

GRUPINIŲ KONSULTACIJŲ UŽSIĖMIMAS NR. 2 – SMURTINIO ELGESIO PRIEŽASTYS

1. Užsiėmimo tikslas
Padėti Smurtinio elgesio artimoje aplinkoje keitimo programos (toliau – Programa) dalyviams atpažinti smurtinio elgesio priežastis ir juos mokyti nesmurtinio elgesio.
2. Užsiėmimo uždaviniai
<ol style="list-style-type: none">1. Supažindinti Programos dalyvius su dažniausiomis smurtinio elgesio priežastimis.2. Supažindinti Programos dalyvius su socialinėmis priežastimis, galinčiomis priversti taikyti smurtinį elgesį.3. Mokyti nesmurtinio elgesio.
3. Užsiėmimo rezultatai
<ol style="list-style-type: none">1. Programos dalyviai gali įvardyti dažniausias ir jiems aktualiausias smurtinio elgesio priežastis.2. Programos dalyviai gali įvardyti socialines priežastis, galinčias priversti taikyti smurtinį elgesį, ir atpažinti savo smurtinio elgesio priežastis.3. Programos dalyviai per užsiėmimą praktiškai pritaikė naujai išmokus nesmurtinio bendravimo įgūdžius.
4. Užsiėmimo struktūra
Užsiėmimo struktūra yra rekomendacinė, ji gali būti keičiama, atsižvelgiant į konsultacijos dinamiką ar aptariamą temą. Bendra rekomenduojama užsiėmimo trukmė – 90 min.: 10 min. – pasisveikinimas; 15 min. – namų darbų aptarimas; 10 min. – pristatymas; 10 min. – įvadas; 25 min. – praktinė užduotis; 5 min. – namų darbų uždavimas; 15 min. – apibendrinimas ir kitos temos pristatymas.
5. Užsiėmimo priemonės
<ol style="list-style-type: none">1. Atmintinė: ar aš pavojingas (Programos 3 priedo 3 priedas).2. Situacijų simuliacijos kortelės (Programos 3 priedo 1 priedas).3. Anketa: smurtinio elgesio priežastys (Programos 3 priedo 2 priedas).4. Programos užsiėmimų žurnalas (Programos 1 priedo 1 priedas) ir Programos dalyvių sąrašas (Programos 1 priedo 2 priedas).5. Užsiėmimo vertinimo kortelės (Programos 1 priedo 3 priedas).6. Temos aktualumo ir naudos vertinimo klausimynas (Programos 1 priedo 10 priedas).
6. UŽSIĖMIMO TURINYS

6.1. Pasisveikinimas

Antros grupinės konsultacijos pradžioje tikslinga pakartoti Programos dalyvių susipažinimą ir priminti grupės taisykles. Siekiant paskatinti Programos dalyvius įsitraukti į diskusiją ir nebijoti pateikti asmeninės informacijos primenant savo vardą, galima paprašyti atsakyti į klausimą, ką šiandien Programos dalyvis valgė pusryčiaudamas.

Tikėtina, kad grupės veiklos eigoje Programos dalyviai jausis drąsiau, tačiau reiktų prisiminti, kad vidutiniškai trys pirmi susitikimai yra sudėtingesni skatinant Programos dalyvių atvirumą, diskusijas ir pamąstymus. Kartais Programos dalyviai nori dominuoti, todėl Programos dalyviai nustato savo pozicijas. Per pirmus tris užsiėmimus, priklausomai nuo Programos dalyvio būdo, Programos dalyviai gali būti arba uždaresni, arba priešingai – demonstruoti nepritarimą girdimai informacijai, bandyti užginčyti Programos vadovą.

Tai pirma grupinė konsultacija, kai tikėtina, kad galėsite nustatyti Programos dalyvių grupės narių poreikius individualioms konsultacijoms, per kurias galėsite padėti spręsti problemas, susijusias su smurtiniu elgesiu. Programos dalyvius informuokite, kad prireikus jie gali į jus kreiptis dėl individualios konsultacijos arba galite rekomenduoti Programos dalyviui užsirašyti į individualią konsultaciją.

