

**Uchwała Nr X/65/15
Rady Powiatu Kolneńskiego
z dnia 8 grudnia 2015r.**

**w sprawie przyjęcia Powiatowego Programu Profilaktyczno –
Edukacyjnego Dla Dzieci i Młodzieży w Rodzinach Zagrożonych Przemocą
w Rodzinie na lata 2016-2020 oraz Powiatowego Programu Edukacyjno-
Wspierającego dla Osób Dorosłych Uwikłanych w Zjawisko Przemocy w
Rodzinie na lata 2016-2020**

Na podstawie art. 32 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 roku o samorządzie powiatowym (Dz. U. z 2015 r., poz. 1445), w związku z art. 6 ust.3, pkt 2 ustawy z dnia 25 lipca 2005r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz.U. z 2015 r., poz. 1390) Rada Powiatu Kolneńskiego uchwala co następuje:

§ 1.

Przyjmuje się do realizacji „Powiatowy Program Profilaktyczno – Edukacyjnego Dla Dzieci i Młodzieży w Rodzinach Zagrożonych Przemocą w Rodzinie na lata 2016-2020” oraz „Powiatowy Program Edukacyjno-Wspierający dla Osób Dorosłych Uwikłanych w Zjawisko Przemocy w Rodzinie na lata 2016-2020”, stanowiące załącznik Nr 1 i Załącznik nr 2 do niniejszej uchwały.

§ 2.

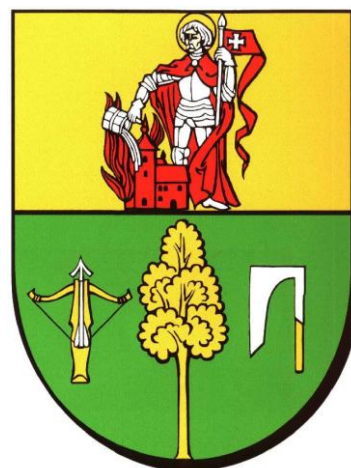
Wykonanie uchwały powierza się Zarządowi Powiatu Kolneńskiego.

§ 3.

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Przewodniczący Rady
Andrzej Mieczkowski

Załącznik nr 1
do Uchwały Nr X/65/15
Rady Powiatu Kolneńskiego
z dnia 8 grudnia 2015 r.



**Powiatowy Program
Profilaktyczno - Edukacyjny
Dla Dzieci i Młodzieży
W Rodzinach Zagrożonych
Przemocą w Rodzinie
na lata 2016-2020**

Kolno 2015

Spis treści:

1. Wprowadzenie
2. Obszary, kierunki działań oraz wskaźniki realizacji programu
3. Metody
4. Formy pomocy
5. Organizacja działań
6. Tematy zajęć profilaktyczno-edukacyjnych programu
7. Oczekiwane rezultaty
8. Monitoring i ewaluacja

1. Wprowadzenie

Nowelizacja ustawy z dnia 10 czerwca 2010r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie nakłada na powiat takie między innymi zadanie, jak opracowanie i realizacja programów służących działaniom profilaktycznym mającym na celu udzielenie specjalistycznej pomocy, zwłaszcza w zakresie promowania i wdrożenia prawidłowych metod wychowawczych w stosunku do dzieci w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie.

Przemoc jest to umyślne działanie, które narusza prawa i dobra osobiste, powoduje cierpienie i ból. Przemoc charakteryzuje się tym, że jest intencjonalna, tzn. jest to zamierzone działanie człowieka, ma ono na celu podporządkowanie sobie ofiary i kontrolowanie jej. Podczas występowania przemocy siły są nierównomiernie rozłożone (jedna strona ma przewagę nad drugą), naruszane są podstawowe prawa ofiary (nietykalność fizyczna, godność, szacunek). Ciągłe doświadczanie bólu i cierpienia sprawia, że ofiara ma z czasem coraz mniejszą umiejętność samoobrony, jej stan psychicznylega pogorszeniu się z powodu życia w przewlekłym stresie. Przemoc w rodzinie, szkole, czy na ulicy to obecnie powszechne zjawiska w naszym społeczeństwie. Sprzyja temu niż wartości autorytetów, osłabienie więzi rodzinnych, rozczarowanie spowodowane niedostatkiem oraz pozostawianie dzieci i młodzieży z ich własnymi problemami. Dodatkowo agresywne wzorce rozpowszechniają media, które zamiast potępiać negatywne postępowanie, często je propagują. Specyficzną formą przemocy jest przemoc w rodzinie. Zazwyczaj ofiarami przemocy są kobiety i dzieci, jak również osoby starsze. Statystyki odnoszące się do przemocy domowej nie są jednak precyzyjne i nie oddają wielkości problemu, który często jest nieujawniany przez członków rodziny. Ofiary przemocy w rodzinie charakteryzują się niską samooceną, poczuciem bezsilności i bezradności, odczuwaniem ciągłego niepokoju oraz są

