanie szacunku seksualnego i analizowanie przemocy seksualnej ⇒ Rozumienie używania przemocy seksualnej jako techniki kontroli ⇒ Zakończenie używania przemocy seksualnej
BLOK 7 4,5 godz	⇒ Definiowanie partnerstwa, analizowanie męskich przywilejów, przemocy ekonomicznej i wykorzystywania dzieci ⇒ Rozumienie używania męskich przywilejów, przemocy ekonomicznej i używania dzieci jako taktyki kontroli ⇒ Rozumienie użycia męskich przywilejów, przemocy ekonomicznej i używania dzieci jako taktyki kontroli
BLOK 8 4,5 godz	⇒ Definiowanie negocjacji i sprawiedliwości analiza wymuszania i grożenia ⇒ Zrozumienie wymuszania i grożenia jako taktyki kontroli ⇒ Zakończenie używania wymuszania i zastraszania

3. Sposób realizacji programu

3.1 Program realizowany jest w ramach:

a) 2 spotkań wprowadzających

- spotkanie I wprowadzające grupowe 2 godzinne; /lub indywidualne dla dochodzących nowych uczestników 1 godz.
- spotkanie II wprowadzające indywidualne 1 godzin

b) 12 spotkań grupowych 3 godzinnych realizowanych w odstępach cotygodniowych lub częstszych.

łącznie dla uczestnika programu przypada min. 38 godzin zajęć, w tym:

- 37 godz. zajęć grupowych w tym 2 godz. spotkań wprowadzających,
- 1 godzina spotkanie indywidualne.

3.2 Podczas spotkania I grupowego /ew. indywidualnego/ wprowadzającego przedstawiane są cele programu oraz zasady uczestnictwa w nim. Uczestnikom przedstawiana jest ogólna wiedza dotycząca przemocy, omawiana jest definicja przemocy, rodzaje przemocy, cykl przemocy, skutki przemocy, Następnie uczestnicy zapoznani zostają z 2 metodami radzenia sobie z przemocą jakimi są: rozmowa ze sobą samym i STOP PRZERWA. Osoby prowadzące przedstawiają także schemat tworzenia planu bezpieczeństwa zapobiegającemu użyciu siły i przemocy, który każdy uczestnik grupy będzie miał za zadanie przedstawić po opracowaniu na forum grupy. Przy końcu spotkania przedstawiane są treści dotyczące kontraktu, którego podpisanie

wiąże się z możliwością uczestnictwa w dalszej części programu. Na koniec uczestnicy deklarują dalszy udział w programie lub wycofanie się z programu. Osoby, które zdecydują się wziąć udział w programie podpisują kontrakt.

3.3 W spotkaniu II wprowadzającym indywidualnym biorą udział tylko osoby, które podpisały kontrakt. Podczas spotkania II uczestnicy wypełniają formularze diagnozujące ich sytuację życiową oraz specyfikę stosowanej przemocy. Razem z realizatorem przygotowują wspólnie plan bezpieczeństwa.

3.4 Realizacja programu odbywa się w systemie zamkniętym dla max. 15 osobowej liczby uczestników. Zajęcia grupowe rozpoczynają się przy min. 5 osobowej grupie uczestników.

Informacje pozyskane od uczestników są objęte zasadą poufności.

4. Dokumentacja prowadzona w programie

Sklada się z:

4.1 **Dokumentacji indywidualnej** uczestników programu -

- **na etapie rekrutacji:** orzeczenie sądu, informacja z Policji, ZI, od kuratora, formularz zgłoszeniowy z potwierdzeniem zakwalifikowania do programu, bądź odmowy udziału z podaniem przyczyn, /;
- **na etapie realizacji programu:** karta uczestnika programu, kwestionariusz: Analiza form stosowanej przemocy; kontrakt, usprawiedliwienia ewentualnych nieobecności, zaświadczenie o ukończeniu programu lub o udziale w programie, dokumentacja z ćwiczeń /w tym opracowany plan bezpieczeństwa/, kryterium oceny kwalifikacyjnej do zwolnienia z programu, dokumentacji monitoringu;

4.2 **Dokumentacji grupowej** przebiegu realizacji programu – lista uczestników programu, lista potwierdzająca uczestnictwo w spotkaniach wprowadzających, listy obecności ze spotkań grupowych, sprawozdanie końcowe statystyczne wg przygotowanego formularza oraz merytoryczne, inne dokumenty potwierdzające realizację poszczególnych działań; dokumentacja z przeprowadzonej ewaluacji

Dokumentacja po zakończeniu programu przechowywana jest w pomieszczeniach Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Suwałkach.

5. Monitoring i ewaluacja programu

5.1 **Monitoring** realizowany jest w programie w trakcie oraz po jego zakończeniu i dotyczy:

- a) zmian postaw uczestników programu dotyczących przemocy: przekonań wobec przemocy, radzenia sobie ze złością, agresją, stresem w formie ankiety przed rozpoczęciem programu, przy zakończeniu programu oraz po roku i 3; refleksji uczestnika po zakończeniu programu; Monitoring zmian postaw uczestników realizowany jest przy współpracy z instytucjami tworzącymi lokalny system przeciwdziałania przemocy w rodzinie w trakcie realizacji programu oraz po zakończeniu programu oraz po roku i 3 latach w kontakcie z uczestnikami programu i o ile to możliwe z ich rodzinami.
- b) monitorowania przebiegu procesu grupowego /efektów postrzeganych przez prowadzących, jak i uczestników programu, badanie efektywności poszczególnych etapów programu; sposobu prowadzenia i wartości programu ze strony uczestników,

5.2 Ewaluacja programu prowadzona jest w formie:

- a) ankiety ewaluacyjnej wypełnianej przez uczestników programu na temat sposobu realizacji programu
- b) sprawozdania merytorycznego połączonego z opisem przebiegu programu, jego efektów /trudności, rekomendacji zmian.../, sporządzonego przez realizatorów programu, załączonego do dokumentacji sprawozdawczej z realizacji programu.

Dokumentacja z działań monitorujących i ewaluacyjnych dołączona jest do dokumentacji indywidualnej i grupowej sporządzanej w programie.

6. Warunki uczestnictwa i ukończenia programu

6.1 Uczestnikami programu mogą być osoby:

- a) skazane za czyny związane ze stosowaniem przemocy w rodzinie, odbywający karę pozbawienia wolności w zakładach karnych albo wobec których sąd warunkowo zawiesił wykonanie kary, zobowiązując ich do uczestnictwa w oddziaływaniach korekcyjno-edukacyjnych;
- b) skierowane przez różne służby i instytucje, takie jak: Ośrodki Pomocy Społeczne, Policję, placówki odwykowe, placówki ochrony zdrowia, zespoły kuratorskie, organizacje pozarządowe, zespół interdyscyplinarny lub inne.
- c) które dobrowolnie zgłoszą chęć uczestnictwa w programie.

