

INFORMATOR

Zgodnie z działaniami 3.1.1. i 3.1.2 Rządowego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej na lata 2024 - 2030 niniejszy informator zawiera wykaz instytucji samorządowych, podmiotów oraz organizacji pozarządowych, które realizują wszelkie działania adresowane do osób stosujących przemoc domową.

Wykaz instytucji/ organizacji	Nazwa zadania
Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach Dział Pomocy Kryzysowej 16-400 Suwałki, ul. Filipowska 20 B, tel.87/5652891, fax 87/5628970	1. PROGRAM KOREKCYJNO-EDUKACYJNY DLA OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC DOMOWĄ Zakres tematyczny programu: Część edukacyjna: • Definicja przemocy domowej – rodzaje przemocy (fizyczna, psychiczna, ekonomiczna, seksualna, zaniedbanie). • Mechanizmy przemocy – cykl przemocy, eskalacja. • Skutki przemocy dla ofiar, w tym dzieci. • Odpowiedzialność sprawcy za przemoc. • Rola stereotypów i uprzedzeń (np. w relacjach mężczyzna–kobieta). • Przemoc a prawo – konsekwencje prawne. Część korekcyjna (trening umiejętności): • Nauka konstruktywnego wyrażania emocji. • Rozpoznawanie sygnałów złości i agresji oraz techniki ich kontroli. • Komunikacja bez przemocy (NVC), aktywne słuchanie. • Umiejętność rozwiązywania konfliktów. • Budowanie empatii wobec partnera/partnerki i dzieci. • Kształtowanie odpowiedzialności osobistej. • Wzmacnianie pozytywnych wzorców ról w rodzinie.

Indywidualna praca uczestnika:

- Refleksja nad własnymi przekonaniem i zachowaniami.
- Praca z historią osobistą – możliwe wzorce przemocy z dzieciństwa.
- Formułowanie planu zmiany zachowań.

2. PROGRAM PSYCHOLOGICZNO – TERAPEUTYCZNY DLA OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC DOMOWĄ

Zakres tematyczny programu:

- Wzbudzanie motywacji wewnętrznej do zmiany zachowania poprzez analizę przyczyn i mechanizmów własnych działań.
- Nabycie umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych.
- Nauka rozwiązywania konfliktów bez przemocy.
- Rozwijanie umiejętności prospołecznych: empatii, asertywności, rozpoznawania i wyrażania emocji, radzenia sobie w stresie, lęku i złości.
- Poszerzanie samoświadomości w kontekście własnych zasobów i ograniczeń.
- Doskonalenie umiejętności wychowawczych i rodzinnych bez przemocy.
- Rozwój umiejętności budowania relacji rodzinnych i partnerskich.
- Pogłębianie wiedzy na temat wpływu przemocy na relacje społeczne i sposobów jej przeciwdziałania.
- Diagnozowanie potrzeb i dobieranie właściwych strategii w ich zaspokajaniu.
- Wzmacnianie postawy odpowiedzialności wobec siebie i innych.

3. INDYWIDUALNE PORADNICTWO SPECJALISTYCZNE: PRAWNE, SOCJALNE I PSYCHOLOGICZNE