bardziej podatne na depresje i choroby związane ze stresem. Dzieci, które są świadkami przemocy lub, nad którymi dochodzi do znęcania, są nieodwracalnie skrzywdzone, a skutki mogą się objawić dopiero w życiu dorosłym. Ognisko domowe powinno cechować się bezpieczeństwem i wzajemnym szacunkiem, tam kształtuje się osobowość oraz system wartości, dlatego też zadaniem państwa jest objęcie wsparciem ofiar przemocy, jak również podjęcie bezwzględnych działań wobec sprawców, aby przemoc nie powtarzała się.

Dzieci wychowujące się w rodzinach gdzie występuje przemoc narażone są na dwa rodzaje niszczących doświadczeń. Pierwsze dotyczy dzieci, które są bezpośrednimi ofiarami przemocy, drugie zaś dzieci, które są świadkami przemocy np. ojca wobec matki dziecka. Na podwójne niebezpieczeństwo narażone są dzieci, które same doświadczają przemocy i są jej świadkami. Wiele dzieci bezpośrednio staje się ofiarami przemocy, gdy próbuje powstrzymać sprawcę.

Najbardziej widocznymi i oczywistymi skutkami przemocy są obrażenia cielesne. Nie powinno być trudności z ich rozpoznaniem. Należy jednak pamiętać, że znacznie bardziej niszczące od urazów fizycznych są skutki psychiczne doświadczanej przemocy. Dziecko żyjące w stanie ciągłego zagrożenia pozbawione jest niezbędnego do prawidłowego rozwoju poczucia bezpieczeństwa, miłości i zaufania.

Przemoc w rodzinie występuje w różnych formach:

- **przemoc fizyczna**- popychanie, policzkowanie, szarpanie, nie udzielenie koniecznej pomocy itp
- **przemoc psychiczna** (słowna)- różnorodne agresywne zachowania werbalne (stała krytyka, wyśmiewanie poglądów, domaganie się posłuszeństwa, wyzywanie, upokarzanie, groźby, itp.)

- **przemoc seksualna**- wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, itp.
- **przemoc ekonomiczna**- może charakteryzować się tym, iż sprawca odbiera zarobione pieniądze ofierze, uniemożliwia podjęcie pracy zarobkowej, czy też nie zaspokaja podstawowych potrzeb materialnych rodziny
- **zaniedbanie** - to ciągle nie zaspakajanie podstawowych potrzeb fizycznych i emocjonalnych dziecka

Jedną z najtrudniejszych do ujawnienia form przemocy wobec dzieci jest **wykorzystywanie seksualne**. Mówimy o nim wtedy, gdy dorosły traktuje dziecko jak obiekt seksualny i posługuje się nim w celu zaspokojenia swoich potrzeb. Wykorzystywaniem seksualnym są nie tylko analne, oralne czy genitalne stosunki płciowe, czy ich usiłowanie, a także dotykanie narządów płciowych, masturbacja, obnażanie się w obecności dziecka, czy zmuszanie do oglądania pornografii, itp.

Przemoc wobec dzieci stanowi niewątpliwie problem społeczny, jest szkodliwa w sensie jednostkowym i indywidualnym, występuje stosunkowo często, a zdaniem niektórych niemal powszechnie, oraz mobilizuje społeczeństwa do organizowania reakcji – interwencji społecznych w walce ze zjawiskiem.