6.2 Warunkiem przyjęcia do programu jest przyznanie się osoby do stosowania przemocy domowej i podpisanie kontraktu.

Kontrakt określający reguły uczestnictwa w programie zawiera:

- A. Formalne wymogi dotyczące systematycznej obecności w zajęciach;
- B. Obowiązek bezpiecznego i zgodnego z zasadami współżycia społecznego zachowania w trakcie uczestnictwa w zajęciach;

- C. Zobowiązanie do powstrzymania się od przemocowych zachowań i postaw w kontaktach z członkami rodziny i z innymi osobami;
- D. Wymóg uznania osobistej odpowiedzialności za fakty stosowania przemocy w rodzinie.

6.3 Za uczestników programu w dokumentacji sprawozdawczej, przyjmuje się osoby, które podpisały kontrakt, przyznały się do stosowania przemocy domowej, uczestniczyły w co najmniej 1 spotkaniu indywidualnym i co najmniej 1 spotkaniu grupowym.

6.4 Do programu nie przyjmuje się:

- a) chorych psychicznie nie leczących się lub w fazie nasilenia choroby;
- b) osób z poważnymi zaburzeniami osobowości antyspołecznej oraz zaburzeniami osobowości pogranicznej;
- c) natógowych hazardzistów;
- d) osób uzależnionych od alkoholu czy narkotyków, którzy nie przeszli podstawowego cyklu terapii.

Nowe osoby mogą dołączyć do programu jedynie w trakcie realizacji 3 pierwszych spotkań grupowych.

6.5. Zaświadczenia

- Zaświadczenia o ukończeniu programu wydaje się uczestnikom programu, którzy uczestniczyli w co najmniej 75% zajęć grupowych i stosowali się do zasad kontraktu.
- Zaświadczenie o uczestnictwie wydaje się pozostałym osobom spełniającym kryterium uczestnictwa w co najmniej 50 % zajęć grupowych ze wskazaniem liczby godzin uczestnictwa.

7. Realizatorzy programu:

7.1 Wskazane jest, aby zespół prowadzący składał się z kobiety i mężczyzny.

Relacja pomiędzy osobami prowadzącymi staje się w ten sposób modelem komunikacji partnerskiej dla uczestników programu. Obecność kobiety i mężczyzny staje się dodatkowo czynnikiem konfrontującym, ważnym w procesie zmiany zachowania.

7.2 Kwalifikacje osób prowadzących program muszą być zgodne z wymogami określonymi w § 9 rozporządzenia MPiPS z dnia 22 lutego 2011r. w sprawie standardu podstawowych usług świadczonych przez specjalistyczne ośrodki wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, kwalifikacje osób zatrudnionych w tych ośrodkach, szczególnych kierunków prowadzenia oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych wobec osób stosujących przemoc w rodzinie oraz kwalifikacji

prowadzących oddziaływania korekcyjno-edukacyjne (Dz.U. Nr 50, poz. 259) tzn.:

- a) Dodatkowo do prowadzenia programu niezbędne są kwalifikacje w zakresie prowadzenia programu dla osób stosujących przemoc w modelu z Duluth.
- b) Wskazane jest również przeszkolenie w zakresie metod Porozumiewania się bez przemocy Marshalla Rosenberga oraz treningu zastępowania agresji.

DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŁKACH

mgr Stanisław Dziemian



PROGRAM ODDZIAŁYWAŃ KOREKCYJNO – EDUKACYJNYCH DLA OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC realizowany metodą Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR) przy PCPR w Suwałkach

I. Podstawa prawna programu:

1. Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. Nr 180, poz. 1493 ze zm.).
2. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 22 lutego 2011 r. w sprawie standardu podstawowych usług świadczonych przez specjalistyczne ośrodki wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, kwalifikacji osób zatrudnionych w tych ośrodkach, szczegółowych kierunków prowadzenia oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych wobec osób stosujących przemoc w rodzinie oraz kwalifikacji osób prowadzących oddziaływanie korekcyjno-edukacyjne (Dz. U. Nr 50, poz. 259).
3. Krajowy Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie na lata 2014-2020 przyjęty uchwałą Rady Ministrów Nr 76 z dnia 29 kwietnia 2014 r. (M.P. poz. 445),
4. Wytyczne do realizacji programów oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc w rodzinie na terenie województwa podlaskiego w 2015 roku

II. Cele programu

Jednym z głównych założeń programu jest pomoc sprawcom w wyjściu z uwikłania w zjawisko przemocy dzięki udziałowi w szeregu aktywnych form proponowanych przez program. Sprawca ma szansę na refleksję wokół własnych zachowań przemocowych wobec bliskich. Nauczy się rozpoznawać sygnałów ostrzegawcze zapowiadające zachowania przemocowe. Opracuje swoisty „plan bezpieczeństwa” zapobiegający użyciu siły i przemocy. Nabędzie umiejętności rozwiązywania konfliktów w rodzinie bez użycia agresji. Zaplanuje i podejmie konkretne kroki w stronę rozwiązań problemu przemocy.

III. Warunki uczestnictwa:

Warunkiem przyjęcia do programu jest odbycie spotkania indywidualnego z klientem oraz zawarcie kontraktu, w ramach którego określa się warunki uczestnictwa w programie. Wśród warunków uczestnictwa formułuje się:

- a) formalne wymogi dotyczące systematycznej obecności w zajęciach,
- b) obowiązek bezpiecznego i zgodnego z zasadami współżycia społecznego zachowania w trakcie uczestnictwa w zajęciach,

- c) obowiązanie do powstrzymania się od przemocowych zachowań i postaw w kontaktach z członkami rodziny i z innymi osobami,
- d) wymóg uznania osobistej odpowiedzialności za fakty stosowania przemocy w rodzinie.

Do programu nie przyjmuje się osób chorych psychicznie, osób z poważnymi zaburzeniami osobowości antyspołecznej oraz zaburzeniami osobowości pogranicznej, nałogowych hazardzistów jak też osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków, którzy nie przeszli podstawowego cyklu terapii.

Uczestnikami programu mogą być osoby skazane za przestępstwo z art. 207 par. 1 kodeksu karnego (lub z innych tytułów przeciwko rodzinie, opiece, ze stwierdzeniem sprawstwa przemocy) osadzone w zakładzie karnym i pozostające na wolności oraz osoby, które dobrowolnie zgłosiły się na zajęcia z racji na zauważane u siebie zachowania przemocowe.

Wobec osób uchylających się od uczestnictwa w zajęciach lub nieprzestrzegających podpisanego kontraktu stosuje się zawieszenie uczestnictwa w zajęciach.

IV. Założenia organizacyjne

1. Łączny czas trwania programu – 38 godzin, w tym:

- 36 godz. spotkań grupowych,
- 2 godz. spotkań indywidualnych dla każdego uczestnika.

2. Harmonogram zajęć:

- | | |
|-----------------------|--|
| 1) sesje grupowe | - 8 sesji x 4,5 godz. w cotygodniowych odstępach |
| 2) sesje indywidualne | - 2 godziny na uczestnika - spotkania indywidualne równoległe do sesji grupowych |

3. Częstotliwość spotkań - jedna sesja grupowa w tygodniu

4. Liczba uczestników - minimum 5 osób.

V. Zawartość programu

Bloki tematyczne ze wskazaniem liczby godzin:

1. Tematy w ramach spotkań indywidualnych - łącznie 2 godziny

- 1) Kontekst spotkania.
- 2) Kontrakt z klientem:
 - sytuacja osobista,
 - sytuacja rodzinna,

- okoliczności przystąpienia do programu,
- uwikłanie klienta w sytuację przemocową,
- zasady udziału w programie, w tym usprawiedliwianie ewentualnych nieobecności,
- zobowiązanie do zaprzestania stosowania przemocy i poszanowania zasad współżycia społecznego.