6.2. Temos pristatymas

Pristatykite užsiėmimo temą, tikslą ir uždavinius. Priminkite, kad užsiėmimo trukmė – 1,5–2 valandos. Informuokite, kad per užsiėmimą Programos dalyvius supažindinsite su dažniausiomis smurtinio elgesio priežastimis, galimomis socialinėmis smurtinio elgesio priežastimis. Programos dalyvius informuokite, kad smurtinis elgesys gali būti išmoktas ir jam galėjo turėti įtakos anksčiau nutikę įvykiai. Smurtinį elgesį gali išprovokuoti artimoje aplinkoje vykstantys procesai, todėl labai svarbu aptarti, kodėl asmeniui yra įprasta taikyti smurtinį elgesį ir kokios kasdienės problemos išprovokuoja smurtinį elgesį.

Programos dalyvius supažindinkite su užsiėmimo struktūra. Priminkite, kad per užsiėmimą labai svarbu atskleisti asmeninę patirtį, mokytis vieniems iš kitų ir įsivertinti, kokius naujai išmoktus įgūdžius Programos dalyvis galės kasdien pritaikyti.

6.3. Namų darbų aptarimas

Su Programos dalyviais aptarkite namų darbus. Priminkite užduotį, kad Programos dalyviai turėjo išrinkti geriausią teigiamas išankstines nuostatas apie smurtinį elgesį keičiantį filmą ir jį pristatyti Programos dalyvių grupės nariams. Priminkite, kad, pristatydami filmą, Programos dalyviai turi taikyti 3 teiginių taisyklę. Tai reiškia, kad Programos dalyvis pasako filmo pavadinimą ir iš 3 sakinių sudarytus 3 teiginius, pagrindžiančius, kodėl šis filmas, jų nuomone, keičia teigiamas išankstines nuostatas apie smurtinį elgesį. Pasiteiraukite, ar filmas padarė įtakos jų mintims apie smurtinį elgesį.

6.4. Įvadas

Psichologinio poveikio priemonės, dirbant su smurtinį elgesį taikiusiais asmenimis, daugiausiai yra susijusios su asmens elgesio pokyčiu, emocijų suvokimu ir raiška. Smurtinio elgesio reiškinį vertinant per intervencinę prizmę, svarbu padėti asmeniui suprasti smurtinio elgesio priežastis. Laiku nustatius smurtinio elgesio priežastis, dėl kurių asmuo netenka savikontrolės ir kyla smurtinio elgesio rizika, galima užkirsti kelią smurtinio elgesio proveržiams ir situaciją pradėti spręsti, kol ji dar valdoma.

Smurtinis elgesys gali būti taikomas neišsprendus problemos arba turint specifinį požiūrį į buitinių klausimų sprendimą. Tačiau, stebint smurtinio elgesio taikymą, nustatyta, kad smurtinį elgesį taikę asmenys dažniausiai nurodo šias smurtinio elgesio priežastis:

- **Pinigai.** Tai dažniausia konfliktus šeimoje sukelti priežastis. Programos dalyvį galima supažindinti su asmeninio ir (ar) šeimos biudžeto planavimo priemonėmis, padėti kartu jį sudaryti, esant galimybei – į individualią konsultaciją pakviesti kartu su šeimos nariais. Paskatinti į šeimos biudžeto planavimą įtraukti ir vaikus. Nustačius problemų dėl lošimų, nusiųsti pas gydytoją psichiatrą ar į Respublikinį priklausomybės ligų centrą.
- **Dėmesys.** Vieni gauna per daug dėmesio, kiti – per mažai dėmesio. Programos dalyvį galima supažindinti su laiko planavimo ir dienotvarkės sudarymo priemonėmis, padėti suplanuoti dienos ar savaitės laiką, padėsiantį jaustis visavertiškai santykiuose rodant ir gaunant pakankamai dėmesio. Nustačius itin didelį pavydo lygį, keliantį didelę frustraciją ar stiprų nerimą, Programos dalyvį tikslinga nusiųsti pas psichologą pasikonsultuoti.
- **Dideli lūkesčiai.** Programos dalyvius galima supažindinti su pareigų ir atsakomybių šeimoje planavimo įrankiais, įvardijant kasdienes darbus ir lūkesčius, atsakomybes bei laiko dalį, skiriamą veiklai įgyvendinti.
- **Uošvių įtaka.** Santykiai su uošviais kartais būna komplikuoti. Programos dalyvį, kuris dažniausiai konfliktuoja dėl uošvių įtakos šeimos santykiams, tikslingiausia kartu su partneriu (-e) nusiųsti pas šeimos psichoterapeutą. Paminėtina, kad Lietuvoje vis dar gajus neigiamas požiūris į psichikos sveikatos svarbą, todėl nemažai asmenų vis dar vengia lankytis pas psichikos sveikatos specialistus. Neturint psichologinio išsilavinimo, tikslinga orientuotis į situacijas, o ne į emocijas, ir pabandyti iškonstruoti situaciją ir mokytis nesmurtinio elgesio. Galima taikyti simuliacijos metodus, pašalinant emocinį foną, kai sprendžiamos asmeninės konfliktinės situacijos.
- **Bendravimas.** Šiurkštumas, dėkingumo nerodymas, nepakankamas laiko skyrimas kitų poreikiams, nepagarbos demonstravimas: šie ir panašūs dalykai gali daryti įtaką konfliktinėms situacijoms. Svarbu Programos dalyviui padėti suprasti, kokios situacijos išprovokuoja jo (jos) ar partnerio (-ės) nepasitenkinimą, vedantį link konfliktinės situacijos, ir padėti rasti jam priimtinių ir saugių frazių, padedančių atskleisti šeimoje esančias nepasitenkinimo priežastis, ir ieškoti sprendimų.

Šiame sąraše išvardytos tik dažniausiai pasitaikančios, apibendrintos smurtinio elgesio priežastys. Atliekant užduotis su Programos dalyviais, labai svarbu aptarti asmenines smurtinio elgesio priežastis.

Pristatydami smurtinio elgesio priežastis, Programos dalyvius galite supažindinti su galimais problemų sprendimo būdais ir priminti, kad gali kreiptis dėl individualios konsultacijos.

Paskatinkite Programos dalyvių diskusiją, paprašydami išsirinkti vieną priežastį, dėl kurios dažniausiai Programos dalyvis supyksta. Paklauskite, ar smurtinio elgesio rizika kyla tik tada, kai susikaupia daugiau nesėkmingų įvykių, susijusių su šia priežastimi, ar Programos dalyvis bandė ką nors keisti.

Tęsdami temos pristatymą, Programos dalyvius supažindinkite su informacija, kad smurtiniam elgesiui didelę įtaką daro tam tikri socialiniai įvykiai, kurie gali būti nutikę ir prieš daug metų. Paprastai žmonės, kurie taiko smurtinį elgesį, teigia, kad jie nėra blogi žmonės, tiesiog kartais nemoka kitaip spręsti iškilusių problemų, taip pat dažnai gailisi ir negali suprasti, kodėl nesusivaldė. **Paklauskite:**

- kokie, jų nuomone, įvykiai galėjo nulemti jų negebėjimą spręsti problemas netaikant smurtinio elgesio;

- ar yra bandę kreiptis pagalbos į specialistus ir (ar) kitokiais būdais yra bandę mažinti įtampą;
- ką galėtų padaryti, kad galėtų valdyti smurtinio elgesio riziką, susijusią su smurtinio elgesio priežastimis.