Program został dostosowany do lokalnych potrzeb społecznych, jak również możliwości realizacyjnych Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie. Nadaje szczególny priorytet profilaktyce i edukacji zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży, w tym przemocy rówieśniczej. Zakłada również kontynuację działań o charakterze informacyjno-edukacyjnym.

Niniejsze opracowanie to program zajęć profilaktycznych i edukacyjnych dla dzieci i młodzieży z terenu powiatu kolneńskiego.

2. Obszary, kierunki działań oraz wskaźniki realizacji programu

Zadaniem programu jest zwiększenie świadomości wśród dzieci i młodzieży na temat zjawiska przemocy w rodzinie. Nadrzędny cel programu zostanie osiągnięty przez następujące kierunki i rodzaje działań:

L.p.	Kierunki działań	Rodzaje działań	Realizatorzy, podmioty zaangażowane	Termin realizacji
1.	Organizacja grupy odbiorców programu	Zapraszanie do współpracy szkół z terenu powiatu kolneńskiego	PCPR	2016 - 2020
2.	Podjęmowanie efektywnych działań profilaktyczno – edukacyjnych na rzecz dzieci i młodzieży zagrożonych przemocą.	Prowadzenie zajęć profilaktycznych i edukacyjnych w placówkach oświaty	PCPR we współpracy z instytucjami działającymi na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie	2016 - 2020
3.	Rozpowszechnianie materiałów promocyjnych i informacyjnych dotyczących przeciwdziałania przemocy w rodzinie , w tym promowanie prawidłowych metod wychowawczych w stosunku do dzieci i młodzieży w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie .	Rozpowszechnianie broszurek , ulotek , plakatów , czasopism i publikacji z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie.	PCPR we współpracy z instytucjami działającymi na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie	2016-2020
4.	Podniesienia poziomu wiedzy osób zajmujących się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie a w szczególności mających kontakt z dziećmi i młodzieżą zagrożoną zjawiskiem przemocy w rodzinie .	Przeprowadzenie specjalistycznych szkoleń , pogadanek , prelekcji . Poradnictwo specjalistyczne w tym: psychologiczne , pedagogiczne , prawne i socjalne . Udział w zespołach Interdyscyplinarnych – specjalistyczne szkolenia .	PCPR we współpracy z instytucjami działającymi na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie w szczególności zespoły Interdyscyplinarne z powiatu kolneńskiego	2016-2020
5.	Udzielanie Pomocy i wsparcia rodzinom dysfunkcyjnym, z problemami opiekuńczo-wychowawczymi zagrożonych przemocą w rodzinie	-skoordynowana i kompleksowa pomoc ze strony wszystkich instytucji i organizacji działających na rzecz zapobiegania przemocy w rodzinie - udział w zespołach interdyscyplinarnych i grupach roboczych, -zapewnienie poradnictwa	PCPR we współpracy z instytucjami działającymi na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie w szczególności zespoły Interdyscyplinarne z powiatu kolneńskiego	2016-2020

		specjalistycznego w ramach działalności wszystkich instytucji i organizacji działających na rzecz zapobiegania przemocy w rodzinie - wspieranie rodziców w ich funkcjach opiekuńczo-wychowawczych		
6.	Ocena skuteczności programu	Coroczne statystyczne podsumowanie programu, ewaluacja dokonana na podstawie ankiet ewaluacyjnych przeprowadzonych wśród uczniów	PCPR , informacje zebrane od realizatorów programu	2016-2020

Wskaźniki realizacji programu:

- liczba zajęć przeprowadzonych w szkołach;
- liczba osób uczestniczących zajęciach;
- liczba zorganizowanych spotkań dla osób zajmujących się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie a w szczególności mających kontakt z dziećmi i młodzieżą zagrożoną zjawiskiem przemocy w rodzinie;
- liczba prac zespołów interdyscyplinarnych na rzecz dzieci zagrożonych zjawiskiem przemocy w rodzinie;
- liczba udzielonych porad specjalistycznych,
- liczba instytucji, do których przekazano ulotki i materiały promocyjne związane ze zjawiskiem przemocy.