3) Formowanie celu pracy z klientem:

- typ relacji pomocowej,
- problem klienta, w tym uwikłanie w sytuację przemocową,
- oczekiwania związane z udziałem w zajęciach.

2. Etapy procesu współpracy w ramach sesji grupowych i ich tematyka - łącznie 36 godzin

1) Kontekst spotkania:

- autoprezentacje w ramach grupy,
- okoliczności przystąpienia do programu,
- problemy klientów, w tym uwikłanie w sytuację przemocową,
- uzgodnione cele klientów,
- oczekiwania związane z udziałem w zajęciach.

2) Tworzenie obrazu rzeczywistości po osiągnięciu celu (mój świat bez problemu przemocy):

- preferowana przyszłość każdego z klientów,
- osoby współzależne w obrazie preferowanej przyszłości,
- relacje z osobami współzależnymi w obrazie preferowanej przyszłości,
- postrzeganie i wyodrębnienie kwantyfikatorów zmiany.

3) Tworzenie obrazu rzeczywistości po osiągnięciu celu – ciąg dalszy

- pytanie o cud (różne modyfikacje),
- pytania o zmiany, jakie wywoła osiągnięcie celu w otoczeniu klienta – badanie wzajemnych zależności,

4) Poszukiwanie w przeszłości i teraźniejszości klientów elementów „świata bez problemu”:

- skalowanie obecnej sytuacji (różne modyfikacje),
- sprawdzanie tego, co w obecnej sytuacji życiowej klientów już jest z „wizji świata bez problemu”,
- pytania o radzenie sobie (wydobywanie zasobów klientów niezbędnych w procesie tworzenia i podejmowania procesu zmiany).

5) Określanie najbliższych kroków w kierunku osiągnięcia celu:

- tworzenie obrazu małej zmiany,

- określanie najbliższych działań w kategoriach konkretnych zachowań,
- określanie „zadania domowego”.

6) Monitorowanie wprowadzanych zmian:

- skalowanie procesu postępu zmiany (różne modyfikacje),
- pytania pomocnicze odnoszące się do momentów, kiedy było lepiej,
- określanie kolejnego kroku w procesie osiągnięcia celu.

3. Omówienie zawartości treściowej sesji indywidualnych oraz sesji grupowych:

Ad 1. Spotkania indywidualne:

W podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach problemów, jakie formułują klienci istotną kwestią jest świat wartości, motywacji oraz „interes”, jaki stoi za tym, że klient zdecydował się podjąć zajęcia korekcyjne dla osób stosujących przemoc, bądź też został do udziału w nich zmuszony.

Okoliczności te tworzą bezpośredni kontekst spotkania. Kontekst ten ma oczywiście jeszcze szereg innych odcieni, o których klient nie koniecznie będzie chciał, przynajmniej na początku, wspominać. Dlatego ważną funkcją spotkań indywidualnych jest „oswojenie” klienta, wejście z nim w relację dla niego bezpieczną, gdyż stanie się ona w dalszej kolejności płaszczyzną zaufania i czynnikiem umożliwiającym promowanie zmiany w życiu klienta. Okolicznością, która zważywszy na bezpośredni kontekst spotkania może wydawać się oczywista, jest uwikłanie klienta w sytuację przemocową jako jej sprawca. Trzeba jednak pamiętać, że ocena początkowa sytuacji przez samego klienta może być skrajnie różna od tej, którą sformułował na przykład sąd. Klient może nosić w sobie poczucie głębokiej niesprawiedliwości, ze względu na niejednoznaczność sytuacji przemocowej, w której uczestniczył i ocenę, jakiej został poddany.

Spotkanie indywidualne prowadzone podczas jednej lub dwóch sesji, zależnie od czasu, jakiego będzie wymagał klient by oswoić się z nową rolą, ma spełnić opisaną wyżej rolę. Ma też doprowadzić do zawarcia z klientem kontraktu, w ramach którego uzgodnione będą zasady udziału w programie. Zasady te zostaną następnie omówione na spotkaniu grupy i staną się obowiązujące dla wszystkich uczestników.

Istotną kwestią, jaka podejmowana będzie podczas sesji indywidualnych jest wstępne określenie celu klienta, jaki chce on osiągnąć poprzez uczestnictwo w zajęciach korekcyjno – edukacyjnych. Jest to kwestia kluczowa. Klient musi widzieć realną możliwość uzyskania osobistych korzyści z udziału w zajęciach. Z pewnością korzyścią taką może być nabycie umiejętności radzenia sobie z problemem przemocy.

Spotkanie indywidualne jest koniecznym warunkiem udziału w zajęciach grupowych.

Ad 2. Sesje grupowe:

Podczas spotkań indywidualnych klienci zostali „wstępnie oswojeni” i z każdym z nich zawarty został kontrakt, jako podstawa udziału w zajęciach.

Niezwykle ważną rolę pełni pierwsza sesja grupowa. W pierwszym rzędzie winna ona wprowadzić klientów w społeczność grupy, która związana jest, często pomimo osobistych niechęci, wspólnotą doświadczanych problemów. Są to zagadnienia drażliwe a często i nader wstydlive. Stąd konieczność zapewnienia bezpiecznych warunków dla spotkań grupowych, przyjęcia zasad funkcjonowania grupy, z którymi klienci zostali wstępnie już zapoznani, a które rozwiną i ustanowią jako swoje, przynajmniej na czas spotkań. Spotkanie winno mieć właściwą dynamikę i atmosferę.

Zajęcia korekcyjno edukacyjne prowadzone według metody zwanej podejściem skoncentrowanym na rozwiązaniach, jak sama nazwa mówi, kieruje klientów w stronę rozwiązywania doświadczanych przez nich problemów. Istotne, z perspektywy realizacji tego zasadniczego założenia, jest takie ukierunkowanie procesu pracy klientów, by każdy z nich zechciał podjąć realną zmianę swoich zachowań. Drogą do tego bardzo często jest konieczność zmiany paradygmatów, które dotąd determinowały stronę behawioralną klienta. By proces ten stał się możliwy stosowany jest cały zespół technik, dzięki którym klient uzyskuje szansę inicjacji procesu zmian.

Podczas zajęć podejmowane są, między innymi, następujące zagadnienia:

- zjawisko przemocy w ujęciu zgodnym z ustawą z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz.U. z dnia 20 września 2005 r., Nr 180, poz. 1493 z późn. zmianami)
- agresja, jej źródła, przejawy, rodzaje,
- emocje i ich wpływ na kształtowanie postaw oraz sposób postrzegania świata przez osobę im poddaną,
- rozum i uczucia jako elementy konstytutywne osoby oraz ich rola w procesie zmiany postaw,
- obszary osobistej wolności a wolność innych osób,
- relacje międzyosobowe, relacje społeczne,
- osoba w procesie rozwoju i zmiany.

