**SAMODZIELNA NAUKA - WARSZTAT NR 2 PRZEMOC I WYKORZYSTYWANIE W RODZINIE W EUROPIE**

|  |
| --- |
| DZIAŁANIE 1 |
| TEMAT: Uświadamianie ofiar względem mechanizmów |
| SAMODZIELNE DZIAŁANIE EDUKACYJNE |
| **Główny cel zadania: Przygotowanie do pracy z osobą zmanipulowaną**Ofiary przemocy-Czy to domowej czy każdej innej , często są pod silnym wpływem oprawcy. Nie myślą racjonalnie, są pod wpływem manipulacji, lub w paraboli emocjonalnej. Często trudno jest je z tego wyrwać. Uświadomienie ich , że są pod wpływem manipulacji, lub, że to nie jest „nowy początek związku” a jedynie pewien etap cyklu przemocy, jest kluczowe aby mogli przełamać się i szukać pomocy. Zapoznaj się z bibliografią a następnie:1)Wypisz oznaki tego, że ktoś jest pod wpływem manipulacji. 2)Wypisz jak zachowuje i czuje się ofiara będąca w fazie miodowego miesiąca z oprawcą. Potem wypisz jak mógłbyś przygotować materiały dla ofiary.Co powinna wiedzieć aby uniknąć przyszłych manipulacji. Zachowaj notatki- mogą Ci się przydać do moduły 3.  | EFEKTY NAUKI * Zrozumienie pułapek w jakie może wpaść ofiara
* Zrozumienie mechanizmów manipulacji (świadomych i nieświadoomych) z jakich korzystają oprawcy
* Narzędzia przydatne do przerwania cyklu przemocy
 | CZAS TRWANIA3 godziny |
| **Materiały**: Notatnik, długopis, komputer, dostęp do Internetu. |
| **Debriefing i samoocena:** Ofiary przemocy często nie chcą pomocy, bo przez manipulację lub złudną nadzieje nie widzą problemu. Zdobyta tu wiedza pomoże Ci w najmniej inwazyjny sposób pomóc ofierze która wydaje się nie szukać pomocy |
| **REFERENCJE:**<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9233205/> <https://www.researchgate.net/profile/Nabila-Maharani-18/publication/369171973_Gaslighting_in_Relationships_and_Its_Damaging_Impacts_on_Victims/links/640d3d6566f8522c38997f0e/Gaslighting-in-Relationships-and-Its-Damaging-Impacts-on-Victims.pdf> (can request make free account)<https://www.psycom.net/gaslighting-what-is-it> <https://www.webmd.com/mental-health/signs-manipulation>  |

|  |
| --- |
| DZIAŁANIE 2 |
| TEMAT: ZDOBYCIE ZAUFANIA OFIARY PRZEMOCY W RODZINIE |
| SAMODZIELNE DZIAŁANIE EDUKACYJNE |
| **Główny cel: Budowanie bezpiecznej przestrzeni**Możesz podejrzewać, że osoba, którą znasz, jest ofiarą przemocy domowej i rodzinnej. Zbudowanie bezpiecznej przestrzeni i zdobycie zaufania osoby dotkniętej ( jest kluczowe. Czasami jedno nieostrożnie rzucone zdanie może zburzyć zaufanie budowane przez godziny lub dni. W grupach (w ten sposób zbierzecie różne rzeczy) omówcie poniższe zagadnienia. Weźcie pod uwagę nie tylko słowa, ale także gesty i postawę ciała czy ton głosu.Do każdego punktu wypisz 15 przykładów. Duża liczba przykładów ma zmusić Cię do myślenia. W razie problemów możesz zrobić research w internecie.(a) Czego nie mówić do ofiary przemocy w rodzinie, aby nie stracić jej zaufania? (b) Jak nie wywołać spustu emocjonalnego? I czy zawsze można go uniknąć? (c) Co może pomóc w budowaniu bezpiecznej przestrzeni? | EFEKTY NAUKI * Zrozumienie, jak budować zaufanie
* Wiedza jak rozpoznać/odczytać język ciała ofiary przemocy
* Zrozumienie wyzwalaczy emocjonalnych
 | CZAS TRWANIA1 godzina |
| **Materiały: Notatnik, długopis, komputer.** |
| **Debriefing I samoocena:** Osoba, która spotkała się z przemocą może doświadczać różnych uczuć i emocji, takich jak wszechobecne poczucie bezradności, bierności, utraty kontroli, pesymizmu, negatywnego myślenia, silnego poczucia winy, wstydu, obwiniania się i depresji. Zastanów się, jakie są powody, dla których dana osoba może niechętnie ujawniać przemoc w rodzinie, i jak możesz rozwiązać problem barier w ujawnianiu. |
| **REFERENCJE:** [**https://www.victimsupport.org.uk/wp-content/uploads/2021/10/Restoring\_Trust\_external-report.pdf**](https://www.victimsupport.org.uk/wp-content/uploads/2021/10/Restoring_Trust_external-report.pdf) |