3. Metody

- wykłady;
- szkolenia;
- prelekcje;
- burza mózgów, zdania niedokończone, pogadanka;
- wykłady z elementami ćwiczeń;

- zajęcia warsztatowe;
- odgrywanie scenek;
- projekcja filmów edukacyjnych;
- prezentacje;
- ankieta.

4. Formy pomocy

- włączenie dzieci i młodzież w aktywność grupową;
- indywidualne rozmowy z uczestnikami programu zgłaszającymi problemy;
- rozmowy z rodzicami, prawnymi opiekunami uczestników programu według zaistniałych potrzeb podczas realizacji programu,
- udzielania wsparcia psychologiczno-pedagogicznego rodzicom, opiekunom dzieci zagrożonych zjawiskiem przemocy w rodzinie;
- udzielanie porad specjalistycznych rodzicom, opiekunom dzieci zagrożonych zjawiskiem przemocy w rodzinie;
- pomoc w korzystaniu z dziennych form opieki (świetlice socjoterapeutyczne)

5. Organizacja działań

KOORDYNATOR PROGRAMU: Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie, Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

REALIZATORZY PROGRAMU: pracownicy Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w PCPR w Kolnie oraz pracownicy

instytucji działających na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie w powiecie kolneńskim

ADRESACI PROGRAMU: dzieci i młodzież w wieku szkolnym w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie na terenie powiatu kolneńskiego, rodzice opiekunowie dzieci i młodzieży zagrożonej zjawiskiem przemocy w rodzinie, rodziny dotknięte przemocą, osoby, instytucje, szkoły zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie.

PARTNERZY PROGRAMU: szkoły i placówki oświaty i wychowania, Komenda Powiatowa Policji w Kolnie, Poradnia Uzależnień i Współuzależnień w Kolnie

MIEJSCE REALIZACJI PROGRAMU: szkoły na terenie powiatu kolneńskiego, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie, Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie lub inne miejsce na zlecenie odbiorcy

PRZEWIDYWANY CZAS REALIZACJI PROGRAMU: lata 2016-2020

ŹRÓDŁA FINANSOWANIA PROGRAMU: źródłem finansowania programu będą środki budżetu państwa, środki własne powiatu oraz dotacje celowe- środki pozabudżetowe pozyskiwane z innych źródeł

6. Tematy zajęć profilaktyczno – edukacyjnych programu

Celem głównym programu jest zapewnienie dzieciom i młodzieży z rodzin zagrożonych przemocą odpowiedniego poziomu życia i rozwoju, poprzez kompleksowy system socjalistycznego wsparcia. Istotnym jest tak ze promowanie i wdrażanie prawidłowych metod wychowawczych w stosunku do dzieci w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie. Zaplanowanie i pojęcie działań profilaktycznych, mających przywrócić rodzinie równowagę, przeciwdziałać rodzinom patologicznym oraz skutecznie chronić dzieci przed negatywnymi zachowaniami rodziców czy opiekunów, a tak że zapewnienie im optymalnego poziomu rozwoju fizycznego i emocjonalnego jest zadaniem

trudnym i wymagającym . Celem głównym programu osiągnięty zostanie przez realizację następujących celów szczegółowych :

6.1 INTEGRACJA

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- integrowanie grupy;
- wzajemne poznanie się dzieci;
- tworzenie sytuacji sprzyjających wyrażaniu własnych uczuć, przezwyciężanie nieśmiałości,
- kształcenie i rozwijanie umiejętności komunikowania się;
- zapewnienie dzieciom poczucia bezpieczeństwa i akceptacji;
- przyjazne współdziałanie w grupie.

6.2 UCZUCIA

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- uświadomienie dzieciom, co to są uczucia;
- zapoznanie z różnymi rodzajami uczuć;
- uczenie rozpoznawania uczuć i nazywanie oraz ujawnianie ich w różnych sytuacjach;
- uświadomienie dzieciom jak można radzić sobie ze wstydem oraz jego przeżywaniem;
- uświadomienie dzieciom, że wstyd utrudnia życie;
- dostarczanie dzieciom poczucia bezpieczeństwa, otwartości i szczerości.