Każde z zagadnień podejmowane jest i pogłębiane w kontekście konkretnej szczegółowej sytuacji życiowej opisywanej przez uczestników. Istotne bowiem jest nie to, by uczestnicy programu zapoznali się w sposób teoretyczny z poszczególnymi zagadnieniami. Należy przecież pamiętać, że grupa korekcyjno – edukacyjna złożona jest często z osób o bardzo różnym poziomie edukacji i intelektualnych możliwości. Rzecz w tym, by klienci uświadomili sobie rolę, jaką w ich osobistym życiu pełnią poszczególne zagadnienia. Ważne, by odkryli w jaki sposób kształtują one zachowania klientów. Ważne, by zrozumieli w jaki sposób

kształtują one relacje uczestników z osobami współzależnymi oraz dalszym otoczeniem (relacje społeczne).

Dostrzeżenie praktycznych aplikacji świata uczuć, emocji, preferowanych wartości w codziennych zachowaniach może okazać się kluczowe i jest niezwykle pomocne dla wzmocnienia efektów zmian w procesie wychodzenia z przemocy.

Należy mieć na uwadze, że w każdej grupie, zależnie od jej składu, osoby osiągają właściwą sobie dynamikę procesu zmian. Oznacza to, że w zależności od indywidualnych postępów uczestników, wspieranych grupową interakcją, będzie zachodziła praktyczna potrzeba, by do niektórych zagadnień powracać i je pogłębiać. Ścisłe określenie czasu, jaki będzie przeznaczony na poszczególne zagadnienia nie jest więc możliwe. Należy jednak dodać, że przy optymalnym poziomie interakcji w grupie i osobistego zaangażowania klientów czas na poszczególne zagadnienia programu winien być rozłożony w miarę proporcjonalnie.

4. Formy i metody pracy: wykład, zajęcia warsztatowe, praca indywidualna, praca w grupach, praca w parach, analiza przypadku, wywiad z uczestnikiem, indywidualne zobowiązania (praca domowa) i monitoring ich realizacji, monitoring sytuacji rodzinnej.

Ponadto opcjonalnie: negocjacje celów pracy z rodziną.

5. Rodzaj prowadzonej dokumentacji:

- listy obecności,
- formularz kontraktu z klientem,
- formularz wstępne rozpoznanie diagnostyczne, zawierające informacje istotne dla pracy korekcyjnej,
- formularz obserwacji uczestniczącej – monitoring procesu zmiany u klienta,
- informacja z monitoringu sytuacji rodzinnej.

6. Sposób monitorowania w trakcie prowadzonych zajęć,

- formularz obserwacji uczestniczącej

7. Sposób ewaluacji prowadzonych zajęć:

- określenie stanu początkowego klienta (*rozumienia zjawiska przemocy i osobistej odpowiedzialności za jej stosowanie*) – ankieta
- określenia stanu klienta przy zakończeniu oddziaływań korekcyjno – edukacyjnych (*rozumienia zjawiska przemocy i osobistej odpowiedzialności za jej stosowanie*),
- osobiste pisemne refleksje uczestników o uczestnictwie w programie (na zasadzie dobrowolności, ze wskazaniem na tak).

8. Dokumenty istotne z punktu widzenia zakwalifikowania danej osoby do programu:

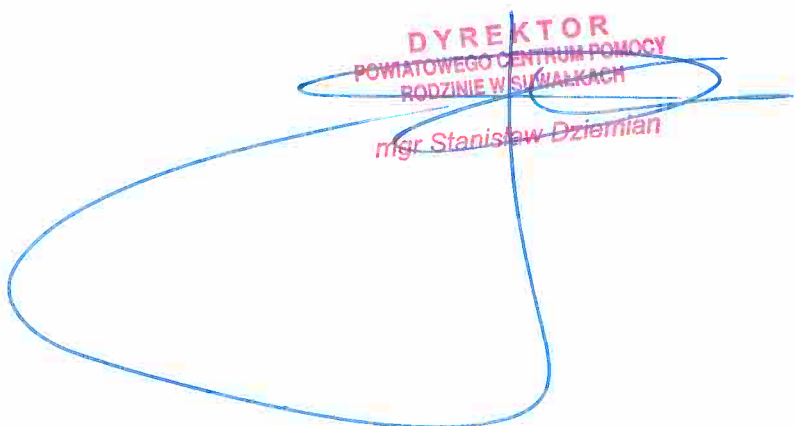
- postanowienia sądów (tam gdzie występują),

VI. Prowadzenie programu

Program winien być prowadzony przez dwie osoby posiadające certyfikat ukończenia II stopnia (kurs zaawansowany) szkolenia w zakresie Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach.

Po zrealizowaniu oddziaływań korekcyjno - edukacyjnych uczestnikom, w zależności od poziomu ich udziału w zajęciach, wystawiane będą stosowne zaświadczenia.

DYREKTOR
POWATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŁKACH
mgr Stanisław Dziemian



PROGRAM KOREKCYJNO-EDUKACYJNY

„WYCHOWANIE BEZ PRZEMOCY”

realizowany przy PCPR w Suwałkach

Program korekcyjno-edukacyjny oduczania przemocy domowej „Wychowanie bez przemocy” realizowany przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie skierowany jest do rodziców, gdzie występował lub występuje problem przemocy domowej.

Program w zasadniczej części oparty jest o treści programowe zawarte w „Szkole dla rodziców i wychowawców” Joanny Sakowskiej część I.

Treści dodatkowych 2 spotkań grupowych dotyczące rozwiązywania konfliktów komunikacji oparte są na wybranych tematach z cz. II programu „Szkoly dla rodziców i wychowawców” Joanny Sakowskiej.

1. Cele programu

1.1 Założenie podstawowe:

Jednym z głównych założeń programu jest pomoc w zaprzestaniu stosowania przemocy wobec dzieci oraz korekta postaw rodzicielskich w kierunku ukształtowania świadomej i odpowiedzialnej postawy wychowawczej.

W szkole dla rodziców uczestnicy mogą nauczyć się nowego, odkrywczego spojrzenia na wychowanie. Mogą przestać myśleć o własnym dziecku jak o problemie, który wymaga korekty, podjąć prawdziwy dialog z dziećmi zamiast manipulowania, wspólnie poszukiwać rozwiązań zamiast karanie i walki.

