

GRUPINIŲ KONSULTACIJŲ UŽSIĖMIMAS NR. 4 – GALIOS IR KONTROLĖS VALDYMAS

1. Užsiėmimo tikslas
Padėti Smurtinio elgesio artimoje aplinkoje keitimo programos (toliau – Programa) dalyviams atpažinti galios ir kontrolės taikymo principus artimoje aplinkoje ir ugdyti gebėjimus spręsti kylančias problemas netaikant smurtinio elgesio.
2. Užsiėmimo uždaviniai
<ol style="list-style-type: none">1. Supažindinti Programos dalyvius su „galios ir kontrolės ratu“.2. Supažindinti Programos dalyvius su nesmurtiniais problemų sprendimo būdais taikant „lygybės rato“ strategijas.3. Per neformalaus ugdymo užsiėmimą skatinti Programos dalyvius analizuoti asmenines patirtis ir mokytis nesmurtinio elgesio.
3. Užsiėmimo rezultatai
<ol style="list-style-type: none">1. Programos dalyviai moka atpažinti taikomas smurtinio elgesio strategijas.2. Programos dalyviai sužinojo apie nesmurtinius problemų sprendimo būdus taikant „lygybės rato“ strategijas.3. Programos dalyviai atvirai aptarė asmenines problemas, susijusias su smurtiniu elgesiu, ir mokėsi nesmurtinio elgesio.4. Diskutuodami ir mokydamiesi vieni iš kitų, Programos dalyviai praktiškai taikė socialiai priimtinius problemų sprendimo būdus.
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: galia ir kontrolė, „lygybės ratas“ (Programos 5 priedo 3 priedas).2. Situacijų analizės lapai (Programos 5 priedo 1 priedas).3. Rašymo priemonės.4. Namų darbų užduotis: galios ir kontrolės atpažinimo teiginiai (Programos 5 priedo 2 priedas).5. Programos užsiėmimų žurnalas (Programos 1 priedo 1 priedas) ir Programos dalyvių

sąrašas (Programos 1 priedo 2 priedas).

6. Užsiėmimo vertinimo kortelės (Programos 1 priedo 3 priedas).

7. Temos aktualumo ir naudos vertinimo klausimynas (Programos 1 priedo 10 priedas).

6. UŽSIĖMIMO TURINYS

6.1. Pasisveikinimas

Siekdami paskatinti Programos dalyvius įsitraukti į užsiėmimą ir būti atviriems dalijantis savo patirtimis, pasisveikindami Programos dalyvių paprašykite papasakoti po vieną problemą, kurią sprendė per praėjusią savaitę. Pasidžiaukite, kad Programos dalyviai atėjo jau į ketvirtą grupinių konsultacijų užsiėmimą. Priminkite per ankstesnius užsiėmimus pasiektus rezultatus, pasidžiaukite Programos dalyvių aktyviu dalyvavimu užsiėmimuose.

Programos dalyviams priminkite grupės taisykles, aptarkite, kurias taisykles Programos dalyviai vykdo lengvai, kurias vykdyti sekasi sunkiau. Priminkite apie galimybę užsirašyti į individualias konsultacijas, taip pat priminkite, kad į individualias konsultacijas pakviesite Programos dalyvius, kuriems sunkiau sekasi aptarti per grupines konsultacijas aptariamus klausimus ir kuriems sunkiau atsiskleisti grupėje.

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 galios ir kontrolės taikymo artimoje aplinkoje mechanizmais, taip pat ir su problemų sprendimo būdais taikant „lygybės rato“ nesmurtinio elgesio principus. Atlikdami neformalaus užsiėmimo pratimus, Programos dalyviai diskutuodami dalysis asmeninėmis patirtimis, modeliuos nesmurtiniu elgesiu paremtus problemos sprendimo būdus, diskutuodami taikys socialiai priimtinius bendravimo būdus, po užsiėmimo, atlikdami namų darbus, ugdydys gebėjimą atpažinti savo teiginius, kuriais demonstruoja galią ir kontrolę artimoje aplinkoje.