Po diskusijos labai trumpai pristatykite, kad smurtinio elgesio taikymui įtakos gali turėti ir platesnio masto priežastys. Keletą iš jų išvardykite:

- **Aplinka plačiau prasme:** menkai išplėtota ekonominė ir teisinė bazė, konstruojanti smurtinį elgesį su moterimis palaikančias nuostatas; moterų teisių pažeidimai ir lyčių lygybės neužtikrinimas; stereotipai, susiję su lytine tapatybe; moters tyrumo ir šeimos garbės samprata.
- **Bendruomenė:** smurtinio elgesio prieš partnerę taikymo toleravimas; aukščiau iškeliamos vyro teisės kontroliuoti žmoną; vaikų smurtinių auklėjimo priemonių toleravimas; išsiskyrusių ar vienišų moterų smerkimas; nukentėjusių nuo smurtinio elgesio asmenų kaltinimas; smurtinio elgesio stabdymo priemonių trūkumas; smurtinį elgesį taikanti bendruomenė; aukštas nedarbo lygis; skurdas; vertybės, palaikančios smurtinio elgesio taikymą.
- **Smurtinio elgesio taikymo priežastys:** fizinių bausmių taikymas vaikystėje; šeimos smurtinio elgesio atvejų stebėjimas vaikystėje; kitos vaikystės traumos; psichologiniai sunkumai; socialinė rizika vaikystėje; dėmesio ir meilės stoka vaikystėje; požiūris, kad smurtinio elgesio taikymas – tinkamas konflikto sprendimo būdas; tikėjimas, kad vyras hierarchiškai aukštesnis už moterį; alkoholio vartojimas; amžius; išsilavinimas.
- **Santykiai:** konfliktinės situacijos šeimoje.

7. UŽSIĖMIMO EIGA

7.1. Praktinė užduotis

Programos dalyvius supažindinę su dažniausiomis smurtinio elgesio priežastimis, pradėkite neformalų užsiėmimą „**Situacijų simuliacijos**“. Programos dalyvius suskirstykite poromis. Galima taikyti klasikinį metodą – paprašyti išsiskaičiuoti pirmais ir antrais arba kitaip išskaidyti grupę. Kiekvienam Programos dalyviui duokite po simuliacijos kortelę (Programos 3 priedo 1 priedas), kuri imituoja konfliktines šeimos situacijas, kurios gali baigtis smurtiniu elgesiu. Programos dalyvius būtinai informuokite, kad situacijos yra sukurtos ir nė viena situacija neatspindi realios Programos dalyvių gyvenimiškos situacijos. Kiekviena pora spręš situaciją, susijusią su viena iš priežasčių. Poroje esantys asmenys gali savarankiškai pasirinkti vaidmenis artimoje aplinkoje (žmona, vyras, uošvis, vaikas...). Prieš dalydami situacijų simuliacijos korteles, Programos dalyvius būtinai informuokite, kad jie negali atskleisti ant kortelės parašytos situacijos. Kiekviena pora žinos dažniausią smurtinio elgesio priežastį, bet nežinos, kokias problemas kiekvienas iš jų sprendžia. Tai imituoja tikrovišką konfliktinę situaciją, kai asmenys, pagauti įkarščio, aiškinasi savo santykius, tačiau vienas kito negirdi ir negali rasti racionalaus sprendimo. Situacijos aprašytos labai glaustai ir abstrakčiai. Programos dalyvius informuokite, kad jie, simuliuodami situaciją, gali pridėti papildomos informacijos. Kiekvienos poros tikslas – išsiaiškinti problemą ir rasti sprendimą.