1.2 Cele szczegółowe programu:

- a) pogłębienie świadomości własnych zachowań przemocowych,
- b) nauka umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć,
- c) ułatwienie zakwestionowania niektórych funkcjonujących potocznie stereotypów i mitów wychowawczych,
- d) nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów, sporów w rodzinie przy pomocy dialogu i negocjacji, bez uciekania się do stosowania przemocy,
- e) rozwój konkretnych umiejętności wychowawczych oraz ich opanowanie:
 - nawiązywanie efektywnej współpracy z dzieckiem,
 - modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań w stronę zachowań bez stosowania przemocy,
 - uwalnianie siebie i dzieci od ograniczającego lub wręcz zaburzającego rozwój osobowości funkcjonowania w rolach,
 - mądrego wspierania procesu usamodzielniania się dziecka,
 - pomocy w rozwoju pozytywnego i realistycznego obrazu siebie, swoich

- możliwości i zdolności, a także wzrostu zaufania i szacunku do siebie jako wartościowego człowieka,
 - rozpoznawania, wyrażania i akceptowania uczuć, a także radzenia sobie z tzw. trudnymi uczuciami w duchu poszanowania godności osobistej,
 - umiejętności aktywnego, wspierającego słuchania,
 - wyrażania rodzicielskich oczekiwań i ograniczeń w taki sposób, by były one przez dziecko respektowane;
- f) edukacja rodziców w zakresie rozwoju potrzeb dziecka, zagrożeń, czynników ryzyka i profilaktyki, kontaktu z dzieckiem, komunikacji i rozwiązywania problemów, znaczenia norm i wymagań w rozwoju dziecka;
- g) uświadomienie prawdy, że skuteczność wychowania w znacznym stopniu zależy od osoby wychowującego, od jasnego, czytelnego systemu wartości, który sam posiada i realizuje.

2. Zawartość programu

2.1 Zasadniczą część programu stanowi:

- a) Edukacja - przekazywanie wiedzy odbywa się w sposób aktywizujący uczestników, między innymi przez prowadzenie otwartej dyskusji, „burzę mózgów”, dramę oraz odwoływanie się do indywidualnych doświadczeń.
- b) Praca nad rozpoznawaniem i zmianą przekonań i postaw osobistych poprzez analizę sytuacji przedstawionych w programie oraz swoich własnych sytuacji życiowych.
- c) Ćwiczenia nowych konstruktywnych form myślenia i reagowania w grupie i w otoczeniu.

2.2 Tematyka poszczególnych spotkań:

- | | |
|-----------------|--|
| SPOTKANIE I | - Poznanie się, podpisanie kontraktu, ustalenie zasad grupy. Do czego wychowujemy swoje dzieci? Postawy rodzicielskie. |
| SPOTKANIE II | - Formy krzywdzenia dziecka. Czy klaps to też przemoc? Prawo wobec krzywdzenia dziecka |
| SPOTKANIE III | - Rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć. |
| SPOTKANIE IV | - Wyrażanie oczekiwań i ograniczeń, tak, aby były przez dziecko respektowane. |
| SPOTKANIE V, VI | - Jak opanować trudne emocje? |
| SPOTKANIE VII | - Zachęcanie dziecka do współpracy. |
| SPOTKANIE VIII | - Zamiast karania - modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka. |
| SPOTKANIE IX | - Konstruktywne rozwiązywanie konfliktów i sporów. |
| SPOTKANIE X | - Rola i znaczenie ojca w procesie wychowawczym. Wspieranie procesu usamodzielnienia dziecka. |
| SPOTKANIE XI | - Uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i w szkole. |

- SPOTKANIE XII - Budowanie realnego poczucia własnej wartości dziecka – pomocna pochwała i zachęta.
- SPOTKANIE XIII - Rodzeństwo bez rywalizacji.

2.3 Schemat spotkań:

Pierwsze spotkanie ma charakter indywidualny. Większość sesji (spotkań), począwszy od drugiego, mają swój stały schemat:

1. Krótka runda na rozpoczęcie: „Co teraz czujesz?”.
2. Omówienie tego, co wydarzyło się w domu podczas minionego tygodnia - sukcesów w połączeniu z odczytywaniem i omówieniem pracy domowej.
3. Realizacja przewidzianego na sesję tematu (ćwiczenia, dyskusje, omówienia).
4. Zadanie pracy domowej.
5. Runda na zakończenie: „Co było dziś dla mnie ważne”, „co najbardziej mnie poruszyło?”

3. Sposób realizacji:

3.1 Program realizowany jest w ramach:

- a) jednego spotkania indywidualnego wprowadzającego (1 x 60 min)
- b) 12 spotkań grupowych (3 x 60 min) realizowanych w odstępach cotygodniowych lub częstszych
- c) z jednego spotkania indywidualnego kończącego.

3.2 Łącznie osoba uczestnicząca w programie bierze udział w 38 godzinach zajęć.

3.3 Realizacja programu może odbywać się w systemie zamkniętym o stałej liczbie uczestników. Realizacja programu jest możliwa i wskazana w odniesieniu do osób, które wcześniej uczestniczyły w programie korekcyjno-edukacyjnym w relacjach partnerskich, modelu Duluth, TSR lub innym.

3.4 Zajęcia grupowe prowadzone są metodami warsztatowymi.

3.5 Program jest realizowany w okresie trzech miesięcy lub krótszym, jeśli spotkania są częstsze.

3.6 Realizacja programu odbywa się w systemie zamkniętym o stałej liczbie uczestników max. do 12 osób. Dobór nowych osób może nastąpić w przeciągu dwóch pierwszych zajęć grupowych.

3.7 Program prowadzony jest przez dwie osoby, najlepiej - kobietę i mężczyznę. Relacja pomiędzy osobami prowadzącymi staje się w ten sposób modelem komunikacji partnerskiej dla uczestników programu. Obecność kobiety i mężczyzny staje się dodatkowo czynnikiem konfrontującym, ważnym w procesie zmiany zachowania.

4. Monitoring zachowań i sytuacji rodzinnych

Monitoring, co do zmian postaw przemocowych, prowadzony jest w trakcie realizacji programu. Monitoring po jego zakończeniu – zgodnie z Krajowym Programem Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie na lata 2014-2020 przyjętym uchwałą Rady Ministrów Nr 76 z dnia 29 kwietnia 2014 r. (M.P. poz. 445) - przez 3, (co pół roku).

5. Warunki uczestnictwa:

5.1 Warunkiem przyjęcia do programu jest stwierdzona przez kandydata niewłaściwa postawa rodzicielska związana ze stosowaniem zachowań przemocowych wobec dzieci, w tym ich zaniedbywanie.

5.2 Do programu nie przyjmuje się:

- a) osób chorych psychicznie wymagających hospitalizacji;
- b) osób z poważnymi zaburzeniami osobowości antyspołecznej oraz zaburzeniami osobowości pogranicznej;
- c) nałogowych hazardzistów; osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków, w fazie aktywnego uzależnienia.

5.3 Uczestnikami programu mogą być:

- a) osoby kierowane sędownie, skazane za przestępstwo z art. 207 k.k. (lub innego przeciwko rodzinie, opiece, ze stwierdzeniem sprawstwa przemocy) korzystający z warunkowego zawieszenia wykonywania kary pozbawienia wolności);
- b) osoby kierowane przez Policję, objęte procedurą Niebieskie Karty;
- c) osoby kierowane przez jednostki organizacyjne pomocy społecznej, organizacje pozarządowe, Kościół katolicki, organizacje kościelne i inne instytucje;
- d) osoby samodzielnie zgłaszające chęć uczestnictwa w programie.

5.4 Osoby przed przystąpieniem do programu podpisują kontrakt określający reguły uczestnictwa w programie zawierający:

- a) formalne wymogi dotyczące systematycznej obecności w zajęciach;
- b) obowiązek bezpiecznego i zgodnego z zasadami współżycia społecznego zachowania w trakcie uczestnictwa w zajęciach;
- c) zobowiązanie do powstrzymania się od przemocowych zachowań i postaw w kontaktach z członkami rodziny i z innymi ludźmi;
- d) wymóg uznania osobistej odpowiedzialności za fakt stosowania przemocy w rodzinie.

