Program psychologiczno-terapeutyczny dla osób stosujących przemoc domową w 2026 r.

OPRACOWANIE: SEBASTIAN PLUTA

PODSTAWA PRAWNA

1. Ustawa z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy domowej
2. Rozporządzenie Ministra Rodziny I Polityki Społecznej z dnia 22 czerwca 2023 r. w sprawie programów psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową oraz wymagań kwalifikacyjnych wobec osób prowadzących te programy

OPIS GRUPY DOCELOWEJ

Program skierowany jest do osób stosujących przemoc domową, którzy uczestniczyli w programie korekcyjno- edukacyjnym dla osób stosujących przemoc, bądź którzy mają potwierdzony udział w innej formie wsparcia mającej za zadanie skorygować zachowania przemocowe. Program zakłada udział maksymalnie 10, minimalnie 5 uczestników w formie pracy grupowej i indywidualnej.

Program zakłada 60 godzin pracy grupowej z osobami stosującymi przemoc. Spotkania grupowe będą poprzedzone indywidualnym spotkaniu motywująco-diagnostycznym po 1 h na uczestnika.

Program skierowany jest do osób dorosłych tj. kobiet i mężczyzn, chętnych do pracy nad zmianą swoich postaw i zachowań, skierowanych przez Zespoły Interdyscyplinarne, Ośrodki Pomocy Społecznej, Sądy, kuratorów zawodowych i społecznych, Policję, PCPR a także chcących skorzystać samodzielnie z pomocy. Tym samym, osoby zgłaszające się do programu, mogą korzystać z niego samodzielnie lub być skierowane przez instytucje, organizacje zaangażowane w przeciwdziałanie przemocy domowej.

RODZAJ ZAJEĆ I PROWADZĄCY

Spotkania będą miały charakter grupowy prowadzone będą przez wykwalifikowanego psychologa/terapeutę/specjalistę ds. przeciwdziałania przemocy (posiadającego certyfikat specjalisty „Niebieskiej linii" bądź równoważny).

MIEJSCE i CZAS REALIZACJI PROGRAMU

Jako miejsce realizacji wskazuje się terenie powiatu brzeskiego, w siedzibie realizatora zadania, bądź w porozumieniu z beneficjentami w innym ustalonym miejscu na terenie Powiatu Brzeskiego.

Planuje się łącznie zrealizować 60 godzin pracy grupowej i 10 indywidualnej w okresie do grudnia 2026 r. z osobami stosującymi przemoc.

CELE i ZAKRES PRACY PSYCHOLOGICZNO – TERAPEUTYCZNEJ Z OSOBAMI STOSUJACYMI PRZEMOC

Oddziaływania psychologiczno-terapeutyczne indywidualne z założenia są dostosowane do potrzeb klienta i jego możliwości poznawczych mają na celu m.in.:

- analizę przyczyn własnego postępowania, wynikającą z doświadczeń z rodziny pochodzenia;
- zmianę schematów poznawczych (analizowanie swoich wzorów myślenia, postaw, zachowań), wgląd w mechanizmy własnych zachowań;
- podnoszenie wiedzy i umiejętności wychowawczych, rodzicielskich;
- trening umiejętności interpersonalnych, trening relaksacji, redukowanie napięć, trening asertywności;
- podnoszenie umiejętności w zakresie rozwiązywania konfliktów i trudności;
- nabywanie umiejętności radzenia sobie z gniewem, kontrolą emocji w sytuacjach trudnych, nabywanie umiejętności radzenie sobie z trudnymi emocjami, poczuciem winy;
- podnoszenie wiedzy i umiejętności przydatnych w relacjach partnerskich, wzajemnego poszanowania, szacunku;

Biorąc pod uwagę wytyczne Rozporządzenia celem tychże oddziaływań jest:

1) wzbudzanie motywacji wewnętrznej do zmiany zachowania przez analizę przyczyn postępowania i wgląd w mechanizmy własnych zachowań;

2) zdobycie lub poszerzenie wiedzy i umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych;

3) nabycie umiejętności służących rozwiązywaniu problemów i konfliktów bez użycia przemocy;

4) nabycie i kształtowanie umiejętności prospołecznych, w tym: asertywności, empatii, rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji, radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych, w tym radzenia sobie ze stresem, lękiem i złością;

5) poszerzanie samoświadomości, zwłaszcza w kontekście własnych zasobów oraz ograniczeń i negatywnych stereotypów funkcjonowania w relacjach rodzinnych;

6) nabycie i doskonalenie umiejętności wychowawczych i rodzinnych opartych na wychowaniu bez przemocy;

7) rozwój umiejętności związanych z budowaniem relacji rodzinnych i partnerskich;

8) pogłębianie wiedzy na temat wpływu przemocy na relacje społeczne i sposobów jej przeciwdziałania;

9) diagnozowanie potrzeb i nabywanie umiejętności dobierania prawidłowych strategii w ich zaspokajaniu;

10) wzmacnianie postawy odpowiedzialności wobec siebie i innych.