6.3 POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- podnoszenie poczucia własnej wartości poprzez doświadczanie sukcesu w nowych sytuacjach;
- ukazywanie tego, co w dziecku dobre;

- poznawanie mocnych stron poszczególnych osób;
- wzmocnienie poczucia własnej wartości.

6.4 AGRESJA – WYRAŻANIE ZŁOŚCI

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- poznanie przyczyn zachowań agresywnych;
- ja i moja złość – dlaczego zachowuję się agresywnie;
- nauka wyrażania swojej złości;
- jak bronić się przed agresywnymi zachowaniami.

6.5 KOMUNIKACJA

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- poznanie istoty procesu komunikacji;
- nauka udzielania informacji zwrotnych;
- uświadomienie istnienia barier komunikacyjnych;
- komunikacja werbalna, niewerbalna (mowa ciała);
- nauka porównywania komunikatów „ja” i komunikatów „ty” i opisanie różnic między nimi;
- ćwiczenie formułowania komunikatu „ja”.

6.6 ASERTYWNOŚĆ

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- co to znaczy być asertywnym (mówienie NIE);
- jak reagować asertywnie;
- ćwiczenie zachowań asertywnych.

6.7 RADZIMY SOBIE W SYTUACJACH PRZEMOCY

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- dostarczenie wiedzy na temat przemocy oraz jej wpływu na życie w rodzinie,
- rodzaje przemocy i sposoby jej wyrażania;
- jak się zachować, gdy ktoś stosuje przemoc;
- czym się różni przemoc od agresji.

6.8 CYBERPRZEMOC – ZAGROŻENIA INTERNETOWE

CELE SZCZEGÓŁOWE :

- poznanie pojęcia cyberprzemoc;
- uświadomienie dzieciom przyczyn, rodzajów i konsekwencji stosowania cyberprzemocy;
- poznanie zasad bezpiecznego korzystania z internetu.

Program profilaktyczno – edukacyjny dla dzieci i młodzieży w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie nastawiony jest na działalność w latach 2016-2020. Liczba spotkań i czas trwania zajęć oraz przewidywany termin spotkań może ulegać zmianie w zależności od indywidualnych potrzeb danej szkoły.

7. Oczekiwane rezultaty

Oto kilka szczególnych korzyści, jakie przynieść może dzieciom i młodzieży uczestnictwo w spotkaniach profilaktyczno – edukacyjnych:

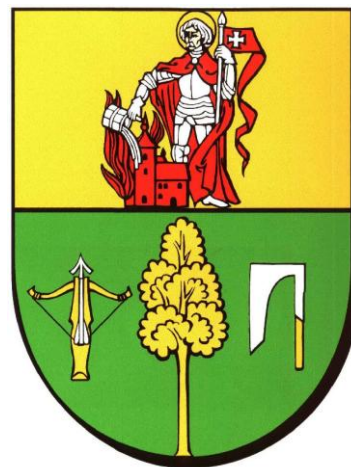
- Zwiększenie świadomości społecznej dotyczącej zagrożeń płynących z przemocy w rodzinie ;
- Zapewnienie należytej opieki dzieciom i rodzicom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej ;
- Poprawa funkcjonowania rodziny dysfunkcyjnej w pełnieniu swoich zadań ;

- Wzmocnienie rodziny w radzeniu sobie z problemami wychowawczymi ;
- Rozwój wiedzy i umiejętności rodziców w prawidłowym funkcjonowaniu;
- Pomoc rodzinie w rozwiązywaniu problemów wynikających z sytuacji kryzysowej ;
- Koordynacja działań służb i organizacji działających na rzecz pomocy dziecku i rodzinie , zwłaszcza zakresie przeciwdziałania przemocy domowej ;
- Wzrost świadomości społecznej w zakresie możliwości uzyskania wsparcia i pomocy ze strony instytucji i organizacji pozarządowych na terenie powiatu Kolneńskiego ;
- Wzrost poczucia bezpieczeństwa osób zagrożonych przemocą ;
- zdobycie wiadomości na temat zjawiska przemocy tj., przyczyny i skutki, przeciwdziałanie;
- rozwój umiejętności komunikacyjnych;
- okazja do obserwowania, nabywania umiejętności i dzielenia się nimi oraz wyrażania uczuć i radzenia sobie z nimi;
- umiejętność motywowania i wspierania do pracy w grupach, w tym umiejętność współdziałania w zespołach;
- umiejętność znalezienia wspólnych zainteresowań;
- duże zaangażowanie w swoją pracę i zdobywanie nowych wiadomości i umiejętności rozwiązywania konfliktów bez użycia przemocy, agresji;
- podniesienie poziomu samooceny i poczucia własnej wartości;
- zdobycie wiadomości na temat prawnych skutków stosowania przemocy.

