

GRUPINIŲ KONSULTACIJŲ UŽSIĖMIMAS NR. 11 – VEIKSMŲ, SIEKIANŲ VALDYTI SMURTINIO ELGESIO RIZIKĄ, SĄRAŠAS

1. Užsiėmimo tikslas
Padėti Smurtinio elgesio artimoje aplinkoje keitimo programos (toliau – Programa) dalyviams valdyti smurtinio elgesio rizikas.
2. Užsiėmimo uždaviniai
1. Sudaryti pavojų ir rizikų valdymo planą. 2. Numatyti strategijas, kaip praktiškai taikyti pavojų ir rizikų valdymo planą.
3. Užsiėmimo rezultatai
1. Programos dalyviai parengė individualius pavojų ir rizikų valdymo planus. 2. Programos dalyviai įvardijo sritis, kuriose praktiškai gali būti pritaikytas pavojų ir rizikų valdymo planas.
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
1. Rašymo priemonės. 2. Užduoties lapas: pavojų ir rizikų valdymo planas (Programos 12 priedo 1 priedas). 3. Didelis lapas. 4. Lipnieji lapeliai. 5. Namų darbų užduotis: susitarimai dėl pagalbos (Programos 12 priedo 2 priedas). 6. Programos užsiėmimų žurnalas (Programos 1 priedo 1 priedas) ir Programos dalyvių sąrašas (Programos 1 priedo 2 priedas). 7. Užsiėmimo vertinimo kortelės (Programos 1 priedo 3 priedas). 8. 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 pasidalyti asmenine patirtimi, ar, dalyvaujant Programoje, buvo iškilę pavojų ar rizikų taikyti smurtinį elgesį; ar, dalyvaudami Programoje, taikė smurtinį elgesį.

Programos dalyviams priminkite grupės taisykles. 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. Supažindinkite Programos dalyvius su užsiėmimo tikslu ir uždaviniais. Informuokite, kad per šį užsiėmimą bus sudaromi individualūs Programos dalyvių pavojų ir rizikų valdymo planai. Priminkite, kad Programa jau beveik pasibaigė. Pasidžiaukite aktyviu dalyvavimu. Informuokite, kad per šį užsiėmimą labai svarbu aptarti ir įsivertinti, kaip pavojų ir rizikų valdymo planas bus įgyvendinamas praktiškai.

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 aptariami namų darbai. Užsiėmimo pabaigoje bus paskiriama namų darbų užduotis – Programos dalyviai kasdien bus skatinami taikyti naujai išmoktas žinias ir taip ugdyti naujus įgūdžius.

6.3. Namų darbų aptarimas

Su Programos dalyviais aptarkite namų darbus. Priminkite užduotį: Programos dalyviams buvo duota užpildyti **pavojų ir rizikų valdymo žemėlapi** (Programos 11 priedo 1 priedas). Priminkite, kad tai buvo tik dalis užduoties. Šiandien, dalyvaudami grupėje ir atlikdami užduotis, Programos dalyviai sudarys **individualius pavojų ir rizikų valdymo planus** (Programos 12 priedo 1 priedas). Programos dalyviai skatinami prisiminti namų darbų užduoties atlikimą ir atsakyti į klausimus:

- ar buvo sunku įvardyti asmenį, kuriam kyla pavojus;
- ar sutinka su tuo, kad asmens įvardijimas – yra dalis kaltės prisiėmimo;
- ar, įvertinus ir įvardijus asmeniui keliamą žalą, tai gali būti vertinama kaip rizikos valdymo būdas.

6.4. Įvadas

Kiekvieno asmens situacija skirtinga, tačiau yra bendros taisyklės, kaip sėkmingai valdyti smurtinio elgesio apraiškas:

- Suprantant tikėtinas smurtinio elgesio priežastis, tokio elgesio galima išvengti. Tai gali būti: nutikęs įvykis ar jausmas, alkoholio, narkotinių, psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimas, išorinės aplinkos poveikis ir kt.
- Deeskalavimas: (ne)verbalinių priemonių naudojimas, siekiant sumažinti susijaudinimą ir išvengti smurtinio elgesio. Gali padėti: pozityvūs santykiai su bent vienu asmeniu, kuris išklauso, nuotaikos stebėjimas, savitvados metodų taikymas kasdien; sakinių konstravimas, palaikant santykius su kitais per teiginius ir palaikymą, o ne per smerkimą. Reikia žinoti ženklus, rodančius, kad greitai bus taikomas smurtinis elgesys.
- Mokymai arba specifinės programos, psichologinės konsultacijos.