|  |
| --- |
| DZIAŁANIE 3 |
| TEMAT: Studium trudnych przypadków |
| SAMODZIELNE DZIAŁANIE EDUKACYJNE |
| **Główne Zadanie: Radzenie sobie z złożonymi i trudnymi przypadkami**Często przypadki przemocy domowej są złożone i niejednoznaczne. Może występować wiele form przemocy, Osób przemocowych może być więcej a sama ofiara może mieć ograniczone możliwości. Ćwiczenie ma sprawić, że spojrzysz na szerszą perspektywę i nauczyć nie wyciągać pochopnych wniosków. Pamiętaj, że nie powinieneś oceniać doświadczeń rodziny i nie działać wbrew woli ofiar. Rozważ następujące przypadki: A) Marta 19 lat mieszka na wsi w biednym regionie. Mieszka z rodzicami i młodszym rodzeństwem, jej rodzice mają spore gospodarstwo rolne. Rodzina jest bardzo konserwatywna, tak samo jak sąsiedzi i kulturowo jest spore przyzwolenie na „karanie” dzieci. Od zawsze po szkole musiała pomagać na gospodarstwie- przez nadmiar obowiązków nie zdała matury. Załamało ją to na tyle, że nie próbowała jej poprawiać. Ojciec poniża ją regularnie matka jest pasywna. Kiedy w wieku 15 lat złamał jej rękę zgłosiła sprawę, ale rodzina namówiła ją na odwołanie zeznań i sprawa ucichła. Wszelakie nieposłuszeństwo kończy się przemocą fizyczną- w tym poważniejszymi urazami- miała już złamany nos. Obecnie pracuje w sklepie, ale kontrole nad jej kontem ma ojciec. Ojciec rzucił pracę i poza rolnictwem i programami socjalnymi Marta jest jedynym żywicielem rodziny. Ma depresje i chociaż nie miała prób samobójczych wykazuje bardzo silne tendencje autodestrukcyjne łącznie z uciekaniem w używki i ryzykowne kontakty seksualne. Odmawia zgłoszenia przemocy domowej, mówiąc, że nawet jeśli ktoś z zewnątrz to zgłosi ona się wszystkiego wyprze. Nie próbuje nawet stamtąd uciec, po pierwsze-nie ma za co, po drugie boi się, że kiedy ona wyjedzie rodzice zaczną wyżywać się na młodszym rodzeństwie które do tej pory traktowane jest dobrze. Pytania: 1. Jakie są główne czynniki przemocy w tej rodzinie? 2. Jakie rozwiązania mogłabyś/mógłbyś zaproponować Marcie?Do przemyślenia: 1.Co możesz zrobić?2.Jak możesz wpłynąć na Marte aby zaczęła szukać pomocy? B) Marek 28 lat i Iwona 32 są parą i mają 2 letnie dziecko. Obydwoje mają wyższe wykształcenie i dobre prace. Pewnego razu Marek podbił oko Iwonie-Co jest potwierdzone obdukcją. W wersji Iwony w czasie kłótni po prostu ją uderzył- Sam Marek odmawia totalnie rozmowy na ten temat.Iwona chętnie dzieli się swoją wersją z każdym, ale nie zgłosiła tego jeszcze na policje.Mimo, że kłótnie były częstsze-to był pierwszy przypadek przemocy fizycznej, zazwyczaj kończyły się na niszczeniu sprzętu domowego przez obydwoje z nich. Mimo tego incydentu dalej mieszkają razem. Ich dziecko reaguje radością na widok Marka i obcych i jest w stosunku do nich przyjazne, zwykle jednak ignoruje Iwonę lub na jej widok reaguje płaczem.Pytania: 1. Na co trzeba zwrócić szczególną uwagę? 2. Jakie są możliwe formy przemocy w tym przypadku? Do przemyślenia: 1.Czy sytuacja może mieć drugie dno? 2. Co możesz/powinieneś zrobić w takiej sytuacji?  | EFEKTY NAUKI * Spojrzenie na szerszą perspektywę
* Znajdowanie rozwiązań w trudnych przypadkach
 | CZAS TRWANIA1 godzina |
| **Materiały: Notatnik, długopis, komputer.** |
| **Debriefing i samoocena:** Niektóre ofiary popadają w skrajną uległość wobec oprawcy i akceptują daną sytuacje. Czasami też na pierwszy rzut oka nie widać całokształtu. To ćwiczenie ma nauczyć Cię pewnej uważności i przygotować Cię na cięższe przypadki.  |
| **REFERENCJE: EU-wide rules to combat violence against women and domestic violence:** [**https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\_22\_1533**](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_22_1533) |