Monitoring i ewaluacja

Monitorowanie i ewaluacja Powiatowego Programu Profilaktyczno – Edukacyjnego Dla Dzieci i Młodzieży w Rodzinach Zagrożonych Przemocą w Rodzinie na lata 2016-2020 odbywać się będzie na podstawie sporządzonej sprawozdawczości z wykonania zadań określonych w programie. Informacje te będą przedkładane Radzie Powiatu i Zarządowi Powiatu w corocznym sprawozdaniu dotyczącym działalności Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie.

Załącznik nr 2
do Uchwały Nr X/65/15
Rady Powiatu Kolneńskiego
z dnia 8 grudnia 2015 r.



Powiatowy Program
Edukacyjno-Wspierający
Dla Osób Dorosłych Uwikłanych
w
Przemoc w Rodzinie
na lata 2016-2020

Kolno 2015

Spis treści:

1. Wstęp
2. Obszary, kierunki działań oraz wskaźniki realizacji programu
4. Formy pomocy
5. Metody
6. Odbiorcy programu
7. Realizatorzy
8. Przewidziany czas realizacji programu
9. Miejsce realizacji programu
10. Zakres tematyczny spotkań
11. Oczekiwane efekty
12. Monitoring i ewaluacja

1. Wstęp

Do zadań własnych powiatu należy opracowanie i realizacja programów profilaktycznych umożliwiających rodzinie dotkniętej przemocą lub inną sytuacją kryzysową przezwyciężanie trudności. Zadaniem tego programu jest udzielanie pomocy i wsparcia osobom doznającym przemocy, zwiększenie świadomości wśród tych osób na temat zjawiska przemocy, jej rodzajów oraz wpływu na życie w rodzinie.

Przemoc w rodzinie to określenie takiej relacji osób pozostających w bliskim związku (np. małżeństwo, związki partnerskie, rodzina, wspólne mieszkanie), którą charakteryzuje znęcanie się jednej osoby nad drugą. Z przemocą domową mamy do czynienia, gdy członek rodziny - mąż, żona lub inna osoba wspólnie dzieląca mieszkanie lub gospodarstwo domowe - próbuje zdominować fizycznie lub psychicznie drugiego: partnera, dzieci, rodziców, dziadków, teściów, itp., używając przewagi fizycznej czy psychicznej, gróźb czy szantażu, w celu zranienia moralnie lub fizycznie.

Prawo definiuje przemoc domową jako wszelkie incydenty gróźb, nękania lub przemocy (psychicznej, fizycznej, seksualnej, ekonomicznej lub emocjonalnej) między osobami, które są członkami tej samej rodziny. Przemoc domowa może polegać – i często polega - na szeregu obelżywych zachowań, z które mogą przybierać postać bezpośredniej agresji (siłowej) lub agresji biernej (bez użycia siły fizycznej).

Przemoc domowa charakteryzuje się tym, że:

- Jest intencjonalna - jest działaniem zamierzonym i ma na celu kontrolowanie i podporządkowanie ofiary.
- Siły są nierówne - w relacji jedna ze stron ma przewagę nad drugą. Ofiara jest słabsza - fizycznie, psychicznie czy ekonomicznie - a sprawca silniejszy.