Programos dalyvius supažindinkite su užsiėmimo struktūra. Priminkite, kad per užsiėmimą labai svarbu dalytis asmeninėmis patirtimis, mokytis vieniems iš kitų ir įsivertinti, kokius naujai išmokus įgūdžius Programos dalyvis galės pritaikyti kasdien.

Užsiėmimo pradžioje aptarkite namų darbus. Užsiėmimo pabaigoje paskirkite namų darbų užduotis – Programos dalyviai bus skatinami kasdien taikyti naujai išmoktas žinias ir taip ugdyti naujus įgūdžius.

6.3. Namų darbų aptarimas

Su Programos dalyviais aptarkite namų darbus. Priminkite užduotį: per praeitą užsiėmimą Programos dalyviams buvo išdalyti lapai, kuriuose buvo prašoma įvardyti „vyriškus“ darbus, „vyriškas“ emocijas ir „moteriškus“ darbus, „moteriškas“ emocijas ir, remiantis tais teiginiais, susikurti sau priimtinius sakinius, ugdančius lygias lyčių teises (Programos 4 priedo 2 priedas). Programos dalyvius padalykite į dvi grupes, kad jie susipažintų su visų Programos dalyvių stereotipiniais teiginiais, ir vėliau viena grupelė pristatys „vyriškus“ darbus, „vyriškas“ emocijas, o kita grupelė – „moteriškus“ darbus, „moteriškas“ emocijas. Kartu su Programos dalyviais kiekvienam „vyriškų“ darbų, „vyriškų“ emocijų ir „moteriškų“ darbų, „moteriškų“ emocijų teiginiui įvardykite po vieną sakinį, kuris turėtų pakeisti išankstines nuostatas apie lytis. Paprašykite Programos dalyvių įvardyti, kokių konkrečių veiksmų artimoje aplinkoje jie gali imtis jau šiandien, kad nebesivadovautų su lyčių stereotipais susijusiomis išankstinėmis nuostatomis.

6.4. Įvadas

Norint sėkmingai valdyti konfliktines situacijas, kad jos neperaugtų į smurtinio elgesio taikymo atvejus, svarbu kuo anksčiau atpažinti prievartos požymius ir laiku imtis veiksmų. Svarbu įgalinti smurtinį elgesį taikančius asmenis suprasti, kas yra smurtinis elgesys ir dėl kokių priežasčių jis kyla. Pasitelkę galios ir kontrolės mechanizmus, jie baugina artimos aplinkos narius. Svarbu suprasti, kad smurtinis elgesys, kaip jis suprantamas bendrąja prasme, kai kitas narys patiria tiesioginę žalą, yra rezultatas. Link to veda galios ir kontrolės demonstravimas, bauginimas, įvairių priemonių taikymas, kad „auka“ paklustų. Norėdami valdyti padėtį ir priversti paklusti jų valiai, smurtinį elgesį taikantys asmenys pasitelkia įvairias galios ir dominavimo taktikas, siekdami įbauginti, kontroliuoti partnerį (-ę) ir palaužti partnerio (-ės) valią.

Smurtinį elgesį artimoje aplinkoje taikantys asmenys pasirenka įvairius bauginimo mechanizmus, kurie apibrėžiami kaip „galios ir kontrolės ratas“ (sąvoka kildinama iš Duluto (Duluth) modelio ir vartojama kitose smurtinio elgesio artimoje aplinkoje intervencines priemones taikančiose metodikose). Smurtinio elgesio technikos dažniausiai taikomos kompleksiskai, visos galios ir kontrolės strategijos tampa nepalaujamu psichologiniu teroru, kuris, jei „auka“ stengiasi ištrūkti, virsta fizine ir seksualine prievarta. Siekdami kontroliuoti, smurtinį elgesį taikantys asmenys:

- **pasitelkia prievartą**, baugina (gąsdina, kad ką nors padarys, paliks, nusižudys, apskųs atitinkamoms institucijoms, verčia atsiimti kaltinimus, elgtis neteisėtai);
- naudoja **emocinę prievartą** (žemina, skatina blogai apie save galvoti, pravardžiuoja, verčia galvoti, kad nukentėjęs asmuo yra neadekvatus, jį menkina, verčia jaustis kalto (-a);
- **izoluoja** (kontroliuoja, ką jis (ji) daro, su kuo susitinka, kalbasi, ką skaito, kur eina, riboja išorinius kontaktus, savo veiksmus pateisina pavydu);
- **neigia, menkina** savo smurtą, kaltę permeta nukentėjusiam asmeniui (švelnina prievartos mastą, nepaiso jo susirūpinimo, neigia buvus prievartą, perkelia atsakomybę nukentėjusiam asmeniui, sako, kad smurtas buvo išprovokuotas);
- **manipuliuoja vaikais** (verčia jausti kaltę dėl vaikų, vaikams liepia perduoti žinutes ar persekioja nukentėjusį asmenį, grasina atimti vaikus);
- piktnaudžiauja **vyro privilegijomis** (elgiasi su moterimi kaip su tarnaitė, vienas priima visus svarbius sprendimus, elgiasi lyg būtų „namų valdovas“, vienvaldiškai paskirsto partnerių vaidmenis);
- naudoja **ekonominį smurtą** (draudžia dirbti, verčia prašyti pinigų, atima pinigus, atiboja nuo informacijos apie šeimos biudžetą arba šeimos pajamų);
- naudoja **intymumą** (verčia jaustis nesmagiai žiūrėdamas, atlikdamas veiksmus, rodydamas gestus; daužo daiktus; naikina jo (jos) nuosavybę; skriaudžia gyvūnus; naudoja ginklus).

„Jėgos ir kontrolės ratas“ sukurtas taip, kad smurtinį elgesį taikantis asmuo galėtų atpažinti smurtą artimoje aplinkoje. Programos dalyvių dalyvavimo intervencijos programoje tikslas – įtikinti asmenis taikyti nesmutines strategijas, įvardijamas „lygybės rate“:

- derybos ir sąžiningumas;
- ekonominė partnerystė;
- bendra atsakomybė;
- atsakingas auklėjimas;
- sąžiningumas ir atskaitomybė;
- pasitikėjimas ir parama;
- pagarba;
- smurtinio elgesio netaikymas.

Sprendžiant nesutarimus tarp šeimos narių, vaikai gali tapti šeimos santykių sprendimo įrankiu ir pasitelkiami smurtinio elgesio tęsimui. Vaikams liepiama perduoti žinutes, kontroliuoti partnerį (-ę), naudoti psichologinį smurtą ir pan. Vaikai kaip įrankis pasirenkamas dėl **ypatingo vaikų pažeidžiamumo ir priklausomumo** nuo suaugusiųjų valios. Todėl, aptariant galios ir kontrolės naudojimą, ypatingą dėmesį reikėtų skirti vaikų pozicijai tėvų konflikte.

7. UŽSIĖMIMO EIGA

7.1. Praktinė užduotis

Supažindinę Programos dalyvius su „galios ir kontrolės rato“ principais, pereikite prie neformalaus ugdymo metodo – situacijų analizės. Programos dalyviams išdalijami situacijų analizės lapai (Programos 5 priedo 1 priedas). Programos dalyvius suskirstykite į mažesnes (po 2–3) grupes ir duokite užduotis kiekvienai iš grupelių atlikti atskirai, diskutuojant. Galima taikyti grupės skaidymo metodą – išsiskaičiavimą pirmais, antrais, trečiais. Kiekvienai grupei duokite po užduoties lapą. Kiekviename užduoties lape įvardytos skirtingos galios ir kontrolės taktikos. Tai reiškia, kad kiekviena grupelė diskutuos ir spės skirtingas problemas, susijusias su smurtiniu elgesiu. Grupės dalyviams paaiškinkite užduotį:

- lapo viršuje parašyta, kokią galios ir kontrolės strategiją grupelė sprendžia;
- kiekvienas dalyvis, diskutuodamas grupelėje, turi įvardyti po vieną buitinę situaciją, kai taikė smurtinį elgesį;
- pasirinkti vieną iš aptartų situacijų ir ją trumpai aprašyti;
- remdamosi surašytais taisyklėmis, grupelės turi sugalvoti ir trumpai aprašyti sprendimus;
- užduotį pristatyti visai Programos dalyvių grupei.

