

**UCHWAŁA NR 852/XCIV/2024  
RADY MIASTA OSTROŁĘKI**

z dnia 28 marca 2024 r.

**w sprawie przyjęcia Programu psychologiczno-terapeutycznego dla osób stosujących  
przemoc domową na lata 2024 – 2030**

Na podstawie art. 6 ust. 4 pkt 3 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 424) postanawia się, co następuje:

**§ 1.**

Przyjmuje się Program psychologiczno-terapeutyczny dla osób stosujących przemoc domową na lata 2024 – 2030 w brzmieniu określonym w załączniku do uchwały.

**§ 2.**

Wykonanie uchwały powierza się Prezydentowi Miasta Ostrołęki.

**§ 3.**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

**Przewodniczący  
Rady Miasta Ostrołęki**

**Wojciech Zarzycki**

# **PROGRAM PSYCHOLOGICZNO-TERAPEUTYCZNY DLA OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC DOMOWĄ NA LATA 2024-2030**

## **I. Wprowadzenie**

Definicja przemocy domowej zawarta została w art. 2 pkt. 1 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz. U. z 2024 r. poz. 424) gdzie przemoc określana jest jako jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności:

- a) narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia,
- b) naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną,
- c) powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę,
- d) ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej,
- e) istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udržczenia, w tym podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej.

Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej nakłada jednocześnie na organy administracji rządowej i jednostki samorządu terytorialnego zadania w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej. Działania te skierowane są zarówno w stosunku do osób doświadczających przemocy domowej, jak i osób stosujących przemoc domową. Jednym z działań skierowanych do osób stosujących przemoc domową jest realizacja programu psychologiczno-terapeutycznego dla sprawców przemocy domowej, którego zadaniem jest zatrzymanie zjawiska przemocy poprzez edukację osoby stosującej przemoc w zakresie zjawiska przemocy (formy, dynamika, źródła i stereotypy wzmacniające przemoc) i korygowanie niepożądanych zachowań poprzez dostarczenie i przyswojenie przez sprawcę narzędzi i technik służących powstrzymaniu się przed przemocą, a celem ma być utrwalenie zmian postaw i zachowań nabytych w' trakcie oddziaływań psychologiczno-terapeutycznych.

## **II. Standard programu psychologiczno-terapeutycznego**

Standard prowadzenia programów psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową został określony w § 1 rozporządzenia Ministra Rodziny i Polityki Społecznej z dnia 22.06.2023 w sprawie programów psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową oraz wymagań kwalifikacyjnych wobec osób prowadzących te programy (Dz. U. z 2023 r. poz. 1166) i obejmuje:

- 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) wzmocnianie postawy odpowiedzialności wobec siebie i innych.

## **III. Adresaci programu psychologiczno-terapeutycznego**

Adresatami programu psychologiczno-terapeutycznego są osoby skazane za czyny związane ze stosowaniem przemocy w rodzinie i zobowiązane sędawnie do uczestnictwa w oddziaływaniach psychologiczno-terapeutycznych, a także osoby, które w wyniku innych okoliczności zgłoszą się do uczestnictwa w programie psychologiczno-terapeutycznym.

Zgodnie z § 2 rozporządzenia w sprawie programów psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową oraz wymagań kwalifikacyjnych wobec osób prowadzących te programy w programach psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową mogą uczestniczyć osoby uzależnione od alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych po zakończonym programie psychoterapii uzależnień.

## **IV. Kwalifikacje osób prowadzących program psychologiczno – terapeutyczny**

Zgodnie z § 5 wymienionego wyżej rozporządzenia oddziaływania psychologiczno - terapeutyczne są prowadzone przez osoby:

- 1) posiadające wykształcenie wyższe na kierunku pedagogika lub resocjalizacja, uzupełnione studiami podyplomowymi w zakresie psychologii, lub

2) posiadające tytuł zawodowy magistra na kierunku psychologia lub pedagogika lub na, uzupełnionym studiami podyplomowymi w zakresie psychologii, kierunku resocjalizacja lub

3) będące terapeutami lub psychoterapeutami.

Wymienione osoby są obowiązane posiadać udokumentowany co najmniej 3-letni staż pracy w instytucjach lub innych podmiotach realizujących zadania na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej.

Programy psychologiczno-terapeutyczne dla osób stosujących przemoc domową mogą również prowadzić osoby posiadające udokumentowane prowadzenie co najmniej pięciu edycji programów korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc domową.