- Narusza prawa i dobra osobiste - sprawca wykorzystuje przewagę siły i narusza podstawowe prawa ofiary (np. prawo do nietykalności fizycznej, godności, szacunku itd.).
- Powoduje cierpienie i ból - sprawca naraża życie i zdrowie ofiary, w tym psychiczne, na poważne szkody. Doświadczanie bólu i cierpienia sprawia, że ofiara ma mniejszą zdolność do samoobrony.

Ofiarami przemocy domowej mogą być zarówno kobiety, jak i mężczyźni, osoby starsze, dzieci, to te pierwsze są znacznie bardziej narażone na systematyczne i najpoważniejsze jej formy, włącznie z przemocą seksualną. W przemocy domowej najbardziej istotna jest demonstracja i wykorzystanie siły lub władzy w sposób, który jest krzywdzący dla innych członków rodziny. Na przemoc w rodzinie można spojrzeć z perspektywy prawnej, moralnej, psychologicznej i społecznej.

Przemoc jest zjawiskiem, które destrukcyjnie wpływa na strukturę rodzinną, społeczną i kulturową. Narusza wszelkie prawa i dobra osobiste, naraża na niebezpieczeństwo utraty życia i zdrowia oraz wywołuje cierpienie. Ofiary przemocy domowej często milczą, nie mówią nikomu o swoich krzywdach. Być może wstydzą się lub są zastraszone. Doznawanie przemocy może mieć różny charakter: fizyczny, psychiczny, seksualny, ekonomiczny. Każdy z rodzajów przemocy może mieć tragiczne skutki. Ofiary doświadczają nieustannego lęku, bezsilności i przygnębienia. Podlegają długotrwałemu procesowi niszczącego stresu. Ponadto zaczynają być przekonane o własnej bezradności w sytuacji, co prowadzi do zaniku motywacji do działania. Ofiara czuje się przytłoczona, przeżywanie silnego poczucia lęku i zagrożenia niejednokrotnie wyzwalają stany regresywne.

2. Obszary, kierunki działań oraz wskaźniki realizacji programu

Do głównych celów programu należy udzielenie pomocy i wsparcia osobom dotkniętym przemocą w rodzinie, zwiększenie świadomości wśród tych

osób na temat zjawiska przemocy, jej rodzajów oraz wpływu na życie w rodzinie.

By przeciwdziałać zjawisku przemocy w rodzinie, postanowiono utworzyć w Specjalistycznym Ośrodku wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Kolnie, Grupę Wsparcia dla Osób uwięzanych w zjawisko przemocy w rodzinie. Do realizacji spotkań z w/w osobami niezbędnymi, jest długofalowy program przeciwdziałania przemocy w rodzinie, który realizowany będzie poprzez wyznaczone cele :

- podniesienie świadomości uczestników na temat możliwości uzyskania wszechstronnego wsparcia w zakresie przeciwdziałania przemocy;
- pobudzanie osób doświadczających przemocy w rodzinie, do podejmowania konstruktywnych rozwiązań mających na celu zaprzestanie przemocy;
- zwiększenie poczucia własnej wartości (rozwijanie poczucia własnych zalet, uświadomienie roli pozytywnego myślenia);
- nabywanie umiejętności poprawnej komunikacji (aktywne słuchanie, unikanie przerywania, parafrazowanie, empatia, zadawanie pytań podczas rozmowy, bycie naturalnym);
- zdobycie umiejętności zachowań asertywnych (stanowczość, umiejętność przyjmowania krytyki i pochwał, umiejętność odmawiania, umiejętność wyrażania własnych opinii, krytyki, potrzeb);
- dostarczanie uczestnikom poczucia bezpieczeństwa, otwartości i szczerości, poprzez kształtowanie umiejętności podejmowania rozsądnych decyzji sytuacji przemocy;
- danie możliwości zastosowania metod korzystnego mówienia o sobie oraz szans na budowanie więzi z grupą;
- dostarczanie uczestnikom okazji do wyrażenia swoich uczuć, rozładowania napięcia emocjonalnego;

- dostarczanie praktycznej wiedzy na temat skutecznego radzenia sobie ze stresem poprzez ćwiczenia relaksacyjne;
- dostarczenie wiedzy na temat uzależnień od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych.