Planowany harmonogram tematyczny zajęć grupowych przewiduje podjęcie następujących tematów:

Nr	Temat spotkania	Główne zagadnienia
1	**Motywacja do zmiany i kontrakt terapeutyczny**	poznanie uczestników, cele programu, motywacja wewnętrzna, odpowiedzialność za udział
2	**Moja historia – przekazy rodzinne i wzorce wyniesione z domu**	rodzina pochodzenia, przekazy pokoleniowe, schematy funkcjonowania
3	**Mechanizmy przemocy i branie odpowiedzialności za własne zachowanie**	cykl przemocy, minimalizowanie, zaprzeczanie, usprawiedliwianie przemocy
4	**Poznawanie siebie – przekonania, schematy i automatyczne reakcje**	analiza własnych myśli, przekonań i zachowań
5	**Emocje – rozpoznawanie, nazywanie i wyrażanie**	złość, lęk, wstyd, poczucie winy, frustracja
6	**Samoregulacja i radzenie sobie ze stresem**	napięcie, techniki regulacji emocji, relaksacja
7	**Moje potrzeby i granice – czego naprawdę chcę?**	potrzeby, frustracja potrzeb, granice własne i innych
8	**Komunikacja bez przemocy (NVC) – podstawy**	obserwacja, uczucia, potrzeby, prośba
9	**Rozwiązywanie konfliktów bez użycia przemocy**	dialog, negocjacje, kompromis, deeskalacja konfliktów
10	**Relacja partnerska oparta na szacunku**	partnerstwo, odpowiedzialność, wzajemność, zaufanie
11	**Rodzicielstwo bez przemocy i budowanie więzi z dzieckiem**	potrzeby dziecka, wychowanie bez przemocy, komunikacja
12	**Empatia i perspektywa osoby doświadczającej przemocy**	skutki przemocy dla partnera i dzieci, rozwijanie empatii
13	**Nawrót zachowań przemocowych – rozpoznawanie sygnałów ostrzegawczych**	czynniki ryzyka, plan bezpieczeństwa, strategie zapobiegania nawrotom
14	**Budowanie życia zgodnego z wartościami**	cele życiowe, odpowiedzialność, zasoby, relacje społeczne
15	**Podsumowanie procesu i indywidualny plan utrzymania zmiany**	ewaluacja, plan dalszego rozwoju, zasoby, zakończenie programu

ETAPY PRACY

1. Kwalifikacja uczestników.
2. Sesje grupowe ze specjalistami,
3. Etap końcowy wiąże się z podsumowaniem oddziaływań i wskazaniu dalszych możliwych form korzystania z pomocy.

Z założenia, Program Psychologiczno-Terapeutyczny ma być uzupełnieniem i rozwinięciem działań podejmowanych wobec osób stosujących przemoc w ramach Programów Oddziaływań Korekcyjno – Edukacyjnych bądź ma być etapem wstępnym do dalszej pracy nad sobą w programie edukacyjno – korekcyjnym bądź poprzez dalszą terapię indywidualną bądź grupową w zależności od potrzeb.

Należy zaznaczyć, że Program Oddziaływań Korekcyjno - Edukacyjnych dla Osób Stosujących Przemoc Domową stanowi program interwencyjny, którego zasadniczym celem jest zatrzymanie przemocy. Osiągnięciu tego celu służy edukacja sprawcy w obszarze przemocy (jej form, dynamiki, źródeł i stereotypów wzmacniających przemoc) oraz korekcja zachowań niepożądanych poprzez dostarczenie i przyswojenie przez sprawcę narzędzi i technik służących powstrzymywaniu się przed stosowaniem przemocy.

Natomiast Program Psychologiczno-Terapeutyczny skoncentrowany jest przede wszystkim na kliencie jako podmiocie oddziaływań, jego sposobie funkcjonowania i myślenia. Istota programu polega głównie na realizacji celów terapeutycznych, które mają sprzyjać zwiększeniu samoświadomości, umiejętności samoregulacji i uruchomieniu zmian pozwalających na lepszą adaptację społeczną i optymalny poziom funkcjonowania w życiu codziennym.

EWALUACJA PROGRAMU:

Po ukończeniu Programu następuje ocena postępów uczestników, zawiera ona następujące elementy: obecność, wywiad z osobą doświadczającą przemocy od beneficjenta pomocy, ankieta samooceny,

Oceny końcowej dokonuje osoba prowadząca zajęcia.

W związku z obowiązkiem prowadzenia monitoringu osób którzy ukończyli program, z każdą osobą po programie prowadzący będzie przeprowadzał trzy rozmowy telefoniczne, jak i utrzymywał kontakt ze służbami pomocowymi oraz rodziną w celu weryfikacji zaprzestania stosowania przemocy (np. sąd, policja, najbliższa rodzina) w okresach : trzy miesiące po ukończeniu spotkań).