## **V. Rekrutacja uczestników**

Rekrutację uczestników programu będzie prowadził i koordynował Ośrodek Interwencji Kryzysowej działający przy Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie w Ostrołęce, przy współpracy z Zespołem Interdyscyplinarnym w Ostrołęce, Policją, sądem, Prokuraturą Okręgową w Ostrołęce, Prokuraturą Rejonową w Ostrołęce i innymi instytucjami zajmującymi się przeciwdziałaniem przemocy domowej. Do udziału w programie psychologiczno - terapeutycznym mogą przystąpić osoby zobowiązane sędownie do udziału w oddziaływaniach psychologiczno - terapeutycznych, bądź też osoby „skierowanie” przez np. kuratora sądowego, dzielnicowego, terapeutę, pracownika socjalnego, a także osoby, które w wyniku innych okoliczności zgłoszą się do uczestnictwa w programie.

Warunkiem uczestnictwa w programie jest podpisanie zobowiązania do uczestnictwa w programie i jego ukończenia lub przedłożenie skierowania przewidzianego w ustawie o przeciwdziałaniu przemocy domowej.

W przypadku finansowania programu psychologiczno-terapeutycznego z budżetu państwa jego realizacja będzie zgodna z materiałami instruktażowymi dotyczącymi opracowania i realizacji programów psychologiczno-terapeutycznych zalecanych przez Mazowiecki Urząd Wojewódzki.

## **VI. Źródła finansowania**

Źródłem finansowania są środki budżetu Miasta Ostrołęki, środki budżetu państwa oraz środki z innych źródeł.

## **VII. Dokumentacja**

Działania podjęte w ramach programu psychologiczno-terapeutycznego są dokumentowane poprzez:

- wywiady/kwestionariusze,
- kontrakty z uczestnikami,
- listy obecności,
- notatki,
- inne niezbędne dokumenty potwierdzające prowadzenie działań w ramach programu.

## VIII. Formy realizacji

W określaniu treści programowych bierze się pod uwagę w szczególności:

- czy uczestnicy programu psychologiczno-terapeutycznego wcześniej zrealizowali program korekcyjno-edukacyjny, czy też program psychologiczno-terapeutyczny jest pierwszym programem dla osób stosujących przemoc w rodzinie w jakim biorą udział,
- potrzeby i oczekiwania uczestników programu.

Zajęcia są prowadzone w formie spotkań indywidualnych lub indywidualnych i grupowych, w obrębie trzech podstawowych obszarów:

\* edukacyjnego - dostarczenie informacji, które ułatwiają zrozumienie dynamiki przemocy w kontekście procesów społecznych. Zdobycie wiedzy dotyczącej wpływu negatywnych zachowań na członków rodzin i na ich wzajemne relacje, jak również przyjęcia odpowiedzialności za swoje czyny i rozpoczęcia zmian w relacjach osobistych;

\* poznawczo - behawioralnego - zmiana sposobów postrzegania sytuacji konfliktowych, poszukiwanie konstruktywnych rozwiązań problemów przez formułowanie przekonań dotyczących siebie samego w roli rodzica, partnera, wprowadzenie innych sposobów wyrażania złości, radzenie sobie z trudnymi emocjami, sytuacjami, stresem;

\* emocjonalnego - tworzenie umiejętności bezpiecznego dla siebie i otoczenia radzenia sobie ze złością, frustracją, gniewem i żalem, itp.

W programie wykorzystane zostaną następujące metody pracy (w zależności od potrzeb):

- \* wykłady,
- \* pogadanki,
- \* burza mózgów,
- \* zajęcia warsztatowe,
- \* projekcje filmowe i multimedialne,
- \* analiza scenek.

### **Schematyczny program zajęć:**

#### **Blok I**

1. Omówienie założeń programu psychologiczno-terapeutycznego oraz zasad uczestnictwa. Podpisanie kontraktu przez osoby zainteresowane uczestnictwem.
2. Przekazanie informacji dotyczących możliwości skorzystania ze specjalistycznej pomocy terapeutycznej, psychiatrycznej.
3. Kwestionariusz "Historia przemocy" część I
4. Kwestionariusz "Historia przemocy" część II

#### **Blok II**

1. Przekazanie podstawowych informacji na temat przemocy domowej.
2. Rodzaje i formy przemocy.
3. Uwarunkowania przemocy.
4. Mechanizmy powstawania przemocy domowej.
5. Mechanizm funkcjonowania sprawcy przemocy i osoby doznającej przemocy.
6. Dynamika przemocy (cykl przemocy).
7. Skutki przemocy, wpływ na relacje rodzinne i społeczne oraz sposoby jej przeciwdziałania.