Cele programu zostaną osiągnięte przez następujące kierunki i rodzaje działań:

L.p.	Kierunki działań	Rodzaje działań	Realizatorzy, podmioty zaangażowane	Termin realizacji
1.	Organizacja grupy	Upowszechnianie informacji o możliwości udziału w spotkaniach grupy wsparcia poprzez umieszczanie informacji w lokalnych mediach, stronie internetowej PCPR oraz kontakt z osobami doznającymi przemocy w rodzinie podczas spotkań grup roboczych	PCPR we współpracy z mediami o zasięgu lokalnym	2016 - 2020
2	Udzielanie pomocy i wsparcia osobom dotkniętym przemocą w rodzinie	Organizowanie spotkań grupy wsparcia dla osób doznających przemocy w rodzinie	PCPR	2016-2020
3.	Ocena skuteczności programu	Coroczne statystyczne podsumowanie programu, ewaluacja dokonana na podstawie ankiet ewaluacyjnych uczestników programu	PCPR	2016-2020

Wskaźniki realizacji programu:

- liczba opracowanych i upowszechnionych materiałów informacyjnych;
- liczba spotkań grupy wsparcia;
- liczba osób uczestniczących w spotkaniach.

3. Formy pracy

- zajęcia grupowe z osobami doznającymi przemocy w rodzinie;

- rozmowy indywidualne z osobami doświadczającymi przemocy w rodzinie.

4. Metody

- mini wykłady;
- ćwiczenia;
- odgrywanie scenek;
- pogadanki;
- burza mózgów;
- niedokończone zdania;
- prezentacje.

5. Odbiorcy programu

Osoby dorosłe doświadczające przemocy w rodzinie.

6. Realizatorzy programu

Pracownicy Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w PCPR w Kolnie oraz instytucje działające na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie w powiecie kolneńskim.

7. Przewidziany czas realizacji programu

Lata 2016 – 2020.

8. Miejsce realizacji programu.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Kolnie.

9. Źródła finansowania.

Źródłem finansowania programu będą środki budżetu państwa, środki własne powiatu kolneńskiego oraz dotacje celowe – środki pozabudżetowe pozyskiwane z innych źródeł.

10. Zakres tematyczny spotkań.

- Integracja
- Przemoc - pojęcie, przyczyny, skutki. Poznanie aspektów prawnych
- Jak umiejętnie radzić sobie z kryzysem związanym z przemocą
- Poczucie własnej wartości
- Zasoby osobiste - definicja i źródła
- Właściwa komunikacja - skuteczne porozumiewanie się
- Zachowania asertywne
- Informacje odnośnie miejsc pomocowych
- Sposoby radzenia sobie ze stresem w tym ćwiczenia relaksacyjne
- Uzależnienia i ich związek z doświadczaniem przemocy .

11. Oczekiwane efekty.

- podniesienie świadomości uczestników grup wsparcia na zjawisko przemocy;
- nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem;
- nabycie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach;
- odzyskanie poczucia własnej wartości (zasoby);
- nabycie umiejętności wyrażania własnych uczuć;
- odzyskanie poczucia bezpieczeństwa;
- nabycie umiejętności zasad poprawnej komunikacji;
- nabycie umiejętności zachowań asertywnych;
- odzyskanie równowagi psychicznej;

- nabycie wiadomości i umiejętności korzystania z różnorodnych form wsparcia i pomocy ;
- nabycie umiejętności rozpoznawania sygnałów uzależnienia od alkoholu, substancji psychoaktywnych w tym nabycie umiejętności radzenia sobie z osobą uzależnioną stosującą przemoc w rodzinie ;
- zdobycie wiedzy na temat prawd i mitów o przemocy.

12. Monitoring i ewaluacja.

Monitorowanie i ewaluacja Powiatowego Programu Edukacyjno-Wspierający dla Osób Dorosłych Uwikłanych w Zjawisko Przemocy w Rodzinie na lata 2016-2020 odbywać się będzie na podstawie sporządzonej sprawozdawczości z wykonania zadań określonych w programie. Informacje te będą przedkładane Radzie Powiatu i Zarządowi Powiatu w corocznym sprawozdaniu dotyczącym działalności Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Kolnie.