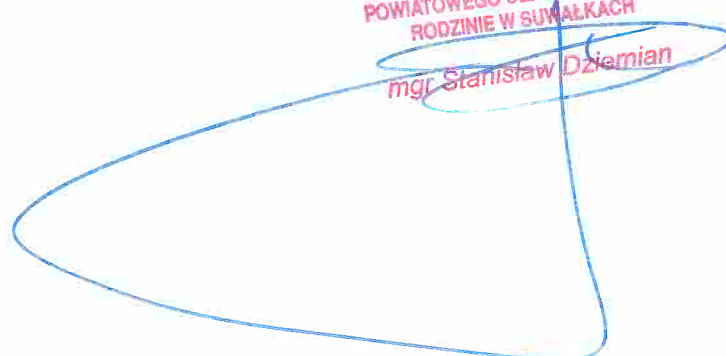
Fakt dobrowolnego uczestnictwa w programie osób stosujących przemoc (skierowanych przez instytucje, organizacje, rodzinę lub samodzielne zgłoszenie) pozostaje objęty tajemnicą.

Informacje pozyskane od uczestników są objęte zasadą poufności.

6. Zespół 2 prowadzących:

Osoby z wykształceniem wyższym (wskazane wykształcenie psychologiczne lub pedagogiczne), specjalistycznym przeszkoleniem w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie oraz przeszkoleniem w zakresie prowadzenia warsztatów „Szkoły dla rodziców i wychowawców”, doświadczeniem pracy z rodzinami przemocowymi.

DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŁKACH
mgr Stanisław Dziemian



WARSZTAT „SZKOŁA DLA RODZICÓW I WYCHOWAWCÓW” program profilaktyczny realizowany przy PCPR w Suwałkach

Warsztat „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” to ogólnopolski program wspierania umiejętności wychowawczych rodziców i nauczycieli autorstwa Joanny Sakowskiej (opracowany w oparciu o koncepcję T. Gordona „Wychowanie bez porażek” i książki A. Faber, E. Mazlish z cyklu „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały...”). Głównym mottem „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców jest”: Wychowywać to kochać i wymagać.

Głównym celem warsztatu jest:

- 1) wspieranie rodziców i wychowawców w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi i młodzieżą.
- 2) Podczas warsztatów jego uczestnicy nabywają umiejętności pozwalające na lepsze porozumiewanie się.
- 3) Udział w zajęciach jest też okazją do refleksji nad własną postawą wychowawczą.
- 4) To także nauka dialogu i kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku.

Program składa się z 3 części, które stanowią odrębne warsztaty.

Część I. Oparta na książce Adele Faber Elaine Mazlish „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”

Adresowana jest do osób, które pragną lepiej komunikować się z dziećmi ucząc się:

1. Poznanie się, kontakt, integracja
 - świadomość własnych celów wychowawczych
 - jednorodne środowisko wychowawcze oparte na szacunku i dialogu na prawidłowe funkcje rodziny
 - stereotypy, mity wychowawcze
2. Świat uczuć rodzica i dziecka
 - uczucia jako nasz wróg
 - uczucia w roli panów
 - związek między tym co dziecko czuje a jego zachowaniem
3. Umiejętność rozmawiania o uczuciach
 - zaakceptowanie uczuć dziecka
 - pomoc w rozpoznawaniu i nawiązywaniu uczuć
 - uważne, życzliwe słuchanie dziecka szansą na porozumienie
4. Granice
 - stawianie ograniczeń nauka oddzielania dobra od zła
 - konsekwencje braku granic bądź granic zbyt sztywnych
5. Zachęcanie dziecka do współpracy

- niekorzystne metody postępowania przy zachęcaniu do współpracy
- odpowiedzialność a zachęcanie do współpracy

6. Kary

- kara a konsekwencja
- funkcja wychowawcza kary

7. Rozwiązywanie problemów i konfliktów

- konflikt jako nieunikniona część życia rodzinnego
- metoda „bez porażek”

Część II. Oparta na książce „Rodzeństwo bez rywalizacji .Jak pomóc własnym dzieciom żyć w zgodzie, by samemu żyć z godnością”

Adresowana jest do osób, które uczestniczyły w I cz. programu i pragną

1. Zachęcanie do samodzielności

- trudności jakie mają rodzice w pozwalaniu dziecku na samodzielność
- jak pomóc dziecku w stawianiu się samodzielnym

2. „Wpisywanie” dziecka w role

- rola komunikatów przez rodziców do dzieci
- jak pomóc dzieciom „wyjść” z roli

3. Pomocna pochwała i zachęta

- dlaczego skąpimy pochwał naszym dzieciom
- pułapki i szanse dobrej pochwały
- pomóc dziecku odkrywać własną wartość, jako osoby, dostrzegając potencjał, wysiłek i ograniczenia;
- zapewnić poczucie, że jest bezpieczne, wyjątkowe i akceptowane;
- rozumieć problemy pojawiające się między rodzeństwem;
- wspierać rodzeństwo w budowaniu relacji, która w przyszłości może być źródłem wsparcia.
- problem sprawiedliwości, ulubieńców i egoizmu
- wpływ ról na relacje między dziećmi

Część III – Oparta na książce „Jak mówić do nastolatków, żeby nas słuchały, jak słuchać, żeby z nami rozmawiały”.

Adresowana do rodziców i wychowawców nastolatków, uwzględniająca problemy wieku dorastania:

- 1) młodzieńczy bunt;
- 2) pragnienie akceptacji;
- 3) potrzeba decydowania o sobie;
- 4) przedwczesne zainteresowanie seksem;
- 5) narkotyki;
- 6) niebezpieczeństwa mediów.

Sposób realizacji warsztatu:

Każdy warsztat programu realizowany jest w ramach 30 godzin/godzina dydaktyczna/, zalecane w cyklu 10 cotygodniowych 3 godzinnych spotkań.

Liczebność grupy: do 15 osób

Osoby prowadzące: 2 prowadzących, z wykształceniem wyższym pedagogicznym, psychologicznym, nauk o rodzinie oraz ukończonym szkoleniem przygotowującym do prowadzenia poszczególnych części warsztatu „Szkoła dla rodziców i wychowawców” /cz I, cz.II, cz.III/



DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŁKACH
mgr Stanisław Dziemian

WARSZTAT „BEZ KLAPSA – JAK MIŁOŚCIĄ I SZACUNKIEM WYZNACZAĆ DZIECKU GRANICE” program profilaktyczny realizowany przy PCPR w Suwałkach

Warsztat „Bez klapsa – jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granice” jest skierowany do rodziców dzieci w wieku 0 – 6 lat, którzy chcą poszerzyć swoje umiejętności wychowawcze.

Warsztat „Bez klapsa – jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granice” daje możliwość zastanowienia się jak wychowywać dzieci bez stosowania niesprzyjających rozwojowi metod wychowawczych, jak w trudnych sytuacjach radzić sobie z własnymi emocjami i emocjami dziecka oraz wspólnego poszukiwania sposobów na budowanie pozytywnej więzi pomiędzy dzieckiem i rodzicem. Skierowany jest do wszystkich rodziców, którzy chcą „bez klapsa”, a raczej z miłością i szacunkiem wyznaczać dziecku granice.