8. Stop - przerwa.
9. Opracowanie i omówienie przez uczestników Planu bezpieczeństwa.

### **Blok III**

1. Powstrzymanie osoby stosującej przemoc domową przed dalszym stosowaniem przemocy.
2. Prezentacja i analiza filmu ukazującego przemoc domową, samodzielne rozpoznanie przez uczestników rodzajów i form przemocy, analiza zachowań osoby doznającej przemocy i osoby stosującej przemoc oraz konsekwencji i skutków przemocy domowej.
3. Wykład na temat asertywności, agresji (dominacji), uległości, manipulacji, empatii.
4. Kryteria różnicujące człowieka uległego, agresywnego, manipulującego i asertywnego.
5. Grupowe wypracowanie listy praw asertywnych.
6. Prezentacja scenek dotyczących dominacji, asertywności, manipulacji, uległości.
7. Analiza wymienionych wyżej. scenek, samodzielne określenie typu zachowań.
8. Kwestionariusz - opis własnego zachowania przemocowego i jego analiza (dlaczego tak postąpiłem/postąpiłam) oraz jak mogłem/mogłam zachować się inaczej (nie robiąc krzywdy).
9. Ćwiczenia/przykłady/scenki/kwestionariusze z zakresu rozpoznawania i wyrażania emocji oraz radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych oraz wgląd w mechanizmy własnych zachowań.
10. Pogłębianie wiedzy i umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych.

### **Blok IV**

- I. Umiejętność samokontroli i współżycia w rodzinie, bez prezentowania zachowań agresywnych.
  1. Wykład nt. emocji.
    - co to są uczucia,
    - czy i w jaki sposób wyrażam własne emocje,
    - czy potrafię informować innych o tym co czuje,
    - emocje i uczucia - pomagają czy przeszkadzają,
    - definiowanie i analizowanie przemocy emocjonalnej.
- II. Grupowe wypracowanie listy i stanów emocjonalnych.
  1. Analiza wybranych scenek - prezentacja i omówienie.
  2. Kwestionariusz kontrolowania - analiza własnego przykładu.
  3. Prezentacja wykładu o złości.
  4. Co to jest złość.
  5. Czy złość jest zła.
  6. Zniekształcone pojęcie na temat złości.
  7. Dlaczego wybieram złość.
  8. Jak sobie radzić ze złością.
  9. Zalety i koszty używania złości.
  10. Prezentacja filmu (film ukazujący relacje rodzinne, emocje, zachowania przemocowe).
  11. Refleksje i wrażenia uczestników po projekcji filmu.

12. Analiza filmu ze szczególnym uwzględnieniem emocji i uczuć (omówionych podczas bloku tematycznego) prezentowanych przez bohaterów filmu, a także relacji rodzinnych, systemu wartości bohaterów oraz gdzie szukać pomocy w trudnej sytuacji.

### **Blok V**

1. Definiowanie szczerości i odpowiedzialności (wobec siebie i innych) - w tym za stosowanie przemocy (mini wykład).
2. Definiowanie zaprzeczania, pomniejszania i obwiniania (mini wykład).
3. Analiza 4 kroków Anonimowych Alkoholików (przeniesienie ich na grunt sprawców przemocy).
4. Kwestionariusz odpowiedzialności (wypełnia uczestnik).
5. Prezentacja filmu „Niebieski film”.
6. Analiza filmu m.in. z uwzględnieniem mechanizmów: zaprzeczania, pomniejszania, obwiniania osób stosujących przemoc domową.
7. Omówienie racjonalizacji jako mechanizmu obronnego.
8. Rozumienie użycia minimalizacji, zaprzeczania, obwiniania, racjonalizacji jako taktyki kontroli - mini wykład.
9. Analiza mechanizmów minimalizacji, zaprzeczania, obwiniania, racjonalizacji na podstawie własnych przykładów.
10. Kwestionariusz - odpowiedzialność mężczyzny.
11. Uznanie przez osobę stosującą przemoc domową swojej odpowiedzialności za stosowanie przemocy.
12. Prezentacja filmu o tematyce problemu alkoholowego i jego analiza, m.in z uwzględnieniem mechanizmów: zaprzeczania, pomniejszania, obwiniania, racjonalizacji u osób uzależnionych od alkoholu

### **Blok VI**

1. Co to jest konflikt, czego może dotyczyć, czemu służyć, dlaczego unikamy konfliktów, jakie są konsekwencje konfliktów.
2. Omówienie zagadnienia dotyczącego komunikacji interpersonalnej, jej rodzajów oraz trudności występujących w komunikowaniu się.
3. Analiza komunikatu „JA i TY”.
4. Konflikty małżeńskie przyczyny i sposoby ich rozwiązywania.
5. Mity, stereotypy, przekonania dotyczące przemocy, relacji rodzinnych, roli ojca/męża oraz matki/żony.
6. Zdobycie umiejętności komunikowania się i rozwiązywania konfliktów w rodzinie bez stosowania przemocy oraz budowanie partnerskich relacji.
7. Definiowanie partnerstwa, omówienie ról: męża, żony, ojca, matki, dziecka.
8. Omówienie przeszkód w tworzeniu związków partnerskich.
9. Omówienie zagadnień dotyczących relacji z partnerem.
10. Konflikty małżeńskie, przyczyny i sposoby ich rozwiązywania.
11. Aspekt teoretyczny zagadnień - Negocjacje i dyskusja
  - definicja pojęć negocjacje i dyskusja,
  - warunki poprawnego negocjowania,
  - style negocjowania.