7. UŽSIĖMIMO EIGA

7.1. Praktinė užduotis

Programos dalyvius supažindinę su teoriniu įvadu, pradėkite neformalų užsiėmimą. Programos dalyviams priminkite ankstesnį užsiėmimą ir jo rezultatus. Individualiam pavojų ir rizikų valdymo planui parengti pasitelkiama Programos dalyvių namų darbų užduotis. Programos dalyviams išdalijami užduočių lapai – **individualūs pavojų ir rizikų valdymo planai** (Programos 12 priedo 1 priedas). Programos dalyviai informuojami, kad dalis užduoties klausimų yra tie patys, kaip ir namų darbų. Šis planas yra papildytas papildomomis užduotimis. Skiriamas individualus darbas. Užduočiai atlikti numatoma apie 10 minučių.

Programos dalyviams dar reikės:

- įvardyti pavojus ir rizikas;
- įvertinti riziką (nuo 0 iki 5 balų, stulpelyje, esančiame šalia);
- įvardyti rizikos veiksnių šalinimo priemonės;
- įvardyti rizikos veiksnių kontrolės priemonės;
- numatyti konkrečius veiksmus, kurių imsis;
- įsivardyti rizikų peržiūros periodiškumą (prireikus keisti, kad atitiktų esamą padėtį).

Vėliau Programos dalyviai suskirstomi poromis ir jų paprašoma pristatyti savo pavojų ir rizikų valdymo planus. Skatinant mokytis vieniems iš kitų, Programos dalyvių paprašoma pateikti Programos dalyviams rekomendacijų dėl konkrečių priemonių.

Paskutinis užduoties atlikimo etapas – dalyviai savo **individualius pavojų ir rizikų valdymo planus** (Programos 12 priedo 1 priedas) pristato kitiems Programos dalyviams:

- įvardija, kokiam asmeniui kyla pavojus;
- kokia žala gali būti padaryta;
- kokios numatytos pavojų ir rizikų valdymo priemonės.

Pristačius individualius pavojų ir rizikų valdymo planus, kartu su Programos dalyviais kuriama strategija, kaip praktiškai taikyti nustatytas rizikų valdymo priemones kasdien. Programos dalyvių prašoma ant lipniųjų lapelių užrašyti praktinius įrankius (metodus), kuriuos jie naudos (taikys), siekdami nekartoti smurtinio elgesio. Visi lipnieji lapeliai klijuojami ant didelio lapo, padalinto į keturias dalis:

- asmeniniai gebėjimai;
- šeimos pagalba;
- išorės pagalba;
- naudojamos priemonės.

7.2. Namų darbai

Programos dalyviams išdalijami namų darbų lapai – **susitarimai dėl pagalbos** (Programos 12 priedo 2 priedas). Programos dalyvių paprašoma užduoties lape įvardyti, kokios pagalbos gali prašyti iš išorės, siekdami valdyti smurtinio elgesio pavojus ir rizikas, kas gali suteikti tokią pagalbą, ir iš karto užrašomi pagalbos teikėjo kontaktai. Pagalbos prašymas gali sumažinti smurtinio elgesio riziką.

7.3. Apibendrinimas

Aptarkite konsultacijos eigą ir pasiektus rezultatus: Programos dalyviai susidarė individualų pavojų ir rizikų valdymo planą, numatė priemones, kuriomis valdys pavojus ir rizikas,

mokydamiesi vieni iš kitų sukonkretino rizikų valdymo priemones, kad jos būtų realiai pasiekiamos. Programos dalyviai įvertino veiklos strategijas, kurias gali praktikuoti kasdien, mažindami smurtinio elgesio rizikas.

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.