Po situacijų simuliacijos aptarkite mokymosi procesą. Priminkite, kad situacijos buvo išgalvotos. Paprašykite pamąstyti, įvardyti galimus alternatyvius simuliuotų problemų sprendimo būdus. Paprašykite Programos dalyvių nurodyti, ar jų artimoje aplinkoje kyla panašių konfliktinių situacijų, kurios gali tapti nevaldomos ir išprovokuoti smurtinį elgesį. Programos dalyviui įvardijus konkrečias problemas, pasiūlykite individualias konsultacijas, per kurias būtų ieškoma alternatyvių problemos sprendimo būdų, pvz., asmeninis biudžeto

valdymas, laiko planavimas, bendravimo įgūdžiai ir pan. Aptariant užsiėmimą, rekomenduojama paklausti:

- sunku ar lengva buvo suprasti konflikto priežastį;
- ar norėjosi išlaikyti savo poziciją ar norėjosi rasti bendrą sprendimą;
- ar esate patenkinti bendru sprendimu; ar jaučiatės išsprendę problemą, o gal laimėję;
- ar galima iš anksto numatyti konfliktinę situaciją; kas jūsų šiandienos vaidmenyse tai rodė;
- sunku ar lengva imtis lyderystės nekontroliuojant kito žmogaus; kaip kontrolę pakeisti į partnerystę;
- ko jums reikėtų išmokti, kad galėtumėte sėkmingai spręsti kylančias problemines situacijas netaikydami smurtinio elgesio.

7.2. Namų darbai

Namų darbų užduočiai Programos dalyviams išdalijamos anketos apie smurtinio elgesio priežastis (Programos 3 priedo 2 priedas). Siekiant kontroliuoti smurtinio elgesio taikymą, reikia suprasti smurtinio elgesio priežastis, nes, tik supratęs priežastis, bus galima mokyti nesmurtinio elgesio, įvertinti smurtinio elgesio pavojaus riziką ir juos valdyti. Programos dalyviams išdalijamos anketos, dar kartą skatinančios apmąstyti smurtiniam elgesiui įtakos turinčias asmenines priežastis. Užpildžius anketą, dokumento apačioje esančiame laukelyje prašoma įvardyti, kokią smurtinio elgesio pavojaus riziką Programos dalyvis išvelgia kiekvieną dieną.

7.3. Apibendrinimas

Aptariama konsultacijos eiga ir pasiekti rezultatai: susipažinimas su kasdienėmis problemomis, kurios dažniausiai išprovokuoja smurtinio elgesio taikymą, diskutuojant įvardytos dažniausiai pasitaikančios Programos dalyvių problemos, turinčios įtakos smurtiniam elgesiui, aptartos asmeninės smurtinio elgesio pavojaus rizikos vertinimo priemonės, susijusios su smurtinio elgesio priežastimis, ugdyti problemų sprendimo įgūdžiai, taikant neformalaus ugdymo metodus, ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžiai, aptarta partnerių santykio dinamika, atsižvelgiant į požiūrio į partnerių vaidmenis.

Programos dalyviams duodama **atmintinė: ar aš pavojingas** (Programos 3 priedo 3 priedas), padedanti atpažinti smurtinio elgesio pavojaus rizikas, susijusias su smurtinio elgesio priežastimis.

Programos dalyvių prašoma pasakyti po vieną sakinį, atliepiant nagrinėtą temą (gali pasakyti, kaip jaučiasi, ar įgijo naujų žinių, kas buvo sunku, su kokia informacija nesutinka ir pan.).

7.4. Konsultacijos vertinimas

Programos dalyviams duodama po vieną **užsiėmimo vertinimo kortelę** (Programos 1 priedo 3 priedas): „Teigiamai“ ir „Neigiamai“. Programos dalyvių prašoma ant stalo užvertus palikti po vieną jų nuomonę atitinkančią kortelę, o nereikalingą padėti atgal į dėžutę. Programos dalyvių prašoma užpildyti **temos aktualumo ir naudos vertinimo klausimyną** (Programos 1 priedo 10 priedas).

7.5. Programos užsiėmimų žurnalas

Programos vadovas po kiekvienos individualios ir (ar) grupinės konsultacijos užpildo **Programos užsiėmimų žurnalą** (Programos 1 priedo 1 priedas). Ši priemonė padeda stebėti Programos dalyvių elgesio dinamiką, Programos dalyvių dalyvavimą užsiėmimuose,

užsiėmimo dinamiką, pamąstyti pasibaigus konsultacijai.