12. Analiza kwestionariusza dot. negocjacji.
13. Analiza scenki "Żaden sędzia nie da ci opieki nad naszymi dziećmi" wraz z kwestionariuszem kontrolowania - omówienie co jest wymuszeniem i groźbą (przykłady wymuszeń i groźb).
14. Kwestionariusz kontrolowania - analiza własnego przykładu.
15. Materiał filmowy dotyczący relacji małżeńskich/partnerskich.
16. Analiza filmu z uwzględnieniem wcześniej omówionej problematyki.
17. Określanie własnych zasobów, mocnych stron.
18. Ćwiczenia/przykłady/scenki z zakresu diagnozowania/nazywania własnych potrzeb, informowania o nich w sposób asertywny oraz zaspokajaniu ich w sposób społecznie akceptowany/konstruktywny.

## **Blok VII**

1. Kształtowanie umiejętności wychowania dzieci bez użycia przemocy.
2. Mini wykład (przemoc wobec dziecka).
3. Prawa i obowiązki rodziców.
4. Prawa dziecka.
5. Analiza własnych doświadczeń wynikających z przekonań i wzorców wychowawczych.
6. Budowanie prawidłowych relacji rodzic – dziecko.
7. Projekcja filmu dot. przemocy.
8. Analiza filmu z uwzględnieniem problematyki omówionej podczas zajęć, konsekwencje psychologiczne stosowania przemocy, straty, itp.
9. Prezentacja filmu dotyczącego przemocy rodzicielskiej.
10. Analiza filmu w kontekście:
  - funkcji rodziny ze szczególnym uwzględnieniem wychowania dzieci w rodzinie,
  - znaczenia prawidłowych postaw rodzicielskich dla rozwoju dziecka,
  - samotnego rodzicielstwa,
  - konfliktów w rodzinie i ich przyczyn,
  - przemocy w rodzinie.

## **Blok VIII**

1. Definiowanie przemocy seksualnej.
2. Analizowanie przemocy seksualnej.
3. Definiowanie szacunku seksualnego i normy seksualnej.
4. Omówienie społecznych przekonań dotyczących sfery seksualnej.
5. Analiza scenki i kwestionariusz kontrolowania.
6. Zakończenie używania przemocy seksualnej.

## **Blok IX**

Indywidualne rozmowy z uczestnikami dostosowane do zgłaszanych potrzeb.

Omówienie m.in.:

- zachowań przemocowych na przykładzie własnych doświadczeń,
- samokontroli zachowań przemocowych (w tym sposobów radzenia sobie ze złością, agresją),
- aktualnych relacji rodzinnych.



## **Blok X**

Spotkanie podsumowujące zajęcia psychologiczno-terapeutyczne.

### **IX. Przewidywane efekty programu**

Program zakłada pozytywną zmianę w zachowaniu osoby stosującej przemoc, wzrost samokontroli, lepsze uzewnętrznienie zachowań, norm akceptowanych społecznie i poprawę relacji w obszarze życia rodzinnego i społecznego. Wykorzystane metody pracy, skierowane na korekcję niepożądanych zachowań, mają dostarczyć osobom poddanym programowi nowych kompetencji w zakresie radzenia sobie w sytuacjach stresowych i emocjonalnych. Przewiduje się, że uczestnik zajęć poszerzy wiedzę z obszaru przemocy domowej, wzrośnie jego świadomość na temat skutków przemocy domowej, a także osiągnie oczekiwane zmiany w zakresie:

- \* określenia predyspozycji potrzebnych do zmian,
- \* zwiększenia otwartości na inne osoby,
- \* zmiany w postrzeganiu siebie - przejęcie odpowiedzialności za swoje zachowania,
- \* nabycia umiejętności radzenia sobie ze stresem i kontroli własnych negatywnych emocji oraz umiejętności powstrzymywania się od zachowań przemocowych,
- \* umiejętności zastępowania zachowań agresywnych innymi zachowaniami neutralnymi oraz umiejętność wyrażania emocji w sposób prawidłowy, akceptowany społecznie,
- \* rozwijania umiejętności samokontroli i współżycia w rodzinie,
- \* wzrostu motywacji i zaangażowania,
- \* rozwijania umiejętności tworzenia i przeprowadzania potrzebnych zmian,
- \* poprawy relacji z bliskimi osobami i otoczeniem zewnętrznym,
- \* zwiększenia gotowości do rozmowy,
- \* umiejętności poszukiwania pomocy i wsparcia,
- \* umiejętności rozwiązywania sytuacji konfliktowych, problemowych w sposób konstruktywny.