Poruszane są tematy związane z konsekwencjami stosowania klapsa i innych metod niesprzyjających rozwojowi dziecka oraz radzenia sobie z przeżywanymi przez rodzica trudnymi emocjami (złością, bezradnością, poczuciem winy).

Ważna jest nauka wyznaczania granic poprzez zastosowanie konsekwencji połączonych z aktywnym słuchaniem dziecka oraz nazywania swoich emocji i oczekiwań. W czasie warsztatu przedstawiane są konstruktywne metody i uczestnicy zachęceni są do ćwiczenia nowych umiejętności.

Treści przekazywane podczas warsztatu:

Warsztat podzielony jest na trzy bloki tematyczne:

- 1. „Nie” dla klapsa – dlaczego „nie” dla klapsa?** Ma na celu odkrycie motywów, które kierują rodzicami, gdy stosują te i inne krzywdzące metody wychowawcze, a także przyjąć perspektywę dziecka, które doświadcza takiego sposobu wychowania.
- 2. Uczucia** – w tym bloku tematycznym zajmujemy się obszarem uczuć, pod wpływem których rodzice zazwyczaj stosują klapsy jako metodę wychowawczą. Poszukujemy sposobów pomagających rozpoznać uczucia w sobie oraz w innych, a także sposobów radzenia sobie z nimi w sytuacjach trudnych.
- 3. Zamiast klapsa** – w tym bloku tematycznym zapoznajemy się z innymi niż klaps metodami wychowawczymi, które pomogą rodzicom zachęcać dzieci do współpracy, a także przyjrzą się różnicy pomiędzy karą a konsekwencją.

Tematyka spotkań:

Spotkanie 1: Poznajmy się

Spotkanie 2: Ja moje dziecko i klaps

Spotkanie 3: Bank uczuć

Spotkanie 4: Błędne koło

Spotkanie 5: Wiem, że dasz radę

Spotkanie 6: Karanie i ponoszenie konsekwencji

Jakie korzyści mają rodzice uczestniczący w warsztatach?

- zwiększenie rozumienia powodów swoich dotychczasowych zachowań w relacji z dzieckiem;
- zwiększenie wiedzy na temat konsekwencji stosowania klapsów i innych niekonstruktywnych metod wobec dziecka;
- wzrost umiejętności rozpoznawania i nazywania emocji u siebie i u innych;
- poznanie sposobów radzenia sobie z własnymi uczuciami i myślami w sytuacjach trudnych;
- poznanie alternatywnych metod służących zachęcaniu dziecka do współpracy i wyznaczaniu mu granic;
- ćwiczenie nowych, sprzyjających dziecku wzorców zachowań;
- zmniejszenie poczucia bezradności i bezsilności w sytuacjach trudnych oraz wzrost poczucia kompetencji jako rodzica;
- wsparcie i możliwość skorzystania z doświadczeń innych rodziców.

Sposób realizacji:

Warsztat trwa 12 godzin zegarowych. Podzielony jest na sześć dwugodzinnych cotygodniowych sesji.

Metody pracy:

Podczas zajęć wykorzystywane są różne metody pracy:

- aktywne formy prowadzenia zajęć: ćwiczenia, w parach, w podgrupach, odgrywanie scenek, wypowiedzi na forum, burze mózgów
- prace domowe
- wykorzystywanie osobistych doświadczeń podczas ćwiczeń

Liczebność grupy: do 14 osób

Osoby prowadzące: 2 prowadzących, z wykształceniem wyższym pedagogicznym, psychologicznym, nauk o rodzinie oraz ukończonym szkoleniem przygotowującym do prowadzenia warsztatu „Bez klapsa – jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granice”

DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŁKACH

mgr Stanisław Dziemian

WARSZTAT „BYĆ MAMĄ”

program profilaktyczny realizowany przy PCPR w Suwałkach

Warsztat „Być mamą” skierowany jest do mam najmłodszych dzieci (do ukończenia przez nie 1 roku życia). W tym pierwszym roku rozstanie mamy z dzieckiem jest bardzo trudne dla obu stron, dlatego mamy w warsztacie uczestniczą razem ze swoimi maluszkami.

Na czym polega warsztat?

Warsztat prowadzony jest wg autorskiego programu Fundacji Dzieci Niczyje. Warsztat stwarza możliwość spotkania się kobiet znajdujących się w podobnej sytuacji pojawienia się w rodzinie małego dziecka. Dziecko to wielkie szczęście i radość, ale także ogromna zmiana w życiu kobiety i całej jej rodziny, a także masa pytań i wątpliwości związanych z tym, jak adekwatnie zaspokajać potrzeby dziecka.

Na spotkaniach poruszane zarówno tematy związane ze zmianą dla rodziny jaką jest pojawienie się dziecka, jak również różne kwestie dotyczące wychowywania dziecka – potrzeby dziecka na poszczególnych etapach rozwojowych i sposoby ich zaspokajania, uczucia rodzica i dziecka, stawianie granic, zachęcanie do samodzielności, pochwały, kary i konsekwencje.

Jakie przykładowe korzyści mają mamy z takiej formy pracy?

- będą potrafiły lepiej odnaleźć się w roli mamy oraz wzrosnie ich poczucie kompetencji rodzicielskiej;
- będą miały możliwość spojrzenia na siebie jako na rodzica i docenienie swoich umiejętności;
- możliwość nawiązania kontaktu z innymi mamami i wymieniać z nimi doświadczeń;
- możliwość pozyskania wiedzy na temat rozwoju i potrzeb dziecka od jego urodzenia do 3 roku życia;
- możliwość pozyskania wiedzy i nowych umiejętności z zakresu wychowywania dziecka;
- rozwiną swoje umiejętności wychowawcze, które pomogą im wychowywać dzieci bez używania przemocy;
- poznają i będą miały możliwość ćwiczenia nowych sposobów reagowania na trudności dziecka;
- możliwość uważnego obserwowania swoich relacji z dzieckiem, zrozumienia jak one wpływają na dzieci i jak dzieci reagują na nie;
- zdobędą umiejętności rozpoznawania emocji własnych i dziecka oraz sytuacji w jakich się pojawiają;
- możliwość obserwowania zachowań dziecka, wysyłanych przez niego sygnałów i lepsze ich zrozumienie;
- możliwość obserwacji własnych reakcji na sygnały wysyłane przez dziecko i sprawdzenie, które z nich służą dziecku;
- zyskanie większego spokoju i świadomości własnych kompetencji w kontakcie z dzieckiem.

Tematyka zajęć:

Spotkanie 1: Poznajmy się – integracja i zasady

Spotkanie 2: Ja i moja rodzina - Co się zmieniło po narodzinach dziecka?

Spotkanie 3 i 4: Rozumieć dziecko- rozwój dziecka w pierwszych trzech latach życia

Spotkanie 5: Trudne momenty – jak sobie z nimi radzić?

Spotkanie 6: Co się ze mną dzieje – jak zrozumieć swoje uczucia i sobie z nimi radzić?