Diskusijoms grupelėse skirkite apie 7 minutes. Per pristatymą paskatinkite į diskusiją įsitraukti visus grupės dalyvius. Pristatydami problemas sprendimus, remdamiesi nesmurtinio elgesio taisyklėmis, Programos dalyvių paprašykite atsakyti į klausimus ir kitiems dalyviams pateikti pastebėjimus:

- ar derybų ir sąžiningumo taisyklės sprendime taikomas viršenybės principas;
- ar ekonominės partnerystės sprendime atsižvelgiame į kitus partnerystės elementus, o ne tik į taisyklę „kas daugiau uždirba“;
- ar bendros atsakomybės sprendime nesistengiama atsakomybės primesti kitam asmeniui;
- kokia yra mano atsakomybė taikant smurtinį elgesį;
- ar atsakingo auklėjimo sprendime nesivadovaujama galios pozicija;
- ar sąžiningumo ir atskaitomybės sprendime nesivadovaujama kontrolės pozicija;
- ar pasitikėjimo ir paramos sprendime neiškeliama sąlygų;
- ar pagarbos sprendime nėra reikalaujama pagarbos ir kaip išreiškiama pagarba kitam;
- ar smurtinio elgesio sprendime galima paneigti visus „galios ir kontrolės rato“ elementus.

Per šią užduotį svarbiausia suvokti smurtinio elgesio taktikas ir ieškoti alternatyvių sprendimų, atkreipti dėmesį, kad situacijos gali būti labai įvairialypės, kiekvienai situacijai galima rasti skirtingus elgesio būdus.

7.2. Namų darbai

Siekiant padėti Programos dalyviams ugdyti gebėjimą atpažinti savo smurtinį elgesį ir netaikyti smurtinio elgesio, skiriama namų darbų užduotis. Programos dalyviams išdalijami namų darbų lapai – **galios ir kontrolės atpažinimo teiginiai** (Programos 5 priedo 2 priedas).

Programos dalyviams paaiškinama, kad ties kiekvienu galios ir kontrolės elementu jie ras įvardytas taikomas smurtinio elgesio taktikas. Kitame langelyje jie turi įrašyti sakinį, kurį vartodami jie demonstruoja galią ir kontrolę šeimoje, paskutiniame stulpelyje – sakinį, kuriuo nebetaikys smurtinio elgesio strategijų. Pavyzdžiui, jeigu bauginant pasitelkiamas sakinytis „Aš iš tavęs atimsiu vaikus“, sustoti skatinantis sakinytis gali būti: „Jeigu mes išsiskirsime, aš norėsiu būti vaikų gyvenimo dalis.“ Programos dalyviams paaiškinkite, kad ne visada pavyksta iš karto nebetaikyti smurtinio elgesio. Svarbu gebėti atpažinti smurtinį elgesį ir kasdien ugdyti naujus įpročius.

7.3. Apibendrinimas

Aptariama konsultacijos eiga ir pasiekti rezultatai: supažindinimas su galios ir kontrolės taikymo modeliais ir su nesmurtiniais problemų sprendimo būdais, per diskusiją sprendžiamos aktualios smurtinio elgesio taikymo situacijos, ieškant alternatyvių elgesio būdų ir praktiškai taikant nesmurtinio bendravimo įgūdžius saugioje grupės aplinkoje. Atlikdami namų darbus, Programos dalyviai labiau įsigilins į asmenines patirtis ir susikurs asmeninį smurtinio elgesio artimoje aplinkoje keitimo planą.

Įteikiama **atmintinė: galia ir kontrolė, „lygybės ratas“** (Programos 5 priedo 3 priedas), padedanti atpažinti smurtinį elgesį ir mokanti nesmurtinio elgesio.

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.