Spotkanie 7: Co się dzieje z moim dzieckiem – skąd wiedzieć co przeżywa i jak mu pomóc?

Spotkanie 8: Karać czy nie karać?

Spotkanie 9: Magiczna moc doceniania

Spotkanie 10: Aniołek czy diabełek jak patrzę na moje dziecko?

Sposób realizacji:

Warsztat trwa 30 godzin zegarowych. Podzielony jest na 10 trzygodzinnych sesji, które odbywają się z odstępem max. cotygodniowym.

Liczebność grupy: do 14 osób

Osoby prowadzące: 2 prowadzących, osoby z wykształceniem wyższym pedagogicznym, psychologicznym lub nauk o rodzinie z przygotowaniem do prowadzenia warsztatu „Być mamą”.

DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIEJ W SUWAŁKACH
mgr Stanisław Dziemian

WARSZTAT BUDOWANIA RELACJI MAŁŻEŃSKIEJ - program profilaktyczno- terapeutyczny

Warsztat skierowany jest do par małżeńskich przeżywających trudności w relacjach międzyosobowych, komunikacji interpersonalnej oraz przeżywających różne sytuacje kryzysowe. Służy pomocą w budowaniu prawidłowej więzi emocjonalnej między małżonkami, prowadzi do zrozumienia własnych ograniczeń i odmienności związanych z płcią. W opracowywaniu programu wykorzystano materiały Kursu Małżeńskiego „Budowanie relacji małżeńskiej” Stowarzyszenia Alfa Polska.

1. CELE PROGRAMU

Celem głównym programu jest poprawa bądź odbudowa więzi małżeńskiej. Celami szczegółowymi warsztatu jest pomoc małżonkom zbliżyć się do siebie poprzez:

- wzajemne oddanie,
- wspólne spędzanie czasu,
- lepsze wzajemne zrozumienie,
- wytworzenie dobrych nawyków partnerskiego współdziałania.

2. ZAWARTOŚĆ PROGRAMU-WARSZTATU

Sesja wprowadzająca do programu

1. Diagnoza sytuacji problemowej- spotkanie indywidualne z małżonkami.

Sesja pierwsza - budowanie mocnych fundamentów

1. Zapoznanie uczestników z tematyką warsztatu .
2. Ankieta - inwentaryzacja małżeństwa wyłaniająca obszary rozbieżności między Małżonkami.
 1. Czym jest małżeństwo - przedstawienie najważniejszych informacji oraz dynamiki zmian w małżeństwie.
 2. Określenie potrzeb własnych i współmałżonka (krótka ankieta).
 3. Pogadanka i dyskusja na temat zaspakajania wzajemnych potrzeb.
 4. Omówienie zadania „czas dla siebie nawzajem” – poświęcenie w tygodniu czasu tylko dla siebie (dwie godziny tygodniowo) celem pogłębienia wzajemnego porozumienia.

Sesja druga - sztuka komunikacji

1. Wprowadzenie na temat skutecznej komunikacji, znaczenia mówienia i słuchania.
2. Praca w grupie dotycząca barier w mówieniu i słuchaniu.
3. Przeprowadzenie zasad dobrego słuchania.
4. Ćwiczenie zasad w grupie.
5. Propozycja tematów do przepracowania w domu zgodnie z poznanymi zasadami.

Sesja trzecia - rozwiązywanie konfliktów

1. Wprowadzenie ukazanie istoty powstawania konfliktów i odmienności radzenia sobie z gniewem.
2. Przepracowanie zasad uśmierzenia konfliktów.
3. Ćwiczenie i nauka negocjacji w kwestiach spornych.
4. Praca między małżonkami (wykonanie ćwiczeń) dotycząca:
 - rozpoznawania różnic,
 - umiejętności doceniania i okazywania wdzięczności.

Sesja czwarta - siła wybaczenia

1. Wykład „Jak można utracić intymność”.
2. Ukazanie metod odzyskania bliskości, kroki prowadzące do pojednania.
3. Identyfikacja zranień współmałżonka oraz zranień własnych - praca między małżonkami.
4. Doprowadzenie do przebaczenia i pojednania między małżonkami.

Sesja piąta - rodzice i teściowie

1. Wprowadzenie ukazanie wpływu rodziny pochodzenia na małżeństwo.
2. Budowanie zdrowych więzi rodzinnych przepracowanie zasad.
3. Praca nad rozpoznaniem i pozbyciem się zranień z dzieciństwa.
4. Wykonanie ankiet dotyczących rozpoznania relacji z rodzicami i wzajemnych relacji rodziców.
5. Nauka sposobów wzajemnego wspierania się oraz pozytywnych relacji z rodzicami.

Sesja szósta- dobre życie seksualne

1. Wykład - ukazanie różnych aspektów podejścia do seksu.
2. Przepracowanie zasad prowadzących do satysfakcjonującego życia intymnego małżonków.
3. Praca między małżonkami - ocena więzi seksualnych celem określenia dziedzin z jakimi mają problem.
4. Podsumowanie i wyjaśnianie zgłaszanych problemów.

Sesja siódma – miłość w działaniu

1. Wprowadzenie - ukazanie sposobów okazywania miłości.
2. Praca między małżonkami celem określenia braków w okazywaniu sobie uczuć.
3. Odkrywanie własnych „języków miłości” - ćwiczenie.
4. Określenie przez współmałżonków pięciu rzeczy, które chcieliby zapamiętać i zastosować.
5. Dyskusja w grupie.

Sesja ósma - potrzeby uczestników

1. Rozwiązywanie problemów dot. aktualnych sytuacji konfliktowych.
2. Dzielenie się doświadczeniami uczestników warsztatów (pozytywne zmiany w relacjach małżeńskich).

Sesja dziewiąta - kończąca warsztaty

1. Krótkie podsumowanie pracy grupy.
2. Praca indywidualna - uzupełnienie ankiety sprawdzającej warsztaty.
3. Ankieta - inwentaryzacja małżeństwa.
4. Praca w grupie, dyskusja, opinie.

3. SPOSÓB REALIZACJI

W ramach realizacji programu odbywają się zajęcia grupowe i indywidualne:

- Spotkanie indywidualne wprowadzające 2 godzinne /2x 45 min/.
- 8 cotygodniowych /lub częstszych/ spotkań grupowych 3 godzinnych (4 godz. dydaktyczne)

Minimalny łączny czas zajęć przewidziany dla jednego uczestnika wynosi 34 godziny.

Zajęcia grupowe prowadzone są metodami warsztatowymi.

Uczestnicy mają również możliwość skorzystania z dodatkowych konsultacji indywidualnych.

Program jest realizowany w okresie trzech miesięcy.

Zajęcia grupowe poprzedzone są diagnozą - badaniami indywidualnymi uczestników programu /spotkanie indywidualne / wg Kwestionariusza Inwentaryzacji Małżeństwa

Realizacja programu odbywa się w systemie zamkniętym o stałej liczbie uczestników max. do 12 osób. Dobór nowych osób może nastąpić w przeciągu dwóch pierwszych zajęć grupowych.

DYREKTOR
POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SUWAŃKACH

mgr Stanisław Działan